

Názov: Everest

Rok: 2017

Stredisko: Poprad mesto

Kontaktná osoba: Peter Kanský SDB

### Typ: Pobytový chlapčenský tábor



„Expedícia“ na Everest rozvíjala:

- ✓ fyzickú aktivitu u chlapcov
- ✓ jednotlivé čnosti (trpezlivosť, empatia, spolupráca, odpustenie, radosť, vytrvalosť, čestnosť)
- ✓ dôveru
- ✓ objavovanie identity, dobier a zručností
- ✓ spoluprácu medzi skupinkami a tímovosť
- ✓ dynamickosť

**Letný tábor sa odohrával v Rekreačnom stredisku TURISTICKÝ RAJ, Košariská - Podlesok, Hrabušice. Priemerný vek chlapcov bol 12 rokov a celkovo sa tábora zúčastnilo 59 detí s cca 21 animátormi.**

**Témou tábora bol výstup na Everest. Celý príbeh sa odvíja od filmu Everest. Chlapci majú za úlohu vystúpiť na vrch, pred ktorým musia plniť rôzne aktivity a úlohy. V rámci tábora sa konala „expedícia“, ktorá pozostávala z plnenia jednotlivých úloh určených na rozvíjanie jednotlivých čností (trpezlivosť, empatia, spolupráca, odpustenie, radosť, vytrvalosť, čestnosť), uvedomovania si vlastnej hodnoty a dobra a objavovania dôvery Pánu Bohu.**

**Cieľom bolo objaviť dobro, ktoré chlapci v sebe ukrývajú a motivovať ich, aby ho ďalej rozvíjali. Nebojovať proti sebe ale vždy hľadať spôsob spolupráce.**

## Program tábora EVEREST 2017 (inšpirovaný filmom EVEREST /2015/)

### PONDELOK

čas	podrobný popis bloku	pomôcky	animátor
7:30	<b>Zraz animátorov</b>		
7:30-8:00	Príchod detí, odovzdanie KP a Prehlásení o zdravotnom stave, zaevidovanie detí do zoznamu detí. Chlapci nastupujú do pripravených autobusov postupne ako prichádzajú, do každého autobusu nastúpi 5 animátorov.	Zoznamy detí, dosky, perá	zdravotníci
8:30	<b>Odchod autobusu</b>		vedúci tábora
8:45	<b>Príchod do tábora, scénka:</b> vedúci skupín sa hádajú, kto ponúka lepšie služby a lákajú chalanov do svojho tímu: <b>aktivita rozdelenia chlapcov do skupín:</b> Chlapci dostanú lístok s pomôckami a zážitkami, ktoré ponúkajú horolezecké spoločnosti (napr. „Mamut“, „Trek sport“ a pod.), potom majú nájsť spoločnosť (ich skupinka), ktorá ponúka presne to čo má chlapec na lístku. Tak vzniknú skupinky. Na lístku je napr.: Trek v Himalajách, aklimatizačné výstupy do 6000 m. n. m., prechod ľadopádu a pod. + zabezpečujeme: stany, mačky, laná a pod.	Kartičky s požiadavkami pre každého chlapca, kartičky s ponukou každej firmy (vedúci skupín ponúkajú svoje služby)	vedúci skupín propagujúci svoju spoločnosť
9:15	<b>Motivačné video:</b> , privítanie detí, vysvetlenie o čo nám ide. Môžeme bojovať proti sebe, ale môžeme aj spolupracovať, bojujeme hlavne proti hore, ktorá má vždy posledné slovo. (ak budú problémy so zatemnením, animátor dá motivačnú reč)	Projektor, počítač, video, príhovor o spolupráci a boji so sebou (horou)	
9:30	<b>Aktivita:</b> Hory môjho života, aktivita na posilnenie sebavedomia a predstavenie sa. Chlapci dostanú A4-ku na ktorej je prefotená panoráma Tatier (štítov) a chlapci si ku každému štítu priradia nejaký úspech, niečo, čo už v živote dosiahli. (naučili sa chodiť, rozprávať, bicyklovať, vystúpili na nejaký kopec a pod.) Potom sediac v kruhu každý predstaví svoje „výstupy“, úspechy, čím vlastne o sebe porozpráva. <b>Podľa potreby môžu pokračovať ďalšími zoznamovačkami (viď prílohu s mokrým programom).</b>	A4-ky s prefotenu panorámou hôr ceruzky	vedúci skupín
10:00	<b>List na rozlúčku:</b> Hora si môže vybrať svoju daň, horolezec môže zahynúť, napíšte krátky list, čo by ste chceli odkázať svojej rodine, kamarátom a čo by ste chceli od nich na rozlúčku počuť, (čo si myslíte, že by vám povedali). Môže sa dať aj priestor, aby sa podelili s tým čo napísali. Dobré je ak sa skupinka rozdelí na starších a mladších. Mladší, ktorí majú ešte ťažkosti s písaním môžu povedať na čo sa tešia, čo očakávajú od tábora, z čoho majú strach, čím by chceli byť.	Papiere pre chlapcov na napísanie listu, ceruzky	vedúci skupín
10:40	<b>Tréningová hra: „Dôležitý je každý gram“</b> Družstvá sa presunú z tábora na miesto vzdialené asi 2 km po troch rozličných trasách, vždy po dve družstvá. Družstvá sa majú dostať späť do tábora čo najskôr, pričom majú splniť niekoľko úloh: <b>1.:</b> Majú doniesť do tábora kamene o hmotnosti 10 dkg, štvrt kila, pol kila, trištvrte kila a kila; <b>2.:</b> majú doniesť paličky o dĺžke 10 cm, 25 cm, 50 cm, 75 cm a 1m; <b>3.:</b> Doniesť niečo čo našli cestou, čo ich zaujalo, zdalo sa im nezvyčajné. <b>4.:</b> v tábore po dobehnutí má každé družstvo odhadnúť čas	váha na váženie predmetov, meter, stopky, kartička s úlohami pre skupinku Na určené miesto ich odvedie vedúci tábora, alebo skúsený MTZ-kár	vedúci skupín  MTZ pripraví počas tejto hry poobedné aktivity

	<p>100 sekúnd. Hra je zameraná na presný odhad detailov (čo v prírode zaváži) a orientáciu v teréne (družstvá sa musia dostať do tábora samostatne so svojimi animátormi, trasa nie je značená, musia si pamätať cestu, detaily, keď sa presúvajú z tábora na štart hry). Hodnotí sa presnosť splnenia úloh (<math>\pm 10\%</math>) až pri rovnosti splnenia úloh rozhoduje čas.</p> <p><b>Body: 12, 11, 10, 9, 8, 7</b></p>		
	<p><b>Ak zvýši čas: Hra Šašo a Kráľ:</b> Je to obdoba hry „Punisher“, resp. vybíjaná. Hrá sa na väčšom ihrisku. Dva tímy hrajú proti sebe, určia si kráľa a šaša, tak, aby súper na začiatku nevedeli kto je Kráľ a kto Šašo. Každý tím sa snaží vybíjať súperových hráčov a najmä Kráľa, čím víťazí a poráža súpera. Hráči sa môžu ľubovoľne pohybovať po ihrisku, ale hráč s loptou môže urobiť len dva kroky, potom môže biť, alebo nahrávať. Ak je hráč zasiahnutý, čupne si a čaká kým mu nahrá niekto z jeho družstva, čo ho vyslobodí. Ak je zasiahnutý kráľ, hra končí. Ak je zasiahnutý šašo, nič sa nedeje, môže telom chrániť kráľa. Šašo môže tiež vybíjať súpera. (neboduje sa)</p>	<p>Lopta, vyznačené ihrisko družstvá, ktoré práve nehrajú povzbudzujú</p>	<p>animátori skupín, ktorí si chcú hru zahrať</p>
13:00	<b>Obed (Pred obedom si skupinka spoločne ide umyť ruky)</b>		
13:40	<p><b>Stanoviská:</b> 6 veľkých stanovísk</p> <p>1. RIEKA:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preniesť dvoch členov na druhú stranu rieky tak, aby sa vôbec nedotkli vody;</li> <li>• Každý člen skupinky nazbiera cca 20 kamienkov, (z kamienkov vytvorí obraz, lepidlom ho prilepia na kartón);</li> <li>• Vytvorením živej reťaze a podávaním plastového pohára s vodou musí skupinka naplniť vedro až po okraj;</li> <li>• Na gumenom člne sa pokúsia (aspoň dve dvojice) vypádlovať pod most (istí animátor skupinky);</li> </ul> <p>2. LANOVÁ DRÁHA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lano natiiahnuté medzi 4 stromami v dvoch úrovniach, každý člen musí prejsť dookola po lane s pridržaním sa;</li> <li>• Pokúsiť sa prerúčkovať po hornom lane dookola bez dotyku zeme;</li> <li>• Šplh na lane;</li> <li>• Visieť na konári na čas (čo najdlhšie);</li> </ul> <p>3. PRESUN BREMENA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priviazaných niekoľko paliet (môže byť aj iné bremeno) musí skupinka premiestniť ťahaním lanom do mierneho kopca (vybrať vhodný terén, riedky les)</li> <li>• Premiestniť „zraneného“ člena na paletu (nedvíhať nad hlavu len do výšky pásu) z miesta na miesto</li> <li>• Zhyby nad hlavou s paletou (starší chlapci jednotlivo 10 zdvihov, mladší spoločne po dvaja, alebo štyria 5 zdvihov, animátor ich istí)</li> </ul> <p>4. RAMBO DRÁHA (použiť terén, ale aj premyslieť dopredu veci a zobrať pomôcky) niečo ako na prímesťáku.</p> <p>5. LEZENIE NA SKALE (chlapci budú musieť založiť oheň</p>	<p>RIEKA: kartóny, lepidlo, čln a veslá, poháre, vedro,</p> <p>LANOVÁ DRÁHA: laná,</p> <p>BREMENO: palety, kmeň stromu záznamové tabuľky na bodovanie, veci na Rambo dráhu</p>	<p>Vedúci skupín RIEKA</p> <p>L. DRÁHA:</p> <p>PRESUN BREMENA</p> <p>R. DRÁHA</p> <p>LEZENIE</p> <p>PRVÁ P.</p>

