

# AISA

MANUALE  
SEZIONE  
ESPLORATORI

## A. SOMMARIO

A.	SOMMARIO	I
B.	IL REGOLAMENTO AISA	III
C.	ORGANIGRAMMA	I
D.	LE DISTINZIONI DEGLI ESPLORATORI	II
1.	ABILITÀ E HOBBY: ARTE DI FARE SCRITTE E CARTELLONI	1
2.	ABILITÀ E HOBBY: ARTE DI LAVORARE IL SAPONE I	1
3.	ABILITÀ E HOBBY: ARTE DI LAVORARE IL SAPONE II	1
4.	ABILITÀ E HOBBY: DECORAZIONI IN PASTICCERIA	1
5.	ABILITÀ E HOBBY: DECORAZIONI SU CERAMICA	2
6.	ABILITÀ E HOBBY: DECOUPAGE	3
7.	ABILITÀ E HOBBY: DISEGNO E PITTURA	3
8.	ABILITÀ E HOBBY: FILATELIA	3
9.	ABILITÀ E HOBBY: FOTOGRAFIA	4
10.	ABILITÀ E HOBBY: LAVORI A MAGLIA I	4
11.	ABILITÀ E HOBBY: LAVORI A MAGLIA II	5
12.	ABILITÀ E HOBBY: LAVORI CON PASTA DI SALE	5
13.	ABILITÀ E HOBBY: MODELLISMO	5
14.	ABILITÀ E HOBBY: MUSICA I	6
15.	ABILITÀ E HOBBY: MUSICA II	6
16.	ABILITÀ E HOBBY: MUSICA III	6
17.	ABILITÀ E HOBBY: MUSICA IV	7
18.	ABILITÀ E HOBBY: NUMISMATICA	7
19.	ABILITÀ E HOBBY: ORIGAMI	7
20.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: ACCOGLIENZA PROFUGHI	8
21.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: ALLA SCOPERTA DEL PROSSIMO	9
22.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: ARTE DI RACCONTARE STORIE	9
23.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: CONOSCENZA DI ALTRE ETNIE	10
24.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: GESTIONE CRISTIANA	10
25.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: GIOVANE ANIMATORE	11
26.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: GIOVANE TESTIMONE	11
27.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: LINGUAGGIO DEI SEGNI I	11
28.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: LINGUAGGIO DEI SEGNI II	12
29.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: PRIMI SOCCORSI I (ROSSO)	12
30.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: PRIMI SOCCORSI II (BIANCO)	13
31.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: PRIMI SOCCORSI III (GIALLO)	14
32.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: SERVIZIO VOLONTARIO	14
33.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: SOCCORSO ALIMENTARE	14
34.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: STUDIO DELLE LINGUE	15
35.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: TEMPERANZA	15
36.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: TESTIMONE PER GESU' I	17
37.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: TESTIMONE PER GESU' II	17
38.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: VITA IN FAMIGLIA	18
39.	AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: VOLONTARIATO OSPEDALIERO	18
40.	LAVORI DOMESTICI: ARTE DELLA PANETTERIA	19
41.	LAVORI DOMESTICI: CONGELAMENTO DEGLI ALIMENTI	19
42.	LAVORI DOMESTICI: CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI	19
43.	LAVORI DOMESTICI: CUCINA I	20
44.	LAVORI DOMESTICI: CUCINA II	21
45.	LAVORI DOMESTICI: CUCITO	21
46.	LAVORI DOMESTICI: LAVORI IN CASA	21
47.	LAVORI DOMESTICI: NUTRIZIONISMO I	22
48.	LAVORI DOMESTICI: NUTRIZIONISMO II	22
49.	LAVORI DOMESTICI: PUERICOLTURA	23
50.	LAVORI DOMESTICI: SARTORIA	23
51.	LAVORI IN CAMPAGNA: AGRICOLTURA	24
52.	LAVORI IN CAMPAGNA: ALLEVAMENTO DI CAVALLI	24
53.	LAVORI IN CAMPAGNA: ALLEVAMENTO DI GALLINACEI	25
54.	LAVORI IN CAMPAGNA: APICOLTURA	27
55.	LAVORI IN CAMPAGNA: COLTIVAZIONE DI ARBUSTI DA FRUTTO	27
56.	LAVORI IN CAMPAGNA: FLORICOLTURA	28
57.	LAVORI IN CAMPAGNA: FRUTTICOLTURA	28
58.	LAVORI IN CAMPAGNA: GIARDINAGGIO	28

59. NATURA: ALBERI E CESPUGLI	29
60. NATURA: ALBERI E CESPUGLI II	29
61. NATURA: ANIMALI DOMESTICI	30
62. NATURA: ASTRONOMIA I	31
63. NATURA: ASTRONOMIA II	31
64. NATURA: CANI	32
65. NATURA: CONCHIGLIE I	32
66. NATURA: CONCHIGLIE II	33
67. NATURA: CONSERVAZIONE DELL'AMBIENTE	34
68. NATURA: ECOLOGIA I	35
69. NATURA: ECOLOGIA II	36
70. NATURA: FIORI I	37
71. NATURA: FIORI II	37
72. NATURA: FUNGHI	37
73. NATURA: GALLINACEI	38
74. NATURA: GATTI	40
75. NATURA: GEOLOGIA I	40
76. NATURA: GEOLOGIA II	41
77. NATURA: METEOROLOGIA I	41
78. NATURA: METEOROLOGIA II	42
79. NATURA: PESCI	42
80. NATURA: PIANTE DA APPARTAMENTO	43
81. NATURA: PIANTE MEDICINALI	44
82. NATURA: PICCOLI MAMMIFERI DOMESTICI	44
83. NATURA: Ragni	45
84. NATURA: Rettili	46
85. NATURA: ROCCE E MINERALI I	46
86. NATURA: ROCCE E MINERALI II	46
87. NATURA: UCCELLI	47
88. TEMPO LIBERO: AQUILONI	47
89. TEMPO LIBERO: ARRAMPICATA SPORTIVA I	48
90. TEMPO LIBERO: ARRAMPICATA SPORTIVA II	49
91. TEMPO LIBERO: ATLETICA LEGGERA	49
92. TEMPO LIBERO: BENESSERE FISICO	49
93. TEMPO LIBERO: CALCIO	50
94. TEMPO LIBERO: CICLISMO I	51
95. TEMPO LIBERO: CICLISMO II	51
96. TEMPO LIBERO: CORPO LIBERO I (SI RICHIEDE ISTRUTTORE)	52
97. TEMPO LIBERO: CORPO LIBERO II (SI RICHIEDE ISTRUTTORE)	52
98. TEMPO LIBERO: IMMERSIONE CON MASCHERA	53
99. TEMPO LIBERO: MOUNTAIN BIKE	54
100. TEMPO LIBERO: NODI	54
101. TEMPO LIBERO: NUOTO I (1° LIVELLO)	55
102. TEMPO LIBERO: NUOTO I (2° LIVELLO)	56
103. TEMPO LIBERO: NUOTO II (1° LIVELLO)	56
104. TEMPO LIBERO: NUOTO II (2° LIVELLO)	56
105. TEMPO LIBERO: ORIENTAMENTO	57
106. TEMPO LIBERO: pionierismo	57
107. TEMPO LIBERO: speleologia I	58
108. TEMPO LIBERO: speleologia II	59
109. TEMPO LIBERO: SUB (CON ATTREZZATURA) I	59
110. TEMPO LIBERO: SUB (CON ATTREZZATURA) II	60
111. TEMPO LIBERO: tecniche di navigazione	60
112. VECCHI E NUOVI MESTIERI: CARPENTERIA	60
113. VECCHI E NUOVI MESTIERI: COMPUTER I	61
114. VECCHI E NUOVI MESTIERI: COMPUTER II	61
115. VECCHI E NUOVI MESTIERI: CONTABILITÀ	62
116. VECCHI E NUOVI MESTIERI: ELETTRICISTA	63
117. VECCHI E NUOVI MESTIERI: GIORNALISMO	63
118. VECCHI E NUOVI MESTIERI: IDRAULICO	63
119. VECCHI E NUOVI MESTIERI: MECCANICO I	64
120. VECCHI E NUOVI MESTIERI: MECCANICO II	64
121. VECCHI E NUOVI MESTIERI: PICCOLI MOTORI	65
122. VECCHI E NUOVI MESTIERI: RADIO	65
123. VECCHI E NUOVI MESTIERI: SEGNALAZIONE I	66
124. VECCHI E NUOVI MESTIERI: SEGNALAZIONE II	66

125. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO I (CELESTE)	66
126. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO II (ROSSO)	67
127. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO III (VERDE)	68
128. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO INVERNALE	69
129. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO IV (VIOLA)	69
130. VITA CAMPESTRE: CAMPISMO	69
131. VITA CAMPESTRE: ESCURSIONISMO	70
132. VITA CAMPESTRE: FUOCHI E CUCINE DA CAMPO	71
133. VITA CAMPESTRE: SOPRAVVIVENZA	71
134. VITA CAMPESTRE: TRAPPER I	72
135. VITA CAMPESTRE: TRAPPER II	73

## B. IL REGOLAMENTO AISA

### PREMESSA

Ogni regolamento ha la funzione di indirizzare il soggetto al raggiungimento degli obiettivi previsti. Quindi è un mezzo e non un fine. Il rispetto dello stesso permette il buon funzionamento, ordinato e collegiale (ricordiamo che siamo su scala nazionale) di tutta la struttura.

### INTRODUZIONE

Lo scoutismo nasce per volontà di un uomo che ha creduto opportuno stimolare i giovani a un più attento rispetto della natura, opera di Dio, e a saperne sfruttare gli elementi portanti a proprio vantaggio senza deturparla o alterarla. L'amore per l'avventura e il desiderio di imparare a sapersela cavare in qualsiasi circostanza, ha permesso a Baden Powell (il fondatore dello scoutismo) di strutturare un programma che ancora oggi affascina e stimola alla partecipazione un grande numero di ragazzi (dai 6 ai 20 anni e più).

Va inoltre ricordato che la Chiesa Cristiana Avventista del settimo giorno ha consolidato, in seno alla sua struttura ecclesiastica, un'esperienza notevole nel campo dello scoutismo. A livello mondiale, in quasi tutti i paesi dove il movimento è presente, i giovani dai 6 ai 20 anni sono organizzati secondo uno schema tipico rispondente in buona parte a quello fondato da Baden Powell.

Dall'inizio degli anni settanta anche in Italia si è dato ampio spazio alla cura dei ragazzi attraverso programmi e attività analoghe a quelle sopracitate. Con il nome di Tizzoni e Esploratori, abbiamo creato e curato una struttura scoutistica dinamica sviluppatasi a seconda delle possibilità umane e materiali. Da questa prende forma l'associazione in oggetto.

Un ringraziamento va ai direttori nazionali della Gioventù Avventista che negli anni si sono avvicinati e prodigati affinché anche nell'ambiente avventista del nostro paese sorgesse una consuetudine scoutistica.

Il Comitato Direttivo

### 1. SEDE NAZIONALE E SEDI LOCALI

La sede nazionale dell'A.I.S.A. è presso il Dipartimento della Gioventù Avventista, sito a Roma, Lungotevere Michelangelo 7. La sede nazionale rappresenta tutte le sedi locali distribuite sul territorio, che secondo Statuto all'articolo 5 risultano essere i membri dell'associazione stessa.

La sede nazionale deve essere equipaggiata convenientemente per rispondere alle varie esigenze strutturali delle sedi locali

La sede locale, è il luogo di incontro del gruppo A.I.S.A.

La sede deve essere ben corredata affinché le pattuglie possano trovare in essa il loro luogo d'incontro.

Ogni sede locale per essere tale deve essere riconosciuta dalla sede nazionale e deve essere in regola con la quota associativa annuale. Riceverà un attestato e la bandiera A.I.S.A.

## 2. COMPOSIZIONE DEL GRUPPO A.I.S.A.

Il gruppo A.I.S.A. è composto da una o più pattuglie di Tizzoni e/o Esploratori e/o Compagnon, è coordinato da uno o più animatori a secondo delle necessità locali.

## 3. LA PATTUGLIA

Una pattuglia può essere composta da uno a sei elementi fino a un massimo di nove, compreso il capo pattuglia. La composizione delle pattuglie deve avvenire in maniera tale da non favorire gruppi con numero elevato di componenti. La suddivisione in pattuglie è determinante ai fini del buon andamento del programma.

La pattuglia può gestire autonomamente la propria attività in armonia con il progetto del gruppo. Tuttavia, si farà in modo di sviluppare in seno alla pattuglia stessa uno spirito di corpo atto al raggiungimento dei più nobili obiettivi proposti dal gruppo. Una sana competizione tra pattuglie, vigilata dall'animatore del gruppo, può risultare favorevole.

La pattuglia si sceglierà un grido che la caratterizza e un emblema raffigurante un elemento della natura. Il grido deve contenere una identità particolare della pattuglia corrispondente all'emblema scelto.

Ogni pattuglia deve avere il suo guidone.

Ogni pattuglia deve avere il suo posto nella sede ove risiede, corredandolo con i segni che la contraddistinguono.

Le pattuglie sono composte da ragazzi suddivisi per fasce di età:

- 6-11 anni chiamati **tizzoni**
- 12-15 anni chiamati **esploratori**
- 16-20 anni chiamati **compagnon**

Si raccomanda che all'interno della pattuglia vengano conferiti degli incarichi e delle responsabilità ai suoi componenti a secondo delle capacità e necessità per poter coinvolgere ogni suo componente nell'assunzione di responsabilità..

## 4. L'ANIMATORE DEL GRUPPO

L'animatore incaricato dalla chiesa è il delegato del gruppo e unico referente con il Comitato Direttivo, viene definito "animatore principale". Fa da tramite tra la sede nazionale e quella locale.

Qualora per svariati e giustificati motivi, non potesse conseguire il grado previsto, verrà richiesto un grado inferiore da conseguire tramite gli appositi Corsi di Formazione.

La sua elezione avviene analogamente agli altri incarichi ecclesiastici, tenendo conto, laddove possibile, delle persone che hanno conseguito una formazione.

Nel caso in cui si ritenesse necessario affiancare all'animatore principale alcuni assistenti, verrà loro richiesto il conseguimento di gradi tramite la partecipazione a dei Corsi di Formazione.

Il grado di Capo Guida può essere conferito solo dalla direzione nazionale dopo aver seguito uno specifico percorso di formazione e tale grado sarà sottoposto a verifica ogni cinque anni.

## 5. IL CAPOPATTUGLIA

Il capopattuglia è un componente della pattuglia al quale gli vengono conferiti, per capacità, alcune responsabilità di coordinamento e di conduzione della pattuglia. I componenti della pattuglia (anche se di pari età), lo riconoscono come tale. L'animatore del gruppo si avvale delle sue capacità per

meglio gestire la pattuglia. La sua elezione avverrà in seno alla pattuglia, su proposta dell'animatore e durerà orientativamente un anno. Può essere rieleggibile.

## **6. I TIZZONI**

I tizzoni sono bambine e bambini in età compresa fra i 6 e gli 11 anni. Seguono il programma di crescita scoutistica come è indicato nel libretto di loro pertinenza.

Dopo tre mesi di frequenza nella pattuglia, senza titolo ne grado, a seguito della Promessa e dell'accettazione della Legge, sarà inserito nel gruppo.

Il mancato rispetto della legge, dell'uniforme e delle norme etiche del gruppo, condizioneranno la sua presenza nel gruppo stesso.

## **7. GLI ESPLORATORI**

Gli esploratori sono ragazzi e ragazze in età compresa fra i 12 e i 15 anni. Seguono il programma di crescita scoutistica come indicato sul libretto di loro pertinenza. Possono essere divisi in pattuglie miste.

Dopo 3 mesi di frequenza nella pattuglia, senza titolo ne grado, a seguito della Promessa e dell'accettazione della Legge, sarà inserito nel gruppo.

Nel caso che l'esploratore provenga da una pattuglia dei tizzoni avendo acquisito il più alto grado, dovrà ugualmente fare la Promessa e accettare la Legge, per essere inserito nel gruppo.

Il mancato rispetto della legge, dell'uniforme e delle norme etiche del gruppo, condizioneranno la sua presenza nel gruppo stesso.

## **8. I COMPAGNON**

I compagni sono giovani di una fascia di età compresa fra i 16 e i 20 anni.

Seguono il programma di crescita scoutistica come indicato sul libretto esploratori.

Rappresentano un ottimo vivaio di animatori di gruppi locali.

In presenza di un buon numero di compagni, si procederà all'organizzazione di una unità.

Il mancato rispetto della legge, dell'uniforme e delle norme etiche del gruppo, condizioneranno la sua presenza nel gruppo stesso.

## **9. L'UNIFORME**

L'uniforme è il primo segno di identificazione che qualifica l'appartenenza al gruppo A.I.S.A.

E' composta da:

- una camicia
- un fazzoletto (nazionale e locale) legato attorno al collo, passato sopra le spalline della camicia
- un distintivo di appartenenza all'associazione (la Promessa) appuntato sulla manica sinistra a 7 cm dalla spallina
- un distintivo comprovante il grado appuntato sopra la tasca sinistra a 1 cm dalla bavetta superiore della tasca
- un cordoncino, se si ricoprono incarichi particolari, applicato alla spallina sinistra
- i distintivi di qualifica appuntati in maniera verticale sulla manica destra a partire da 7 cm dalla spallina, (massimo 5)
- una fascia sulla quale appuntare tutte le qualifiche superiori alle prime 5
- un distintivo di "Animatore", se rilasciato, appuntato sul risvolto del taschino sinistro verso il centro camicia
- un paio di jeans blu (non di altro colore)
- una cintura (serve in caso di bisogno)

- un paio di scarpe adeguate (ginnastica o equivalenti) con i lacci (servono in caso di bisogno).  
L'uniforme va indossata sempre, ogni volta che il gruppo si riunisce. Va curata direttamente dal suo proprietario che all'occorrenza deve essere in grado di saperla pulire. In caso di necessità, soprattutto dovuto alla crescita, va sostituita con una più adeguata  
L'uniforme (la camicia, il fazzoletto nazionale, i distintivi di appartenenza, ecc.) si riceve al momento della promessa.

## 10. I GRADI, LE QUALIFICHE E GLI INCARICHI PARTICOLARI

I gradi conferiscono la normale evoluzione del ragazzo in accordo a un programma mondiale convenuto. Si suddividono in:

- Tizzone
  - Promessa
  - Prima scintilla
  - Seconda scintilla
  - Terza scintilla
  - Quarta scintilla
  - qualifiche secondo il programma personale
  
- Esploratore
  - Promessa
  - aiuto
  - messaggero
  - esploratore
  - qualifiche a seconda del programma personale
  
- Compagnon e Animatori
  - Esploratore
  - Assistente guida
  - Guida
  - Capoguida
  - qualifiche a seconda del programma personale
  - qualifiche pedipeutiche

La promessa deve avvenire non prima di aver partecipato ad almeno tre mesi di attività nella sede locale o ad un campeggio di una settimana.

Gli animatori, che non provengono dal programma scout, dovranno anch'essi enunciare pubblicamente la loro promessa e gli verrà chiesto di seguire il programma dei gradi partendo da quello di Esploratore.

Le qualifiche rispondono a un programma personale e di pattuglia corrispondenti a quelle del relativo manuale.

*ATTENZIONE: in nessun caso il singolo ragazzo dovrà prepararsi da solo per l'ottenimento del grado o della qualifica, ma rispetterà una programmazione curata direttamente dall'animatore, dai suoi assistenti e da personale adeguato per specifiche qualifiche (es. un infermiere per la qualifica di Primi Soccorsi)*

### INCARICHI PARTICOLARI

Cordoncino di colore verde: capo pattuglia Tizzoni  
Cordoncino di colore blu: capo pattuglia Esploratori  
Cordoncino di colore blu-rosso: animatore del gruppo  
Cordoncino di colore rosso: animatore principale del gruppo  
Cordoncino di colore argento-rosso: Collaboratore di Campo  
Cordoncino di colore argento: Coordinatore di Campo  
Cordoncino di colore oro: Responsabile Nazionale

Cordoncino di colore bianco: Responsabile internazionale

## **11. IL MATERIALE E GLI STRUMENTI**

Ogni gruppo A.I.S.A. deve prevedere nella sua sede una serie di strumenti che permetteranno la normale attività scoutistica. Questi sono:

- la bandiera A.I.S.A. (fornita in occasione del riconoscimento della sede locale)
- un guidone (un bastone di circa 150 cm con base rinforzata e gagliardetto della pattuglia appuntato in cima) per ogni pattuglia
- un corredo per escursioni (corda per alpinismo statica e/o dinamica di 60 mt, imbragatura, moschettoni e carrucole per i normali esercizi), cartina 1:25.000 della propria regione, una buona bussola (meglio se personale)
- cassetta primi soccorsi
- una tenda per ogni pattuglia
- materiale da campo per cucinare
- biblioteca scoutistica
- varie ed eventuali

Si fa presente che ogni ragazzo dovrebbe curare un suo materiale personale che suggeriamo composto di:

- zaino
- sacco a pelo
- gavetta (è sufficiente un piatto infrangibile, posate e tazza)
- bussola
- coltellino multiuso
- torcia elettrica
- varie ed eventuali a sua discrezione

## **12. L'AMMINISTRAZIONE LOCALE**

Ogni gruppo deve rispettare uno schema amministrativo proposto dal C.D. e che in linea di massima corrisponde alle seguenti voci:

- archiviazione anagrafica di tutti i componenti del gruppo
- tenuta dei registri dei programmi
- verbali di incontri o "libro d'oro"
- programmazione periodica delle attività

(NB: la programmazione non deve essere lasciata al caso. Ad ogni modo è indispensabile che siano inseriti almeno questi appuntamenti: un'escursione al trimestre, un campeggio, una giornata nella natura al trimestre, corse di orientamento, giochi di pista, applicazione pratica di montaggio e smontaggio tende e ripari di fortuna, costruzioni con legno e corda. In alcuni casi sarà opportuno avvalersi dell'aiuto di personale specializzato)

- incontri con i genitori
- rapporti con la chiesa locale
- cura, rispetto e promozione dell'apparato A.I.S.A.

## **13. GRUPPO DEI GENITORI**

Ogni gruppo locale A.I.S.A. organizzerà i genitori degli aderenti, formando il "Gruppo dei genitori". Il quale ha lo scopo di promuovere l'interscambio tra le parti. Si raccomanda che il Gruppo dei genitori si riunisca periodicamente.

## **14. CERIMONIA DI INVESTITURA**

La cerimonia di investitura è la massima espressione di partecipazione ai programmi A.I.S.A. Durante tale cerimonia si accolgono le nuove promesse, si conferiscono i gradi e le qualifiche.

La cerimonia di investitura è una festa e va curata con il massimo rigore.

La può presiedere solo un Capo Guida, e si consiglia di organizzarla nei locali della sede locale, direttamente alla presenza dei genitori e di quanti desiderano onorare con la loro presenza i ragazzi che l'animeranno.

La cerimonia di investitura non prevede esami in pubblico, questi devono essere già effettuati in sede privata.

Si raccomanda agli animatori esaminatori una certa attenzione nel rilascio dei distintivi, affinché non venga sottovalutata l'importanza pedagogica e formativa del distintivo stesso.

Qui di seguito una bozza orientativa di come organizzare una cerimonia:

- entrata in marcia con canto tema
- disposizione delle bandiere e dei guidoni
- grido di ogni pattuglia
- canto speciale
- preghiera
- sistemazione pattuglie (preferibilmente seduti in vista del pubblico)
- breve messaggio spirituale (in forma classica o teatrale, con ausilio di strumenti il più possibile legati al mondo della natura)
- canto speciale
- conferimento gradi (nell'ordine di crescita dando la precedenza alle promesse)
- conferimento delle qualifiche
- considerazioni generali
- ricomposizione pattuglie
- canto speciale e preghiera di benedizione
- grido pattuglie
- marcia finale con bandiera e guidoni

Il conferimento della promessa prevede:

- il distintivo mondiale
- il fazzoletto locale e nazionale

Il conferimento dei gradi e delle qualifiche prevede:

- i relativi distintivi

## **15. ALTRE CERIMONIE**

Nel percorso e nella vita della pattuglia e/o del gruppo possono essere vissute altre cerimonie che costituiscono tappe importanti nella crescita di ogni suo singolo componente.

Cerimonie come di apertura, chiusura di un anno di vita assieme; cerimonie di passaggio alla pattuglia (gruppo) di età superiore, o cerimonia di partenza e trasferimento di un componente per altra sede.

## **16. L'ISCRIZIONE ALL'A.I.S.A.**

L'iscrizione all'A.I.S.A. avviene a livello locale su richiesta dell'interessato (o chi ne esercita la patria potestà, se minore), a cura dell'animatore principale del gruppo. Non ci sono distinzioni di razza, di credo religioso o politico che precludono l'introduzione all'associazione. Il rispetto della legge e delle norme dell'associazione faranno testo. L'iscrizione è ritenuta valida se in regola con la quota associativa prevista dal C.D. in accordo allo statuto A.I.S.A.

La quota d'iscrizione darà diritto a:

- l'introduzione al gruppo
- la camicia dell'uniforme
- il fazzoletto nazionale
- il documento di appartenenza
- l'assicurazione annuale

Al momento dell'iscrizione, l'animatore principale si prenderà cura di registrare la stessa presso la sede nazionale tempestivamente (per questioni relative all'assicurazione).

Le quote associative vanno versate annualmente entro la fine dell'anno solare e fanno riferimento all'anno commerciale in corso. Sarà l'animatore principale che si premunerà di farle pervenire alla sede nazionale che ottempererà agli obblighi previsti.