	a prepáliť špagát vo výške asi 60 cm a postaviť správne stan (všetko na čas). 6. PRVÁ POMOC (znehyniť nohu, prenos raneného) <b>Body: Za absolvovanie stanoviska je 10 bodov, za vynechanie, nesplnenie jednej z aktivít stanoviska je strata - 2 body.</b>		
17:10	SV. OMŠA		
18:30	<b>Večera</b> (Skupinka si spoločne ide umyť ruky)		
19:00	<b>I. Himalájska Liga</b> – futbal (podľa rozpisu, zápas 2x10min.) Výhra v zápase 5 bodov, remíza 3 body, prehra 2 body (počíta sa do bodovacej táborovej hry)	Lopta, tabuľka na väčšom kartóne	animátori skupín
20:30	<b>Večerný nástup, scénka:</b> šéfovia skupiniek expedičných firiem zhodnotia výcvik, čo sa podarilo, spomenú potrebu kupovania materiálu a prečíta sa, ktorá skupina má koľko bodov.		
20:45	<b>Získanie mapy Everestu:</b> Na kúskoch kartónu (puzzle) je vyrobená mapa Everestu (cca 40 puzzle), sú rozložené na štyroch miestach, vždy v kruhu s priemerom asi 4 m. Každý kruh stráži animátor s baterkou (strážca Himaláji). Ku kruhu sa blížia chlapci jednotlivých skupiniek, každý má za pásom šatku (život). Keď animátor zasvieti na niektorého chlapca, zakričí: „dones šatku“, chlapec ju musí odovzdať strážcovi. V poli sú ďalší štyria animátori, ktorí nemajú baterky, ale môžu sa dotknúť hráča <b>iba keď ide bez „puzzle“</b> a zobrať mu šatku. Novú šatku si hráč vyzdvihne vo svojom domčeku za 10 drepov (6 domčekov). Animátori, ktorí sú v poli, zároveň ukoristené šatky nosia do domčekov. Hra končí, keď chlapci získajú všetky časti mapy. Jeden kúsok mapy (1 ks puzzle) je 1 bod pre skupinku. Potom dvaja zástupcovia každej skupinky skladajú puzzle do celku. <b>Body: 14, 12, 10, 8, 7, 6 (podľa počtu získaných kusov)</b>	Puzzle, šatky, baterky, ohraničenie kruhov a domčekov	animátori skupín
22:00	<b>Večerná hygiena + modlitba</b>		
22:30	<b>Večierka</b>		
<b>UTOROK</b>			
7:00	Nástup + Rozcvička + Ranná hygiena + Modlitby		
8:00	Raňajky		
8:30	<b>Scénka:</b> v ktorej šéfovia expedičných agentúr vysvetlia, že je potrebné získať horolezecký výstroj v bazári základného tábora. Na jednotlivé kusy výstroja si však treba zarobiť na stanoviskách, ktoré sú zároveň výcvikom obratnosti a fyzickej zdatnosti. Himaláje sú plné drahokamov a vzácnych kameňov.		
8:45	<b>Hra Drahokamy: I. časť: Získavanie drahokamov.</b> V priestore tábora sa nachádzajú stanoviská na ktorých sa dajú zarobiť drahokamy. Skupinky rozdelené na polovicu prechádzajú od jedného stanoviska k druhému a snažia sa splniť danú úlohu a tak získať drahokam, na jednom stanovisku 5 členná skupinka získa max 1 drahokam.	Stanoviská, drahokamy	
	<b>STANOVISKÁ (zabezpečia animátori a MTZ)</b> animátor na stanovisku určí podmienky za akých družstvo získa drahokam. Napr: 3 členovia musia trafiť do cieľa, alebo počet zostrelých predmetov musí byť 5, alebo časový limit a pod.	Drahokamy	
1.	<b>SLON:</b> otočiť sa 10x okolo paličky a trafiť do cieľa.	Palička, cieľ	
2.	<b>BÝK:</b> animátor s karimatkami na rukách stráži vytýčený	Karimatky, špagát	

	priestor (priemer asi 6 m) v ktorom sú rozmiestnené predmety, ktoré sa deti snažia ukradnúť tak, aby ich býk netrafil. Koho udrie karimatkou, stráca život. Každé dieťa má tri životy.	na vytýčenie kruhu a 10 predmetov	
3.	<b>CHODÚLE:</b> Prejsť na chodúliach vytýčenú vzdialenosť.	Chodúle, štart a cieľ	
4.	<b>HOD KRUHMI:</b> Hádzanie krúžkov na paličky s rozličnej vzdialenosti a teda aj s rozličnou bodovou hodnotou.	Krúžky a paličky	
5.	<b>LUKOSTREĽBA:</b> Strelba na terč (bezpečné pozadie).	Luk, šípy, terč	
6.	<b>HOD MINCAMI:</b> Drobné mince sa hádžu do vedra s vodou na dne ktorého je kompótová miska. Bod získavajú iba mince, ktoré skončia v miske, nie mimo nej.	Vedro, mince, miska, voda	
7.	<b>STREĽBA ZO VZDUCHOVKY:</b> Strelba do rôznych predmetov	Ciele, vzduchovka	
8.	<b>LÍŠKY:</b> Animátor je v kruhu s priemerom asi 12m a v ňom sú pohodené šatky, ktoré sa hráči snažia ukradnúť. Zároveň má animátor za opaskom šatky, ktoré tiež treba ukradnúť. Hráči ktoré sa o to snažia, majú tiež každý šatku za pásom a ak o ňu prídu, strácajú život. Každý má dva životy.	Šatky, povraz na vyznačenie ihriska	
9.	<b>KOLKY:</b> Kolky, alebo plastové fľaše s trochou vody, treba trafiť loptou z istej vzdialenosti.	Kolky, lopta	
10.	<b>PÍLENIE:</b> Úlohou je prerezať polienko v časovom limite. Podľa rýchlosti dostanú hráči body.	Píla, poleno,	
11.	<b>FUTBAL:</b> Triaťanie lopty do malej bránky (dve palice)	Lopta, bránka	
12.	<b>DEKOMLAT:</b> Vo vyznačenom priestore súperia dvaja hráči (z iných skupín) so zaviazanými očami karimatkami stočenými a oblepenými, najprv ich musia nájsť.	Územie, karimatky, šatky	
13.	<b>SYNCHRONIZOVANÉ LYŽOVANIE:</b> Dva 6 členné tímy prejdú na spoločných lyžiach určenú trasu, víťaz získa drahokam.	Lyže, trasa	
	<p><b>II. časť: Výmena drahokamov za peniaze.</b>  Drahokamy, ktoré si skupinky zarobili (maximum je 26 drahokamov pre skupinku) si teraz musia vymeniť za peniaze, aby si mohli nakupovať výstroj. Sú 3 zmenárne. V prvej sa menia červené diamanty, v druhej ružové, v tretej priesvitné. Každá skupina má svoju základňu a z nej vybiehajú hráči na druhú stranu hracej plochy, kde sú zmenárne. V poli nás však chytajú animátori - colníci, ktorí dotykom zastavia hráča a zoberú mu drahokam alebo peniaze, podľa toho či ide do zmenárne alebo zo zmenárne. Za jeden drahokam je 20 eur.  <b>BODOVANIE: V tejto hre je reálne bodovanie. Maximum získaných diamantov pre celú skupinu je 26, ak sa všetky podarí vymeniť, ziskava skupina max. 520 eur</b></p>		
12:00	<b>Obed (skupinka si spoločne ide umyť ruky)</b>		
12:30	<b>Siesta</b> (nebodované aktivity, podľa okolností spoločné s dievčatami), volejbal, pletenie parakordových náramkov, punisher, Wagner, čínsky futbal, tik-tak, freesbee, futbal, ringo, brodenie Hornádu, člnkovanie (nie skákanie z brehu);		vedúci skupín a pomocní animátori
	<b>BAZÁR:</b> Počas siesty si skupinky môžu meniť body na Eurá v kurze 1bod = 10€ a zároveň si kupovať materiál na výstup. Vlastníctvo materiálu je potvrdené kartičkou s daným symbolom, ktorý sa vlepí do táborovej tabuľky. Ak niekto nestihol pri hre vymeniť drahokamy, môže tak urobiť v bazáre, ale už za cenu 10 eur.	Bazár pred MTZ chatkou, eurá,	
14:00	<b>Scénka:</b> (v ktorej šéfovia expedičných skupín vysvetlia, že je potrebné absolvovať aklimatizačné výstupy a vyniesť materiál		