*Votato dal Comitato Direttivo il 24 settembre 1996 - Voto 8/96  
completo di modifiche apportate dal Comitato Direttivo il 22 settembre 1997 - Voto 8/97  
completo di modifiche apportate dal Comitato Direttivo il 11 giugno 2000 - Voto 11/00  
completo di modifiche apportate dal Comitato Direttivo il 22-24 ottobre 2004 - Voto 32/04*

---

## **ALLEGATO A**

### **NORME DI SINERGIA E COLLABORAZIONE fra AISA e COMUNITA' AVVENTISTA LOCALE**

L'AISA è un'associazione della Chiesa Cristiana Avventista con qualità e finalità legate al mondo dello scoutismo (espressione di un bisogno di esprimersi meglio nel mondo attorno a noi come associazione)

- Ogni sezione locale è rappresentata in sede di Assemblea nazionale dall'animatore principale, il quale viene nominato dalla comunità avventista locale. Anche l'eventuale elezione di collaboratori è responsabilità della comunità.
- L'animatore principale presenterà il programma al comitato di chiesa per pianificarlo nell'insieme della vita comunitaria
- L'animatore principale è membro del comitato del dipartimento Giovani (pag. 163 del Manuale di Chiesa), così come il direttore dei Giovani è membro del comitato AISA locale (Dip. G.A. Junior – pag. 170) per favorire la massima collaborazione fra questi due settori della chiesa locale a beneficio dell'intera comunità e non sono subalterni l'uno all'altro.
- La comunità locale attraverso i suoi organi direttivi, veglierà perché a livello locale si possa realizzare un progetto AISA anche aperto all'esterno, mettendo a disposizione gli spazi necessari e favorirà la formazione dei responsabili locali
- Caratteristiche dell'animatore principale secondo il regolamento AISA:

#### **L'Animatore del gruppo**

L'animatore incaricato dalla chiesa è il delegato del gruppo e unico referente con il Comitato Direttivo, viene definito "animatore principale". Fa da tramite tra la sede nazionale e quella locale.

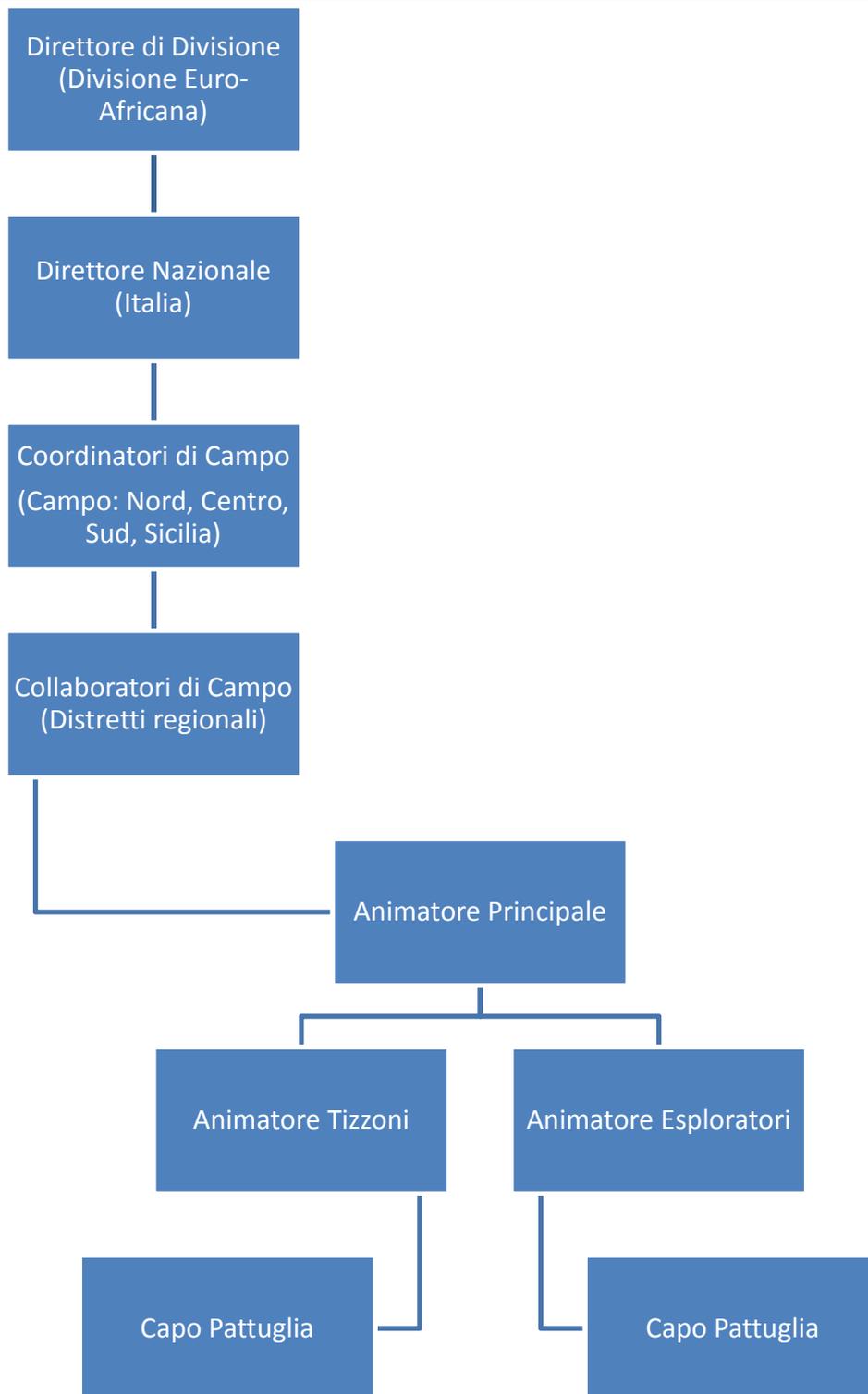
Dovrebbe aver conseguito il grado di Capo Guida per poter condurre il gruppo, grado che gli può essere conferito solo dalla direzione nazionale dopo aver seguito un corso di formazione e tale grado sarà sottoposto a verifica ogni cinque anni.

Qualora per svariati e giustificati motivi, non potesse conseguire il grado previsto, verrà richiesto un grado inferiore da conseguire tramite gli appositi Corsi di Formazione.

La sua elezione avviene analogamente agli altri incarichi ecclesiastici, tenendo conto, laddove possibile, delle persone che hanno conseguito una formazione.

Nel caso in cui si ritenesse necessario affiancare all'animatore principale alcuni assistenti, verrà loro richiesto il conseguimento di gradi tramite la partecipazione a dei Corsi di Formazione.

## C. ORGANIGRAMMA



## D. LE DISTINZIONI DEGLI ESPLORATORI

### D.1. LE CATEGORIE

- D.1.1. ABILITÀ E HOBBY
- D.1.2. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO
- D.1.3. LAVORI DOMESTICI
- D.1.4. LAVORI IN CAMPAGNA
- D.1.5. NATURA
- D.1.6. TEMPO LIBERO
- D.1.7. VECCHI E NUOVI MESTIERI
- D.1.8. VITA CAMPESTRE

## 1. ABILITÀ E HOBBY: ARTE DI FARE SCRITTE E CARTELLONI<sup>1</sup>



- 1a. Scrivere a memoria tutto l'alfabeto a lettere minuscole in due dei seguenti caratteri: gotico, romano o italico.
- 1b. Dimostrare quando devono essere utilizzati i diversi tipi e grandezze di penne
- 1c. Dire almeno quattro principi fondamentali per creare un poster originale e attraente
- 1d. Creare tre poster di varie grandezze da essere usati in uno dei seguenti settori: Scuola del Sabato, chiesa, scuola, Club Explo o G.A. Utilizzare due differenti caratteri.
- 1e. Creare 5 poster su soggetti di tua scelta; nota bene: questi poster verranno giudicati secondo i seguenti criteri: (1) pulizia (2) disposizione (3) selezione di caratteri.

## 2. ABILITÀ E HOBBY: ARTE DI LAVORARE IL SAPONE I



- 2a. Quali ingredienti vengono usati per fabbricare il sapone?
- 2b. Qual è la differenza fra sapone e detergente?
- 2c. Cosa produce l'azione detergente del sapone?
- 2d. Scrivere o raccontare una storia sulla storia e l'origine del sapone?
- 2e. Elencare sette forme di sapone?
- 2f. Che cos'è la schiuma?
- 2g. Intagliare un oggetto da un pezzo di sapone?
- 2h. Decorare un pezzo di sapone per fare un regalo?
- 2i. Fare una rappresentazione artistica di sapone usando almeno tre colori.

## 3. ABILITÀ E HOBBY: ARTE DI LAVORARE IL SAPONE II



- 3a. Avere arte di lavorare il sapone i
- 3b. Quali tipi di grassi possono essere usati per fare il sapone?
- 3c. Che cosa viene usato per rendere il sapone trasparente?
- 3d. Quali sono i vantaggi e gli svantaggi di un sapone e di un detergente?
- 3e. Quali sono alcuni dei sussidi detergenti aggiunti alle miscele di sapone?
- 3f. Che cos'è che fa galleggiare il sapone?
- 3g. Che cosa rende duro il sapone?
- 3h. Imparare i seguenti versetti: Geremia 2:22; Malachia 3:2.
- 3i. Spiegare due metodi per fare il sapone. Fare una partita di sapone usando uno di questi metodi.
- 3j. Fare una delle seguenti attività:
  - a. Visitare una fabbrica di sapone, commerciale o non commerciale.
  - b. Prendere informazioni da una ditta di saponi su come viene prodotto il sapone.
  - c. Studiare e preparare attraverso l'enciclopedia o altra fonte una relazione di una pagina che spieghi come viene fatto il sapone.

## 4. ABILITÀ E HOBBY: DECORAZIONI IN PASTICCERIA

<sup>1</sup> Bibliografia Fare cartelloni ed. Fiordaliso



- 4a. Fare un elenco dell'equipaggiamento necessario per la decorazione delle torte
- 4b. Imparare a memoria i due tipi di creme con glassa al burro e reale e i loro usi. Nominare un'altra glassa usata per la glassatura.
- 4c. Imparare e mostrare la costruzione di un tubo per decorazioni usando cartapeccora, carta oleata, o un sacchetto usa e getta. Mostrare il modo corretto di inserire la punta, spennellare il colore, riempire di glassa e piegare la cima. Qual è il nome della piega in cima?
- 4d. Esporre le tre fasi essenziali per fare una buona decorazione per torte.
- 4e. Dimostrare il controllo della pressione sulle valvole. Imparare la tecnica e nominare il tipo di accessorio usato per fare le seguenti decorazioni:
  - a. Stella, ripiena e solo con i bordi
  - b. Rosetta
  - c. Bordo a conchiglia
  - d. La forma a "s"
  - e. Strisce
  - f. Bordi a zig zag
  - g. Foglie
- 4f. Fare il nome di quattro tecniche a colori. Mostrarne due, includendo due colori per glassa.
- 4g. Imparare a fare i seguenti fiori:
  - a. Pisello odoroso
  - b. Boccio di rosa
  - c. Full american beauty rose
  - d. Drop flower
- 4h. Dimostrare la tecnica della scrittura usando due diversi tipi di punti e metodi.
- 4i. Decorare una doll cake oppure una torta preparata con una formella speciale usando il riempimento a stella. Usare almeno due colori per fare le forme o il disegno.
- 4j. Fare una torta per un'occasione speciale a tua scelta usando due o più diversi tipi di bordi e disposizione floreale.
- 4k. Fai una torta a forma di cuore usando bordi, fiorellini, lavori in sequenza e scritte.

## 5. ABILITÀ E HOBBY: DECORAZIONI SU CERAMICA<sup>2</sup>



- 5a. Racconta brevemente la storia delle prime ceramiche.
- 5b. Sapere che cosa si intende per:
  - a. Vasellame artigianale
  - b. Biscuit (Porcellana bianca non verniciata)
  - c. Decalcomania
  - d. Forno
  - e. Smalto
  - f. Argilla semiliquida
  - g. Riparatore
  - h. Colorazione
- 5c. Spiegare l'uso dei coni nei forni.
- 5d. Sapere come quando usare il sottosmalto, lo smalto e la colorazione.
- 5e. Conoscere quali sono gli attrezzi da usare per completare i tuoi progetti in ceramica.
- 5f. Conoscere la differenza fra smalto e smalto per oggetti destinati al cibo.
- 5g. Completare due dei seguenti oggetti uno usando il sottosmalto e l'altro usando il tipo di smalto che si usa per oggetti destinati al cibo:

<sup>2</sup> Non è necessario che il candidato faccia la cottura

- a. Caraffa da cucina
- b. Piatto da torta
- c. Vaso
- d. Fioriera
- e. Portadolci
- f. Tazza
- g. Uno a tua scelta

## 6. ABILITÀ E HOBBY: DECOUPAGE



- 6a. Spiegare il significato e la storia del decoupage.
- 6b. Fare una lista di materiali e di attrezzature necessarie per il decoupage.
- 6c. Descrivere come si prepara un oggetto di legno o di ferro per il decoupage.
- 6d. Descrivere tre modi in cui può essere usata una stampa nel decoupage.
- 6e. Seguire le fasi basilari per completare due dei seguenti oggetti:
  - a. Stampa Modpodge
  - b. Chiave ad anello
  - c. Copertina di libro
  - d. Bottiglia
  - e. Scatola di stoffa
  - f. Una scelta a piacere che sia adatta

## 7. ABILITÀ E HOBBY: DISEGNO E PITTURA<sup>3</sup>



- 7a. Fare uno schizzo a mano libera di un animale, mostrando con un'armonia di luci e ombra la distribuzione del colore.
- 7b. Disegnare a mano libera un oggetto cilindrico e uno rettangolare, uno vicino all'altro, mostrando prospettiva, luce ed ombra.
- 7c. Fare il disegno di un panorama visto dalla vostra casa.
- 7d. Realizzare una decorazione colorata originale, usando qualsiasi motivo e indicando per quale uso è stata creata.
- 7e. Dipingere con colori a spray un fiore o una foglia.
- 7f. Dipingere una scena all'aperto sia con colori ad acqua che ad olio.

## 8. ABILITÀ E HOBBY: FILATELIA



- 8a. Relazionare brevemente la storia degli inizi del servizio postale nella vostra nazione.
- 8b. Com'è la storia della vostra nazione raccontata attraverso i francobolli?
- 8c. Quali sono le tasse sui francobolli di prima classe nella vostra nazione?
- 8d. Quale nazione non ha il suo nome sui francobolli e perché?
- 8e. Conoscere il significato di quanto segue:
  - a. Colla per francobolli
  - b. Libretto sui francobolli
  - c. Perforazione

<sup>3</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento

- d. Misura di perforazione
- e. Francobolli definitivi
- f. Commemorativo
- g. Perni
- h. Montature di plastica

**8f. Avere conoscenza su come bagnare i francobolli e come asciugarli.**

**8g. avere una collezione di almeno 750 francobolli (senza doppiioni)**

**8h. Classificare correttamente questi francobolli:**

- a. Secondo la nazione
- b. In serie: cioè secondo l'anno e la forma

**8i. Incorniciare i francobolli con perni gommati o montature di plastica. (questi ultimi sono preferibili per i francobolli nuovi)**

**8j. sviluppa un'idea da realizzarsi nella tua realtà locale per una mostra di club filatelico. ESPONILA con una relazione di almeno nove pagine. L'esposizione dovrebbe essere preparata artisticamente, classificata e montata in modo ordinato, dimostrando una ricerca e una riflessione accurata anche nell'uso di Copertine o sigilli.**

## 9. ABILITÀ E HOBBY: FOTOGRAFIA



**9a. Spiegare i principi di funzionamento di una macchina fotografica, come funzionano le lenti della macchina fotografica, l'effetto della luce sulla pellicola e l'azione degli sviluppatori.**

**9b. Cosa si intende con "sensibilità" della pellicola? Che cosa significano le sigle ASA e ISO?**

**9c. Quali sono i tempi dell'otturatore, l'apertura delle lenti e la relativa sensibilità della pellicola?**

**9d. Esporre i principali usi della fotografia.**

**9e. Fare delle fotografie o diapositive che illustrino almeno otto delle seguenti tecniche**

**9f. Usare fotografie di confronto per illustrare:**

- a. Composizione dell'immagine
- b. Macchina fotografica fissa
- c. Direzione della illuminazione, frontale, posteriore, laterale
- d. Panning-sfondo sfocato con soggetto a fuoco
- e. Regola dei terzi
- f. Punto di vista-livello degli occhi, alto o basso
- g. Linea dell'orizzonte
- h. Distanza dal soggetto- riempimento del riquadro
- i. Uso delle linee guida
- j. Qualità della luce- ombra, luce del sole e parti della giornata
- k. Esposizione corretta- sottosposta, sovresposta e esposta correttamente
- l. Uso del flash- distanza e oggetti riflettenti

**9g. Fare una delle seguenti cose:**

- a. Dire come si sviluppa in negativo una pellicola in bianco e nero e come si stampa
- b. Sviluppare e stampare otto fotografie, spiegando ogni tappa.

## 10. ABILITÀ E HOBBY: LAVORI A MAGLIA I



**10a. Definire le seguenti sigle: K, P, STS, RND, TOG, PSSO, INC, DEC, YO.**

**10b. Dimostrare la vostra abilità nel fare le seguenti cose:**

**10c. mettere su i punti del lavoro a maglia, togliere punti, raccogliere un punto saltato, punto di collegamento, punto stretto, punto elastico, maglia a coste.**

**10d. Conoscere come avere cura di questi tipi di filati: lana, pelame e sintetici.**

10e. Mostrare come aggiungere un nuovo gomitolo di filato.

10f. Essere capaci di riconoscere e sapere lo scopo dei seguenti pesi di filati:

- a. Voluminoso
- b. Medio
- c. Sports
- d. Pesante

10g. Lavora a maglia due dettagli dai seguenti: pantofole, manopole ( guanti con la sola divisione del pollice), scarpe da neonato, cappello, sciarpa, gilet o un'altra ragionevole scelta.

#### 11. ABILITÀ E HOBBY: LAVORI A MAGLIA II<sup>4</sup>



11a. Avere ottenuto il grado di lavoro a maglia di livello base

11b. Realizza un paio di calzini o qualche altro articolo utilizzando quattro aghi diversi e filo

11c. Realizza altri due articoli scegliendo tra la seguente lista: pantofole, guanti, scarpine di lana per neonato, berretto, sciarpa, gilet di lana, oppure qualcos'altro a tua scelta

11d. Realizza un maglione a maniche lunghe oppure un set completo per neonato (maglione, cuffia e scarpine)

#### 12. ABILITÀ E HOBBY: LAVORI CON PASTA DI SALE<sup>5</sup>



12a. Fare un elenco di tutto il materiale occorrente.

12b. Perché è importante avere le mani pulite e usare una crema per le mani mentre si lavora la pasta di sale?

12c. Spiegare le diverse tecniche di tinteggiatura e pittura dell'impasto.

12d. Quale tipo di vernice usi per proteggere e dare lucentezza agli oggetti creati?

12e. Modella almeno due dei fiori proposti qui di seguito:

- a. Rosa
- b. Margherita
- c. Violetta
- d. Garofano
- e. Iris
- f. Papavero
- g. Narciso
- h. Tulipano
- i. Non ti scordar di me
- j. Glicine

12f. Con i fiori modellati componete dei mazzi di fiore che inserirete poi in contenitori di vostra scelta (alcuni suggerimenti: piccoli cesti, conchiglie, portavasi di plastica, barattoli di vetro, ecc.)

12g. Modellare con l'impasto già colorato uno dei due soggetti proposti:

- a. scultura
- b. cornice

#### 13. ABILITÀ E HOBBY: MODELLISMO

<sup>4</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

<sup>5</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche



- 13a. Costruire e successivamente far volare un aeroplano realizzato attraverso un kit fatto di legno di balsa, di carta tessuto e gomma, alimentato a gas.
- 13b. Costruire un aliante di legno di balsa con un kit di montaggio e osservare le sue caratteristiche di volo in relazione alle posizioni variabili delle ali.
- 13c. Realizzare e successivamente far volare due differenti modelli di aeroplani usando fogli di carta della misura di 25-30 cm di lunghezza e di ampiezza.
- 13d. Definire, collocare e spiegare la funzione dei seguenti elementi di base:
- a. Ala
  - b. Alettoni
  - c. Carlinga
  - d. Dispositivo di atterraggio
  - e. Elica
  - f. Fusoliera
  - g. Montante
  - h. Motore
  - i. Stabilizzatori orizzontali
  - j. Timone

#### 14. ABILITÀ E HOBBY: MUSICA I



- 14a. Cantare o suonare una scala e conoscerne la struttura.
- 14b. Scrivere una scala sia in chiave di basso che di violino.
- 14c. Riconoscere il semitono, il tono, la terza, al quinta e l'ottava.
- 14d. Essere capace di distinguere una marcia da un walzer e dare il tempo ad ognuno.
- 14e. Che cos'è una semiminima? Una minima? Una semibreve? Disegnare i simboli.
- 14f. Nominare cinque grandi compositori e una composizione di ognuno di loro, includendo un oratorio, una composizione per pianoforte, un canto.
- 14g. Eseguire con o senza musica o cantare a memoria 15 canti o altri canti cristiani o cori e fare un elenco dei compositori (un ritornello o una strofa per ognuno)
- 14h. Suonare o cantare a memoria un brano di buona musica diverso da quelli utilizzati al punto precedente.
- 14i. Eseguire una delle seguenti prove a seconda della vostra formazione:
- a. Per i cantanti: cantare a prima vista un brano di media difficoltà e spiegare tutti i segni e i termini in esso contenuti.
  - b. Per gli strumentisti: mostrare come si dirige un gruppo nell'esecuzione vocale di composizioni in 3/4 e 4/4.
- 14j. Dare la definizione di orchestra e nominare almeno cinque strumenti che ne fanno parte.
- 14k. Preparare uno sketch a carattere biografico su un famoso compositore di inni e presentarlo oralmente a un gruppo.

#### 15. ABILITÀ E HOBBY: MUSICA II



- 15a. Aver conseguito l'esame di solfeggio presso un conservatorio.
- 15b. aver suonato o cantato con un coro dieci inni.

#### 16. ABILITÀ E HOBBY: MUSICA III



16a. Aver superato l'esame di V anno presso un conservatorio.

16b. Essere capaci di suonare o cantare qualsiasi inno scelto a caso dall'Innario di Chiesa o dal libro di canti della Scuola del Sabato.

#### 17. ABILITÀ E HOBBY: MUSICA IV



17a. Essere diplomato in musica presso un conservatorio.

17b. Presentare una lista di 30 inni e/o canti che si sanno suonare o cantare ed essere esaminati su questi a caso.

17c. Nominare cinque grandi compositori e una composizione di ognuno di loro includendo un oratorio, una composizione per pianoforte, un canto.

17d. Suonare o cantare a memoria una strofa di trenta inni o cori.

17e. Suonare o cantare a memoria un brano di buona musica.

17f. Comporre almeno tre inni (musica e parole) di media difficoltà.

17g. Aver preparato e diretto un coro per un'occasione speciale

#### 18. ABILITÀ E HOBBY: NUMISMATICA<sup>6</sup>



18a. Descrivere brevemente i passi storici che hanno portato il cambiamento dal baratto all'utilizzo dei soldi.

18b. Elencare almeno dieci strane forme di moneta utilizzate durante la storia dell'umanità

18c. Descrivere brevemente la storia numismatica italiana, includendo la storia della Zecca dello Stato e dei diversi materiali utilizzati per la realizzazione dei soldi

18d. Visitare una Zecca dello Stato, ove possibile. Conoscere come i soldi vengono distribuiti dopo che vengono conati

18e. Conoscere tutti i personaggi e i monumenti rappresentati nelle varie valute delle monete e delle banconote in vigore.

18f. Collezionare almeno dieci monete diverse di altrettanti paesi esteri, sapendo descriverne la provenienza e cosa vi è rappresentato e la data di coniazione

18g. Conoscere almeno dieci nomi di valute estere

#### 19. ABILITÀ E HOBBY: ORIGAMI<sup>7</sup>



19a. Che cos'è l'Origami? Da dove proviene? Come veniva usato e come si è sviluppato?

19b. Identificare i simboli che corrispondono ai seguenti termini:

- a. piega in avanti (a valle)
- b. piega all'indietro (a monte)
- c. taglia
- d. tieni con le dita

<sup>6</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

<sup>7</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

- e. ripeti la stessa piega
- f. ruota il foglio
- g. piega ripetutamente
- h. spingi, schiaccia
- i. indicazione dell'angolo
- j. ripeti la stessa piega
- k. inserisci all'interno

**19c. Dimostra praticamente le seguenti piegature:**

- a. volta il modello
- b. piega a fisarmonica
- c. piega a soffietto
- d. piega a cappuccio
- e. pieghe schiacciate
- f. piega ad orecchio

**19d. Dimostra praticamente le seguenti basi:**

- a. base della gru
- b. base triangolare
- c. base quadrata

**19e. Esegui i seguenti modelli:**

- a. Casa
- b. Fiore di loto
- c. Farfalla
- d. Cicala

**19f. Scegli ed esegui quattro dei modelli seguenti o selezionane altri simili dal libro dell'Origami:**

- a. rana
- b. foglia
- c. barca
- d. cane che cammina
- e. oca
- f. pellicano
- g. stella

**19g. Eseguire a memoria un modello scegliendoli tra i due punti precedenti**

**20. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: ACCOGLIENZA PROFUGHI**



**20a. Avere almeno 14 anni e il grado di Esploratore.**

**20b. Elencare almeno tre ragioni che permettono a una persona di essere considerata profugo.**

**20c. Spiegare perché i profughi provenienti da altri paesi arrivano nella tua nazione. Quali sono le cause e che cosa le autorità governative devono certificare prima di concedere a una persona o a una famiglia di lavorare?**

**20d. Elenca i bisogni immediati di un profugo nel momento in cui arriva nel tuo paese.**

**20e. Descrivi i sentimenti che un profugo può provare riguardo alla nuova lingua, alla cultura e all'ambiente del luogo in cui si è trasferito.**

**20f. Fai ricerche sulle organizzazioni che nella tua città o regione assistono i profughi e gli immigrati. Usa il telefono o visita l'ufficio di almeno un'organizzazione di questo tipo e chiedi se sarebbero disponibili all'assistenza nel caso in cui la tua chiesa locale collaborasse con ADRA o con altre associazioni di soccorso per l'accoglienza di nuovi profughi arrivati.**

**20g. redigi in almeno 500 parole un progetto che descriva le disposizioni che il territorio dovrebbe attuare per l'arrivo di profughi nella tua comunità.**

**20h. Intervista una persona che è immigrata nel tuo paese. Chiedigli del contrasto che vede fra la cultura della tua comunità e quella del posto da cui proviene. Chiedi di descrivere il processo attraverso cui è diventato possibile stare a suo agio nella tua comunità.**

20i. Fai un rapporto di almeno 10 minuti durante il programma della Scuola del Sabato, una riunione di chiesa o al circolo sociale su ciò che hai scoperto per completare i requisiti di questa specializzazione. Racconta perché la situazione dei profughi è così importante e fai delle specifiche raccomandazioni al gruppo sul modo in cui può andare incontro ai bisogni di queste persone.