	do postupových táborov)		
14:15	<p><b>Expedičná hra Everest</b> (imituje vynášanie materiálu zo základného tábora do vyšších táborov). Táborisko predstavuje základný tábor, od neho je vyznačená trasa na vrchol Everestu. Na trase sú výškové tábory II. a I. Trasa by mala mať aspoň 2km a mala by sa končiť na nejakej peknej skale, alebo kopčeku. 750m od tábora (zákl. tábora) je tábor I. a ďalších asi 750 m je tábor II. Od neho asi 500 m je vrchol. Každá skupinka dostane 22 expedičných debien, ktoré majú dopraviť do tábora I. a z nich 15 do tábora II. Potom všetci členovia družstva majú dosiahnuť vrchol (už bez debien). Debny môžu byť symbolické kúsky kartónu s nápisom: „debna 1“ atď. Každý člen družstva môže vždy prenášať <b>iba jednu debnu</b> a potom sa vracia pre ďalšiu. Každé družstvo má nápisy na debnách v rozdielnej farbe, aby si debny nemohli pomýliť, či ukradnúť. Vyhráva družstvo, ktoré prvé umiestni príslušný počet debien vo výškových táboroch a zároveň vystúpi na vrchol. Vo výškových táboroch má družstvo svojich animátorov a na vrchol ide s družstvom animátor z tábora II.</p> <p><b>Bodovanie: 18, 16, 14, 12, 11, 10 bodov</b></p>	<p>kartóny s nápisom „Bedňa 1“ až po 22. v štyroch farbách.</p> <p>Dbáme na pozbieranie a prinesenie všetkých kartónov do tábora, budeme ich potrebovať na hru „lavína“</p>	<p>Trasy dopoludnia vyznačí MTZ krepovým papierom</p>
16:15	<p><b>Scénka:</b> Šéfovia expedičných spoločností upozornia na výskyt Yettiho v blízkom okolí. Hádajú sa či existuje, a kto ho koľkokrát videl a že ho možno vidieť a uloviť.</p> <p><b>Hra: Lov Yettiho:</b> Jeden z animátorov každej skupiny je Yetti a má pri sebe 5 šatiek jednej farby (každý Yetti svoju farbu). Hráči každého družstva poľujú na Yettiho ostatných skupín. Hrá sa v lese nad táboriskom a v táborisku na území asi 200 x 200m (preto Yettiho robí animátor, aby hral rozumne a neutekal ďaleko, kde ho nik nenájde). Ak sa Yettiho dotknú hráči inej skupiny (pri dotyku sa aspoň dvaja hráči musia držať za ruky – presila), Yetti im musí odovzdať jednu svoju šatku a potom dostane opäť 30 sekúnd imunity kedy môže ujsť.</p> <p><b>Body: 12, 10, 8, 7, 6, 5</b></p>	<p>Šatky pre 6 Yettiov</p>	<p>animátori skupín</p>
17:15	<b>Sv. omša</b>		
18:30	<b>Večera</b> (skontrolovať umytie rúk)		
19:00	I. Himalájska Liga		
20:30	<p><b>Hra: Pátranie po kórejskej expedícii a identifikácia členov:</b> Medzinárodná vyšetrovacia komisia nás požiadala o pomoc pri identifikácii kórejských horolezcov, ktorí záhadne zahynuli neďaleko základného tábora (asi ich strhla lavína). Môžeme touto pomocou zariadiť potrebné prostriedky.</p> <p>Budeme hľadať identifikačné karty zosnulých. ID karty sú rozmiestnené po hracej ploche a úlohou chlapcov je nájsť 1 občiansky preukaz a priniesť ho do svojej základne. Na občianskom preukaze je meno horolezca v kórejských znakoch, ale pre vyšetrovaciu komisiu musíme dané meno preložiť do našej abecedy. Na druhej strane hracej plochy, najlepšie niekde na kraji lesa sú rozmiestnené papiere, na ktorých sú písmená, každé písmeno symbolizuje určitý kórejsky znak. Chlapec však musí preukaz nechať vo svojej základni (animátorovi) a meno musí rozlúštiť tak, že si znak zapamätá a ide zistiť, aké je to písmeno v abecede. Tak to postupne robí, až kým nevytlúšti celé meno. (cvik pamäte)</p> <p>Keď hráč rozlúšti celé meno, ide ho odovzdať</p>	<p>ID preukazy, kódy</p>	<p>animátori skupín</p>

	<b>Vyšetrovacej komisii</b> , ktorá za každé vylúštené meno udelí skupinke 3 body. <b>Bodovanie: 3 body za každé vylúštené meno, 1 bod za nájdený preukaz, ktorý sa nepodarilo správne vylúštiť.</b>		
21:45 – 22:15	<b>Bazár: Vyhodnotenie dňa, skupinky si môžu premieňať body na Eurá a kupovať si výstroj, alebo začať výstup.</b>		
22:15	Hygiena, večerné modlitby		
23:00	Večierka		

## STREDA

7:00	NAROHYMO		
8:00	Raňajky		
8:30	<b>Scénka:</b> Šéfovia expedičných spoločností sa pohádajú o tom, kto má lepšie družstvo a kto prv vyrazí a kto lepšie zvládne výstup a pod. Dohodnú sa, že turnaje rozhodnú kto je lepší.		
8:45	Turnaje:		
	<b>Prechod ľadopádu:</b> S použitím paliet (predstavujú rebrík), treba prejsť určenú trasu tak, že jednotliví členovia sa nesmú dotknúť zeme, za dotyk zeme je trestný bod. Vyhráva družstvo, ktoré skôr dôjde do cieľa. Vždy súperia dve družstvá a každé má dve palety. <b>Petang:</b> <b>Zelení a hnedí:</b> <b>Yukatan:</b> Rezerva: Petang; Prestreľovaná; Boj s papierovými guľami; Vybíjaná, Chapas, Baseball <b>Bodovanie: Víťazstvo 5 bodov, prehra 3 body</b>	Rozpis, palety, šatka, papierové gule, petang, čierno-červená doštička, pomôcky na Yukatan	

### ROZPIS TURNAJOV:

hra \ čas	8:50 – 9:10	9:20 – 9:40	9:50- 10:10	10:20- 10:40
Petang	Salewa - Garmont		Salomon - NorthFace	Mamut – TrekSport
Zelení a Hnedí		Salomon - Mamut	Salewa - TrekSport	NorthFace - Garmont
Yukatan	NorthFace - Mamut	Garmont – TrekSport		Salewa - Salomon
Prechod ľadopádu	TrekSport - Salomon	Salewa-NorthFace	Garmont - Mamut	

11:45	Omša		
13:00	Obed		
13:30	<b>Siesta:</b> Každá skupinka si pripraví program k táboráku, ak jej zvýši čas môže si zahrať niečo z aktivít z minulého dňa		
13:30-14:00	<b>BAZÁR:</b> Počas siesty si skupinky môžu meniť body na Eurá v kurze 1bod = 10€ a zároveň si kupovať materiál na výstup.	Určený z MTZ	
15:00	<b>Hra Spoznaj cestu:</b> Šiesti šerpovia poznajú výstupovú cestu na Everest, za splnenie jednotlivých úloh dostanú skupinky časť mapy (fotka reálneho miesta v Suchej Belej) a tie si po získaní vlepia na chýbajúce miesta v mape (na druhý deň pri prechode Suchej Belej tieto miesta identifikujú, prípadne sa tam odfotia ako skupinka). Jednotlivé úlohy, ktoré šerpovia zadávajú:  <b>Lavína:</b> Každá zo šiestich skupín má svoju štartovú čiaru a asi 15 metrov od čiaru métu, ktorú treba obehnúť. Hráči na čiare majú svoje čísla od 1 do 10 a stoje v rade za sebou, prvá je jednotka. Prvý vybieha hráč č. 1, obehne métu, beží k štartovej čiare, chytí za ruku hráča č. 2, obehnú métu, bežia	Mapa rokliny Suchá Belá (môže byť nakreslená) a 6 fotiek, reálnych miest v rokline (z netu, alebo odfotených)  Pomôcky na súťaže:  Lavína: čiara, méty z kartónu	



	<p>pre hráča č. 3 atď. Keď sú všetci desiaty po obehnutí méty za čiarou, družstvo je v cieľi, hra končí (možné sú rôzne obmeny behu a vzdialenosti méty)</p> <p><b>Kuriér:</b> Keďže v Himalájach nie je signál a satelitný telefón často nefunguje a je drahý, správy doručujú kuriéri. Družstvo sa rozostaví vo vzdialenostiach asi 20m od seba a podávajú si šepkaním do ucha správu, ktorú musia doniesť do cieľa čo najpresnejšie. Rozhoduje najprv presnosť správy, až potom rýchlosť.)</p> <p><b>Preteky jakov:</b> Piaty hráči sformujú jedného Jaka s jazdcom tak, že dvaja hráči stoja vedľa seba so zakliesnenými laktami, dvaja za nimi predklonený, hlavami sa dotýkajú ich chrbtov a na ich chrbtoch kľáči jazdec (spravidla mladší chlapec). Takto musia vybehnúť a absolvovať určenú trasu (obeh méty) a čo najskôr dôjsť do cieľa.</p> <p><b>Hľadanie drahokamov v rieke:</b> V plytkom úseku rieky sú rozhádzané vo vode drahokamy, ktoré treba v určitom časovom intervale nájsť. Hráč, ktorý nájde drahokam, musí s ním bežať do domčeka (domčeky sú na štartovej čiare, až potom môže hľadať ďalší drahokam. Úsek rieky s drahokamami je označený.</p> <p><b>Varenie nepálskeho jedla:</b> Každá skupinka musí na spoločnom ohni urobiť praženicu. (alebo placku)</p> <p><b>Výroba nepálskej zbrane:</b> Hráči si musia vyrobiť zbraň (prak, luk) a potom s ním trafiť cieľ (terč)</p> <p><b>Prvé 4 súťaže robia všetky skupinky naraz, 5. a 6. úlohu robia tri a tri, potom sa vystriedajú (za účasť po 2 body);</b></p> <p><b>Bodovanie: prvé 4 súťaže sú bodované vždy 6, 5, 4, 3, 3, 3</b></p>	<p>Kuriér: správa</p> <p>Drahokamy</p> <p>Veci na varenie</p> <p>Veci na výrobu zbraní: guma do nohavíc, duša z bicykla, paličky, klinec</p>	
18:30	Večera		
19:00	I. Himalájska Liga (dnes nebude)		
19:00	<p><b>Scénka:</b> Šéfovia skupín zohrajú scénu o tom, že napadlo veľa snehu a postupový tábor, ktorý sme predtým budovali je ohrozený Lavínou.</p> <p><b>Hra Lavína (obmena pašerákov):</b> Tábor 2 ohrozuje lavína, hrozí, že ho zasype, treba z neho zniesť všetok materiál a presunúť na nové miesto. Chlapci bežia do tábora č. 2 (miesto kde sú rôzne kartóny s názvami táborových vecí: stan, spacák a pod.) Ohrozujú ich však animátori (lavíny) ktorí točia wagnerom. Úlohou chlapcov je vybehnúť hore, zobrať materiál a zniesť ho dole bez toho, aby ich zasiahla lavína. Ak je chlapec zasiahnutý pri výstupe, vracia sa dole, ak je zasiahnutý pri zostupe, odovzdá materiál animátorovi a tiež beží dole. Znesený materiál je potrebné vyniesť na nové miesto, kde už nehrozia lavíny, čaká ich tam šerpa, ktorý bude rátať materiál skupiniek. Ráta sa iba materiál vyneseny do nového tábora č.2. (za každý kus materiálu 1b.)</p> <p><b>Body: 14, 12, 10, 9, 8, 7</b></p>	<p>Kartónové „bedne“ wagneri</p>	
20:00	<b>Vyhodnotenie dňa, uzavretie nákupov výstroje, všetky skupiny musia nastúpiť na výstup po zvolenej trase!</b>		
20:30	<p><b>Pochod dôvery:</b> Každá skupinka vytvorí hada tým, že sa chytia za ruky (každý okrem vedúceho animátora má zaviazané oči šatkou). Animátor takto vedie skupinku cez les, okolo táboriska až ju privedie opatrne pomalým krokom k miestu, kde je založený oheň (táborisko). Pri ňom sa zhromaždia postupne všetky skupinky a bude nasledovať</p>	<p>Šatky</p>	

	spoločná modlitba.		
20:45	<p><b>Táborák:</b> (každá skupinka si pripraví scénu, alebo hru do programu) <b>POZOR! Program sa boduje. Scény sú hodnotené od -5 bodov (ak skupina nemá) do 15 bodov (veľmi kvalitná scénka)! (lacná možnosť zisku)</b></p> <p>Okrem toho treba mať pripravené hry a súťaže v ktorých budú súťažiť zástupcovia skupín a budú si môcť staviť na víťaza sumu peňazí (súboje typu: skok z miesta, krokodílí súboj, klikovnie, pretláčanie rukou, sed dvojíc zapretými chrbátmi). Táborák bude zakončený spoločnou modlitbou</p>	Scény skupiniek súťaže na ktoré v ktorých sa dá staviť	
22:15	<b>Hygiena</b>		
22:45	<b>Večierka</b>		
<b>ŠTVRTOK</b>			
7:00	NAROHYMO		
8:00	Raňajky		
9:00	<p><b>Scénka:</b> Každý zo šéfov tvrdí, že jeho skupinka je najlepšie pripravená na dobytie Everestu. Navzájom sa podpichujú, ale potom sa <b>dohodnú na spolupráci</b> a vyrazia na celodenný výlet.</p> <p>Odchod na celodennú túru smer Suchá Belá (s identifikáciou miest, ktorých fotku predchádzajúci deň získali v poobedňajšej hre), na daných miestach sa odfotia. Po prechode Suchej Belej budú skupinky pokračovať smerom na Kláštorisko, pričom budú plniť úlohy, ktoré zadá a skontroluje animátor: <b>1.</b> odniesť pár metrov zraneného; <b>2.</b> preskákať asi 20m na jednej nohe, všetci sa pritom držia okolo ramien; <b>3.</b> nazbierať 50 šišíek a trafiť z nich čo najviac do kruhu, ktorý vytvorí animátor; <b>4.</b> vytvoriť dvojice a prejsť kúsok cesty ako „fúrik“.</p> <p><b>Menší chalani, tí ktorí si netrúfajú na Suchú Belú, absolvujú kratšiu trasu z Podleska na Kláštorisko</b></p> <p>Na Kláštorisku bude obed (nezabudnúť na horčicu a kečup) k rezňu. Potom chlapci dostanú vrcholový náhrdelník (drahokam „Sagarmatha“ – Svätá Matka hôr na rep šnúrke) V rezerve treba mať nejaké hry ak chlapci budú vladať (indiánska palička a pod. medzi skupinami)</p> <p><b>Zakončíme sv. omšou v kláštore</b> a vrátíme sa po zelenej značke do táboriska.</p> <p>Body: Za absolvovanie túry: 30 bodov pre skupinku, za správne vloženie fotiek do mapy: 15 bodov pre skupinku.</p> <p><b>Scénka:</b> Po návrate do tábora sa zistí, že jeden animátor chýba (námet na skúšku odvahy a pátranie po ňom ďalší deň)</p>	<p>Vedúci skupín</p> <p>S mladšími chlapcami ide zodpovedný animátor</p> <p>Horčica, kečup</p>	
17:00	Návrat do tábora, hygiena, sprchovanie		
18:30	Večera (umytie rúk)		
19:00	I. Himalájska Liga		
20:30	<b>BAZÁR:</b> Platenie etáp		
21:00	<p><b>Skúška odvahy</b> (dobrovoľná) Hľadanie strateného člena výpravy. Trasa podľa potreby osvetlená kahancami, môže sa použiť aj lano. Na konci trasy animátor prečíta každému správu, že animátor (bohatý klient, ktorý chcel vystúpiť na Everest) je unesený teroristami a žiadajú výkupné, lebo sa jedná o bohatého klienta. Ako dôkaz za absolvovanie skúšky odvahy dá animátor každému účastníkovi drahokam (posiela klientova rodina za odvalu a s prosbou, aby ho zachránili).</p>	Laná, kahance, poháre, cely drahokam s vrecúškom dostane kto absolvuje trasu	