## 21. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: ALLA SCOPERTA DEL PROSSIMO<sup>8</sup>



21a. Avere la specializzazione di Primi Soccorsi.

21b. Sapere quali cibi sono inclusi nelle seguenti diete:

- a. Liquida
- b. Leggera
- c. Pesante

21c. Saper riconoscere i sintomi di una febbre. Sapere come misurare la temperatura corporea ad una persona. Sapere come far scendere una temperatura alta.

21d. Conoscere quale deve essere la normale frequenza del polso, della respirazione e la temperatura. Esercitarsi misurando la frequenza del polso, il flusso di respirazione e il grado di temperatura su un amico o un compagno di classe.

21e. Cos'è una malattia contagiosa? Come si trasmette? Quali precauzioni bisognerebbe adottare per proteggersi dalle malattie infettive? Elencare le misure di sicurezza da osservare in casa nei riguardi di un malato affetto da malattia contagiosa.

21f. Quali sintomi provano che una persona è fisicamente ammalata?

21g. Sapere come aiutare a prendersi cura di un neonato e di una persona anziana nella propria casa.

21h. Sapere quando e come lavarsi le mani quando ci si prende cura di una persona ammalata.

21i. Sapere come far stare comodo un paziente allettato.

21j. Mostrare come dar da mangiare ad un paziente immobilizzato a letto.

21k. Mostrare come somministrare sciroppi, compresse, pillole o capsule a bambini e adulti. Sapere applicare gocce negli occhi.

21l. Dimostrare come eseguire fomentazioni e pediluvi. Spiegare il valore del loro uso e in quali condizioni praticare il trattamento.

21m. Dimostrare come applicare compresse calde e l'uso del caldo e freddo per il trattamento di infiammazioni e contusioni.

21n. Spiegare come i seguenti rimedi naturali aiutano nella prevenzione delle malattie: (notare come la lettera iniziale di ognuno forma la parola NEW START)

- a. Nutrizione
- b. Esercizio
- c. Acqua
- d. Sole
- e. Autocontrollo
- f. Aria
- g. Riposo
- h. Fiducia in Dio

## 22. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: ARTE DI RACCONTARE STORIE<sup>9</sup>



<sup>8</sup> bibliografia: Pronto soccorso D. Gui, ed. Coletti 1986; Manuale di primo soccorso ed. Pemme 2000; Il manuale dello scout A: Greco ed. Peimme.2001

<sup>9</sup> Bibliografia: Che cosa faceva GIONA nella balena? A. Charter, J. Hardwick ed. Elledici 2000; Principi di educazione cristiana, E. White, ed. ADV, sezione: Insegnamenti tratti dalla natura; Tutte storie B: Ferrero ed. Elledici 1997, introduzione

**22a. Citare una fonte da dove trarre storie per ognuno dei seguenti argomenti. Saper raccontare una storia per ogni soggetto:**

- a. Storie sacre
- b. Storia della Chiesa
- c. Natura
- d. Storie di personaggi
- e. Lezioni specifiche con aiuti visivi

**22b. Per ognuno dei precedenti argomenti narrare una storia di almeno tre minuti a bambini di età inferiore ai cinque anni e una storia di almeno cinque minuti a ragazzi di 10-12 anni.**

**22c. Fare una bozza della storia da raccontare.**

**22d. Riferire come e in quali circostanze la storia deve essere modificata in caso di:**

- a. Storie in prima, seconda o terza persona
- b. Pubblico, età e scopi differenti
- c. Storie da accorciare
- d. Storie da allungare

**22e. Riferire perché nel raccontare una storia è necessario uno scopo definito. Riferire come si ottiene un buon climax.**

**22f. Raccontare una storia di missionari stranieri della durata di non meno di cinque minuti.**

**22g. Raccontare una storia che insegni principi sulla salute.**

### 23. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: CONOSCENZA DI ALTRE ETNIE



**23a. Fare uno studio sulla vita di un gruppo nazionale o razziale diverso dal vostro e con il quale avete la possibilità di entrare in stretto contatto, per approfondirne le qualità, le abitudini, i bisogni. Nella ricerca dovranno essere messi in luce i punti seguenti:**

- a. la storia del paese d'origine
- b. la letteratura del paese d'origine
- c. gli autori più importanti.
- d. Conoscere le opere letterarie più famose.
- e. Conoscere le abitudini sociali e familiari.
- f. Imparare qualche frase importante e almeno 100 parole del loro vocabolario
- g. Dare assistenza e sostegno a persone di questo gruppo: occuparsi dei bambini, raccontare storie della Bibbia, prestare libri religiosi o di educazione sanitaria, aiutare nelle pratiche burocratiche.
- h. Scrivere un rapporto che contenga tutte le tue ricerche e le tue esperienze con queste persone e dai dei suggerimenti utili per facilitare il loro inserimento.

### 24. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: GESTIONE CRISTIANA



**24a. Scoprire i principi biblici di gestione cristiana rispondendo alle seguenti domande:**

- a. Cosa dice 1 Corinzi 6:19,20 circa la gestione del corpo?
- b. Cosa dice Matteo 25:15 riguardo alla gestione dei talenti?
- c. Cosa dice Colossesi 4:5 sulla gestione del tempo?
- d. Secondo il Vangelo di Giovanni 3:16 che cosa ci ha dato Dio?
- e. Secondo il Salmo 24:1 a chi appartiene la terra?
- f. Secondo Genesi 1:26 chi è l'amministratore di tutto quanto è contenuto sulla terra?
- g. Cosa è detto in Proverbi 3:9 su chi deve avere il primo posto?

**24b. Perché sappiamo che decima significa un decimo?<sup>10</sup>**

<sup>10</sup> Bibliografia: Genesi 28:22

## 25. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: GIOVANE ANIMATORE<sup>11</sup>



### 25a. Essere Capo Guida

### 25b. Leggere due dei seguenti libri:

- Ami tuo figlio R. Campbell ed. ADV 1981
- Non siamo capaci di ascoltarli P. Crepet ed. Einaudi 2001
- L'età incerta S. Vegetti Finzi ed. Mondadori 2000
- I bambini sono cambiati S. Vegetti Finzi O. Mondadori 1998
- Il pianeta degli adolescenti G. Buratti ed. Mondadori 1999.

### 25c. Aver svolto almeno uno dei seguenti incarichi:

- Direttore tizzoni per un anno.
- Animatore SdS tizzoni, esploratori o giovani per un anno.
- Membro dello Staff di un attivo club degli esploratori per un anno.
- Membro dello Staff di un campeggio estivo della gioventù per una intera estate.

### 25d. Dirigere le classi progressive di un gruppo di tizzoni per un anno intero e assistere nella conduzione del servizio di Investitura.

### 25e. Conoscere almeno dieci qualità che un buon direttore dei giovani deve avere.

### 25f. Conoscere la differenza tra bambini (10-12 anni) e adolescenti (13-15 anni) nei seguenti campi: \*

- Fisico
- Emotivo
- Psichico
- Spirituale

### 25g. Conoscere i principi dell'Educazione. Prepararsi nelle seguenti aree di disciplina:

- Dieci modi per evitare di dare una punizione
- Nove modi di imporre una disciplina equilibrata
- Cinque tipi di disciplina.
- Cinque procedure disciplinari.

## 26. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: GIOVANE TESTIMONE



### 26a. Partecipare ad almeno cinque attività di testimonianza di quel gruppo nell'arco di un anno

### 26b. Iscrivi almeno due persone al corso biblico per corrispondenza

### 26c. Conosci a memoria almeno due testi chiave per ognuno dei seguenti studi biblici

- Seconda venuta di Gesù
- Il Sabato
- Stato dei morti
- Legge e Grazia
- Conversione
- Giudizio
- Ispirazione dell Bibbia
- Spirito di Profezia
- La ricompensa dei Santi

### 26d. Dai almeno due studi biblici usando la Bibbia o supporti audiovisivi

### 26e. Fai almeno cinquanta visite porta a porta usando stampati di testimonianza, sondaggi ecc.

## 27. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: LINGUAGGIO DEI SEGNI I

<sup>11</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche



- 27a. Impara il linguaggio dei segni usato dai sordomuti.
- 27b. Avere seguito un corso di un minimo di tre ore di linguaggio dei segni
- 27c. Inviare e ricevere messaggi con alfabeto manuale ad un ritmo di 5 parole al minuto, usando un minimo di 25 lettere.
- 27d. Imparare almeno 100 segni da uno o più libri di riferimento sul linguaggio dei segni
- 27e. Impara e presenta in linguaggio dei segni (non alfabeto con le dita) almeno due canzoni semplici.
- 27f. Esegui una delle seguenti prove:
  - a. Spiega la differenza fra l'Ameslam e il linguaggio dei segni italiano e mostra l'uso di entrambi
  - b. Leggi e fai un riassunto orale o scritto su una scuola della tua città o regione specializzata in educazione per sordomuti.

## 28. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: LINGUAGGIO DEI SEGNI II



- 28a. Avere seguito un corso di un minimo di cinque ore di linguaggio dei segni
- 28b. Inviare e ricevere messaggi con alfabeto manuale ad un ritmo di 12 parole al minuto usando un minimo di 50 lettere
- 28c. Imparare almeno 350 segni
- 28d. Spiegare con i segni almeno sei canzoni ad un amico audioleso
- 28e. Essere in grado di esporre con il linguaggio dei segni ad un amico audioleso:
  - a. Il Padre nostro (Matteo 6:8-17)
  - b. Le Beatitudini (Matteo 5:3-12)
  - c. I dieci Comandamenti (Esodo 20:8-17)

## 29. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: PRIMI SOCCORSI I (ROSSO)<sup>12</sup>



*Si richiede l'istruttore*

*Se siete residenti in un paese dove si tengono i corsi della Croce Rossa è sufficiente superare l'Esame della Croce Rossa di Primo Soccorso livello base e prendere il vostro attestato. (Età 11-14)*

*Bisogna comunque essere a conoscenza dei seguenti punti:*

- 29a. Conoscere le cause di trauma e dimostrarne il corretto trattamento.
- 29b. Conoscere le fasi corrette per la respirazione di soccorso
- 29c. Conoscere le procedure corrette per assistere la vittima di un trauma
- 29d. Conoscere le procedure corrette per assistere una vittima ferita
- 29e. Conoscere i punti di pressione e come mettere in atto correttamente la pressione su questi punti
- 29f. Conoscere le procedure corrette per assistere una vittima da avvelenamento
- 29g. Dimostrare le procedure corrette di steccaggio di diverse fratture del corpo
- 29h. Conoscere le procedure corrette per assistere una vittima di ustione di primo, secondo e terzo grado
- 29i. Conoscere le procedure corrette per assistere una vittima di ustione chimica
- 29j. Sapere quali situazioni possono causare avvelenamento da monossido di carbonio ed il trattamento per il soccorso di vittime di tale avvelenamento
- 29k. Conoscere la procedura corretta per dare assistenza ad una vittima di lesione al capo
- 29l. Conoscere le procedure corrette per offrire aiuto ad una vittima di lesioni interne

<sup>12</sup> Il corso di Primi Soccorsi deve essere eseguito da professionisti sanitari o monitori della Croce Rossa e l'esame finale deve avvenire con l'ausilio del manichino, in dotazione presso la CRI.

- 29m. Conoscere le differenze fra attacco cardiaco, infarto, epilessia e semplice svenimento ed il trattamento di ciascuno
- 29n. Sapere come prevenire le infezioni
- 29o. Qual è il trattamento corretto di un morso di serpente?
- 29p. Qual è il trattamento corretto di morsi di animali?
- 29q. Qual è il trattamento corretto di punture di insetti e ragni?
- 29r. Qual è la differenza fra spossatezza da calore e colpo di calore e qual è il trattamento per ciascuno?
- 29s. Cosa dovresti fare se i tuoi vestiti prendessero fuoco?
- 29t. Quali sono le misure di prevenzione di base per la prevenzione da fuoco in casa?
- 29u. Quali sono i principi di base per la sicurezza in acqua?
- 29v. Quali sono i modi di salvare una vittima da annegamento senza nuotare?
- 29w. Quali sono i principi di base per sicurezza dall'elettricità?
- 29x. Come si può prevenire l'avvelenamento da cibo?

### 30. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: PRIMI SOCCORSI II (BIANCO)



#### *Si richiede l'istruttore*

*Se siete residenti in un paese dove si tengono i corsi della Croce Rossa è sufficiente superare l'Esame della Croce Rossa di Primo Soccorso livello Standard e prendete il vostro attestato (20 ore di addestramento)*

*Bisogna comunque essere a conoscenza dei seguenti punti:*

- 30a. Conoscere i principi di base per la respirazione bocca a bocca ed il trattamento di vie respiratorie ostruite.
- 30b. Qual è la differenza fra un attacco cardiaco ed un infarto ed il relativo trattamento?
- 30c. Conoscere le corrette procedure per assistere una vittima con ferite sanguinanti
- 30d. Conoscere i punti di pressione e come applicare la pressione correttamente in questi punti
- 30e. Conoscere il metodo corretto di applicazione di una pinza emostatica e quando applicarla
- 30f. Conoscere le cause di shock e dimostrarne il corretto trattamento.
- 30g. Conoscere la corretta procedura di trattamento per assistere una vittima di avvelenamento
- 30h. Conoscere le procedure corrette per assistere un ustionato
- 30i. Conoscere come applicare correttamente i seguenti bendaggi:
  - a. Spirale aperta e chiusa
  - b. Numero ottobre
  - c. Impronta
  - d. Bendaggio al capo
- 30j. Conoscere e sapere applicare i seguenti steccaggi:
  - a. Frattura del braccio (superiore)
  - b. Frattura dell'avambraccio
  - c. Frattura della caviglia
  - d. Frattura della rotula
- 30k. Conoscere il corretto trattamento per:
  - a. Lesioni al capo
  - b. Lesioni interne
  - c. Ferite da arma da fuoco
  - d. Lesioni all'occhio
  - e. Morsi / punture di animali e insetti
  - f. Svenimento ed epilessia
  - g. Effetti di calore e assideramento
- 30l. Sapere cosa fare in emergenza da elettricità
- 30m. Sapere come salvarsi da un incendio
- 30n. Sapere come ottenere aiuto in una emergenza
- 30o. Conoscere le esatte procedure per assistere una vittima di esposizione a radiazioni
- 30p. Conoscere i seguenti sistemi di trasporto per soccorso:
  - a. Trascinamento a spalla
  - b. Trascinamento a coperta

- c. Trasporto a due
- d. Trasporto dalle estremità
- e. Barella improvvisata
- f. Trasporto ad amaca di tre persone
- g. Trasporto a barella

### 31. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: PRIMI SOCCORSI III (GIALLO)



*Se siete residenti in un paese dove si tengono i corsi della Croce Rossa superate l'Esame della Croce Rossa di Primo Soccorso livello avanzato e ricevete il vostro attestato.*

### 32. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: SERVIZIO VOLONTARIO<sup>13</sup>



- 32a. Leggi i seguenti testi biblici e spiega che cosa insegnano sul ruolo che Dio si aspetta che ogni cristiano giochi nell'andare incontro ai bisogni dei poveri e dei sofferenti nella società:**
- a. Isaia 58:3-12
  - b. Luca 10:25-37
  - c. Matteo 25:31-46
- 32b. Leggi il Capitolo 54 ( Intitolato "Il buon Samaritano" da "La speranza dell'uomo" di Ellen White e scrivi una lista di cinque punti chiave del capitolo.**
- 32c. Spiega al responsabile del tuo gruppo quanto segue:**
- a. Il nome dell'organizzazione avventista locale che serve i poveri e i sofferenti nella tua città. Quali tipi di servizi fornisce? (o di altra organizzazione che opera nella tua città nel caso in cui non sia presente:
  - b. Che cosa significa la sigla ADRA. Dai una breve spiegazione di ogni parola rappresentata e illustra le differenze fra "sviluppo" e "soccorso".
- 32d. Realizza un pacco per ADRA usando le procedure caratteristiche per imballaggi non deperibili, utilizzando il metodo di imballaggio e di etichettatura della scatola richiedi.**
- 32e. Incontrati con il dirigente dei Servizio Volontario Avventista della tua zona (o di altra associazione di soccorso) e chiedigli quali progetti potrebbe essere capace di realizzare il tuo Club Esploratori o la tua classe perché si venga in aiuto ai bisogni della realtà sociale in cui vivi.**
- 32f. Pianifica un progetto di volontariato con il tuo Club Esploratori o con la tua classe e portalo a termine.**
- 32g. Cmpi almeno 10 ore di volontariato, includendo il tempo impiegato nel progetto citato al requisito numero 6 e il tempo speso per le altre attività di servizio volontario.**

### 33. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: SOCCORSO ALIMENTARE<sup>14</sup>



<sup>13</sup> Who is My Neighbor? ADRA International, Silver Spring, Maryland (1995)

Ministries of Compassion di Monte Sahlin e al. , AdventSource, Lincoln, Nebraska ( Seconda edizione, 1998)

Who cares? Di Linnea Torkelsen, AdventSource, Lincoln, Nebraska (1996)

We are his hands di Steve Case e Fred Cornforth, AdventSource, Lincoln, Nebraska (1994)

<sup>14</sup> Rich Christians in an Age of Hunger ( Terza edizione) di Ronald J. Sider, Intervarsity Press, Downers Grove, Illinois (1995). Who is My Neighbor? A cura di ADRA International, Silver Spring Maryland (1995)

- 33a. Guarda un video di ADRA sull'argomento della fame nel mondo e discutine insieme con il tuo Club Esploratori oppure classifica i metodi mostrati nel filmato che ADRA sta usando per combattere la fame. (il filmato può essere anche di altre ONG)
- 33b. Intervista la persona che dirige il Banco Alimentare nella tua città o in un'altra città della tua regione. Chiedi a questa persona quali sono le categorie di persone che serve, cosa provoca il bisogno di cibo nella comunità e come va incontro a questi bisogni.
- 33c. Rapporta l'esito al tuo gruppo spiegando come il banco alimentare raccoglie i generi alimentari donati e provvede a rifornire le dispense di cibo, le mense dei poveri ecc.
- 33d. Descrivi in un componimento scritto di almeno 300 parole le cause della fame in ognuna delle seguenti situazioni:
- Lo sviluppo dei paesi del III° mondo.
  - Le città principali e le altre aree svantaggiate in questi paesi.
- 33e. Requisito alternativo al punto precedente: Fai una presentazione di almeno dieci minuti durante la meditazione del Club Esploratori, ad una riunione scolastica o ad un circolo sociale sugli stessi argomenti.
- 33f. Il Requisito alternativo al punto precedente: Crea un video, una proiezione di diapositive con il sonoro o una presentazione multimediale sugli stessi argomenti e mostrane il risultato ad una riunione scolastica o circolo sociale.
- 33g. Raccogli almeno 50 alimenti non deteriorabili per il servizio ADRA della tua chiesa locale o per il più vicino centro di volontariato avventista.
- 33h. Fai volontariato in una mensa dei poveri per almeno un servizio pasti. Questo può essere fatto come progetto di gruppo con altri ragazzi nel tuo Club Esploratori o a scuola.

#### 34. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: STUDIO DELLE LINGUE

**DOPO AVER SCELTO LA LINGUA MODERNA DA STUDIARE CERCA UN BUON TESTO DI STUDIO IN QUELLA LINGUA E STUDIALO ATTENTAMENTE. NATURALMENTE SAREBBE MEGLIO SEGUIRE UN CORSO DI LINGUE IN UNA SCUOLA.**

- 34a. LEGGERE E TRADURRE A PRIMA VISTA UN BRANO O ALMENO 300 PAROLE PRESE DA UN LIBRO O DA UNA RIVISTA DI LINGUA DIVERSA DALLA VOSTRA.
- 34b. PER ALMENO 5 MINUTI SOSTENERE UNA CONVERSAZIONE CON UNA PERSONA DI LINGUA DIVERSA DALLA TUA
- 34c. ASCOLTA UNA PERSONA DI MADRE LINGUA DIVERSA DALLA TUA PER UN PERIODO DI CIRCA DUE MINUTI E POI TRADUCILA NELLA TUA LINGUA.
- 34d. SCRIVI UNA SEMPLICE LETTERA NELLA LINGUA DA TE SCELTA, RACCONTANDO I CONTATTI CHE HAI AVUTO CON LE PERSONE CHE PARLANO LA LINGUA DA TE SCELTA.
- 34e. SAPER RIPETERE A MEMORIA LA PROMESSA E LA LEGGE EXPLO NELLA LINGUA DA TE SCELTA.
- 34f. SCRIVI O RACCONTA ORALMENTE GLI INCONTRI E LE CONVERSAZIONI CHE HAI AVUTO CON PERSONE DEL TUO VICINATO CHE PARLANO LA LINGUA DA TE SCELTA.

#### 35. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: TEMPERANZA



- 35a. Impara a memoria e sottoscrivi la promessa di temperanza: "Essendo cosciente dell'importanza di corpo e mente sani mi impegno, con l'aiuto del Signore a vivere una vita cristiana di vera temperanza in ogni cosa e di astenermi dall'uso di tabacco, alcol ed ogni altra droga".
- 35b. Impara a memoria 3 versetti biblici e 3 citazioni dallo spirito di profezia a scelta fra i seguenti:
- Citazioni Bibbliche:
    - Romani 12:1,2
    - I Cor. 10:31
    - I Cor. 6: 19,20
    - Proverbi 20:1
    - Galati 5: 22,23
    - III Giov. 2
  - Citazione dai libri di E. G. White:

La vera temperanza ci insegna ad astenerci totalmente da ogni cosa nociva ed usare con giudizio solo cibi sani e nutrienti. *Temperance*, p. 3

L'unica direttiva sicura è quella di non toccare, non assaggiare, non maneggiare tè, caffè, vini, tabacco, oppio e bevande alcoliche. *Counsels on Diets and Foods* p. 428

La temperanza è il fondamento di ogni grazia che proviene dal Signore, il fondamento di tutte le vittorie da ottenere. *Temperance*, p. 201

Una vita nobile e pura, una vita vittoriosa su appetiti e avidità sarà possibile per chiunque saprà unire la propria debole e vacillante volontà umana con l'onnipotente e decisa volontà divina. *Temperance*, p. 113

Il tabacco è un veleno lento, insidioso, ma molto maligno. Esso, in qualunque forma venga usato, si manifesterà sulla costituzione; è il più pericoloso, perché i suoi danni sono lenti e inizialmente difficili da individuare. Sulle orme del gran Medico, pgg. 327-328.

### 35c. Svolgi quattro fra le seguenti attività<sup>15</sup>

- Scrivi e consegna un discorso da 4-8 minuti (orazione)
- Scrivi un saggio su alcol, tabacco, droghe o esercizio fisico da 150 a 200 parole e il tuo impegno per uno stile di vita sana
- Scrivi uno slogan sulla prevenzione dalla droga (max. 4 righe)
- Disegna/prepara un poster (di 50x75 cm ca.) che illustri gli effetti nocivi di droga, tabacco o alcol.
- Fai una esposizione sull'abuso di sostanze in un centro commerciale locale, libreria o scuola.
- Prepara un raccoglitore con almeno 20 pagine che illustrano pubblicità sulla prevenzione dalla droga.
- Condividi con almeno 5 persone quanto tu hai realizzato della lista qui sopra e ottieni il loro impegno di temperanza firmato (parenti stretti esclusi).
- Fai una esposizione sull'abuso di sostanze in un centro commerciale locale, libreria o scuola.

### 35d. Impara e spiega:

- Le motivazioni a sostegno del monito scritto sui pacchetti di sigarette: "Attenzione – il fumo danneggia la salute".
- Sette componenti del fumo di tabacco:

Nicotina

Arsenico

Formaldeide

Monossido di carbonio

Cianuro

Fenolo benzopirene

Ammoniaca

Enfisema, cirrosi, dipendenza

Gli effetti di tabacco, alcol e droghe sulla gravidanza

### 35e. Leggi il capitolo "Droghe" su *Le orme del gran Medico*. Discutilo brevemente o fornisci un riassunto scritto di circa due o tre paragrafi.

### 35f. Dopo avere studiato i seguenti materiali elenca tre cose che contribuiscono alla temperanza e alla buona salute (diversi dall'astensione da ciò che è nocivo):

- Temperanza nel lavoro: Dovremmo praticare la temperanza nel nostro lavoro. E' nostro dovere inserirci laddove non saremo soggetti a superlavoro. Alcuni a volte si troveranno dove ciò è necessario, ma dovrebbe essere una eccezione, non la regola. Dobbiamo praticare la temperanza in ogni cosa. Se onoriamo il Signore facendo la nostra parte, Egli da parte sua salverà la nostra salute. Dovremmo avere un controllo sensibile di tutti i nostri organi. Praticando la temperanza nel nutrirci, nel bere, nel vestirci, nel lavoro ed in ogni cosa, noi possiamo fare ciò che nessun medico può fare per noi.<sup>16</sup>
- Noi siamo riformatori della salute, cercando di tornare, quanto più possibile, al piano di temperanza originale di Dio. La temperanza non consiste semplicemente nell'astenersi da liquori e tabacco intossicanti: piuttosto si estende oltre questo. Deve regolare ciò che mangiamo.<sup>17</sup>
- Temperanza nello studio: L'intemperanza nello studio è una forma di intossicazione e coloro che indulgono in questo, come gli ubriachi: deviano dal sentiero sicuro, inciampano e cadono nel buio. Il Signore vorrebbe che ogni studente tenesse a mente che l'occhio va tenuto fisso sulla gloria di Dio. Egli non deve esaurire e sprecare le sue energie fisiche e mentali cercando di acquisire quanto più possibile della conoscenza delle scienze, ma per preservare la freschezza ed il vigore di tutte le sue energie per impiegarle nel lavoro che il Signore gli ha affidato per aiutare le anime a trovare la via della giustizia.<sup>18</sup>
- Dio tiene il conto: La penalità per avere trascurato le leggi della natura si manifesterà sotto forma di malattia, costituzione danneggiata ed anche la morte stessa. Ma bisogna anche fare un patto man mano con Dio. Egli tiene un conto di ogni lavoro, che sia buono o cattivo ed il giorno del giudizio ognuno riceverà a seconda del proprio lavoro. Ogni trasgressione

<sup>15</sup> Bibliografia: dovresti riferirti al manuale AYBL – Adventist Youth for Better Living

<sup>16</sup> *Temperance* Pag. 139, par. I, Manuscript 1908

<sup>17</sup> *Counsels on Diets and Foods* Pag. 406, par. 01

<sup>18</sup> *Temperance* Pag. 140 par. 2, *Counsels to Parents, Teachers and Students*

delle leggi della vita fisica è una trasgressione delle leggi di Dio; e ad ognuna di queste trasgressioni corrisponderà una punizione.<sup>19</sup>

- e. Coloro che hanno ricevuto istruzioni riguardo ai danni da uso di carni, tè e caffè e preparazioni di cibi ricchi e insani e che sono determinati a fare un accordo con Dio mediante il sacrificio, non continueranno ad abbandonarsi ai propri appetiti per cibi che essi sanno essere insani. Dio chiede che gli appetiti vengano purificati e che venga praticata l'abnegazione rispetto a quelle cose che non sono buone. Questo è un lavoro da fare prima che il Suo popolo stia davanti a Lui come popolo perfetto.<sup>20</sup>
- f. Abitudini, Gusti e Inclinazioni da Educare – Nulla è più offensivo per Dio che storpiare o abusare i doni messi a nostra disposizione per essere destinati al suo servizio. Sta scritto: "Sia che mangiate sia che beviate, qualunque cosa facciate, fate tutto alla gloria di Dio".<sup>21</sup>

### 35g. Discuti e inscena – cosa fare se:

- a. Il tuo migliore amico ti chiede di provare una sigaretta?
- b. Un compagno di scuola ti offre del denaro per vendere marijuana?
- c. Un parente più anziano ti offre un drink o una birra?
- d. Il fumo di sigaretta di un estraneo ti dà fastidio?
- e. Un amico ti invita a fumare marijuana?
- f. Sei ad una festa con un amico che si ubriaca e che insiste di guidare fino a casa?

## 36. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: TESTIMONE PER GESU' I<sup>22</sup>



### 36a. Prendersi cura di:

- a. studiare fedelmente ogni settimana le lezioni della Scuola del Sabato
- b. seguire un piano di lettura biblica annuale
- c. istituire un diario personale di preghiere, elencando le persone e i progetti per i quali state pregando e le risposte alle preghiere
- d. almeno una volta alla settimana preparare e condurre una riunione di preghiera familiare

### 36b. Scegliere tre tra i seguenti progetti:

- a. spedire 5 bigliettini fatti da te con messaggi personali, poesie o versetti biblici, a persone che hanno bisogno di incoraggiamento
- b. visitare 10 o più persone e invitarle alle riunioni della chiesa o del club AISA
- c. scegliere un amico e visitare qualcuno che era assente alle attività. Portargli un bigliettino fatto da te. Parlate di questa persona in famiglia e pregate per lei.
- d. Per un mese tieni in ordine la tua camera, rifai il tuo letto, e decidi di fare tre azioni gentili nei confronti dei tuoi genitori per dimostrargli il tuo affetto
- e. Contattare il pastore o l'anziano di chiesa o un diacono e offrirti volontario per aiutarlo in un incarico a sua richiesta durante tre settimane per due ore settimanali
- f. Registrare un sermone del pastore o un serata musicale e portarlo a persone ammalate. Farlo per tre settimane.

### 36c. Scegli una delle seguenti attività ed eseguila insieme ad un gruppo:

- a. Informati nel quartiere dove abiti se ci sono dei piccoli lavori da fare (dove ci sono giardini: raccogliere le foglie, tenere pulite le aiuole, ecc) e offrirti gratuitamente di farli. Ad ogni persona lascia in regalo "Guida a Gesù".
- b. Programma una festa di compleanno con giochi, regali o altro presso una clinica o una casa di riposo dove c'è un paziente che compie gli anni.
- c. Dai vita ad un progetto di testimonianza: dare studi biblici, distribuire "Segni dei Tempi", adottare una famiglia bisognosa, o una persona anziana.
- d. Leggi Matteo 25: 35-40, poi fa una passeggiata nel quartiere e prendi nota dei bisogni dei vicini (persone sole, ammalate o altri bisogni pratici). Datti da fare per quanto è possibile venendo in aiuto di queste persone.

### 36d. Essere in grado di rispondere ad un grave incidente nel tuo quartiere agendo in prima persona durante il soccorso.

## 37. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: TESTIMONE PER GESU' II

<sup>19</sup> Temperance Pag. 143 par. 3

<sup>20</sup> Counsels on Health Pag. 127, par. 04

<sup>21</sup> Temperance Pag. 148 par. 2 - Pag. 143 par. 3 – Pag. 148 par. 2

<sup>22</sup> Per ottenere un beneficio completo di questo distintivo è essenziale passare almeno sei mesi ad un anno lavorandoci su.



- 37a. Completa questa specializzazione nell'arco di nove mesi / un anno. Scegli una data di inizio.
- 37b. Scegli tre attività dal primo punto della distinzione di Testimone per Gesù I e svolgile costantemente per almeno nove mesi dopo i sei mesi del primo distintivo di Testimone per Gesù I.
- 37c. Scegli ed esegui un'attività dal secondo punto della distinzione Testimone per Gesù I, che non sia già stata scelta per ottenere il distintivo base di T.p.G..
- 37d. Scegli e svolgi due attività dal terzo punto di Testimone Per Gesù I, che non siano state già scelte per ottenere il distintivo I di T.p.G.

### 38. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: VITA IN FAMIGLIA<sup>23</sup>



- 38a. Spiegare il ruolo che la Bibbia affida ad un padre, una madre, un fratello e una sorella
- 38b. Qual'è la differenza tra sicurezza di se stesso e orgoglio?
- 38c. Scrivere una breve relazione sulle cose che ti piacciono della tua famiglia, facendo notare tutte le cose che avete realizzato insieme
- 38d. Espletare questi compiti per almeno una settimana:
  - a. Ripartizione dei rifiuti
  - b. Lavare i piatti
  - c. Fare il bucato
  - d. Spazzare e lavare i pavimenti
  - e. Dimostrare abilità nel sapersi prendere cura di un membro più piccolo della propria famiglia o di una famiglia del vicinato
- 38e. Fare un elenco di come la tua famiglia spende il proprio denaro. Qual è il tuo ruolo nell'economia familiare?
- 38f. Elencare una serie di attività che ritieni la tua famiglia possa trovare piacere a svolgere
- 38g. Partecipare attivamente alla gestione della meditazione in famiglia
- 38h. Conoscere alcune regole di comportamento in caso di:
  - a. incidente domestico
  - b. incendio
  - c. difficoltà economica
  - d. perdita di un caro
- 38i. Menzionare come dimostrare praticamente solidarietà con il tuo vicinato
- 38j. Analizzare le attività ricreative della tua famiglia e presenta un progetto di come poterle migliorare

### 39. AL SERVIZIO DEL PROSSIMO: VOLONTARIATO OSPEDALIERO



- 39a. Studiare nella Bibbia come Gesù ha svolto il ministero di guarigione. Scrivere un resoconto di almeno 250 parole
- 39b. Intervistare due persone che lavorano nel campo medico, ponendogli le seguenti domande:
  - a. Perché ha scelto questo mestiere?
  - b. Che tipo di preparazione è necessaria per intraprendere l'attività?
  - c. Dopo gli studi, quanto tempo occorre dedicare per raggiungere un buon livello di formazione?
  - d. Quale cosa del suo lavoro preferisce? E quale non gradisce?
  - e. Per quante ore al giorno e quanti giorni alla settimana, bisogna lavorare?
  - f. Quali sbocchi ci sono nella sua carriera?

<sup>23</sup> Bibliografia: La famiglia cristiana E. White ed ADV 1999

**39c. Visitare una clinica e una casa di riposo ed eseguire i seguenti compiti:**

- a. Osservare i vari ambienti (reception, ambulatori, sale operatorie)
- b. Illustrare le varie funzioni del personale
- c. Conoscere tutti i passaggi che un paziente deve fare da quando arriva in clinica per una visita fino a quando esce
- d. Assistere ad una visita generica

**40. LAVORI DOMESTICI: ARTE DELLA PANETTERIA<sup>24</sup>**



**40a. Spiegare la differenza tra la farina bianca e la farina integrale e quali sono i valori dell'una e dell'altra.**

**40b. Descrivere gli effetti del lievito nel fare il pane**

**40c. Conoscere un episodio del Vecchio Testamento e uno del Nuovo Testamento in cui viene menzionato il lievito.**

**40d. Preparare del pane integrale (di frumento o di segale)**

**40e. Preparare due dei seguenti alimenti:**

- a. biscotti lievitati
- b. pane senza lievito
- c. un pane integrale in cassetta

**40f. Spiegare perché dovrebbe essere eliminate le polveri lievitanti e perché latte, zucchero e uova insieme fanno male alla salute.**

**40g. Cosa fai per vedere se un dolce è cotto al punto giusto?**

**40h. Preparare due dei seguenti dolci:**

- a. una crostata
- b. un pan di Spagna
- c. una torta semplice con gli ingredienti fondamentali

**40i. Preparare 2 tipi di biscotti**

**40j. Preparare un ricettario di quanto richiesto sopra e di altri tipi di dolci o pani, prediligendo le ricette che richiedano la minor quantità possibile di zucchero o che utilizzino frutta al posto dello zucchero.**

**41. LAVORI DOMESTICI: CONGELAMENTO DEGLI ALIMENTI<sup>25</sup>**



**41a. Spiegare il significato dei seguenti termini:**

- a. Sbianchimento
- b. Congelamento rapido
- c. Ustione da congelamento

**41b. Che genere di contenitori possono essere usati per i cibi congelati?**

**41c. Quali principi essenziali bisogna considerare nella selezione di verdure e frutta da congelare?**

**41d. Come si scongelano gli ortaggi da portare in tavola? Come si scongela la frutta da portare in tavola?**

**41e. Congelare due tipi di vegetali ( grano e un altro a vostra scelta), poi prepararli e servirli come prova.**

**41f. Congelare rapidamente un tipo di vegetale da colare/frullare facilmente.**

**41g. Perché il sale non va aggiunto nei vegetali da congelare?**

**41h. Congelare delle pesche sciroppate e del succo d'arancia o d'ananas. Per quale ragione va usato l'acido ascorbico nello sciroppo e non nel succo di frutta? Perché l'acido ascorbico è usato per congelare le pesche?**

**41i. Congelare un tipo di frutta di bosco senza aggiunta di dolcificanti.**

**41j. Preparare un tipo di conserva di frutta congelata.**

**42. LAVORI DOMESTICI: CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI<sup>26</sup>**

<sup>24</sup> Bibliografia: Fare il pane e le ricette del pane ed. Demetra 1999

<sup>25</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento



**42a. Spiegare i seguenti termini:**

- a. Botulismo
- b. Cottura in pentola a pressione
- c. Cottura a bagnomaria
- d. Cottura a vapore
- e. Bollitura
- f. Pectina
- g. Inscatolamento a caldo
- h. Inscatolamento a freddo
- i. Sterilizzare
- j. Scottare
- k. Gelatina
- l. Marmellata
- m. Sottaceti

**42b. Elencare l'attrezzatura usata per i seguenti metodi di conservazione:**

- a. Pressione
- b. Bagnomaria
- c. Vapore
- d. Bollitura

**42c. Dare indicazioni riguardanti la sterilizzazione, riempitura, chiusura ermetica, prova delle guarnizioni di tenuta.**

**42d. Quando un alimento dovrebbe essere sottoposto al processo di cottura a pressione?**

**42e. Elencare i tipi di frutta che si adattano meglio ad essere inscatolati che ad essere surgelati o essiccati.**

**42f. Inscatolare i seguenti alimenti:**

- a. Un succo di frutta usando il metodo della bollitura
- b. Due tipi di frutta usando il metodo di cottura a bagnomaria, per uno l'inscatolamento a freddo e per l'altro l'inscatolamento a caldo.
- c. Due tipi di vegetali usando il metodo della cottura a pressione, per uno l'inscatolamento a caldo e per l'altro l'inscatolamento a freddo.
- d. Una gelatina o marmellata.

**43. LAVORI DOMESTICI: CUCINA <sup>27</sup>**



**43a. Saper adoperare la cucina della vostra casa. Sapere come spegnere un incendio causato da olio o da grasso. Sapere come prevenire tali incendi. Sapere quali sono le regole di sicurezza da adottare, specialmente in presenza di bambini piccoli.**

**43b. Sapere come usare mestoli e misurini, frullatore elettrico, frusta elettrica, robot da cucina.**

**43c. Cosa si intende per lessare, grigliare, friggere, infornare, bollire a fuoco lento, cucinare senza acqua, cucinare al microonde?**

**43d. Quale tipo di cucina è la più salutare? Qual è la meno salutare?**

**43e. Preparare accuratamente due diversi tipi di cereali cotti, una bevanda calda salutare, e cuocere delle uova senza friggerle.**

**43f. Preparare delle patate usando due procedimenti differenti. Cucinare tre altri tipi di vegetali nel modo più salutare.**

**43g. Preparare una semplice insalata. Perché necessitiamo di insalate fresche nella nostra dieta?**

<sup>26</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento

<sup>27</sup> Bibliografia Il gusto del benessere J. Pamplona R. ed. ADV 2002, Nutrirsi al naturale con erbe selvatiche P. Boni ed. paoline 1996, Combinazioni alimentari per essere in forma G. Dalla Via ed. ADV 1995.

- 43h. Apparecchiare accuratamente la tavola per una cena in famiglia. Servire un pasto equilibrato per quanto possibile pensato e preparato da voi stessi. Includere il piatto principale, vegetali e insalata.
- 43i. Seguendo attentamente una ricetta, preparare un primo piatto vegetariano o verdure in casseruola.
- 43j. Conoscere 10 ricette di piatti da voi personalmente preparati, dai primi, agli ortaggi, insalate e bevande.

#### 44. LAVORI DOMESTICI: CUCINA II<sup>28</sup>



- 44a. Cucinare due primi piatti: pasta o riso
- 44b. Cucinare due diverse verdure
- 44c. Preparare due tipi di insalata. Cosa si deve fare per mantenere l'insalata croccante?
- 44d. Sapere la differenza nutritiva del latte intero e del latte scremato
- 44e. Sapere cucinare due tipi di legumi
- 44f. Preparare una prima colazione equilibrata utilizzando i principi della piramide nutrizionale
- 44g. Preparare un antipasto vegetariano
- 44h. Programmare il menu di una settimana, scegliendo almeno tre piatti preparati utilizzando i resti del giorno prima.
- 44i. Preparare un pasto equilibrato utilizzando un antipasto vegetariano, un contorno e un'insalata
- 44j. Dire le ragioni per cui l'aceto non è salubre
- 44k. Quali sono gli effetti della caffeina sul corpo. Elencare 5 alimenti che contengono caffeina
- 44l. Possedere la descrizione di 25 ricette preparate personalmente, i dolci non devono essere più di 5.

#### 45. LAVORI DOMESTICI: CUCITO<sup>29</sup>



- 45a. Descrivere l'uso dei seguenti oggetti:
- Ditale
  - Metro a nastro
  - Forbici e cesoie
  - Forbici a zig-zag\*
  - Aghi di varie taglie e tipi
- 45b. A scuola o in casa imparare ad usare la macchina da cucire. Saper riconoscere:
- Bilanciere\*
  - Griffa
  - Piedino
  - Alzapiedino
  - Ago
  - Crochet
  - Bobina
  - Dispositivo di comando
- 45c. Dimostrare come infilare il filo e avviare la macchina.
- 45d. Bordare un asciugamano facendo dei punti nitidi.\*
- 45e. Cucire accuratamente bottoni e fibbie.
- 45f. Indicare cosa si intende per bocchetta di serratura, sbieco, punto a giorno, punto a croce.
- 45g. Confezionare una sacca da biancheria per il campeggio o un altro oggetto dello stesso genere.

#### 46. LAVORI DOMESTICI: LAVORI IN CASA<sup>30</sup>

<sup>28</sup> Vedi Cucina I

<sup>29</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento



- 46a. Elencare gli attrezzi indispensabili per tenere pulita la casa
- 46b. Descrivere i metodi migliori per tener pulito il forno, il forno microonde e il frigorifero
- 46c. Quali sono le condizioni che favoriscono il proliferare dei germi?
- 46d. Dire come si tengono puliti:
- pavimenti
  - cassetti, armadi
  - lavandini
  - WC
- 46e. Dire come si preparano i piatti per un buon lavaggio a mano o nella lavastoviglie.
- 46f. Dire in quale ordine progressivo devono essere lavate le stoviglie, i bicchieri, i piatti.
- 46g. Come si puliscono i: tappeti, cuscini, tende
- 46h. Quali precauzioni si devono prendere per pulire un camino?
- 46i. Quali precauzioni si devono prendere perché una casa sia sicura per un bambino?
- 46j. Programmare il lavoro casalingo per una settimana.

#### 47. LAVORI DOMESTICI: NUTRIZIONISMO I<sup>31</sup>



- 47a. Conoscere le quattro categorie dei cibi. Elencare le quantità necessarie di alimenti di ogni gruppo per una dieta equilibrata quotidiana
- 47b. Spiegare la differenza tra i seguenti tipi di dieta:
- Lacto-ovo vegetariana
  - Ovo-vegetariana
  - Vegetariana
- 47c. Preparare un menù per due giorni di una dieta lacto-ovo vegetariana utilizzando gli alimenti dei quattro gruppi
- 47d. Qual è l'altro nome della vitamina B1 e B2?
- 47e. Elencare almeno tre cibi dove si possono trovare i seguenti elementi:
- Vitamina C
  - Vitamina A
  - Vitamina B2
  - Ferro
  - Vitamina B1
  - Calcio
- 47f. Perché è importante bere tanta acqua ogni giorno?
- 47g. Quanti bicchieri d'acqua sarebbe consigliabile assumere quotidianamente?
- 47h. Elencare almeno tre malattie che possono essere controllate con una buona e sana dieta
- 47i. Qual è la differenza tra farina integrale e farina bianca?
- 47j. Quale delle due detiene il più alto valore nutritivo?
- 47k. Che cosa significa RDA?

#### 48. LAVORI DOMESTICI: NUTRIZIONISMO II<sup>32</sup>

<sup>30</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

<sup>31</sup> Bibliografia: Combanizioni alimentari per essere in forma G. Dalla Via ed ADV 1995, Il gusto del benessere J. Pamplona R., ed ADV 2002

<sup>32</sup> Bibliografia: Vedi Nutrizionismo



- 48a. Aver letto almeno un libro sui valori e i benefici di una corretta alimentazione
- 48b. Registrare su un diario la propria dieta per almeno due settimane
- 48c. Calcolare sulla base della propria dieta l'assunzione totale giornaliera di:
- Calorie
  - Proteine
  - Ferro
  - Calcio
  - Tiamina
  - Vitamina A
  - Vitamina C
- 48d. Spiegare perché una dieta ricca di fibre è importante e come ottenerla
- 48e. Elencare almeno tre malattie dovute ad una alimentazione scorretta e descriverne i sintomi
- 48f. Quali sono i sintomi della mancanza di Vitamina B12?
- 48g. Quale consiglio possiamo dare ad una persona che ha deciso di diventare completamente vegetariana?
- 48h. Qual è la differenza tra grassi saturi e grassi insaturi?
- 48i. Quale delle due categorie è la più salubre e perché?
- 48j. Perché è consigliabile ridurre l'uso di zuccheri nella nostra alimentazione?
- 48k. Come è possibile farlo?
- 48l. Preparare una breve relazione sui benefici di una dieta lacto-ovo vegetariana

#### 49. LAVORI DOMESTICI: PUERICULTURA



- 49a. Essere capaci di occuparsi di un neonato per diverse ore in assenza di sua madre.
- 49b. Elencare le precauzioni necessarie per la preparazione di un biberon; preparare un biberon e darlo.
- 49c. Preparare il necessario per fare il bagnetto. Cambiare e vestire il neonato.
- 49d. Preparare la stanza del neonato e sistemarlo per la notte.
- 49e. Sapere pesare un neonato e compilare la tabella del peso
- 49f. Spiegare in che cosa il latte materno è superiore al latte artificiale.
- 49g. Che cos'è lo svezzamento?
- 49h. Che cos'è la fontanella? A che età scompare?
- 49i. Fare un'inchiesta su una maternità sana e sull'organizzazione necessaria per affrontarla.

#### 50. LAVORI DOMESTICI: SARTORIA



- 50a. Identifica i seguenti materiali:
- Lana
  - Seta artificiale
  - Lana di tessuto pettinato g. Rayon
  - Cotone h. Poliestere
  - Lino
  - Lana sintetica
  - Seta
- 50b. identifica tre delle seguenti tessiture:
- Chiaramente
  - Saia
  - Cesto

- d. Herringbone
- e. Costola
- f. Palo

**50c. 3. Come sono usati i seguenti?:**

- a. Interlining
- b. Tailor tacks
- c. Tailor canvas o altra connessione
- d. Pad stitching
- e. Iron-on interfacing

**50d. Indica i punti da considerare quando crei un indumento adatto a te che sembri fatto da un sarto.**

**50e. Sii familiare con i seguenti pressing equipaggiamenti:**

- a. Asse di manica
- b. Tailor's ham
- c. Press manopola
- d. Tailor's board
- e. Seam roll
- f. Uso dell'asse dell'ago almeno due di questi nel pigiare.

**50f. 6. Conosci almeno due metodi per fare asole di confine. Fai in modo che un confine abbottoni i buchi usando uno di questi metodi.**

**50g. Make a slit pocket with a welt or a bound pocket.**

**50h. 8. Dimostra le tue abilità nel fare il sarto facendo l'abito di un uomo o donna creato su misura. Livello di abilità 3**

**51. LAVORI IN CAMPAGNA: AGRICOLTURA**



**51a. Elencare i vari componenti del suolo. Perché il suolo è importante per le piante?**

**51b. Spiegare la differenza fra terreni argillosi, sabbiosi e limacciosi. Elencare tre tipi di colture adatte a ogni terreno.**

**51c. Provare la germinazione di tre varietà di semi, 100 semi per ogni varietà. Annotare il grado di germinazione al terzo, al quarto, e al quinto giorno.**

**51d. Spiegare in che modo le piante ottengono sostanze nutrienti e le convertono in cibo. Spiegare le differenze tra primario, secondario e micronutrienti.**

**51e. Elencare dieci tipi di erbacce comuni nel territorio della località in cui vivete e indicare i procedimenti di eliminazione mediante metodi chimici e naturali.**

**51f. Indicare sei comuni tipi di parassiti o malattie. Quali piante colpiscono comunemente e come eliminare o prevenire il loro attacco.**

**51g. Indicare due fonti di informazione meteorologica per l'agricoltura. In che modo queste informazioni sono utili all'agricoltore?**

**51h. Assistere alle fasi di semina, coltivazione e mietitura di almeno quattro diversi raccolti. Stilare un resoconto del lavoro svolto e dei problemi incontrati dal momento della semina fino a quello del raccolto.**

**51i. Conoscere lo scopo dei seguenti termini:**

- a. Aratura
- b. Coltivazione con erpice a dischi
- c. Coltivazione
- d. Irrigazione
- e. Raccolta

**51j. Cosa si intende per erosione? Come la si può prevenire?**

**51k. Visitare una cooperativa agricola e indagare sul tipo di aiuto che essa offre all'agricoltore. Scrivere un resoconto di una pagina sulla vostra visita.**

**52. LAVORI IN CAMPAGNA: ALLEVAMENTO DI CAVALLI**



- 52a. Quali due linee di profitto sono derivate dall'uso di giumente particolarmente selezionate?
- 52b. Perché è preferibile allevare puledri purosangue piuttosto che incroci comuni?
- 52c. Elenca almeno cinque caratteristiche richieste per la selezione di un cavallo.
- 52d. Quale tipo di allenamento aiuta i puledri a diventare cavalli docili e affidabili?
- 52e. Descrivi le cure e il nutrimento tipico di cui ha bisogno un cavallo.
- 52f. Impara come sono fatte e come funzionano la cavezza (morso), le briglie e la sella.
- 52g. Impara a mettere correttamente la cavezza, le briglia e la sella su un cavallo.
- 52h. Impara come aver cura correttamente degli zoccoli del cavallo.
- 52i. Bada a uno o più puledri o cavalli per almeno una settimana.