	<b>Body: 3 body za účasť každého člena na skúške</b>		
<b>PIATOK</b>			
7:00	NAROHYMO		
8:00	Raňajky		
8:30	<p><b>Záverečná hra:</b> motivovaná správou, že chýbajúci bohatý klient, ktorý bol unesený skupinou teroristov, ktorí ho uniesli a vydierajú ho, vyhrážajúc sa, že odpália nejakú bombu a pod. Na mieste kde bol predchádzajúci deň počas skúšky odvahy čítaný odkaz sa nájde aj stopa, že tam bol. Bude nasledovať pátračka, teroristi nechajú tri stopy (cesty) označené krepákom, z ktorých len jedna je pravá, ostatné sú falošné. Jedna cesta nás privedie na miesto, kde je úkryt teroristov. Skupina, ktorá tam dorazí vystrelí svetlicu (petardu), čím privolá ostatné skupiny. Teroristi budú žiadať získané drahokamy (ktoré chlapci dovtedy získali). Nevedia dať záruku, že po zaplatení výkupného nášho horolezca naozaj pustia. Preto sa rozhodneme nezaplatiť, ale bude nasledovať boj, aby sme porazili teroristov a vyslobodili kamaráta.</p> <p><b>Boj:</b> Teroristi sú ozbrojení papierovými guľami a keď zasiahnu chlapca musí sa vrátiť do domčeka, spraviť 10 drepov a znova sa môže vrátiť do bojového poľa. Teroristi majú 5 šatiek, ktoré predstavujú životy a chlapci sa snažia ich ukradnúť. Teroristi majú neobmedzené množstvo munície, teda môžu gule zbierať aj zo zeme a páliť. Chlapci vstupujú do boja postupne, najprv dvaja z každej skupinky, potom traja a postupne všetci. Keď teroristi prídu o všetky šatky, ujdú a my musíme nájsť úkryt so zraneným horolezcom a priniesť ho na nosidlách do táborska.</p>	Trasy vyznačené krepákom, petarda, papierové gule, nosidlá nosidlá	
10:15	<p><b>Bonusová aktivita:</b> zbieranie munície, ktorá skupinka nájde najviac papierových gúľ po teroristoch dostane prémii Posledná šanca zarobiť body, kto donesie najviac papierových gúľ, zvíťazí.</p> <p><b>Body: 12, 10, 8, 7, 6, 5;</b></p>		
	<b>Podľa potreby sa dá vložiť ešte nejaká krátka aktivita</b>		
10:45	Záverečná sv. omša		
11:30	<b>Vyhodnotenie</b> – odovzdanie cien (sladkosti), kto nebol na skúške odvahy, dostane vrečko s drahokamom za absolvovanie tábora.		
12:30	<b>Obed</b>		
13:00	Balenie vecí, upratanie chatiek, ak zvýši čas tak si zahráme hry, ktoré sa hrali na siestu		
14:30	Skupinky odchádzajú s batožinou k „Ranču“, alebo na Podlesok kde už čakajú autobusy		
15:00	Odchod autobusov		
15:30	Príchod, odovzdanie detí rodičom		

## PRÍLOHA:

### BODOVANIE:

Hry sa bodujú tak ako je v programe, pričom 1 bod = 10 €;

Čistota na chatkách 0 – 10 bodov pre skupinu (všetky priestory skupiny sa hodnotia spoločne)

Nástupy, rýchlosť a usporiadanosť 0 – 3body

Ticho a poriadok v jedálni 0 – 3body

Prospešný čin jednotlivca, max 2x denne v jednej skupinke 1b

Vedúci tábora môže vyhlásiť zarábanie bodov za drepy, kliky a iné úlohy (vyhlási naraz pre všetky skupinky a určí presné podmienky)

CENY TOVAROV a na akú trasu sú potrebné (**vedúci tábora môže tovar zdražiť, alebo v akcii dať zľavu!!**):

**Č = červená, B = biela; M = modrá:**

Kyslík	120€	B, Č	Lekárnička	60€	
Varič	40€	Č, M	Lavinová lopatka	90€	M
Energetické tyčinky	80€	B	Karabíny	120€	Č, B
Konzervovaná strava	120€	Č, B, M	Čelovka	70€	Č, B
Cepín	120€	Č, B,	Zminá bunda	180€	Č, B, M
Skoby	80€	Č, B	Turistické topánky	250€	Č, B, M
Rukavice	50€	Č, B, M	Čiapka	20€	Č, B, M
Ešus	20€	Č, M	Poplašná pištoľ	210€	
Lyžiarske okuliare	40€	B, M	Snežnice	160€	M
Snečné okuliare	20€	Č, B, M	Mačky	150€	B, M
Stan	280€	Č, B, M	Nožik	40€	Č, B, M
Sveter	70€	B	Zápalky	10€	Č, M
Palice	80€	M	Batoň	180€	Č, B, M
Prilba	70€	Č, B, M	Rebríky	160€	Č
Lano	120€	Č, B,	Spacák	120€	Č, B, M

### DRAHOKAMY:

**Tmavomodrý na šnúrke:** za statočnosť a celodennú túru (výstup na Everest), odovzdá sa na Kláštorisku;

**Svetlomodrý:** Za absolvovanie tábora, priateľstvo a čestnosť;

**Červený:** za skúšku odvahy (s vreckom) na skúške odvahy

**Ružový:** ak skupina získa aspoň 10 vlajčiek

**Biely:** Za čistotu na chatkách, účasť a správanie vo futbalovej lige. (ostatné sa odovzdajú na konci tábora pri vyhodnotení)

**Animátori skupín majú tmavomodrý na šnúrke počas celého tábora ako motiváciu.**

### PRAVIDLÁ VÝSTUPU:

Družstvá najprv musia získať výstroj povinnú pre danú etapu (viď cenník), potom môžu začať výstup, čas trvania výstupu je reálny čas (ako pri on-line hre), za každú etapu je potrebné zaplatiť (povolenie, šerpovia, zázemie).

**Biela trasa** tri 8-hodinové etapy + 2x2h oddych = 28 hodín; jedna etapa 320€; Spolu 960 eur

**Červená trasa** 4 8-hodinové etapy + 3x1h oddych = 35 hodín, jedna etapa 220€; Spolu 880 eur

**Modrá trasa** päť 6-hodinových etáp + 4x2 h oddych = 38 hodín, jedna etapa 170€; Spolu 850 eur

Dôležité je rozrátat si sily a čas tak, aby sa výstup podaril. Hra oficiálne končí v piatok o 11:00, posledný možný začiatok výstupu je teda 28 hodín pred touto hodinou (ak si vyberiete bielu trasu) a treba mať našetrených aj 900 eur (alebo aspoň 300 na 1. etapu) Ak skupina nemá dosť peňazí na ďalšiu etapu, oddych sa predlžuje, kým skupina nezarobí.

(Správne odhadni schopnosti skupiny a prepočítaj peniaze, ktoré potrebuješ na materiál a na výstup)

**Vyháva:** 1. Kto je prvý na vrchole; 2. Pri rovnakej hodine výstupu, kto má viac kúpeného materiálu; 3. pri rovnakom počte výstroja rozhoduje hodnotnejší materiál; 4. Viac zvyšných bodov; 5. Viac vlajčiek;

## MODLITBY:

(príbehy, treba pútavo prerozprávať nie čítať!) Príbeh je súčasťou rannej modlitby, iba v pondelok sa povie večer. Inak v ostatné dni sa vo večernej modlitbe treba vrátiť k dňu, zhodnotiť ho, poďakovať, odprosiť a zmieriť prípadné napätia.

### PONDELOK:

**Večer pred spaním sa skupinka najprv poďakuje za deň, odprosí za hriechy a animátor pútavo prerozpráva príbeh:**

#### **Trpezlivosť a vytrvalosť**

Ďaleko v našom juhozápadnom kraji je indiánska dedina a vysoko z púšte za ňou sa týči veľký vrch. Považovalo sa za veľký čin vystúpiť na tento vrch, takže všetci chlapci v dedine túžili dokázať to.

Jedného dňa povedal náčelník: „No chlapci, môžete dnes všetci ísť a pokúsiť sa vystúpiť na vrch. vyjdite ešte pred svitaním a choďte tak ďaleko, ako len budete môcť. Potom, až budete ustáť, vráťte sa, ale prineste konárik z miesta, odkiaľ sa vrátite.“

Na druhý deň chlapci odišli plní nádeje. Každý sa domnieval, že iste dôjde až na samý vrchol. Ale čoskoro sa pomaly vracal zavalitý chlapec a v ruke niesol náčelníkovi konárik kaktusu. Náčelník sa usmial a povedal: „Chlapče, veď ty si sa nedostal ani k úpätiu hory, prešiel si len púšť.“

Neskôr sa vrátil iný chlapec a v ruke niesol šalviu. „Áno“, povedal náčelník, „ty si vystúpil až k prameňom.“

Ďalší prišiel ešte neskôr a priniesol hlohové trnie. Náčelník sa usmial keď to videl a povedal: „Ty si bol až pri prvej príkrej skale.“

Neskoro po obede prišiel chlapec s cédrovým konárikom. Tomu povedal náčelník: „Výborne! Bol si v polovici cesty.“

Oveľa neskôr prišiel veľmi unavený chlapec so smrekovým konárikom a starý muž povedal: „Dobre, dostal si sa k tretiemu pásmu, vystúpil si skoro do troch štvrtín svahu.“

Slnko už dávno zapadlo a na oblohe sa ukazovali prvé hviezdy, keď sa vrátil posledný. Bol to urastený chlapec, pevného charakteru. Jeho ruky boli prázdne keď prichádzal k náčelníkovi, ale jeho tvár žiarila šťastím. Riekol: „Náčelník, videl som ožiarené more.“ Teraz sa tvár starého muža tiež rozžiarila a on zvolal hlasno a nadšene: „Poznal som to! Keď som sa Ti pozrel do tváre vedel som, že si bol až hore. Ako dôkaz nemusíš mať konáriky. Je to napísané v твоjich očiach a zvoní to v tvojom hlase. Chlapče si muž, spoznal si slávu vrchu.“

**Na zamyslenie:** Aj nám sa môžu zdať niektoré skúšky veľmi ťažké. Keď sa nám nedarí vzdávame to a uspokojíme sa aj s tým málom, čo spravíme. Skutočne hodnotné a pekné veci však stoja vždy veľkú námahu. Za veľa námahy, veľa radosti. Človek jednoducho potrebuje niekedy siahnuť na dno vlastných síl, aby sa spoznal a aby si dokázal viac vážiť seba samého. Skutočné šťastie pocítíme, ak prekonáme seba samého. Najviac trpezlivosti si však vyžadujú vzťahy k ľuďom. Ak chceme z ľudí mať priateľov, budme s nimi veľmi trpezliví. A nezabudnime byť trpezliví aj k nám samým. Neúspech neznamená pre trpezlivého prehru.