### 53. LAVORI IN CAMPAGNA: ALLEVAMENTO DI GALLINACEI



53a. Identifica dal vivo o attraverso foto le seguenti razze di pollami:



a. Ancona<sup>33</sup>



b. Bianca di Saluzzo<sup>34</sup>



c. Bionda Piemontese<sup>35</sup>

<sup>33</sup> Razza originaria dell'Italia centrale. Importata in Inghilterra intorno al 1848, dal porto di Ancona appunto, fu qui sottoposta ad una attenta selezione soprattutto per ottenere una colorazione con picchiettatura regolare. L'Ancona autoctona infatti aveva il mantello con molte penne bianche irregolarmente disposte. Fu nel 1880 che l'allevatore Mr. M. Cobb riuscì ad ottenere quanto ricercato presentando in mostra un gruppo di Ancona. Nel 1910 in una mostra a Birmingham fu presentata l'Ancona con cresta a rosa. La varietà allevata in Inghilterra è di taglia più grossa rispetto a quella selezionata in America. E' una razza leggera con una spiccata attitudine per la produzione di uova dal guscio bianco. Storia : "La gallina dalle uova d'oro è volata via". Presenta un mantello nero con riflessi verde metallico, pagliettato di bianco (alcune penne terminano con una macchia bianca a forma di V), morbido e ben aderente al corpo. Testa mediamente lunga. Il colore del piumino è molto scuro. Cresta originariamente semplice, anche se oggi vi sono varietà con cresta composta rosa. La cresta semplice, diritta, a cinque punte, ben sviluppata. Nel maschio è diritta con lobo posteriore molto sviluppato; nelle galline è leggermente piegata di lato senza ricoprire l'occhio. Becco forte, ricurvo, di colore giallo. Occhi larghi e sporgenti, di colore rosso bruno; orecchioni è bianco, tollerato se crema, a mandorla; bargigli rossi, mediamente grandi e allungati. Coda grande con abbondante piumaggio, portata mediamente alta. Zampe mediamente lunghe e ben evidenti; tarsi lunghi, fini, senza piume, quattro dita, gialli con picchiettatura scura (da ardesia a nera). Peso medio (Standard Italiano): - Galli kg 2,0 - 2,5 - Galline kg 1,8 - 2,2

<sup>34</sup> Due erano le razze tradizionali allevate in Piemonte: la Bionda Piemontese e la Bianca di Saluzzo (detta anche Bianca di Cavour). Un tempo la Bianca di Saluzzo era ampiamente diffusa e allevata in Piemonte. Dietro al recupero di queste due razze (iniziato nel 1999) c'è l'Istituto Professionale per l'Agricoltura e l'Ambiente di Verzuolo in provincia di Cuneo. Uova feconde, pulcini, pollastri di poche settimane e riproduttori possono essere acquistati presso questo istituto (indirizzo: via IV Novembre, 30 - 12039 Verzuolo (CN); tel. 017586226). Le pollastre iniziano la deposizione al 6-7° mese e depongono uova dal guscio colorato del peso medio di 50 grammi. La produzione di uova si concentra nel periodo primavera-estate e si aggira sulle 180 unità. elevata è la percentuale di schiudibilità delle uova. La qualità della carne, dovuta anche alle tecniche di allevamento e alimentazione, è ottima. Le produzioni tipiche sono il pollastro (maschi e femmine di almeno 22 settimane) e il capponi nel periodo natalizio (di almeno 30 settimane). Pregiata è anche la gallina a fine carriera. Razza molto rustica e pascolatrice, è ideale per valorizzare produzioni di nicchia o tipiche delle aree protette nel Piemonte. Caratteristiche morfologiche: Il mantello è di colore bianco. Taglia medio-piccola. Ampia cresta semplice formata da 4-6 denti, portata diritta nel gallo, leggermente piegata di lato nelle galline; bargigli rossi ben sviluppati; gli orecchioni, ben sviluppati, hanno un colore giallo come i tarsi e la pelle. La coda è portata alta, leggermente aperta nelle galline. I pulcini alla nascita presentano un piumino giallo.

Peso medio: - Galli kg 2,5 - 2,7 - Galline kg 2,0 - 2,1 All'età di macellazione (22 settimane) i pollastri raggiungono un peso medio di 1,7-1,8 kg, mentre i capponi a 30 settimane pesano circa 3 kg.

<sup>35</sup> Due erano le razze tradizionali allevate in Piemonte: la Bionda Piemontese e la Bianca di Saluzzo (detta anche Bianca di Cavour).

Dietro al recupero di queste due razze (iniziato nel 1999) c'è l'Istituto Professionale per l'Agricoltura e l'Ambiente di Verzuolo in provincia di Cuneo. Razza rustica e resistente alle malattie. La produzione di carne è rilevante presentando la razza uno sviluppo precoce; gli animali allevati all'aperto vengono sacrificati a 112 giorni: produzioni tipiche si ottengono anche a 70 giorni circa con pesi medi di circa 1,5 kg. La resa è molto buona e la qualità della carne – anche per le tecniche di allevamento e alimentazione estensive – è ottima.

La produzione ovaiola annuale si concentra nel periodo primavera-estate e si aggira sulle 180-200 unità (di colore rosato; peso medio 55-60 grammi). Caratteristiche morfologiche: Piumaggio: di colore fulvo (camosciato o dorato in varia gradazione). Testa media, con cresta rossa semplice con 4 - 6 denti, ben sviluppata, eretta nel gallo, pendente da un lato nella gallina; bargigli e guance rossi, orecchioni di media grandezza, rossi con venature bianche. Becco giallo, forte. Petto e spalle ampie; pelle di colore giallo.

Coda portata alta, di colore nero, lunga e quadrata nella gallina, con riflessi colorati metallici nel gallo o ancora bianca o blu. Peso medio: - Galli kg 2,5 - 3,0 - Galline kg 2,0 - 2,5



**53b. Racconta brevemente le modalità di deposizione delle uova o le qualità delle carni prodotte dalle razze sopra elencate.**

**53c. Qual è l'uso dei seguenti termini:**

- Incubatori
- Hovers
- Gabbie sanitarie per uccelli
- Stie
- Fasi di allevamento

**53d. Esamina in controluce delle uova e trovane almeno una non più commestibile. Perché conviene esaminare le uova?**

**53e. Tieni sotto controllo il programma di alimentazione dei polli, dalla covata fino alla maturità.**

**53f. Qual'è la temperatura, l'umidità ed il numero di giorni necessari per covare le seguenti uova:**

- Anatra
- Gallina
- Oca
- Quaglia
- Tacchino

**53g. Costruisci, compra o affitta un incubatore e cova sei uova di gallinacei a tua scelta, con un 50% di riuscita.**

**53h. Cresci questi polli per almeno sei mesi.**

<sup>36</sup> Razza originaria del Veneto. Abbastanza diffusa. Razza da carne e da uova.

Caratteristiche morfologiche: Piumaggio ermellinato. Cresta semplice, orecchioni rossi. Pelle e tarsi gialli.

<sup>37</sup> La razza Livorno o "pollo italiano" è nota internazionalmente con il nome Leghorn.

Le origini non sono chiare: il nome deriva dal porto dal quale, nel 1828, questi animali partirono per l'America del Nord. Nel 1874 fu inserita nell'American Standard of perfection nelle colorazioni bianca, nera e bruna. La bianca fu selezionata principalmente per la produzione di uova. Dall'America la Livorno rientrò in Europa e principalmente in Inghilterra nel 1870 per poi ritornare in Italia. Gli inglesi, da buoni tradizionalisti, hanno tutt'oggi in Standard la Livorno più o meno come gli arrivò dagli Stati Uniti, molto differente da ciò che si vede oggi. Nel 1886 dall'American Poultry Association fu riconosciuta la Livorno cresta a rosa. È una eccellente produttrice di uova a guscio bianco.

La Livorno bianca può raggiungere deposizioni medie annuali assai elevate (280 uova), con punte di 300-320. Con le sue numerose varietà a mantello diversamente colorato si è diffusa in tutto il mondo. Solo da pochi anni gli allevatori italiani hanno come riferimento, per la loro selezione, lo Standard della Livorno con tipologia autoctona. L'Italiana (Livorno selezione tedesca) è comunque presente nel "Libro Standard" delle razze avicole italiane, ma con proprio Standard. Alle mostre precedenti la pubblicazione del "Libro Standard", forse per la massiccia presenza di soggetti provenienti dalla Germania, tutti gli animali iscritti come Livorno venivano giudicati per lo più con Standard dell'Italiana aiutando così la contro selezione della nostra razza. La Livorno, secondo F. Focardi, è forse l'unica razza che diversi paesi hanno inserito nei loro Standard con più tipologie; potrà sembrare strano, ma in tutti questi paesi nessuno parla della tipologia italiana.

<sup>38</sup> The most popular market duck in America is the Pekin. It is bred in one variety, white; and a creamy white plumage and orange shanks and toes are desired. The bill should rich yellow in color, and black in the bill or beak is a serious defect. Pekin ducks should weigh not less than, adult drake, 9 lbs.; young drake, 8 lbs.; adult duck, 8 lbs.; young duck, 7 lbs. The correct shape is of a long, broad, deep and full breasted type, to carry an abundance of meat. The Pekin breed is of Chinese origin, a country in which duck raising is extensively followed, especially in some districts. The first Pekins were imported to the United States about 1873.

<sup>39</sup> Selezionata negli stati della costa pacifica degli USA, era la più diffusa per le sue elevate attitudini funzionali. La livrea è uguale al bronzato, differisce invece per la struttura anatomica molto più pesante. Le fasce muscolari molto più sviluppate specie quelle del petto. Le gambe sono abbastanza corte e robuste come il collo. Il corpo è compatto e fornito di tutte le caratteristiche per una elevata produzione di carne. Ha un ottimo indice di conversione alimentare e sono molto apprezzate le rese al macello soprattutto del petto.

Le capacità riproduttive di questa razza sono piuttosto limitate sia nel maschio che nella femmina e, a causa dell'elevato dimorfismo sessuale, è necessario ricorrere alla fecondazione artificiale. La produzione di uova è mediocre e così pure le percentuali di schiusa.

Questa razza non è compresa negli Standard Ufficiali.

<sup>40</sup> Tutta la livrea è bianco candido; nel petto spicca il granatello nero sopra le penne chiare. Il becco è color corno chiaro, i tarsi rosso pallido e gli occhi bruno scuri. La pelle è bianca, ma può assumere colore paglierino con appropriata alimentazione. Entrambi i sessi hanno la livrea dello stesso colore. I tacchinotti hanno il piumino giallo.

Un grave difetto è la presenza di bianco sporco. Il peso è leggermente inferiore a quello del bronzato d'America.

L'allevamento del tacchino bianco è stato preferito in quanto le piume bianche erano più richieste. Oggi si preferisce questa livrea perché gli "spuntoni" residui della spiumatura meccanica sono meno visibili.

Il maschio raggiunge i 12-13 kg, la femmina 6-8 kg.

#### 54. LAVORI IN CAMPAGNA: APICOLTURA<sup>41</sup>



- 54a. Presentare la storia dell'apicoltura e del miele
- 54b. Elencare cinque modi di usare il miele, la cera ed il propoli
- 54c. Elencare dieci ricette in cui tra gli ingredienti figura il miele
- 54d. Elencare i differenti compiti dei fuchi, le api operaie e la regina
- 54e. Descrivi come le api costruiscono i favi. Perché diventano scure con il passare del tempo?
- 54f. Cosa si intende con i seguenti termini:
  - a. Telaino mobile
  - b. Sciamatura
- 54g. Cos'è un affumicatore? Qual'è il migliore materiale combustibile per produrre il fumo
- 54h. Quali considerazioni bisogna tenere presente per la scelta del luogo dove dislocare l'alveare?
- 54i. Quali sono le malattie che più facilmente si trasmettono tra alveari?
- 54j. Che cos'è l'abbotinatura? E come avviene?
- 54k. Elencare quattro metodi per aiutare a prevenire la sciamatura. Perché è importante prevenire la sciamatura?
- 54l. Quali tre requisiti bisogna predisporre per preparare la colonia per l'invernamento?
- 54m. Qual'è il vantaggio che comporta l'uso dell'escludi-regina
- 54n. Saper mettere in pratica:
  - a. Utilizzo del nutritore stimolante primaverile
  - b. Varie tecniche antisciamatura
  - c. Estrazione del miele e sua conservazione
  - d. La riduzione dell'alveare per l'inverno
- 54o. Come riconoscere il momento in cui i telaini sono pronti per l'estrazione e la smielatura?

#### 55. LAVORI IN CAMPAGNA: COLTIVAZIONE DI ARBUSTI DA FRUTTO<sup>42</sup>



- 55a. Quali caratteristiche deve avere un suolo adatto alle coltivazioni di more, fragole, uva, mirtilli?
- 55b. Scrivere un resoconto di una pagina spiegando come coltivare una specie dei predetti frutti. Includere le seguenti fasi:
  - a. Scelta della varietà
  - b. Preparazione del suolo
  - c. Tecniche di semina o piantagione
  - d. Fertilizzanti
  - e. Potatura (quando richiesta)
  - f. Irrigazione
  - g. Controllo degli organismi nocivi
  - h. Raccolto
- 55c. Elencare tre varietà di frutta tipiche della località in cui vivete.
- 55d. Nella giusta stagione essere in grado di potare nel giardino di famiglia o di amici, due arbusti di mirtilli, due viti o un filare di cespugli di more.
- 55e. Che cos'è un raccolto deperibile?
- 55f. Per quanto tempo fragole, more, mirtilli e uva possono essere conservati?
- 55g. Descrivere il tipo di organismo nocivo o di malattia di ogni varietà di frutta, sottolineando il tipo di danno causato e i trattamenti chimici o naturali da usare. Servirsi il più possibile di figure o disegni.

<sup>41</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

<sup>42</sup> Bibliografia: Consultare un'opera specifica per quest'argomento

**55h. Effettuando il test del suolo di un giardino indicare quali colture da frutta sono più adatte a quel terreno. Individuare i fertilizzanti appropriati ad ogni coltura e calcolare il costo richiesto per la quantità necessaria a sei filari di circa tre metri.**

#### **56. LAVORI IN CAMPAGNA: FLORICOLTURA<sup>43</sup>**



- 56a. Cosa si intende per perenne, annuale e biennale?**
- 56b. Indicare gli accorgimenti per la costruzione di una lettiera. Qual'è la differenza fra la lettiera e la serra fredda?**
- 56c. Che cos'è il drenaggio? Che importanza riveste? Come lo si predispone?**
- 56d. Elencare tre malattie delle piante e come si combattono**
- 56e. Come si costruisce una serra aperta? E qual'è il suo utilizzo?**
- 56f. Elencare tre diversi fertilizzanti e le modalità di uso**
- 56g. Preparare il terriccio, piantare e portare a fioritura tre diverse piante annuali**
- 56h. Quali tre sostanze sono importanti per la fioritura delle piante?**
- 56i. Curare due o più piante perenni esterne per almeno una stagione. Mantenere un diario con annotazioni settimanali dei lavori effettuati**
- 56j. Per quali motivi è importante l'analisi del terriccio?**
- 56k. Elencare tre essenze floreali adatte alle seguenti condizioni:**
  - a. Ombra
  - b. Terreno asciutto
  - c. Pieno sole
  - d. Terreno umido

#### **57. LAVORI IN CAMPAGNA: FRUTTICOLTURA**



- 57a. Perché si fanno gli innesti negli alberi da frutta?**
- 57b. Che cosa si intende per “durezza”?**
- 57c. Che tipo di posizione e di letame è necessaria per far crescere tre dei seguenti frutti:**
  - a. Mele
  - b. Pesche
  - c. Pere
  - d. Susine
  - e. Ciliegie
  - f. Arance
  - g. Un frutto a scelta equivalente
- 57d. Che cos'è un albero da frutto nano e come si fa a renderlo nano?**
- 57e. Piantare almeno due alberi da frutta e coltivarli con la potatura per almeno due stagioni, oppure coltivare e potare un albero già esistente.**
- 57f. Mostrare un esempio di frutto raccolto agli esaminatori.**
- 57g. Rispondere alle seguenti domande:**
  - a. Che cos'è l'impollinazione?
  - b. Che cos'è un impollinatore?
  - c. Quali alberi hanno bisogno di un impollinatore?
- 57h. Come si proteggono i giovani alberi dai danni dei roditori?**
- 57i. Confrontare le qualità del profumo, della struttura e dell'aspetto di due differenti varietà dello stesso frutto.**

#### **58. LAVORI IN CAMPAGNA: GIARDINAGGIO**

<sup>43</sup> Bibliografia: Alberi ed. Arnoldo Mondadori 1983



- 58a.** Preparare il terriccio, il fertilizzante e le sementi per realizzare un orto di almeno 30 metri quadrati. Coltivare sei ortaggi diversi, di cui tre da semi e tre da vivaio
- 58b.** Conoscere i metodi di controllo degli insetti e delle malattie dell'orto, conoscere come e quando applicare insetticidi e fungicidi
- 58c.** Che cos'è il pacciame? Come e perché viene utilizzato nell'orto?
- 58d.** Saper fare:
- Una lettiera
  - Una serra fredda
- 58e.** Coltiva almeno 3 verdure che si trovano in un mercato ortofrutticolo.

#### 59. NATURA: ALBERI E CESPUGLI<sup>44</sup>



- 59a.** Descrivere in che modo gli alberi si differenziano dagli arbusti
- 59b.** Raccogliere ed identificare le foglie di 15 differenti alberi. Stenderle accuratamente, pressarle, farle asciugare e inserirle in un apposito quaderno o album.
- 59c.** Citare il nome di due alberi e indicarne le caratteristiche qui sotto richieste:
- Qual è la loro utilità
  - L'ambiente favorevole alla crescita
  - Alcune caratteristiche distintive
  - L'area geografica in cui crescono
  - Le prime persone che li hanno scoperti e identificati
- 59d.** Indicare il nome comune di due principali categorie di alberi e loro differenze
- 59e.** Descrivere l'importanza data al tema della conservazione delle foreste nella vostra area geografica.
- 59f.** Citare alcuni tipi di legno usato per:
- Pavimentazione di case
  - Comune legno compensato
  - Mobili
  - Manici per utensili da giardinaggio
  - Pali per recinti
  - Traverse da binario
  - Travi da supporto per lavori di costruzione
  - Archi e frecce
  - Accensione (legna minuta)
  - Carbone
- 59g.** Indicare due tipi di alberi che:
- Crescono meglio in posti umidi o paludosi
  - Crescono meglio in montagna ad elevate altitudini.

#### 60. NATURA: ALBERI E CESPUGLI II<sup>45</sup>



- 60a.** Raccogliere, identificare, pressare e incorniciare le foglie di 35 differenti specie di alberi.
- 60b.** Raccogliere, pressare, incorniciare e classificare dei campioni di foglie che dimostrino le seguenti caratteristiche:
- Seghettato

<sup>44</sup> bibliografia: Nuovo atlante degli alberi d'Italia A. Testi ed. Demetra 2000; ALBERI P. Zanzara, M. Pizzetti ed. Arnoldo Mondadori 1983; Il manuale dello scout A. Greco ed. Piemme 2001, La flora mediterranea I. e P. Schonfelder ed. Geografico De Agostani 1986 opera specifica

<sup>45</sup> (bibliografia, vedi Alberi e Cespugli I)

- b. Seghettato doppio
- c. Intero
- d. Crenato
- e. Dentellato
- f. Lobo
- g. Inciso
- h. Verticillo
- i. Opposto
- j. Alternato
- k. Pennato
- l. Composto triplo (se possibile)

**60c. Indicare il vantaggio di usare dei nomi latini o scientifici.**

**60d. Che utilità hanno le due parti del nome scientifico?**

**60e. Citare sei famiglie di alberi della classe angiosperma e tre famiglie della classe gimnosperme**

**60f. Conoscere e descrivere la funzione delle foglie nel ciclo vitale di un albero.**

**60g. Elencare le famiglie di alberi con foglie opposte che crescono nella vostra area geografica.**

**60h. Spiegare i seguenti termini:**

- a. Stipula
- b. Peticle
- c. Lama
- d. Pitch
- e. Duramen
- f. Brasiletto, (Verzino)
- g. Springwood
- h. Summerwood
- i. Annual ring
- j. Cambium
- k. Xilema
- l. Floema

**60i. Quali famiglie di alberi hanno i seguenti elementi:**

- a. Spine
- b. Amenti
- c. Semi alati
- d. Ghiande
- e. Baccelli
- f. Pericarpi
- g. Noci
- h. Bacche

**60j. Saper riconoscere dieci alberi decidui dalle loro caratteristiche invernali, considerando ad esempio ramoscelli, gemme, forma tipica, luoghi favorevoli alla crescita.**

## 61. NATURA: ANIMALI DOMESTICI



**61a. Saper distinguere tra cavallo da tiro e cavallo da corsa.**

**61b. Saper individuare in fotografia o dal vivo almeno tre dei seguenti cavalli indicandone l'altezza, il peso, il colore e il temperamento:**

- a. Percheron
- b. Belga
- c. Clydesdale
- d. Arabo
- e. Shetland

**61c. Elencare quattro caratteristiche fisiche del mulo.**

**61d. Saper riconoscere in fotografia o dal vivo l'asino. Indicare quali sono le sue caratteristiche fisiche e l'utilità.**

- 61e. Saper riconoscere in fotografia o dal vivo quattro tipi di bestiame da latte e quattro tipi di bestiame da macello.
- 61f. Conoscere la differenza di qualità del latte prodotto dalle razze Jersey, Guernsey e Holstein.
- 61g. Qual è la differenza tra la capra da latte e l'Angora? Indicare i colori caratteristici di almeno tre differenti razze di capre, come ad esempio le Saanen, Toggenburg, e Nubian.
- 61h. Saper riconoscere in fotografia o dal vivo la pecora. Elencare le caratteristiche fisiche (taglia, marchio e aspetto fisico in generale) di tre razze di pecore, come ad esempio Merino, Rambouillet, Shropshire, Hampshire, e Lincoln.

## 62. NATURA: ASTRONOMIA I<sup>46</sup>



### 62a. Rispondere alle seguenti domande:

- Qual è il pianeta più vicino alla terra?
- Qual è la sua distanza dalla terra?
- Cosa governa le maree?
- Quali sono le cause di un'eclissi?
- Che cos'è una stella cadente?
- A quale velocità viaggia la luce?

62b. Fare un grafico che raffiguri le relative posizioni e i movimenti della terra, del sole e della luna.

62c. Mostrare le posizioni e i movimenti che compiono il sole e la luna durante le eclissi.

62d. Fare un grafico del nostro sistema solare ed elencare i nomi dei pianeti in ordine a partire dal sole.

62e. Trovare nel cielo sette stelle fisse. Qual è la differenza fra i pianeti e le stelle fisse?

62f. Che cos'è una costellazione? Dire il nome di 6 costellazioni ed indicarle. Dire il nome di due costellazioni visibili per tutto l'anno.

62g. Per l'Emisfero Nord: disegna una carta dell'Orsa Maggiore, di Cassiopea e della Stella Polare.

62h. Che cos'è la Via Lattea? Osservare la Via Lattea nel cielo notturno.

62i. Che cosa sono Venere e Lucifero? Che cosa indicano entrambi i nomi?

62j. Spiegare lo zenith e il nadir.

62k. Che cos'è l'Aurora Boreale? Da che cosa è provocata?

62l. Dove e in che modo la Bibbia si riferisce ad Orione, le Pleiadi e Arcturus?

62m. Discutere l'affermazione fatta in *Early Writings* (di E. White), pagina 41 concernente l'apertura in Orione.

## 63. NATURA: ASTRONOMIA II<sup>47</sup>



63a. Come si può spiegare l'evidente movimento quotidiano delle stelle?

63b. Cosa si intende per:

- Pianeta
- Satellite
- Cometa
- Meteora
- Meteorite
- Nebulosa
- Costellazione
- Stella fissa
- Macchia solare

63c. Saper individuare dal vivo o in fotografia, un esempio di ognuna.

63d. Dare una definizione ai seguenti termini:

- Sfera celeste

<sup>46</sup> Bibliografia: *Astronomia* ed. Fiordaliso; *Leggere le stelle* G. Cornelius ed. De Agostani 2000

<sup>47</sup> Bibliografia: *Vedi Astronomia I*

- b. Polo celeste
- c. Equatore celeste
- d. Orizzonte
- e. Ascensione retta
- f. Declinazione
- g. Equatoriale
- h. Congiunzione
- i. Eclittica

- 63e. Spiegare la sostanziale differenza tra un telescopio rifrattore e un telescopio riflettore. Descrivere una montatura a telescopio equatoriale.
- 63f. In quali colori la luce del sole si disperde quando passa attraverso un prisma? In che modo i colori delle stelle indicano la loro temperatura?
- 63g. Che connessione c'è tra l'equinozio eclittico, di primavera e d'autunno? Quali date sono in genere associate agli equinozi?
- 63h. Imparare le 12 costellazioni chiamate segni dello zodiaco. Conoscere la storia dei segni dello zodiaco.
- 63i. Citare e individuare nel cielo durante una notte luminosa le costellazioni visibili per tutta la notte nel vostro emisfero.
- 63j. Citare e individuare nel cielo cinque costellazioni che sono visibili tra l'ora del tramonto e la mezzanotte nel tuo emisfero durante:
- a. I mesi estivi.
  - b. I mesi invernali.
- 63k. In che periodo dell'anno si può vedere meglio la costellazione di Orione? Cita e localizza nel cielo le tre stelle più brillanti di questa costellazione.
- 63l. Come sono usate le lettere dell'alfabeto Greco per chiamare le stelle in una costellazione? Trovare cinque esempi sull'uso delle lettere dell'alfabeto Greco per nominare le stelle di una costellazione.
- 63m. Non appena appaiono, localizzare per tutto l'anno le 15 stelle di prima grandezza.
- 63n. Con un diagramma, mostrare le relative posizioni della terra e della luna durante l'alta e la bassa marea.
- 63o. Descrivere le caratteristiche di ognuno dei pianeti del nostro sistema solare. Quali non possono essere visti senza l'aiuto di un telescopio? Quali due pianeti sono visibili solo intorno alle ore dell'alba e del tramonto?

#### 64. NATURA: CANI<sup>48</sup>



- 64a. Dire il nome scientifico della famiglia dei cani.
- 64b. Dire 5 caratteristiche della famiglia dei cani
- 64c. Saper riconoscere in fotografia o dal vivo 5 appartenenti alla famiglia dei cani
- 64d. Saper riconoscere in fotografia o dal vivo 25 diverse specie di cani con il pedigree
- 64e. Dire il nome della razza canina più grande e di quella più piccola
- 64f. Scrivere o descrivere oralmente il valore che hanno per gli uomini le seguenti razze:
- a. San Bernardo
  - b. Pastore
  - c. Collie
  - d. Eskimo
- 64g. Scrivere o raccontare che contributo hanno dato i cani all'uomo durante la guerra.
- 64h. Qual è l'unico cane che ha una lingua completamente blu o nera?
- 64i. Qual è il cane da corsa più veloce?
- 64j. Quale cane è particolare utile nell'inseguire i criminali?
- 64k. Saper riconoscere in fotografia o dal vivo 5 cani classificati come "cani da salotto".

#### 65. NATURA: CONCHIGLIE I<sup>49</sup>

<sup>48</sup> Bibliografica: consultare un'opera specifica per quest'argomento



65a. Cosa significa il termine "mollusco"?

65b. Identifica servendoti di conchiglie o illustrazioni, i seguenti termini:

- a. Mantello
- b. Piede
- c. Denti
- d. Coste
- e. Cerniera
- f. Valva
- g. apice
- h. canale sifonale
- i. opercolo

65c. Le conchiglie si trovano tutte sulla spiaggia? Dove se ne possono trovare? Quali aree del mondo offrono la più ampia varietà di conchiglie?

65d. In che modo i molluschi riescono a proteggersi?

65e. Come si formano le conchiglie e di che materiale sono fatte?

65f. Enumera e spiega 5 utilizzi che gli uomini fanno delle conchiglie.

65g. Spiega, aiutandoti con degli esemplari, cosa significano i termini "univalve e "bivalve".

65h. Nomina 5 differenti gruppi di conchiglie e procurati per ognuno d'essi almeno un esemplare per la tua collezione.

65i. Collezione almeno 20 conchiglie differenti, specificando per ciascuna quando e come l'hai ottenuta, e classificandola.

65j. Come si formano le perle? Che insegnamento straordinario ci danno? (Leggi il capitolo 9 del libro "Parole di Vita")

65k. Abbina ad ogni affermazione il versetto corrispondente:

- a. le creature che vivono nel mare furono create il quinto giorno
- b. il loro numero è incalcolabile
- c. esse muoiono se tolte dall'acqua
- d. Giobbe attribuiva un gran valore ai coralli
- e. Salomone conosceva bene il mondo marino
- f. Gesù usò due volte il prodotto di una conchiglia per dare un insegnamento spirituale
- g. Una donna vendeva le famose tinte color porpora ricavate dal mollusco Murex Mediterraneo
- h. Paolo condanna l'uso di perle a scopo ornamentale.
- i. I molluschi non sono adatti per essere mangiati
- j. Le dodici porte della Santa Città sono dodici perle.

## 66. NATURA: CONCHIGLIE II<sup>50</sup>



66a. Definisci il termine mollusco.

66b. Impara la classificazione del termine di molluschi, imparando a distinguere le caratteristiche di ognuno e diventa un acquirente di tante specie di diversi tipi di classe.

66c. Fai la distinzione fra molluschi univalve e bivalve di quelli che sono considerati in questa lista:

- a. conchiglie
- b. il corpo del mollusco
- c. riproduzione
- d. movimenti
- e. assicurazione del cibo

<sup>49</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento

<sup>50</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento

f. preservazione personale.

**66d. Identifica il significato dei seguenti termini utilizzando delle conchiglie o dei disegni:**

- a. valva
- b. apici
- c. apertura o foro
- d. bisso
- e. piede
- f. mantello o manto
- g. opeculum
- h. madreperla
- i. epidermide
- j. costole
- k. denti
- l. canale
- m. spine
- n. giro di spirali
- o. labbra
- p. linee concentriche

**66e. Spiega lo sviluppo di una conchiglia. Quanto tempo vivono i molluschi?**

**66f. Elenca alcuni fattori della vita di un strombus pugilis (conchiglia litigiosa), e spiega perché questa conchiglia è così nominata.**

**66g. Identifica e spiega le attività del verme baccello.**

**66h. Che succede alla distribuzione dei molluschi.**

**66i. Nomina 2 molluschi che non hanno conchiglie.**

**66j. Trova la risposta alle seguenti domande:**

- a. Come gli animali univalve e bivalve sono legati alle loro conchiglie?
- b. Com'è controllato il colore nelle conchiglie?
- c. Perché i molluschi hanno 4 branchie?
- d. Da quale animale marino fu primariamente estratto l'inchiostro indiano?
- e. Quale mollusco ha spine morbide e delicate?
- f. Quali conchiglie sono state usate dalle tribù antiche come soldi?
- g. Quale conchiglia è considerata sacra dai tibetani?
- h. La tintura viola, anticamente era estratta dalla secrezione di quale mollusco?
- i. Qual è la fonte delle perle? Come si formano?

**66k. Nomina 6 conchiglie di uso commerciale?**

**66l. Scegli tra i due punti:**

- a. collezioni 40 specie di conchiglie rappresentanti le 5 classificazioni. Fai una scheda di ognuna delle conchiglie con il luogo e la data dov'è stata trovata, nome comune, nome scientifico e la classe.
- b. Fai una collezione di 50 specie di conchiglie che tu hai trovato, ricevuto o comprato che rappresentano le 5 classificazioni. Fai una lista delle conchiglie collezionate come spiegato qui di seguito: se è stato trovata da te personalmente, dalle informazioni che vi abbiamo dato al punto a; se è stata ricevuta o comperata di il nome della persona dalla quale le hai ricevute, l'habitat della conchiglia, data dell'acquisto, nome scientifico, e la classe.

## 67. NATURA: CONSERVAZIONE DELL'AMBIENTE



**67a. Qual'è la differenza fra ecologia e conservazione ambientale?**

**67b. Scrivi 500 parole sagge di come l'incremento della popolazione umana sta minacciando la nostra esistenza sulla terra.**

**67c. Cosa significa il termine "morte" di un lago o di un fiume?**

**67d. C'è un lago o un fiume nel tuo territorio o nella tua città che è classificato come "morto"?**

**67e. Fai una piccola investigazione di un ruscello che si trova vicino casa tua. Poni attenzione ai seguenti segni di purezza:**

- a. presenza abbondante di piccoli animali

- b. acqua chiara e odore fresco
- c. corso d'acqua coperto con cumuli di vegetazione lungo la sponda
- d. piccole quantità di alga verde nell'acqua (colore verde chiaro)
- e. presenza di alcune piante acquatiche come: coda di gatto, foglia forma di freccia, strale, erbaccia raccogliatrice.
- f. Presza di tartarughe
- g. cray-fish sotto i sassi nell'acqua.
- h. secca coperta con erbaccia che sta crescendo indica relativamente dei livelli stabili d'acqua
- i. segni di acqua deteriorati
- j. presenza di grandi quantità di alghe blu e verdi (di colore verde scuro)
- k. durante una burrasca scava banchi di alti livelli d'acqua
- l. odore di acqua putrefatta
- m. presenza di schiuma di detergente
- n. lungo la sponda secca e fangosa si vede spuntare dell'immondizia
- o. acqua piena di melma
- p. assenza di insetti acquatici e pesci
- q. presenza di acqua di scarico
- r. presenza di olio nella superficie d'acqua
- s. non si trovano salamandre o rane sotto le rocce del corso d'acqua
- t. piccole fabbriche scaricano i loro rifiuti nel fiume.

**67f. Se il tuo corso d'acqua presenta alcuni di questi segni di "morte" fai qualcosa per pulirlo. parla con i responsabili di questo inquinamento.**

**67g. C'è tanta gente che non conosce queste cose e che sarebbe interessata a cooperare se solo sapesse. Organizza un gruppo di giovani che ti aiuti a pulire l'immondizia lungo la riva del corso d'acqua. Mettiti in contatto con persone che forniscano camion o furgoni per aiutarti in questa campagna di pulizia.**

**67h. Fai una visita al deposito di rifiuti urbani della tua città o della tua regione per vedere come i rifiuti vengono maneggiati.**

- a. quante tonnellate di rifiuti si gettano ogni giorno? Ogni anno?
- b. che sforzi si fanno per riciclare questi rifiuti?
- c. tutti i rifiuti vengono bruciati?
- d. quanto costa ad ogni cittadino ogni anno lo smaltimento dei rifiuti?
- e. cosa succede alle automobili da rottamare nella tua città?

**67i. Fai una visita all'impianto dove si tratta l'acqua di scarico o le fognature.**

**67j. Fai un diagramma dettagliato di cosa succede con il rifiuto liquido e solido dal momento che arriva all'impianto fino a che esce. In che maniera lascia l'impianto? Questo rifiuto viene utilizzato ulteriormente?**

**67k. Se è possibile visita l'impianto di purificazione dell'acqua e costruisci un diagramma dei passi di purificazione dal momento in cui l'acqua entra nell'impianto fino a che lo lascia e viene distribuita alle case e ai negozi.**

**67l. Leggi e discuti con i dipendenti che lavorano nell'impianto e determina se le risorse d'acqua nel futuro saranno abbastanza per far fronte alla domanda.**

**67m. Leggi e fai un riassunto di un libro sulla conservazione ambientale.<sup>51</sup>**

**67n. Quali sono le specie rare o in pericolo d'estinzione?**

**67o. Determina quali sono gli sforzi fatti nel tuo territorio per proteggere questa specie. Cosa puoi fare per aiutare? Scrivi le tue idee (da 300 a 500 parole).**

## 68. NATURA: ECOLOGIA I



**68a. Costruisci un diagramma (o schema) di un ecosistema di un laghetto di acqua fresca con degli animali incollati o intagliati.**

**68b. Scegli un mammifero, un uccello, un rettile e un anfibio ambiente attorno casa tua e per ognuno costruisci uno schema a forma di piramide della sua ecologia.**

<sup>51</sup> Bibliografia: Silent Spring di Rachel Carson (inglese)

**68c. Conosci il significato dei seguenti termini:**

ecologia  
comunità  
catena alimentare  
commensalismo  
successione ecologica  
plankton  
conservazione  
eutrofismo  
biotipo

**68d. Fai un'osservazione dettagliata osservando un campo e studiando un libro di alcuni dei piccoli animali che abitano attorno al tuo ambiente. Scrivi una metà di un rapporto con osservazioni in campo e l'altra metà del rapporto tra le osservazioni da un libro di studio; il rapporto deve essere di circa 700 parole.**

**68e. Definisci un'ecosistema e il suo stato. Quali sono i fattori biologici e fisici che mantengono un sistema equilibrato.**

**68f. Investiga sulla rimozione dell'immondizia nella tua comunità.**

**68g. Qual'è la quantità di rimozione d'immondizia per una famiglia al giorno? Alla settimana? All'anno? Come si potrebbe avere una cura migliore dell'immondizia?**

**68h. Guarda nel quotidiano (giornale) della città più grande vicino alla tua per vedere il livello d'inquinamento dell'aria in un mese.**

**68i. Con un grafico traccia una curva del livello d'inquinamento di un mese tratto dal giornale. Che cosa causa il massimo della curva?**

**68j. Fai una lista di 10 modi nei quali tu puoi lavorare attivamente per migliorare l'ambiente nel quale vivi. Metti 4 di questi in pratica.**

**68k. trova una citazione dello Spirito di Profezia e un testo biblico pertinente all'ecologia e sii pronto a spiegarne l'importanza ai nostri giorni.**

**69. NATURA: ECOLOGIA II**<sup>52</sup>



**69a. L'ecologia è una specialità.**

**69b. Spiega la prima e la seconda regola della termodinamica e perché sono importanti per l'ecologia.**

**69c. Spiega i tre livelli di base trofico/alimentare e da un buon esempio di una pianta o di un animale per ognuno.**

**69d. Fai un diagramma di 3 tipi della piramide ecologica nella catena alimentare**

**69e. Dai un esempio per ogni piano della piramide:**

**69f. Definisci il ciclo biogeochimico e spiega o fai un diagramma di tutti i suoi componenti basilari per i quali il ciclo attraversa.**

**69g. Fai un diagramma o spiega i passi basilari nel flusso d'energia da una parte all'altra dell'ambiente biotico di un ecosistema. Inizia con il sole.**

**69h. Spiega la legge del minimo di Liebig e la legge della tolleranza di Shelford, e spiega come queste leggi ci dicono come e perché alcune piante e animali sono in pericolo o sono eliminati quando il proprio habitat o la propria comunità viene disturbata o sbilanciata.**

**69i. Scegli una comunità biologica nella tua area simile ad una foresta di alberi, palude, lago o stagno, pascolo canyon o insenatura di alberi etc. che è stata in qualche modo disturbata o ecologicamente sbilanciata.**

**69j. Fai una descrizione, includendo come e quanto grande è lo sconvolgimento. Elabora delle raccomandazioni di come la comunità potrebbe migliorare, e dove è possibile fare delle migliorie.**<sup>53</sup>

<sup>52</sup> Questi requisiti possono essere espressi verbalmente o scritti all'animatore/formatore. Un istruttore è raccomandato ma non è un requisito indispensabile per questa qualifica.

<sup>53</sup> Consulta con il tuo animatore o istruttore prima di iniziare questo punto.

- 69k. Contribuisci con un minimo di 20 ore facendo un lavoro produttivo in un progetto ecologico nella tua area. Questo si può fare individualmente o in gruppo. Descrivi il progetto in generale facendo un rapporto specificando quello che tu hai fatto.<sup>54</sup>
- 69l. Definisci: comunità, eterotrofi, bilanci ecologici, saprofia, composte, produttore, consumatore, fattore limitato.

#### 70. NATURA: FIORI I<sup>55</sup>



- 70a. Conoscere e distinguere 35 specie di fiori selvatici. Essere capaci di darne il nome corretto in italiano e in latino e precisare a quale famiglia appartengono.
- 70b. Disegnare e saper riconoscere le diverse parti di un fiore (pistillo, petalo, stame)
- 70c. Nominare almeno 4 fiori velenosi che si trovano nella vostra regione
- 70d. Ad occhi chiusi saper riconoscere dal loro odore, 2 specie su 5 di fiori selvaggi o coltivati.
- 70e. Enumerare i fiori su cui si posano i seguenti insetti:
- api
  - farfalle
  - calabroni
- 70f. Esaminare un fiore 15 minuti sotto il sole e 15 minuti al crepuscolo e nominare il numero e il tipo di insetti che lo visitano.
- 70g. Quali sono nella vostra regione le specie di fiori protette?
- 70h. Citare qualche misura di protezione della flora

#### 71. NATURA: FIORI II



- 71a. Fotografa, colleziona delle illustrazioni e fai uno schema di 75 specie di fiori selvatici. Fai un album di campioni di questi fiori e classificali correttamente.
- 71b. Spiega le caratteristiche che distinguono i fiori di ognuna delle famiglie di piante comuni
- 71c. Fa il possibile, utilizzando le ricerche che ci sono, per generare nuove specie di piante
- 71d. Spiega la differenza fra fiori perfetti e fiori imperfetti.
- 71e. Dai un esempio di piante **monoecious e dioecious**
- 71f. Spiega la differenza tra monocotiledoni e dicotiledoni
- 71g. Dalla Bibbia tra i 2 lezioni spirituali nelle quali gli scrittori usano i fiori come illustrazioni
- 71h. Dai il nome e descrivi 8 piante velenose annotando la parte velenosa
- 71i. scegli uno dei seguenti punti :
- saper riconoscere 5 piante medicinali e indica quale parte della pianta è utilizzata
  - saper riconoscere 10 piante selvatiche le cui radici, foglie e gambi sono commestibili.
  - prendi una opzione di 6 requisiti per la specializzazione di fiori che non si trova in questa specializzazione.

#### 72. NATURA: FUNGHI



- 72a. Elenca 15 tipi di funghi ed il nome di un fungo appartenente ad ogni tipo.
- 72b. Identifica 15 funghi comuni della tua località. Disegna o fai una fotografia di un esemplare.

<sup>54</sup> Consulta con il tuo animatore o istruttore prima di iniziare questo punto.

<sup>55</sup> Bibliografia; La flora mediterranea I.,P., Schonfelder ed. Istituto Geografico De Agostani 1986. Vedi anche opere specifiche.

72c. Saper dire il nome di 3 funghi pregiati e il loro valore.

72d. Qual è il ciclo di vita di ognuno dei seguenti esemplari:

- a. fungo color ruggine,
- b. mold, fungo (mushroom), yeast "fungo lievito o fermentato"

72e. Identifica 5 malattie da fungo delle piante.

72f. Conoscere quali sono le precauzioni di sicurezza che si devono osservare quando si maneggiano i funghi.

### 73. NATURA: GALLINACEI



73a. Riconoscere dalla descrizione e dalle figure almeno cinque specie di polli come:

	MUGELLESE: originaria della Toscana; livrea di vari colori, cresta semplice, pelle e tarsi di vari colori; diffusa
	SICILIANA: originaria della Sicilia: quest'antica razza, ottima ovaia, si ritiene frutto di un incrocio tra polli siciliani ed esemplari provenienti dal nord Africa. Il piumaggio varia dal bruno, all'argento, al bianco, anche se solitamente si presenta sotto la forma "dorata". La cresta è doppia, detta a coppa per la forma che assume.
	ANCONA: originaria delle Marche; livrea nera picchiettata di bianco, cresta semplice orecchioni bianchi, pelle gialla, tarsi gialli maculati; diffusa.
	BIANCA DI SALUZZO o DI CAVOUR: originaria del Piemonte; livrea bianca, cresta semplice, orecchioni bianco-giallastri venati di rosso pelle e tarsi gialli; scarsamente diffusa. Razza oggetto di finanziamenti per il recupero genetico.
	ROBUSTA LIONATA: originaria del Veneto; livrea gialla a coda nera, cresta semplice, orecchioni rossi, pelle e tarsi gialli; scarsamente diffusa.
	POLVERARA: originaria del Veneto; livrea nera, bianca, cresta a cornetti, orecchioni bianchi, ciuffo, barba e favoriti, pelle bianca, carne morata, tarsi verdi; minacciata. Razza oggetto di finanziamenti per il recupero genetico.

73b. Esporre oralmente o scrivere una relazione di un paragrafo sulla deposizione delle uova e sulla qualità della carne prodotta da ogni razza.

73c. Riconoscere dalla descrizione un pollo di razza Livornese<sup>56</sup>

73d. Riconoscere dalla descrizione e dalle figure tre specie come i seguenti tacchini:

- a. Bronzato d'America:

**Bronzato d'America (Bronze)**

<sup>56</sup> Razza rustica, ottima per allevamenti naturali detti anche al pascolo. Ottima produttrice di uova. Esportata in tutto il mondo è utilizzata come razza ovaia. Produce uova dal guscio bianco. Trovata in purezza a Treviso fa parte del patrimonio autoctono toscano.

Questa razza è stata quasi completamente soppiantata dalla Broad Breasted Bronze.

Nel maschio la livrea è caratterizzata dalle piume del petto, collo, groppa e dall'inferiorità dell'addome nere, con riflessi rosso verdastri, mentre le penne primarie e secondarie delle ali, sono barrate di bianco, mentre quelle primarie e secondarie della coda sono nere bronzee e hanno il margine esterno di colore bianco.

La femmina è molto simile al maschio, ha le barrature più marcate sulle ali, sui fianchi e sul petto. Il becco è di color corno, l'iride è color nocciola scuro mentre i tarsi sono grigio-gialli e più scuri negli esemplari giovani. La pelle è bianca e può tendere al giallo con alimentazione appropriata. La testa ed il collo non sono ricoperti di piume, sono rossi con parti di pelle bianca con riflessi azzurri, questo colore è molto più visibile nel maschio.

Un difetto molto grave è la presenza di giallo o bruno sui bordi bianchi delle penne.



Tacchino Bronzato d'America

**b. Naragansett:**

**Naragansett**

Questo tipo di tacchino è stato selezionato nell'omonima baia nel Rhode Island all'inizio dell'Ottocento. Come colori assomiglia al bronzato, ma non presenta i riflessi rosso-verdi ramati del bronzato. I colori principali della livrea sono il nero metallico, l'argento e il bianco. Il maschio ha le piume del collo grigie in superficie che coprono quelle sotto nere; ha le penne primarie e secondarie nere barrate di bianco; penne della coda nere con bordi bianchi; petto con piume grigie che ricoprono piume nere; addome nero e groppa non punteggiata di grigio. Il granatello è nero, i tarsi rosso scuro, l'iride è bruno-scura e la pelle è bianca. Le femmine presentano punteggiature di colore grigio sul petto e sull'addome e sono più chiare. I tacchinotti sono grigio scuro. Questa razza ha un peso uguale a quello del Bianco d'Olanda. Il maschio raggiunge i 12-13 kg, la femmina 6-8 kg.



Tacchino "Narragansett" (foto R. Hatchery)

**c. Ardesia:**

**Ardesia (Slate)**

E' una delle razze più datate; il colore della livrea è ardesia chiaro, molto uniforme, uguale in entrambi i sessi (non è ammesso il colore ardesia scuro); grigio è il becco e i tarsi sono rosso chiaro negli adulti, mentre l'iride è bruno. A differenza dagli adulti i tacchinotti hanno il piumino giallo con strisce grigie sul dorso.



Tacchino "Ardesia" (foto M. Walters)

**73e. Riconoscere dalla descrizione e dalle figure tre specie di oche come :**

	Oca zamperosee	Oca granaiola della tundra	Oca granaiola della taiga
			
Struttura generale	Piccola e gracile; collo corto e sottile; testa tonda e piccola; zampe corte e tozze	Medio-piccola, tozza e robusta; collo corto e spesso; testa tonda e grossa; zampe corte	Grande e slanciata; collo lungo e "da giraffa"; testa lunga e a triangolo; zampe lunghe

Struttura del becco	Piccolo, spesso e triangolare; mascella sottile e mandibola superiore diritta	Corto e spesso; mascella grossa con "digrigno" e mandib. sup. convessa e tozza	Lungo e sottile; mascella lineare e mandibola sup. concava
Colore del becco	Rosa con base, punta e bordi delle mandibole neri	Quasi tutto nero con banda arancio (raram. + chiaro)	Variabile (da tutto arancione con bordi neri a molto scuro)
Piumaggio	Contrasto tra petto crema e dorso grigio chiari con la testa e i fianchi scuri	Tutta marrone scura (compreso il dorso); tenue contrasto col petto chiaro	Tutta marrone scura (compreso il dorso); tenue contrasto col petto chiaro
Voce	Alto, squillante, e bisillabico "wenk-wenk"	Alto (+ calmo), meno bisillabico "ank-ank"	Basso, nasale e bisillabico "gank-gank"

**73f. Visitare un allevamento di pollame o una fiera agricola e scrivere una breve relazione sui vari tipi di gallinacei osservati.**

**74. NATURA: GATTI <sup>57</sup>**



- 74a. Qual è il nome scientifico della famiglia dei gatti?
- 74b. Qual è la struttura della zampa simile in tutti i gatti?
- 74c. In che cosa si rassomigliano gli occhi di tutte le specie dei gatti?
- 74d. Qual è il cibo preferito dai gatti?
- 74e. A cosa servono i baffi dei gatti?
- 74f. Come sono protette le orecchie dei gatti?
- 74g. Riconoscere in fotografia o dal vivo 4 razze di gatti domestici. Descrivi il comportamento di ognuno.
- 74h. Quali benefici l'uomo ricava dal gatto?
- 74i. Riconoscere in fotografia o dal vero 7 specie di gatti selvaggi. Conoscere in quali parti del mondo vivono.
- 74j. Quale animale è conosciuto come il re degli animali? Perché ha questo titolo? Qual è il suo carattere?
- 74k. Raccontare quattro storie della Bibbia in cui viene nominato un appartenente alla famiglia dei gatti.

**75. NATURA: GEOLOGIA I <sup>58</sup>**



**75a. Dire il significato geologico delle parole seguenti:**

- a. delta
- b. cordone litoraneo
- c. dolina
- d. morena
- e. mesa
- f. anticlinale
- g. sinclinale
- h. circo
- i. conoide di deiezione
- j. lago di meandro

**75b. Descrivere:**

<sup>57</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

<sup>58</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

- a. un vulcano a scudo
- b. un strato-vulcano
- c. come si muove un ghiacciaio e che tracce lascia dietro di sé
- d. in che modo i sedimenti vengono depositi dall'acqua
- e. tipi diversi di montagne
- f. perché un fiume o un torrente spesso continua ad erodere il lato esterno di un'ansa

**75c. Sapere a quali categorie di rocce appartengono le rocce seguenti (sedimentarie, metamorfiche, ignee):**

- a. granito
- b. arenaria
- c. conglomerate
- d. ardesia
- e. argillite
- f. marmot
- g. lava
- h. basalto
- i. calcare
- j. gneiss

**75d. Fotografa o disegna ognuna delle seguenti caratteristiche geologiche:**

- a. un letto di sedimenti più grossolani alla base e più fini al tetto (la cosiddetta stratificazione normale gradata)
- b. i ripples sulla sabbia o sul fango (con una freccia indicare se possibile la direzione della corrente quando possibile)
- c. un canalone provocato dall'erosione
- d. mud cracks<sup>59</sup>
- e. un profilo del suolo lungo la sponda di un torrente o lungo uno sbancamento ai bordi di una strada (dovresti riuscire a vedere come solitamente il suolo assume una colorazione meno intensa al crescere della profondità)

**76. NATURA: GEOLOGIA II**



**76a. Saper spiegare i seguenti punti:**

- a. come i terremoti rivelano l'interno della terra
- b. compara l'effetto che fa una grande quantità d'acqua in mesi (diluvio di Noè) con l'effetto di poca acqua in milioni di anni
- c. quali sono le evidenze glaciali in zone climatiche dove la temperatura ora non è glaciale
- d. come fanno i creazionisti, i quali credono nel diluvio universale e che la terra sia stata creata cinquemila anni fa, a spiegare l'uso dei grafici di tempo geologico, la teoria della spinta continentale (placche tettoniche), e come possono i creazionisti adattarsi a simile attività geologica nel tempo partendo dalla creazione?

**76b. Dove nel mondo sono presenti maggiormente i seguenti fenomeni:**

- a. ghiacciai giganti
- b. attività vulcanica
- c. dune di sabbia
- d. geyser
- e. fiordi
- f. blocchi di montagne imperfette
- g. scogliere di gesso
- h. iceberg
- i. atolli

**76c. Scrivi in un foglio (max. 500 parole) uno dei seguenti punti:**

- a. interessi geologici che hai visto in un recente viaggio
- b. l'attività geologica successa a causa di una pioggia pesante, inondazione o tempesta di vento che hai vissuto.

**77. NATURA: METEOROLOGIA I**

<sup>59</sup> Poligoni di essiccazione. Generalmente puoi trovarli in seguito ad una pioggia pesante o un'alluvione quando il fango comincia a seccarsi.