**Aktivita:** Chlapci môžu porozprávať nejaký svoj zážitok, keď museli byť veľmi trpezliví, keď museli naozaj siahnuť na dno svojich síl.

### UTOROK:

#### **Spolupráca, empatia, schopnosť dávať**

Nad morom sa rozpútala hrozná búrka. Ostré poryvy vetra pretínali vodu, dvíhali ju v obrovských vlnách, ktoré narážali na pobrežie ako údery kladiva a ako oceľové radlice preorávali morské dno a vyhadzovali z hĺbín na desiatky metrov od mora malé zvieratká, kôrovce a mäkkýše. Keď búrka prešla, tak rýchlo ako prišla, voda sa utíšila a ustúpila. Pobrežie bolo plné bahna, v ktorom sa v agónii zmietať tisíce a tisíce morských hviezdíc. Bolo ich toľko, že pobrežie sa zdalo zafarbené do ružova. Prilákalo to mnoho ľudí z celého pobrežia. Prišla si to nafilmovať aj televízia. Morské hviezdice sa už skoro nehýbali. Umierali. Prizeral sa na to aj jeden otec s chlapcom, ktorého držal za ruku. Chlapec sa pozeral na malé morské hviezdice očami plnými smútku. Všetci tu stáli a pozerali, ale nik nepohol ani prstom. Chlapec sa zrazu vyšmykol z otcovej ruky, vyzul sa a rozběhol sa na pobrežie. Sklonil sa a do malých rúk nabral tri malé hviezdice a utekal ich zaniest' do vody. Potom sa vrátil a pokračoval vo svojej práci. Z betónového mosta ktosi zvolal:

„Čože to robíš, chlapče?“

„Odnášam do mora morské hviezdice, lebo otec povedal, že bez vody zahynú na slnku, na pobreží,“ odpovedalo chlapča a bežalo ďalej.

„Tu na pobreží je ich tisíce. Je ich tak mnoho, nemôžeš ich všetky zachrániť!“ kričal muž. „To sa stáva na pobreží každého mora. Nemôžeš veci zmeniť!“ Chlapec sa zohol pre ďalšiu hviezdicu a hodil ju do vody a povedal:

„Pre túto som veci zmenil.“

Muž stíchol, zohol sa, vyzul sa a zostúpil na pobrežie a začal zbierať morské hviezdice a hádzať ich naspäť do vody. Po chvíli zostúpili na pobrežie dvaja chlapci a tak zbierali hviezdice už štyria. O pár minút ich bolo už päťdesiat, potom sto, dvesto, tisíc... Všetci odnášali morské hviezdice do vody. A tak ich zachránili.

### **Na zamyslenie:**

- Niekedy sa necháme hneď na začiatku odradiť „veľkou vecou“, úvodnými ťažkosťami, veci, prv než sa do nich pustíme sa zdajú náročné a tak radšej zostaneme stáť a kritizovať tých, čo sa pokúšajú niečo zmeniť. *Niektomu musel hodiť prvú hviezdicu do mora.*
- Aj veľký dom bol kedysi len jedinou tehlou. Začiatky každej veci sú malé. *Jedna hviezdička z milióna.*
- Jeden človek na celú prácu nestačí, je dobre si prácu rozdeliť. Najprv sa však musia nájsť ľudia ochotní spolupracovať. *Muž z mosta musel uznať, že chlapec má pravdu a že stojí za to pomôcť mu. Stálo to aj námahu a čas, ten muž mohol robiť aj iné veci, ale pochopil, že táto služba je veľmi dôležitá.*
- Na začiatku každej práce, každého diela stojí myšlienka, nápad, motivácia, otázka: „Stojí tá práca, námaha za to?“ *Chlapec si musel uvedomiť, že hviezdičky sú tiež živé tvory, že trpia a treba im pomôcť, vcítil sa do ich situácie, bol empatický...*
- Nie vždy je ľahké spolupracovať, pri spolupráci je nutné prijať rozličné úlohy, náročnejšie i „podradnejšie“. Spolupráca je však základom pokroku ľudstva vo všetkých smeroch a denne bez nej nemôže fungovať takmer nič. (Vhodné je upozorniť na príklady zo života: tento tábor, futbal, orchester, rodina...)
- chlapci môžu uviesť vlastné príklady spolupráce, ako ich zažili vo svojom živote.
- chlapci sa môže dohodnúť ako by asi mala fungovať spolupráca v ich oddiely počas tábora, počas táborovej hry...

**Návrh na predsavzatie:** snažiť sa spolupracovať počas dňa, všimnúť si, kde môžeme pomôcť ako jednotlivci, alebo ako skupina.

### **STREDA:**

**Odpustenie** Vtedy som spoznal Divokého Billa. Nebolo to jeho vlastné meno, jeho meno bolo sedem slabičné. Mal dlhé ovisnuté fúzy ako riadidlá na bicykli. Preto ho americkí vojaci nazývali: „Divoký Bill“. Bol to jeden z trestancov koncentračného tábora, ale zrejme tam nebol dlho. Pretože plynule hovoril po nemecky, francúzsky, anglicky, poľsky a rusky, stal sa akýmsi neúradným tlmočníkom tábora. Chodili sme za ním so všetkými možnými problémami. Samá papierová práca, a tá viazla, pretože sme sa pokúšali poslať domov ľudí, ktorých rodiny, ba celé mestá zmizli. Hoci Bill pracoval 15 – 16 hodín denne, nevideli sme na ňom únavu. Zatiaľ čo my sme padali od únavy, zdalo sa, že on získava silu. Hovorieval: „Máme ešte trochu času pre toho starého chlapíka. Čaká už celý deň, aby nás navštívil.“ Súcit so spoluväzňami mu vyžaroval z tváre a pre túto žiaru som za ním chodil, keď moja nálada klesala. Prekvapilo ma, keď som sa dozvedel – z jeho osobných dokladov, že bol vo Wuppertale od roku 1939. Šesť rokov žil na rovnakej hladovej diete, spával v tom nevzdusnom a chorobami prežranom baraku ako každý iný, ale bez menšieho fyzického zhoršenia. Ešte viac ma prekvapilo, že všetky skupiny v táboře na neho pozerali ako na priateľa. On to bol, ktorý riešil hádky a spory väzňov. Až po niekoľkých týždňoch som si uvedomil, akou úžasnou autoritou bol v spoločnosti, v ktorej sa väzni rôznych zariadení nenávideli takmer tak silne, ako nenávideli Nemcov.

Čo sa týka Nemcov, pocity nenávisťi voči nim zašli až tak ďaleko, že v ktoromsi táboře, už oslobodenom, si kdesi väzni zohnali pušky a bežali do najbližšej dediny, kde postrieľali prvých Nemcov, ktorí im prišli do cesty.

A opäť to bol Divoký Bill, náš najväčší tromf, pretože vedel všetko vysvetliť tým najrôznejším skupinám a navrhoval odpustenie. Ja som len poznamenal: „Nie je to ľahké pre niektorých z nich odpustiť.“

Jedného dňa, keď sme v stredisku sedeli nad šálkou čaju, Divoký Bill sa oprel o zadnú časť stoličky, usrkol si trochu čaju a začal rozprávať: „Žili sme v židovskom gete vo Varšave, moja žena, dve dcéry a ich malí chlapci. Keď Nemci prišli na našu ulicu, všetkých postavili ku stene a postrieľali ich guľometmi. Prosil som ich aby mi dovolili zomrieť s mojou rodinou, ale pretože som hovoril po nemecky, dali ma do pracovnej skupiny.“ Odmlčal sa a možno opäť videl svoju ženu a päť detí... Nato pokračoval: „Musel som sa rozhodnúť hneď vtedy, či mám odpustiť, alebo nenávidieť vojakov, ktorí to páchali. Naozaj to nebolo ľahké rozhodnutie. Bol som advokátom a vo svojej praxi som až príliš často videl, čo dokáže zapríčiniť nenávisť. Nenávisť práve zabila 6 ľudí, na ktorých mi v živote a na svete najviac záležalo. Vtedy som sa rozhodol, že zvyšok života strávim – či už to bude niekoľko dní, alebo roky – tak, že budem milovať každého človeka s ktorým sa stretnem.“

### **Na zamyslenie:**

- Milovať každého človeka... to bola tá sila, ktorá držala tohto človeka, sila, s ktorou dokázal čeliť každému nedostatku.