- 77a. Spiega come si forma ognuno dei seguenti fenomeni: nebbia, pioggia, rugiada, neve, grandine, brina.
- 77b. Identifica sia nel cielo o in una fotografia i seguenti tipi di nuvola: cirri, cumuli, strati, nembo o nuvolose. Con che tipo di clima si associa ognuna.
- 77c. Spiega l'azione del termometro a mercurio, barometro a mercurio, barometro aneroidale e lo strumento per misurare la pioggia.
- 77d. Perché è possibile che piova in un versante della montagna e l'altro versante è asciutto? Dai un'illustrazione del tuo paese o della tua regione.
- perché è più fresco in montagna che in pianura?
  - da quale direzione la pioggia e il cielo chiaro abitualmente vengono nella tua località?
- 77e. Fai vedere con l'aiuto di un diagramma, come la relazione della terra e del sole forma le stagioni.
- 77f. Da che cosa sono causati i lampi e tuoni? Quanti tipi di lampi ci sono?
- 77g. Con l'aiuto di un diagramma dimostra cos'è una convenzione. Come si relaziona con il vento?
- 77h. Spiega come i radar, satelliti e computer vengono usati per prevedere il tempo.
- 77i. Spiega come le seguenti cose possono influenzare il nostro clima:
- le turbine dei jet
  - eruzioni vulcaniche.
- 77j. Fai un disegno mostrando il ciclo dell'acqua nel clima.
- 77k. Costruisci un semplice mulino a vento e un misuratore di pioggia .
- 77l. Conserva il grafico del clima di una settimana e leggilo a intervalli di dodici ore, includendo le seguenti informazioni:
- Temperatura
  - Umidità (rugiada, nebbia, brina o neve)
  - Formazioni di nuvole
  - Direzione del vento.

## 78. NATURA: METEOROLOGIA II



- 78a. Spiega le condizioni del clima ciclonico ed anticiclonico e spiega come fanno a cambiare il clima.
- 78b. Cosa sono i fronti freddi e i fronti caldi? Come si muovono, e che condizioni di clima producono?
- 78c. Spiega i seguenti fenomeni climatici: venti foehn (o chinook) , venti alisei, cintura di calma, tifoni, uragani, bufera, tornado e tempesta di neve.
- 78d. Spiega l'azione del termometro registratore, barografo, igrometro, anemometro.
- 78e. Leggi correttamente un mappamondo del clima pubblicato per il servizio meteorologico, spiega i simboli.
- 78f. Qual è il significato di umidità relativa e punto di condensazione?
- 78g. Disegna una sezione dell'atmosfera mostrando 5 strati e descrivendoli.
- 78h. Aggiorna una carta climatica per 3 settimane, includendo le seguenti informazioni:
- quantità di pioggia caduta (assicurati che sia fatto da registrazioni ufficiali o da un sistema ideato da te).
  - lettura del barometro.
  - formazioni di nuvole
  - direzione e velocità del vento
  - temperatura (alti e bassi)
  - umidità (rugiada, nebbia, pioggia, brina o neve)
  - pronostico del tempo e il paragone alla realtà.
- 78i. Discuti gli effetti del peccato nel clima.

## 79. NATURA: PESCI



**79a. Conoscere il nome di 10 specie o tipi di pesci**

**79b. Identifica 10 pesci tropicali con fotografie o con osservazioni personali**

- a. spiega l'habitat di riproduzione e d'allevamento
- b. scrivi l'habitat e i paesi nei quali si possono trovare

**79c. Dai il nome e identifica 10 pesci originali dell'Italia. Spiega la loro maniera d'alimentarsi e riprodursi.**

**79d. Definisci le seguenti parti di un pesce:**

- a. spina dorsale
- b. spina pettorale
- c. spina pelvica
- d. spina anale
- e. spina **candale**
- f. linea laterale
- g. **operculum**
- h. **barbo (pendenti dalla bocca del pesce)**
- i. vescica natatoria
- j. branchie

**79e. Scrivi brevemente la maniera di avere cura e alimentare pesci della:**

- a. zona tropicale
- b. zona temperata

**79f. Riempi un acquario con almeno 12 litri d'acqua ben bilanciata con piante e pesci entrambi tropicali o nativi e abbinare cura per almeno 6 mesi.**

**79g. Nota gli effetti nell'acquario e nei pesci:**

- a. tanta luce
- b. poca luce
- c. sovralimentazione
- d. abbassamento della temperatura dell'acqua
- e. poche piante e tanti pesci

## 80. NATURA: PIANTE DA APPARTAMENTO<sup>60</sup>



**80a. Elencare almeno 5 piante verdi da appartamento**

**80b. Elencare tre piante da fiori**

**80c. Elencare tre piante d'appartamento che richiedono:**

- a. pieno sole
- b. terreno arido
- c. terreno molto umido

**80d. La maggior parte delle piante preferiscono una temperatura compresa tra i 18 e i 20 gradi. Elencarne tre che invece preferiscono una temperatura inferiore (7 – 13 gradi)**

**80e. Prepara un terreno speciale composto da almeno tre ingredienti.**

**80f. Scegli due piante da appartamento e falle crescere in questo composto per almeno tre mesi.**

**80g. Quanta luce richiede una violetta africana? In un appartamento qual è il posto migliore per farla crescere?**

Coltiva due o più piante di violette. Indica se sono violette femminili o maschili

**80h. Nomina due piante d'appartamento che si possono riprodurre per talea, o per seme**

**80i. Coltiva una pianta riprodotta con uno di questi metodi per almeno 6 mesi.**

**80j. Che cos'è un bonsai?**

**80k. Che cos'è l'umidità e quanto è importante per le piante?**

<sup>60</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

**80I. Coltiva almeno 5 delle piante seguenti:**

- a. Violetta africana
- b. Giacinto
- c. Begonia
- d. Geranio
- e. Tulipano
- f. Sansevieria
- g. Ficus
- h. Iris
- i. Narciso
- j. Margherita

**81. NATURA: PIANTE MEDICINALI**



**81a. Quali caratteristiche deve avere una pianta per essere qualificata come erba?**

**81b. Quale tipo di radice hanno tutte le erbe?**

**81c. In modo approssimato, quante specie esistono nel mondo nella famiglia delle erbe chiamate Graminacee o Poacee?**

**81d. I semi delle erbe hanno due metà come nel fagiolo (un dicotiledone), o il seme è composto solo di una parte come nel giglio, il dattero e il cocco ( monocotiledoni)?**

**81e. Quale unica caratteristica nella crescita delle erbe rende possibile per la pianta fiorire nonostante venga continuamente falciata o mangiata nei pascoli?**

**81f. Nominare tre erbe annuali, cioè, erbe che germogliano dai semi, fioriscono, portano semi e poi muoiono nella stessa estate.**

**81g. Nominare tre erbe perenni , cioè erbe le cui radici continuano a vivere anno dopo anno sebbene le estremità appassiscono ogni autunno.**

**81h. In ognuno dei seguenti casi nominare una pianta o più dove indicato, dalla quale si ottiene il prodotto:**

- a. Pane (tre piante)
- b. Hominy
- c. Ginestra
- d. Melassa
- e. Fish poles
- f. Farina d'avena
- g. Glutine
- h. Amido
- i. Alcolici derivati da cereali (due piante)
- j. Zucchero
- k. Fieno
- l. Farina bianca

**81i. Fare una delle seguenti attività:**

- a. Raccogliere e classificare correttamente dieci piante coltivate.
- b. Scrivere un saggio sui vari usi che fanno delle piante le diverse popolazioni della terra.

**81j. Essiccare, incorniciare e classificare correttamente i gambi o i semi di cinque piante pestifere che sono comunemente considerate erbacce.**

**81k. In aggiunta alla tua collezione di fiori o di gambi di tipo pestifero, essicca, incornicia e dai il nome giusto ai fiori o agli steli di altre dieci piante che crescono nelle tue vicinanze. Questa collezione può includere le piante i cui semi sono nella tua raccolta di piante coltivate.**

**82. NATURA: PICCOLI MAMMIFERI DOMESTICI**



**82a. Avere la distinzione Mammiferi**

**82b. Tieni un piccolo animale domestico per almeno 6 mesi. ( Cani e gatti non sono inclusi)**

**82c. Per una lista di piccoli animali da scegliere vedere il quinto paragrafo della scheda .**

**82d. Completa uno dei seguenti requisiti:**

- a. Se hai attualmente un piccolo animale domestico, tieni un registro delle cure che hai per il tuo animaletto per almeno un mese. Includi quando lo lavi, lo nutri e pulisci la sua gabbia.
- b. Se al momento non hai un animaletto domestico, ma ne hai tenuto uno in passato per almeno 6 mesi, fai da baby sitter all'animale di qualcun altro per almeno una settimana. Prendi nota delle cure che sono state necessarie.

**82e. Fai una relazione (di almeno 3 minuti) su quello che hai osservato riguardo al tuo animale.**

**82f. Includi i cibi preferiti, alcune delle sue abitudini, quando è più attivo e le storie migliori sull'animale ecc.**

**82g. Fare le seguenti cose:**

- a. Essere capaci di distinguere fra i seguenti gruppi di piccoli animali domestici:

Criceto

Gerbilli

Ratti

Topi

Porcellini d'India

Cincillà

Conigli

Furetti

⇒ Nota: I mammiferi locali possono sostituire quelli su questa lista che non sono conosciuti nella tua zona.

- b. Descrivi le cure basilari per uno degli animali inclusi nella lista qui sopra e descrivi un modo di aver cura di un altro animale della lista, diverso dal primo che hai scelto.
- c. Quali fra gli animali presenti nella lista non sono roditori?

**82h. Scrivi un saggio di 200 parole sulla storia e il valore di uno degli animaletti domestici elencati sopra e quali sono le caratteristiche che li rendono buoni animali domestici.**

**82i. Riconosci 5 varietà di criceti e 5 di conigli.**

**82j. Perché non è bene addomesticare animaletti trovati allo stato selvaggio?**

**82k. Idrofobia (Rabbia): Che cos'è? Come si diffonde? La puoi prendere da un animale domestico? E' curabile? Come puoi evitarla? Quale piccolo animale domestico la può trasmettere?**

**82l. Perché non dovresti avere contatti con un animale domestico quando ha un raffreddore?**

**82m. Trova 3 riferimenti nella Bibbia su animali che noi consideriamo domestici. Secondo la Bibbia sono considerati cibo puro o impuro?**

## 83. NATURA: RAGNI



**83a. Fai una delle seguenti cose:**

- a. Colleziona, riconosci e conserva almeno 16 specie di ragni.(Colloca su ogni boccetta di esemplare un'etichetta che indichi la località, la data della cattura e il nome del ragno)
- b. Fai disegni colorati di almeno 16 specie di ragni a grandezza naturale o più grande e usa i colori originali. Etichettali ognuno con il suo nome.
- c. Fai delle foto a colori di almeno 16 specie di ragni. Indicate la località, la data in cui avete fatto la foto e il nome del ragno.

- 83b. Qual è il membro più grande della famiglia dei ragni?
- 83c. Scrivi una descrizione ( 40 parole) di un ragno che è molto noto nella tua zona.
- 83d. Spiega tra modi in cui i ragni sono diversi dagli insetti.
- 83e. Fate un disegno accurato di (proporzione 1:4 rispetto all'originale) di una ragnatela a globo.
- 83f. Quali altre specie di ragnatele ci sono oltre alla ragnatela a globo.
- 83g. Che cosa mangiano i ragni? Fai una lista delle vittime trovate nella tela della ragnatela.
- 83h. Perché la tela di un ragno è utile?
- 83i. Trova due menzioni nella Bibbia riferite ai ragni e alle loro ragnatele.
- 83j. Quali sono i principali nemici dei ragni?
- 83k. In che modo i ragni ci aiutano e come danneggiano la nostra proprietà?

#### 84. NATURA: RETTILI



- 84a. Quali sono le caratteristiche che un animale deve avere per essere classificato come rettile?
- 84b. Nomina 15 rettili che si trovano nella tua località. Spiega dove vivono, le loro abitudini sul cibo e la loro importanza economica.
- 84c. Nomina 5 rettili velenosi della tua zona descrivendo per ognuno la posizione del loro dente avvelenato e la distribuzione geografica.
- 84d. Spiega cosa si deve fare se si è morsi da un serpente velenoso.
- 84e. Spiega quello che si deve fare se si è morsi da un serpente non velenoso.
- 84f. Fai una delle seguenti cose:
- Racconta la storia della vita di un esemplare di ognuna delle seguenti specie: lucertola, serpente, tartaruga. Confronta lucertole, serpenti, tartarughe e coccodrilli nella loro ciclo vitale, variazioni negli occhi e nelle orecchie, nei denti, cuore, polmoni, arti, squame e gusci.
  - Tieni un piccolo rettile in un terrario e compila un registro delle cure che gli fornisci. Per almeno 3 mesi.
- 84g. Racconta due storie bibliche in cui un rettile ha giocato un ruolo importante.

#### 85. NATURA: ROCCE E MINERALI I



- 85a. Spiega la differenza fra rocce e minerali.
- 85b. Fai una collezione di almeno 15 specie con i nomi propri. Etichetta le specie con il nome del collezionista, la data, la località nelle quali sono state trovate.
- 85c. Sapere il nome e definire 2 esempi (campioni o fotografie) di igneo sedimentario metamorfico.
- 85d. Qual è il significato della scala di **durezza di Mohs**? Dai il nome ai minerali della scala di Mohs
- 85e. Definisci cosa vuol dire: fenditura, gravità specifica, lucentezza, colore, striatura, testura e cristallino.
- 85f. Elenca 4 esempi di come si usano le rocce e 4 esempi di come si usano i minerali.
- 85g. Narra 4 avvenimenti biblici nei quali una roccia fu significativa.
- 85h. Quali sono le pietre della fondazione della Nuova Gerusalemme?

#### 86. NATURA: ROCCE E MINERALI II



- 86a.** Avere una collezione di rocce e minerali propriamente etichettati, 20 dei quali hai personalmente raccolto. specifica sulla tua collezione il nome del collezionista e sulla scheda di ogni pezzo, la data e la località nella quale l'esemplare e' stato trovato
- 86b.** Conoscere 2 minerali che appartengono a ogni sistema di cristalli della seguente lista:
- Isometrico
  - Esagonale
  - Tetragonale.
- 86c.** Conosci la scala di durezza Moh e il test di campo di durezza semplificato. Utilizzando questo test , collezioni una serie in scala di modelli della tua regione per formare il tuo catalogo di prova di durezza.
- 86d.** Esegui uno dei seguenti punti:
- conoscere e saper spiegare i diversi metodi di estrazione dei metalli.
  - Nomina 8 minerali e spiega come vengono usati.
- 86e.** Dare la definizione dei seguenti termini: cristallino, criptocristallino, breccia, non-cristallino, frattura fibrosa, lucentezza vitrea, geode, pietrificazioni, stalattiti fluorescenti.
- 86f.** Quali sono i 4 metalli che si trovano frequentemente in terra o in forma libera?
- 86g.** Discuti il contesto di almeno 3 citazioni dello Spirito di Profezia concernenti le rocce e i minerali.

## 87. NATURA: UCCELLI



- 87a.** Saper enunciare due caratteristiche per le quali gli uccelli sono diversi dalle altre creature.
- 87b.** Saper dire il nome di tre uccelli che non volano, scrivi in che cosa consiste la loro dieta e assegna il nome della nazione o il continente nel quale vive ognuno di loro.
- 87c.** Qual è il giorno della settimana nel quale gli uccelli selvatici furono creati. Trova nella Bibbia 4 nomi di uccelli e di il nome a memoria di ciascuno di loro.
- 87d.** Scrivi o dillo verbalmente 3 maniere nelle quali Dio ama e il proposito che mostra nella creazione degli uccelli.
- 87e.** Fai la lista di 30 specie di uccelli selvatici, includendo uccelli di almeno 5 differenti ordini, che tu hai personalmente osservato e positivamente identificato perché li hai visti liberi nel loro habitat.
- 87f.** Fai una lista di 5 specie di uccelli selvatici che tu hai personalmente identificato per il loro canto e nel loro habitat.
- 87g.** Scegli uno dei seguenti punti:
- costruisci un posto per alimentarli e poi fai un rapporto scritto degli uccelli per un periodo di 7 giorni
  - trova un nido di uccelli, identifica le specie di uccelli che lo hanno costruito, descrivi il nido dettagliatamente, osserva il nido per 5 giorni e fai un rapporto di cosa succede nel nido
  - seleziona almeno 3 habitat differenti nella tua area e fai una lista comparata degli uccelli indicando la differenza tra uccelli "aspettati" (quelli che vedi più spesso) e trovati.

## 88. TEMPO LIBERO: AQUILONI



- 88a.** Quando volarono i primi aquiloni costruiti? Nomina almeno 3 modi in cui gli aquiloni hanno aiutato nella ricerca scientifica e spiega come ognuno di essi ha influenzato il mondo in cui viviamo. Racconta la storia di Benjamin Franklin e del suo aquilone.

88b. Nomina alcuni dei modi in cui gli aquiloni possono essere usati oggi.

88c. Spiega brevemente come volano gli aquiloni.

88d. Dai una definizione dei seguenti termini:

- a. Dorso
- b. Palo
- c. Pista
- d. Apertura
- e. Laccio
- f. Costola
- g. Rotta
- h. Freno
- i. Calotta
- j. Bobina
- k. Intelaiatura

88e. Qual è la comune causa del fallimento di un aquilone?

88f. Che cosa si dovrebbe fare quando un aquilone fa il cerchio della morte durante il volo?

88g. Perché a volte c'è bisogno della coda in un aquilone?

88h. Conosci almeno 3 regole di sicurezza per il volo di un aquilone?

88i. Sapere come correggere la traiettoria su un bastoncino.

88j. Sapere come legare insieme le cime spezzate con un nodo da pescatore.

88k. Costruisci e successivamente fai volare due dei seguenti aquiloni:

- a. Aquilone da slitta
- b. Aquilone piatto
- c. Aquilone diamante a due aste
- d. Aquilone con delta ali
- e. Aquilone malese o da turbine
- f. Aquilone a volpe
- g. Aquilone tetraedrale

## 89. TEMPO LIBERO: ARRAMPICATA SPORTIVA I



89a. Conoscere e mettere in pratica le precauzioni di sicurezza che dovrebbero essere seguite durante l'arrampicata sportiva.

89b. Dimostrare di saper usare la seguente attrezzatura: **carabiners**, **pitons**, (vari tipi), **dadi di inceppamento** (vari tipi), imbracature, e corde rampicanti di nylon.

89c. Mostrare come avvolgere e aver cura delle corde rampicanti. Saper fare e usare i seguenti nodi: bowline su una bobina, bowline su un'ansa, nodo a otto, nodo dell'acqua, doppio pescatore, e prussik.

89d. Sapere quando inserirsi in una squadra di corda e i tipi di movimento di squadra per la terza, quarta e quinta classe.

89e. Descrivere le sei tipologie di arrampicata e i metodi di valutazione del livello di difficoltà

89f. Mostrare come eseguire l'ancoraggio statico ancorando due scalatori durante un'arrampicata. Mostrare di conoscere le corrette posizioni del corpo, le superfici di sosta, spinta e ancoraggio, e la tecnica di tensione della corda durante l'uso dell'attacco statico

89g. Conoscere e saper usare i seguenti segnali:

- a. Belay on
- b. Climbing
- c. Climb
- d. Up rope
- e. Slack
- f. Tension
- g. Falling
- h. Rock
- i. Off belay

- j. Belay off
- k. Belay to point

- 89h. Demonstrate ability to properly free climb up to 5.3(F5) difficulty on two different pitches with an upper belay. Understand and practice the following free climbing concepts: rhythm, looking, ahead, weight over the feet, balance climbing and counter, force climbing and jamming.
- 89i. Demonstrate ability to set up a rappel (using figure eight or other mechanical method) and retrieve the rope. Do at least two 15 meter rappels.

## 90. TEMPO LIBERO: ARRAMPICATA SPORTIVA II



### *E' richiesto un istruttore*

- 90a. Avere la qualifica di Arrampicata sportiva I e la specialità di Pronto Soccorso I.
- 90b. Conoscere e dimostrare l'uso di speciale equipaggiamento per l'arrampicata sportiva come: bongs, rurps, limetta, lama di coltello, ferri da equipaggiamento, ganci, guide di scorrimento, etriers e ascensori meccanici (Jumars).
- 90c. Dimostrare abilità nell'uso di tutti i movimenti liberi di scalata e scalare a livello 5.6 (F6) usando un fermo superiore.
- 90d. Dimostrare abilità nel fermare uno scalatore guida. Mostrare di saper afferrare una guida che cade durante un'esercitazione di caduta.
- 90e. Essere capace di posizionare solidamente e correttamente, in tutti i tipi di fenditure, tutte le varie specie di morsetti di ancoraggio (chiodi, ganci, dadi).
- 90f. Discutere i principi del piazzamento dei morsetti d'ancoraggio sia nelle fenditure che nelle rocce deturpate.
- 90g. Dimostrare abilità nel condurre una scalata di livello 5.5 (F5) usando i morsetti d'ancoraggio correttamente per la protezione della guida.
- 90h. Dimostrare abilità nello scalare con aiuto diretto (Classe 6) fino almeno al livello di difficoltà A2.
- 90i. Formulare un piano per evacuare uno scalatore ferito.
- 90j. Partecipare ad almeno a due scalate di difficoltà 5.4 (F5), guidando una delle scalate.

## 91. TEMPO LIBERO: ATLETICA LEGGERA<sup>61</sup>

### 91a. Impara le regole basilari e le nozioni di sicurezza delle varie discipline, così come qui di seguito elencate:

- a. **CORSA VELOCE:**
  - esegui una delle tre seguenti prove:
    - 50 metri piani in 8 secondi (ragazze), 7,5 secondi (ragazzi)
    - 100 metri piani in 16 secondi (ragazze), 14 secondi (ragazzi)
    - 200 metri piani in 40 secondi (ragazze), 35 secondi (ragazzi)
  - Quale esercizi occorre fare come riscaldamento prima di una corsa veloce?
  - Quale parte del piede deve toccare per prima il terreno durante una corsa?
  - Quale deve essere la posizione delle braccia e della testa durante una corsa?
- b. **Regole di base:**
  - Non si può toccare o superare la linea di partenza prima che venga dato il via
  - I concorrenti devono restare in linea
  - Due false partenze portano alla squalifica del concorrente
- c. **Nozioni di sicurezza:**
  - Eseguire un buon esercizio di riscaldamento prima della partenza
  - Non eseguire scatti o partenze a freddo

## 92. TEMPO LIBERO: BENESSERE FISICO

<sup>61</sup> Bibliografia: L'educazione dell'uomo attraverso il corpo, M. Bosi ed. Ancora 1982

**92a. Elencare 10 benefici del fitness**

**92b. Conoscere i benefici che l'uomo ricava dal:**

- a. attività fisica
- b. mangiare sano
- c. equilibrio emotivo

**92c. Descrivere i seguenti esercizi:**

- a. isometrico
- b. isotonico
- c. anaerobico
- d. aerobico

**92d. Sapere il significato dei principi alla base dei seguenti esercizi:**

- a. riscaldamento
- b. esercizi di aerobica
- c. raffreddamento

**92e. Saper determinare il battito minimo che il cuore dovrebbe raggiungere per ottenere la migliore condizione aerobica.**

**92f. Usando i 4 esercizi descritti al terzo punto della scheda fare per almeno tre mesi 4 volte alla settimana un programma di esercizi fisici e descrivere per ognuno dei 4 passi gli esercizi eseguiti.**

**93. TEMPO LIBERO: CALCIO**



**93a. Conoscere le regole basilari del calcio**

**93b. Qual è il significato di "Buona sportsmanship"**

**93c. Fare un disegno del campo di calcio**

**93d. Dimostrare abilità accettabili nel gioco del calcio**

**93e. Descrivere le differenti abilità necessarie per ogni ruolo**

**93f. Conoscere il significato dei seguenti termini e i loro segnali di riferimento:**

- a. Calcio d'angolo
- b. Calcio di punizione
- c. Calcio di rigore
- d. Fuori gioco
- e. Goal
- f. Trattenuta

**93g. Definire i seguenti termini:**

- a. Ammonizione
- b. Area di rigore
- c. Barriera
- d. Calcio ad effetto
- e. Calcio d'angolo a rientrare
- f. Contatto
- g. Cross
- h. Dribbling
- i. Finta
- j. Lancio
- k. Liberare
- l. Marcare
- m. Mezza volata
- n. Palla ad effetto
- o. Pallonetto
- p. Passaggio indietro
- q. Scivolata
- r. Simulazione
- s. Smarcare
- t. Tackle

- u. Trattenuta
- v. Tunnel
- w. Vantaggio
- x. Volata

- 93h. Passare almeno 4 ore aiutando i giocatori meno abili o più giovani a migliorare le loro capacità
- 93i. Giocare almeno 5 partite con la famiglia o gli amici. Dimostrare un buon gioco di squadra durante l'allenamento e le partite.
- 93j. Scrivere una relazione di una pagina su un famoso giocatore di calcio. Discutere perchè è o non è un buon modello cristiano.
- 93k. Discutere con il direttore degli Esploratori, il pastore o un insegnante, i problemi che un giovane avventista deve affrontare prendendo in considerazione gli sport alle scuole medie, alle scuole superiori e all'università. Quali alternative ci sono che permettano di continuare l'attività sportiva?

#### 94. TEMPO LIBERO: CICLISMO I<sup>62</sup>



- 94a. Conoscere il nome e spiegare la funzione delle varie parti componenti la bicicletta.
- 94b. Saper riparare una ruota bucata.
- 94c. Smontare, pulire e rimontare i pezzi di una bicicletta.
- 94d. Saper aggiustare freni, manubrio e rapporti di trasmissione del cambio.
- 94e. Conoscere e mettere in pratica le regole di sicurezza del ciclismo.
- 94f. Qual è il vantaggio di indossare il casco?
- 94g. Essere in grado di seguire il seguente percorso di marcia:
- a. Fare tre percorsi separati di 16 Km ognuno.
  - b. Percorrere 80 Km in dieci ore o meno.
- 94h. Saper come leggere un itinerario sulla mappa mentre si percorrono gli 80 Km su un tragitto reale.