- Vedieť odpustiť človeku je veľmi ťažké, hlavne keď nás ešte stále bolí dôsledok jeho činu. Ježiš Kristus nám tiež odpúšťa naše hriechy pri sviatosti zmierenia, i keď ho veľmi ranila, urážajú a boľia.

- Odpustenie nás robí slobodnými. Ak sa totiž na niekoho hneváme, ak niekoho nenávidíme, tak sme v zajatí tejto nenávisťi a hnevu, sme otrokmi tejto vášne. Ak niekomu odpustíme, stávame sa slobodní od tejto nenávisťi od túžby po pomste a zároveň oslobodzujeme aj toho, kto nám ublížil. Už nemusí bojovať proti nám. Získal priateľa. Je slobodný a nepotrebuje si nás podmaniť násilím, lžou, alebo inou krivdou.

- Naučme sa dnes viac milovať ľudí okolo seba a vedieť odpustiť urážky, či posmech našich blízkych. Pokúsme sa dnes na urážku, či posmech odpovedať s úsmevom: „Odpúšťam Ti a naďalej Ťa mám rád.“

**Návrh na predsavzatie:** Nájsť si chvíľku času a každý v samote a tichu si môže preveriť všetky svoje vzťahy, priateľstvá a nepriateľstvá a zistiť na koho sa hnevá, komu ešte zostal dlhý odpustenie. Odpustiť môžeme v srdci, aj keď osoba, ktorej odpúšťame nie je prítomná, alebo o odpustenie nestojí.

## ŠTVRTOK:

### Pravdivosť, Čestnosť

Hra – tichá pošta: Hráči sedia v kruhu a animátor potichu do ucha najbližšiemu hráčovi pošepne myšlienku, ktorú má ten podať ďalej až sa myšlienka dostane k poslednému hráčovi, ktorý ju povie nahlas, tak ako sa k nemu dostala. (hru možno zopakovať viackrát)

Ak pozorne počúvam a neprekrútim vetu, dozvieme sa pravdu. Ak to niekto pomýli, naschvál oklame, dostane sa odkaz k ostatným prekrútený, pomýlený a miesto pravdy sa ostatní dozvedia hlúposť, lož.

Myšlienky, ktoré možno použiť na hru:

„Pravda sa neriadi podľa nás, ale my sa musíme riadiť podľa nej.“

„Pravdivé slová nemusia byť vždy príjemné a príjemné slová nemusia byť vždy pravdivé.“

„Lož jazdí na koni, pravda kráča pomaly, ale aj tak príde v pravý čas.“

„Klamstvo je snehová guľa, čím ju dlhšie gúľame, tým je väčšia.“

„S klamstvom možno zísť ďaleko, ale bez nádeje na návrat.“

„Ten, kto stratil česť, už nemá čo stratiť.“

Ak zvykneme klamať, nehovoriť pravdu (aj keď len zo žartu), ľudia nám prestanú veriť. Tak sa to stalo aj jednému mladému pastierovi:

Pastier pásaval ovce na lúke nad dedinou. Keď sa ovce pokojne pásli, on si vypiskoval na píšťalke, hral sa so psom Dunčom, alebo len tak vylihoval v tráve a pozeral na oblohu. Jedného dňa sa už dosť nudil a dostal nápad ako sa trochu zabaviť. Vystrelil si z ľudí, ktorí boli neďaleko na poli. Začal kričať: „Pomóc, pomóc, vlk! Ľudia pomôžte! Vlk je tu!“ O chvíľu sa tam ľudia zbehli. Každý držal v ruke to, čo mal nablízku – motyku, hrable, palicu. Chceli pastierovi pomôcť, ochrániť ovce pred vlkom. Ale keď tam zadychčaní dobehli, pastier sa len veľmi smial ako „ich dobehol“. Ľudia nahnevaní odišli.

O niekoľko dní ovce skutočne napadol vlk. Ale pastier mohol kričať o pomoc koľko len vládal, už mu nik neveril a neprišiel pomôcť zachrániť ovce.

Aby sme raz nedopadli ako ten pastier, musíme sa naučiť vážiť si pravdu a byť v živote vždy čestný.

Možno sa vám už stalo, že ste sa chceli pred niekým ukázať, chceli ste sa niekomu zapáčiť, alebo ste sa chceli vyhnúť nejakému trestu od rodičov či učiteľa a preto ste nehovorili pravdu. Párkrát sa môže stať, že klamstvo zaberie a dosiahneme tým to, čo sme chceli, ale skôr či neskôr pravda vyjde najavo a zistíme, že sme klamstvom ublížili hlavne sebe, lebo ten druhý nám prestal veriť a často sa potom stratená dôvera len ťažko dá získať späť. Ak budeme hovoriť vždy pravdu, ľudia nám budú veriť a budú si nás vážiť.

**Pribeh:** Chosroes, perzský kráľ sa proti všetkým očakávaniam zotavil po ťažkej chorobe. Tu si zvolal svojich radcov a povedal im: „Dnes by som chcel od vás počuť, čo si o mne myslíte. Nazdávate sa, že som dobrý kráľ? Povedzte bez obáv pravdu. Za to každého z vás odmením drahokamom.“

Radcovia jeden po druhom predstupovali pred kráľa s peknými slovami a prehnanými chválami. Keď prišiel na rad múdry Elaim, povedal: „Pán kráľ, radšej by som mlčal, lebo pravda sa nedá kúpiť.“

Kráľ povedal: „Dobre teda. Nedám ti nič. A teraz môžeš otvorene povedať svoju mienku.“

Vtedy Elaim povedal: „Môj kráľ, chceš vedieť, čo si myslím? Myslím si, že si človek s mnohými slabosťami a chybami, rovnako ako my. Ale tvoje chyby majú oveľa väčšiu váhu, lebo celý národ stoná pod ťarchou daní. Myslím si, že vydávaš priveľa peňazí na oslavy sviatkov, výstavbu palácov a predovšetkým na vedenie vojen.“

Keď to kráľ počul, zamyslel sa. Potom dal každému radcovi po jednom drahokame, ako bol sľúbil. Elaima však vymenoval za svojho kancelára. Na druhý deň predstúpili lichotníci pred kráľa. „Môj kráľ,“ povedal ich hovorca, „obchodníka, čo ti predal tieto šperky, treba obesiť! Lebo drahokamy, čo si nám daroval, sú falošné.“

„Viem,“ odpovedal kráľ. „Sú rovnako falošné ako vaše slová.“

Elaim nevedel, čo ho čaká. Riskoval, že ak povie pravdu, stratí svoje miesto, ale predsa sa rozhodol zostať verný pravde a bol za svoju úprimnosť a pravdovravnosť odmenený.

**Návrh na predsavzatie:** Skúsme sa dnes zamerať na hovorenie pravdy. Budem pozorný, aby som dnes ani raz nezaklamal.

## PIATOK:

### Radosť

Prednedávnom zabúchal akýsi dedinčan na kláštornú bránu. Keď brat vrátnik otvoril ťažké dubové vráta, dedinčan mu s úsmevom ukázal nádherný strapec hrozna.

„Brat vrátnik,“ povedal dedinčan, „vieš komu chcem darovať tento najkrajší strapec z mojej vinice?“

„Azda opátovi, alebo niektorému otcovi z kláštora.“

„Nie, tebe!“

„Mne?“ Brat vrátnik sa od radosti začervenal. „Ty ho chceš darovať mne?“

„Áno, tebe, lebo si sa vždy ku mne správal ako priateľ a pomohol si mi, keď som ťa o to požiadal. Preto chcem,

aby Ťa tento stravec trochu potešil.“

Jednoduchá, úprimná radosť, ktorá zažiarila na tvári vrátnika, ožiarila aj dedinčana.

Brat vrátnik uložil stravec hrozna tak, aby ho mal stále pred očami a obdivoval ho celé dopoludnie. Bol to skutočne nádherný stravec. Zrazu sa mu zrodila v hlave myšlienka: „Prečo by som ten stravec nezaniesol opátovi, aby som trochu potešil aj jeho?“ Vzal stravec a zaniesol ho opátovi.

Opát sa naozaj potešil. Spomenul si však, že v kláštore je starý chorý brat a povedal si: „Zanesiem mu ho, určite sa mu trochu uľaví.“ A tak sa stravec opäť presťahoval. Ale neostal dlho ani v cele chorého brata. Chorý si myslel, že stravec môže urobiť radosť bratovi kuchárovi, ktorý sa denne potí pri šporáku a tak mu ho poslal. Brat kuchár ho však dal bratovi kostolníkovi, aby trochu urobil radosť aj jemu a kostolník ho daroval niekomu, ktorý si tiež myslel, že bude dobré dať ho ďalej. A tak stravec putoval od brata k bratovi až sa vrátil k vrátnikovi (aby mu priniesol trochu radosti). Tak sa uzavrel kruh radosti.

#### **Na zamyslenie:**

Nečakaj, že začne niekto iný. Dnes si na rade ty, aby si otvoril takýto kruh radosti. Často stačí malá, maličká iskierka, aby vybuchla ohromná nálož. Stačí iskra dobra a svet sa začne meniť. Život nie je na to, aby sme ho preplakali. Každý deň môžeme objaviť tisíc vecí, ktoré sa môžu stať dôvodom mojej radosti. Veselá myseľ je olejom v lampe života. Ak chýba olej, knôť sa rýchlo spaľuje a čmudí. Podobne aj život bez radosti sa neužitočne stravuje a šíri okolo seba Ťažké ovzdušie a zármutok.

Pravá radosť sa neprejavuje smiechom, hlasným hovorom a krikom, ale trvalým duševným jasom.

Pane Ježišu, vlož do nášho srdca milú a pokojnú radosť, ktorá povznáša dušu a pobáda nás, aby sme okolo seba šíрили radosť a šťastie. Pane, pomôž nám, aby sme boli vnímaví pre potreby druhých, aby sme svojim kamarátom vedeli urobiť radosť a tešili sa spolu s nimi. Pane nauč nás tešiť sa z maličkostí.

**Návrh na predsavzatie:** Pokúsme sa každý vykonať dnes dobrý skutok, ktorý by niekoho potešil.

**VLAJOČKY:** Nepáľčania si ozdobujú príbytky, chrámy a posvätné miesta vlajočkami, ktoré majú duchovnú symboliku. Aj chalani počas celého tábora môžu získať vlajočky za rôzne aktivity, súťaže, hádanky a testy, ktoré pripraví Joey a u neho ich budú aj plniť. Čas na to bude hlavne počas siesty. Látkové vlajočky si potom budú môcť naviazať na špagát pred hlavnou chatkou svojej skupinky.

Vlajočky sa dajú získať za tieto činnosti (niektoré z nich sú bodované). Ak skupinka získa aspoň 10, dostane ružový drahokam.

1. poriadok na izbe
2. aspoň ½ skupiny na skúške odvahy
3. najlepší Rambo
4. krokodíl
5. zakúpenie lekárničky
6. 300 drepov+klikov+brušákov
7. výdrž na tyčke (čas)
8. zadržanie dychu (čas)
9. scénka + najlepšia scénka
10. aspoň 3 výhry v lige
11. liga- najlepší strelec
12. najlepšie navarené jedlo
13. najlepšia zbraň –luk –prak–oštep
14. quiz
15. medvedíkovia (pretláčanie na stabilitu)
16. tik tak
17. zabiť wagnera 2x sa ho dotknúť
18. ruženec ako skupinka
19. 3x 1. Na nástupe
20. skupinové lyže

#### **ZOZNAMOVAČKY:**

- Hráči sa rozdelia na dve skupiny, pričom každá stojí na opačnej strane steny vytvorenej pomocou deky tak, že sa nevidia. Skupiny vyšľú po jednom hráčovi tesne k deke. Keď sa deka odtiahne a hráči sa navzájom uvidia, majú povedať meno hráča na opačnej strane deky. Rýchlejší vyhráva, hráči sa zaradia do skupinky a k deke vybiehajú ďalší dvaja. (môže sa bodovať)
- Hráči môžu na papier nakresliť nejaký svoj symbol (zvieratko), ktorý ich vystihuje a potom ostatným popísať čo ten symbol znamená, prečo ho nakreslili.
- Hráči stoja (sedia) v kruhu, v strede je jeden dobrovoľník, vykrikuje sa meno jedného hráča a hráč v strede sa ho snaží dotknúť. On musí rýchlo vykriknúť meno iného hráča, vtedy sa snaží hráč v strede dotknúť jeho. Ak sa stredový hráč dotkne menovaného hráča skôr, ako tento vykrikuje meno iného. Dotknutý hráč ide do stredu. (Rovnaká zoznamovačka sa môže



hrať s loptou, hráči si v kruhu nahrávajú loptu, tak, že ten, kto nahráva, vykrične správne meno hráča, ktorému chce nahráť a súčasne mu nahrá loptu. Hráč v strede sa buď snaží chytiť loptu, alebo dotknúť hráča s loptou skôr ako ju nahrá.)

- Hráči sa pohybujú vo vyznačenom priestore. Animátor vykrične meno jedného hráča, tento okamžite zdvihne ruku a ostatní ho začnú naháňať, on sa snaží rýchlo vykriknúť meno iného hráča, ktorý zas musí zdvihnúť ruku a vykriknúť iné meno. Ak hráča niekto chytil, určuje on nové meno.

### **MOKRÝ PROGRAM a DOPLNKOVÉ HRY:**

Každý animátor má zásobu hier vhodných pre 10 člennú skupinku.

Hry do uzavretých priestorov:

1. Kto som? (každý účastník má na čele nalepený papierik s menom osobnosti, ktorú má uhádnuť kladením otázok na ktoré sa dá odpovedať iba „áno“ a „nie“.
2. Hra Everest: Hrací plán je kartón od vajec. V priehlbínach sú napísané hodnoty vrcholov od 1000 do 8000 a tiež cintorín a nemocnica. Hráči hádžu mincu z určitej vzdialenosti tak, aby zostala v priehlbine kartónu a buď si pripíšu hodnotu uvedenú v hracom pláne, alebo sa im hod vynuluje (nemocnica), alebo sa im vynuluje celá nahratá hodnota (cintorín), vyhrá ten kto získa 100 000 bodov.
3. Kartové hry
4. Kocky
5. Háďaj na čo myslím (otázky sú formulované iba tak, aby sa dalo odpovedať iba „áno“ a „nie“
6. Čokoláda
7. Elektrina
8. Kukurica
9. Ukladanie zápaliek na fľašu (v poradí v smere hod. ručičiek, komu spadne nejaká zápalka, berie celú kopy), cieľom je zbaviť sa všetkých zápaliek
10. Upír
11. Mestečko Palermo
12. Slovný futbal
13. Asociácie
14. Nájsť čo najviac spôsobov využitia nejakej bežnej veci (kancelárska sponka)
15. Háďanky
16. Aktivity (kreslenie, opis, hranie) vylosovaného pojmu
17. Colníci (určiť kód podľa ktorého je možné nejakú vec preniesť do zahraničia)
18. Hlavolamy
19. Háďzanie krúžkom na nohy stoličky otočenej hore nohami
20. Skladanie príbehu, pričom každý hráč môže povedať v jednom kole max. 2 slov
21. Schovávačka v chatke
22. Skúška zraku: Napíšte tlačnými písmenami text na A4-ku, vyhrá ten kto ho prečíta z najväčšej vzdialenosti
23. Kukučka: 2 Hráči so zviazanými očami majú po 5 papierových guľ, obaja musia striedavo zakukať v 10s. intervaloch. Hráč, ktorý začul kukanie hodí po súperovi guľu. Ak ho zasiahne, vyhral (môže sa hrať v stane);
24. Dom z kariet: Z narezaných kartónov, ktoré sme používali na iné hry postaviť čo najvyšší dom;
25. Čítanie slov zozadu: Napíšte si 50 slov odzadu a postupne ich čítajte, kto prvý vykrične správne slovo, má toľko bodov, koľko má slovo písmen, ak vykrične nesprávne slovo odráta sa mu tiež toľko bodov;
26. Kocka: Hráči dookola háďžu jednou kockou a snažia sa v jednom ťahu naháďzať čo najviac bodov. Ak im ale padne jednotka, hod sa nuluje, najmenej si však môžu v jednom ťahu zapísať 10 bodov. Vyhrá hráč, ktorý najskôr naháďže presne číslo 200 (nie viac);
27. Dlhý dych: Hráči naraz nahlas pískajú (bzučia), kto sa prvý nadýchne (preruší pískanie) vypadáva;
28. Hráči sedia za stolom, ktorý je v strede čiarou predelený na polovicu a snažia sa „prefúknuť“ ping-pongovú loptičku (alebo iný ľahký predmet) na stranu súpera a tak dať gól.
29. Spájanie kancelárskych sponiek: Kto prvý poslepiacky pospája 10 sponiek vyhral (potom na čas rozobrať);
30. Čo sa zmenilo v miestnosti: Jeden hráč ide za dvere a ostatní niečo zmenia v miestnosti, alebo si presadnú, súťažiaci má časový limit, aby zistil zmeny;
31. Slovná zásoba: Vedúci hry zvolí písmeno a vyhrá ten, kto za 3 min napíše najviac slov začínajúcich na toto písmeno; obmeny: najviac podstatných mien, najviac miest, najviac zemepisných názvov, najviac osobností a pod.

**Snaž sa objaviť v každom chlapcovi dobro, ktoré ukrýva a motivovať ho, aby to dobro rozvíjal!**