#### 95. TEMPO LIBERO: CICLISMO II



- 95a. Describe how to select the correct frame size, handle bar, assembling, and saddle height to fit one's body size.
- 95b. Describe briefly all the desirable features of a bicycle used for long distance touring.
- 95c. Take apart, clean, and put back together the bearings in the front and rear wheels, headset, and bottom bracket.
- 95d. True a rear wheel, making sure it is properly dished.
- 95e. Select the front and rear sprockets combination that would give the best results under the following conditions:
- a. Riding in hilly terrain
  - b. Touring with packs on the bicycle
  - c. Riding in level country
- 95f. Explain how the riding characteristics of a bicycle are affected by:
- 95g. The geometry of the bicycle frame including:
- a. Head and seat tube angles
  - b. Fork rate
  - c. Chain stay length
  - d. Bottom bracket height
  - e. Wheel base length
- 95h. The kind of wheels used including:
- a. Clincher or tubular tires

<sup>62</sup> Bibliografia: Consultare un'opera specifica per quest'argomento

- b. Small or large frame hubs
- c. Number of spokes used on each wheel
- d. Number of spokes each spoke crosses

**95i. Make a list of desirable equipment items to be taken on a multi-day bicycle tour, including shelter and cooking equipment.**

**95j. Know safety precautions to observe while bicycling.**

**95k. What are the advantages of drafting? Know how to safely and properly draft.**

**95l. Know the different clothing and safety equipment used in bicycling and the advantages of each.**

**95m. Have the following riding record while working on this honor:**

- a. Make three single-day 20-mile rides in different locations.
- b. Make a 100-mile tour, involving three days of riding.

**95n. Write a 500-word description of the 100-mile tour.**

**96. TEMPO LIBERO: CORPO LIBERO I (SI RICHIEDE ISTRUTTORE)**

**96a. Elencare le precauzioni che ogni esecutore o acrobata dovrebbe seguire.**

**96b. Descrivere le posizioni di base:**

- a. Ripiegata
- b. Allungata
- c. Squadra
- d. Ponte
- e. Accosciato (Squat)
- f. A gambe divaricate
- g. Posizione eretta

**96c. Eseguire le seguenti acrobazie individuali in modo stabile:**

- a. Capriola in avanti da posizione accovacciata
- b. Verticale dalla posizione eretta
- c. Capriola a tuffo (nella lunghezza equivalente alla propria altezza)
- d. Ripiegata all'indietro dalla posizione eretta
- e. Capriola all'indietro dalla posizione eretta
- f. Capriola indietro con arrivo in piedi in posizione di gambe divaricate
- g. Caduta svedese
- h. Accovacciata appoggiando gomiti e ginocchia a terra
- i. Verticale da accovacciata (gomiti e ginocchia aderenti a terra)
- j. Verticale
- k. Verticale sulle mani
- l. Ruota

**96d. Eseguire, secondo il modello e con stabilità, sei acrobazie qualsiasi fra le seguenti, insieme ad un partner:**

- a. Afferrare e fermare dal petto
- b. Afferrare e fermare dalle cosce
- c. Equilibrio in appoggio su spalle e ginocchia
- d. Volo d'angelo
- e. Posizione eretta sulle spalle
- f. Piattaforma alta
- g. Sostegno basso dalle ginocchia
- h. Tenere in equilibrio dalle cosce
- i. Volo d'angelo a gambe divaricate con presa dalla vita

**97. TEMPO LIBERO: CORPO LIBERO II (SI RICHIEDE ISTRUTTORE)**

**97a. Avere il distintivo di Corpo Libero I.**

**97b. Eseguire le seguenti capriole acrobatiche secondo il modello e con stabilità:**

- a. Capriola con arrivo a gambe distese
- b. Ruota (in entrambe le direzioni)
- c. Salto mortale in avanti
- d. Salto mortale indietro

- e. Ruota in rincorsa con passi preparatori

**97c. Eseguire quattro qualsiasi capriole acrobatiche individuali fra le seguenti, secondo il modello e con stabilità:**

- a. Capriola anteriore aerea
- b. Fontana
- c. Salto mortale su una mano
- d. Ruota aerea ( senza appoggio)
- e. Salto mortale Tinserca
- f. Passeggiata frontale
- g. Passeggiata all'indietro
- h. Passeggiata aerea
- i. Borani
- j. Neckspring
- k. Farfalla

**97d. Eseguire tre qualsiasi fra i seguenti numeri di equilibrio secondo il modello dato e con stabilità:**

- a. Presa a verticale sulle mani partendo da verticale o da accovacciati ( gomiti e ginocchia aderenti al pavimento)
- b. Verticale su una mano; per le ragazze a mano alternate; passeggiata all'indietro in verticale.
- c. Piroette
- d. Piattaforma a braccia distese ( due braccia); a braccia alternate per le ragazze; mantenere le gambe divaricate in giù dalla posizione di verticale sulle mani.
- e. Piattaforma a cintura con braccia ( un braccio); braccia alternate per le ragazze; tre secondi in posizione di verticale sulle mani e avvitamento esterno.
- f. Verticale yoga su una mano
- g. Braccia e gambe perpendicolari in stiratura in verticale sulle mani.

**97e. Eseguire tre qualsiasi fra le seguenti combinazioni acrobatiche secondo il modello dato e con stabilità. (I maschi dovrebbero essere alla base della figura acrobatica con le ragazze in cima )**

- a. Slancio ad arco e salto mortale con capriola all'indietro
- b. In basso da braccia a braccia
- c. In alto da braccia a braccia
- d. In basso da mano a mano
- e. In alto da mano a mano
- f. Volo d'angelo in equilibrio sulle mani

**97f. Eseguire qualunque fra le seguenti combinazioni acrobatiche secondo il modello dato e con stabilità:**

- a. Salto mortale con rotazione all'indietro e capriola volante all'indietro
- b. Salto mortale con doppia rotazione all'indietro
- c. Salto mortale Borani all'indietro
- d. Capriola volante all'indietro in rotazione con salto mortale all'indietro
- e. Capriola Tinserca frontale
- f. Capriola all'indietro con salto mortale all'indietro

## 98. TEMPO LIBERO: IMMERSIONE CON MASCHERA



**98a. Avere il distintivo di nuoto intermedio.**

**98b. Elencare tre prerequisiti che deve avere una persona che desidera iniziare l'attività di nuoto subacqueo senza attrezzature**

**98c. Quale equipaggiamento è essenziale per fare nuoto subacqueo?**

**98d. Conoscere l'influenza dei seguenti fattori sul nuoto subacqueo:**

- a. Tipi di spiagge
- b. Onde e correnti
- c. Vita marina

**98e. Quali sono le regole di un buon sportivo di nuoto subacqueo?**

**98f. Quali precauzioni di sicurezza dovrebbero essere seguite quando si fa nuoto subacqueo?**

**98g. Descrivere le abilità coinvolte nelle comunicazioni, l'iperventilazione e la prevenzione della perdita della maschera.**

**98h. Affrontare una prova pratica in acque mediamente profonde e fare un tuffo che sia autorizzato.**

## 99. TEMPO LIBERO: MOUNTAIN BIKE<sup>63</sup>



- 99a. Avere ottenuto il distintivo di Ciclismo.
- 99b. Usando una mountain bike e una bicicletta da strada come esempi, mostrare e descrivere cinque differenze biciclette da strada e da montagna.
- 99c. Dimostrare la funzione e i vantaggi dei cunei, delle sospensioni e della parte anteriore di una mountain bike.
- 99d. Elencare almeno tre materiali di cui sono fatte le intelaiature di una mountain bike per spiegare perché nuovi materiali sono sempre testati per le intelaiature di una mountain bike.
- 99e. Spiegare le differenze fra pista singola, pista doppia e fire roads (trad.: strade di fuoco).
- 99f. Dare la definizione dei termini "hard tail" (trad.: coda dura) e "sospensione completa" e spiegare i vantaggi e gli svantaggi di una sospensione completa di una mountain bike confrontata con un "hard tail".
- 99g. Descrivere le regole basilari di cortesia che dovrebbero essere seguite quando si va in bicicletta su una strada provinciale.
- 99h. Conoscere le tre più comuni fratture ossee da incidente in mountain bike e come prevenire l'accadere di queste ferite.
- 99i. Mostrare in modo corretto come pulire, lucidare e lubrificare la vostra bicicletta dopo averla usata.
- 99j. Eseguire le seguenti corse tenendo conto che devono essere fatte su una specie di strada provinciale come la pista singola. Un percorso prestabilito può essere usato più di una volta o ripetuto per fare una corsa abbastanza lunga:
  - a. corse da eseguire:
    - corsa da 8 Km
    - corsa da 16 Km
    - corsa da 32 Km

## 100. TEMPO LIBERO: NODI<sup>64</sup>



- 100a. Essere capaci di realizzare una corda intrecciata ( a tre fili) lunga almeno due metri
- 100b. Conoscere il testo biblico che parla della resistenza della corda intrecciata
- 100c. Sapere come cogliere, appendere e riporre una corda
- 100d. Saper realizzare, descrivendone anche l'utilizzo almeno 25 dei seguenti 40 nodi:
  - a. Savoia
  - b. Savoia ganciato
  - c. Savoia in serie
  - d. Scorsoio
  - e. Impiccato
  - f. Vaccaio
  - g. Cappuccino
  - h. Margherita
  - i. Francescano
  - j. Doppino con gassa
  - k. Pugno di scimmia
  - l. Barcaiolo
  - m. Scotta o bandiera
  - n. Barcaiolo doppio
  - o. Scotta o bandiera ganciato

<sup>63</sup> Per approfondimenti consultare il sito: <http://www.cycling.it/>

<sup>64</sup> Bibliografia: I nodi che servono M. Bigon, G. Ragazzoni ed. Oscar Mondatori 1979, I nodi dell'avventura G. Cusma ed. Fiordaliso 2001

- p. Bocca di lupo
- q. Piano
- r. Galloccia
- s. Piano ganciato
- t. Mezzo collo
- u. Mezzo collo ganciato
- v. Inglese
- w. Inglese doppio
- x. Ancorotto
- y. Coppio del pescatore
- z. Ancorotto ganciato
- aa. Gassa d'amante
- bb. Gassa d'amante ganciata
- cc. Gassa d'amante doppia
- dd. Gassa d'amante con cima doppia
- ee. Bozza
- ff. Paranco semplice
- gg. Paranco di Poldo
- hh. Rete
- ii. Gassa spagnola
- jj. Paglietto
- kk. Gassa tripla
- ll. Cintura di sicurezza
- mm. Gassa d'amante scorsoia
- nn. Scaletta

**100e. Realizzare un pannello con almeno 20 nodi spiegandone il nome e l'utilizzo**

#### **101. TEMPO LIBERO: NUOTO I (1° LIVELLO)**



- 101a. Recuperare degli oggetti dal fondo di una piscina con livello dell'acqua fino al petto, senza appigli e con gli occhi aperti.**
- 101b. Restare a galla in acqua profonda fino al petto, immergendo completamente la testa per 15 volte.**
- 101c. Nuotare in acqua in cui non si tocca per portarsi in un'area sicura o a bordo vasca.**
- 101d. Saltare in acqua profonda da bordo vasca.**
- 101e. Tuffarsi da bordo vasca con le ginocchia al petto.**
- 101f. Dandosi la spinta da bordo vasca, scivolare in acqua a pancia in giù per una lunghezza pari a due volte il proprio corpo.**
- 101g. Dandosi la spinta da bordo vasca, scivolare in acqua a pancia in su per una lunghezza pari a due volte il proprio corpo.**
- 101h. Nuotare per 10 m a stile libero.**
- 101i. Nuotare per 10 m a dorso.**
- 101j. Nuotare a dorso gambe a rana per 10 m, battendo soltanto le gambe.**
- 101k. Invertire la direzione di marcia mentre si nuota a pancia in giù.**
- 101l. Invertire la direzione di marcia mentre si nuota sul dorso.**
- 101m. Esporre le regole di sicurezza per tuffarsi.**
- 101n. Tenersi a galla in posizione verticale agitando le gambe.**
- 101o. Saltare in acque profonde con un giubbotto di salvataggio.**
- 101p. Leggi commento**
- 101q. Leggi commento**
- 101r. Mostrare la corretta procedura di liberazione delle vie respiratorie per praticare la respirazione bocca a bocca.**

## 102. TEMPO LIBERO: NUOTO I (2° LIVELLO)



- 102a. Restare a galla in acqua profonda.
- 102b. Mostrare delle posizioni di galleggiamento.
- 102c. Mostrare la respirazione alternata in acqua profonda fino al petto.
- 102d. Tuffarsi da bordo vasca sia da fermi che con una piccola rincorsa.
- 102e. Nuotare a doppio dorso gambe a rana per 10 m.
- 102f. Nuotare a doppio dorso per 5 m o per 15 secondi.
- 102g. Nuotare a stile libero per 25 m, con la respirazione.
- 102h. Nuotare a dorso per 25 m.
- 102i. Nuotare per 10 m a gambe a rana, con o senza l'aiuto della tavoletta.
- 102j. Nuotare per 10 m a gambe a delfino, con o senza l'aiuto della tavoletta.
- 102k. Saper fare la virata.
- 102l. Stare a galla in posizione verticale per due minuti senza muovere le gambe.
- 102m. Mostrare la tecnica della respirazione bocca a bocca.
- 102n. Assistere a una dimostrazione di un RCP<sup>65</sup>

## 103. TEMPO LIBERO: NUOTO II (1° LIVELLO)



- 103a. Mostrare preparazione e stacco dalla base di partenza
- 103b. Tuffarsi a pigna dalla base di partenza.
- 103c. Nuotare per 100 m a stile libero.
- 103d. Nuotare per 100 m a dorso.
- 103e. Nuotare a rana per 25 m.
- 103f. Nuotare a delfino per 10 m.
- 103g. Fare la virata a rana.
- 103h. Fare la virata "speed" e il "pull-out" a rana
- 103i. Fare la virata "speed" a stile libero
- 103j. Fare la virata con capriola a stile libero.
- 103k. Eseguire un tuffo carpiato di superficie.
- 103l. Eseguire un tuffo raggruppato di superficie.
- 103m. Restare a galla in posizione verticale per tre minuti, di cui uno senza l'aiuto delle mani.
- 103n. Mostrare un salvataggio con lancio di un appiglio.
- 103o. Dimostrare rolling spinal injury to face up

## 104. TEMPO LIBERO: NUOTO II (2° LIVELLO)



- 104a. Eseguire dal trampolino elastico un tuffo carpiato e un tuffo raggruppato, in acqua sufficientemente profonda.
- 104b. Nuotare per 500 m, senza fermarsi, con una combinazione di stili a piacimento.
- 104c. Nuotare per 200 m a stile libero.

<sup>65</sup> Rianimazione cardio-polmonare.

- 104d. Nuotare per 100 m a dorso.
- 104e. Nuotare sott'acqua per 25 m.
- 104f. Nuotare a rana per 50 m.
- 104g. Nuotare a delfino per 25 m.
- 104h. Mostrare la virata a rana con capriola.
- 104i. Simulare un salvataggio in acqua con l'aiuto di equipaggiamento.
- 104j. Esporre i principi per mantenersi in forma e saper misurare il proprio battito cardiaco.
- 104k. Recuperare un peso di circa 4,5 kg da una profondità di circa 2,70 - 3 m.
- 104l. Esporre le regole di sicurezza in acqua.
- 104m. Restare a galla in posizione verticale per 5 minuti.
- 104n. "Assist with a backboard rescue":

## 105. TEMPO LIBERO: ORIENTAMENTO<sup>66</sup>



- 105a. Spiegare cos'è una carta topografica, cosa ci si può trovare e tre suoi utilizzi.
- 105b. Identificare almeno 20 segni e simboli impiegati nelle carte topografiche.
- 105c. Illustrare le componenti di una bussola da orientamento.
- 105d. Conoscere e spiegare i seguenti termini
  - a. Altitudine
  - b. Azimut
  - c. Curva di livello
  - d. Nord Magnetico
  - e. Declinazione
  - f. Scala
  - g. Misurazione
  - h. Nord Reale
  - i. Distanza
  - j. Forme del terreno
- 105e. Mostrare come si prende un azimut.
- 105f. Mostrare come si marcia seguendo un azimut.
- 105g. Conoscere due metodi per correggere la declinazione magnetica e dire quando è necessario fare questa operazione.
- 105h. Essere in grado di orientarsi e di orientare una cartina sia con la sola osservazione del territorio sia con l'aiuto di una bussola.
- 105i. Determinare la propria posizione su una carta topografica attraverso l'utilizzo di due o più azimut misurati su oggetti visibili e riconoscibili nella carta.
- 105j. Dimostrare la propria abilità nell'uso di carta e bussola partecipando ad una corsa di orientamento di 3 km su terreno mosso, con almeno cinque punti di controllo o di lettura dell'azimut.

## 106. TEMPO LIBERO: PIONIERISMO



- 106a. Descrivi per iscritto, oralmente con figure in che modo i primi pionieri supplivano i seguenti bisogni vitali basilari:
  - a. Casa e mobilio

<sup>66</sup> Bibliografia: Il manuale dello scout - A. Greco, ed Piemme 2001

- b. Cibo
- c. Cucinare
- d. Calore e luce
- e. Utensili e lavori manuali
- f. Igiene

**106b. Costruisci un pezzo di mobilio utile attraverso allacciamenti. Impara i seguenti allacciamenti:**

- a. Quadrato
- b. Diagonale
- c. Perpendicolare
- d. Continuo

**106c. Fai una delle seguenti cose:**

- a. Intreccia un cestino usando materiali naturali
- b. Fai un paio di mocassini di pelle
- c. Fai un cappellino da donna cucito a mano
- d. Costruisci un semplice giocattolo usato dai pionieri

**106d. Impara come fare la farina estraendola almeno da una pianta selvaggia per fare il pane**

**106e. Fai un fuoco senza usare fiammiferi. Usa materiali naturali per fare il fuoco. Mantieni il fuoco**

**106f. acceso per cinque minuti. Puoi usare i seguenti materiali per appiccarlo:**

- a. Selce e acciarino
- b. Frizione
- c. Scintilla elettrica
- d. Lenti curvate
- e. Fiammifero di metallo
- f. Aria compressa

**106g. Dimostra conoscenza sull'uso dell'ascia nei seguenti casi:**

- a. Descrivi i migliori tipi di asce
- b. Mostra come affilare in modo corretto un'ascia
- c. Conosci e pratica le regole di sicurezza nell'uso di un'ascia
- d. Conosci il modo corretto di usare un'ascia
- e. Taglia in due un tronco in modo corretto in parti spesse almeno 10 cm.
- f. Esegui una fessura corretta su un tronco che abbia almeno 10 cm di diametro e sia lungo 1 metro.

**106h. Fai due fra le seguenti cose:**

- a. Fai un lazo lungo 6 metri con materiale naturale o con lo spago
- b. Fai 10 nodi utili per i pionieri e spiega in che modo venivano usati
- c. Usa un nodo e materiali naturali e fai un congegno per spostare oggetti pesanti.
- d. Costruisci una latrina comoda e adeguata

**106i. Spiega il bisogno di corretta igiene in relazione ai rifiuti solidi e umani e al lavaggio del Corpo, dei vestiti e**

**106j. Assisti alla costruzione di un ponte fatto di corda o tronchi lungo 10 metri, usando delle legature.**

**106k. Conosci 4 modi per mantenere bella la natura allo stato selvaggio.**

**106l. Fai due delle seguenti cose:**

- a. Costruisci una candela di cera o un'altra fonte luminosa usata dai pionieri
- b. Fai un lotto di sapone
- c. Mungi una mucca
- d. Fai la scrematura del latte
- e. Fai una penna di calamo e scrivi con essa
- f. Fai una bambola con una pannocchia
- g. Assisti alla preparazione di un piumone

**106m. Conosci 5 medicine fatte in casa con le piante selvatiche e spiega i loro usi.**

**106n. Fai una delle seguenti cose:**

- a. Assisti alla costruzione di una zattera fatta usando legamenti. Fai con questa zattera una gita di 8 Km su un fiume.
- b. Con un esperto cowboy fai una gita a cavallo di due giorni lunga 24 Km portandoti tutto il necessario che tu hai imparato a imballare sulla sella.
- c. Con una guida esperta partecipa ad un'escursione di due giorni con un percorso di 24 Km portandoti tutti gli approvvigionamenti necessari.



- 107a. Know at least three light sources for caving and the importance of having extra light supplies and backup lights. Have an experienced person in caving show you how a carbide light works.
- 107b. List all equipment needed for a successful caving trip excluding vertical equipment and start putting together your own set of equipment.
- 107c. Locate an experienced caver and join that person in exploring at least three relatively easy caves accumulating a total of ten hours of actual caving time.
- 107d. Keep a log of these explorations, noting date, cave locations, conditions, features, hours spent in each, names of other members in your party and trip leader's name.
- 107e. Learn, know well and practice caving safety rules.
- 107f. Practice "walking" yourself up a steep slope by pulling yourself along a rope.
- 107g. Describe several ways caves were used in Bible times.
- 107h. Participate in the mapping process of a small cave you have explored
- 107i. Know the names of at least five different speleotherms and three cave dwelling animals. Be sure to include any of those you have observed in your report for requirement number 10.
- 107j. Write a paper of at least 500 words on your caving experience so far (through the ten hours); include all you have learned while carrying out the previous nine requirements of the Honor.

#### 108. TEMPO LIBERO: SPELEOLOGIA II



- 108a. Obtain geological survey maps of the area where you go caving. Map out on them the location of all known caves you have explored.
- 108b. Be able to give an explanation for how these caves were formed; what they have in common; what can be expected in them in the way of physical characteristics such as types and extent of formations, effects of prior water activity, presence and nature of fossils, presence and nature of life forms including bats.
- 108c. Obtain proper rappelling equipment and learn how to use it either by studying a book on mountain climbing techniques or locating a person or club group already experienced who are willing to instruct you. Plan and execute a cave trip where it is necessary to rappel at least forty feet (12 meters) and climb back out.
- 108d. Conduct a biological survey of the cave entrance, the cave twilight zone, the deep cave floor, the deep cave wall and the deep cave ceiling. Photograph single specimens of, and identify every form of plant and animal life in each of these troglodytic zones. Compare pictures with nearest natural history museum for help in identification. Publications on cave flora and fauna of the National Speleological Society will help also. Remember slogan, "*Take nothing but photographs, leave nothing but footprints.*"
- 108e. Log 100 hours of caving experience. Keep accurate records of each caving trip.
- 108f. Conduct a caving course, to be climaxed by several field trips for a group of young people in your community or church.
- 108g. Make friends with at least one cave owner. Determine what he expects of cavers exploring his cave, and do more than he expects you to do in following these directions.
  - a.

#### 109. TEMPO LIBERO: SUB (CON ATTREZZATURA) I<sup>67</sup>



<sup>67</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

- 109a. Superare con successo un regolare corso di SUB di Prima Stella, insegnato da un istruttore accreditato.
- 109b. Avere almeno 15 anni
- 109c. Avere il distintivo di nuoto I avanzato
- 109d. Essere in grado di nuotare fino a 15 m di profondità.
- 109e. Saper nuotare e galleggiare per almeno 30 minuti coprendo in questo periodo di tempo una distanza minima di 330 m.<sup>68</sup>

#### 110. TEMPO LIBERO: SUB (CON ATTREZZATURA) II<sup>69</sup>



- 110a. Superare con successo un corso avanzato di SUB di Seconda Stella, insegnato da un istruttore accreditato.
- 110b. avere fatto almeno 10 immersioni a circa 10 m di profondità.

#### 111. TEMPO LIBERO: TECNICHE DI NAVIGAZIONE



- 111a. Conosci almeno 20 termini nautici usati in navigazione.
- 111b. Nomina almeno 3 sussidi per la navigazione e spiega le loro funzioni. Da che cosa sono sostenuti?
- 111c. Nomina 6 tipi di boe. Che cosa significano e come sono usate? Dici quali sono i colori delle sei che hai nominato. Come sono numerate le boe? Come segnalano i canali?
- 111d. Metti in una scatola una bussola con 8 punti cardinali. Perché è così importante nella navigazione? Dove è montata su un vascello e perché?
- 111e. Nomina 4 fra i più usati nodi dell'arte marinaresca. Impara a farli e esponi quali sono i principali usi.
- 111f. Prendi familiarità con la lettura e l'interpretazione di una "carta di navigazione". Perché non ha valore in acque sconosciute? Dici quali sono alcune delle cose che una carta di navigazione mostra. Indica i simboli usati su una carta di navigazione o due delle boe più utilizzate.
- 111g. Quando hai una parte attiva nella navigazione quali sono tre delle migliori regole di sicurezza da seguire?
- 111h. Che cosa significa essere equipaggiati in modo adeguato? Illustralo.
- 111i. Che cosa intendiamo per "regole del percorso" e "protocollo di mare"?

#### 112. VECCHI E NUOVI MESTIERI: CARPENTERIA<sup>70</sup>



- 112a. Dare dimostrazione di saper impiantare un chiodo e saperlo estrarre
- 112b. Dare dimostrazione di saper utilizzare i seguenti strumenti:
  - a. Riga
  - b. Squadra
  - c. Livella
  - d. Piombino
  - e. Metro
  - f. Matita/gesso per segnare
- 112c. Dare dimostrazione di saper disporre assi di copertura sopra una zona d'ombra con telaio in legno
- 112d. Saper disegnare in scala, un edificio di due piani con non meno di cinque stanze, completo di misure e dimensioni. Disegnare anche i rispettivi, almeno due, prospetti

<sup>68</sup> Avere i requisiti

<sup>69</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

<sup>70</sup> Bibliografia: Manuale di pionieristica E. Rocchetti ed. Fiordaliso 1999

- 112e. Contribuire ad erigere una struttura di almeno nove metri quadrati di superficie, con tetto a due falde ed almeno una porta ed una finestra
- 112f. Contribuire a disporre una pavimentazione ed essere in grado di aiutare nei lavori di finitura per la realizzazione della struttura del punto precedente

**113. VECCHI E NUOVI MESTIERI: COMPUTER I<sup>71</sup>**



- 113a. Raccontare per iscritto o oralmente le origini e la storia degli elaboratori elettronici, oggi conosciuti come computer
- 113b. Descrivere il significato dei seguenti termini:
- a. Hardware
  - b. Software
  - c. Floppy disk
  - d. Hard disk
  - e. R.A.M.
  - f. R.O.M.
  - g. C.P.U.
  - h. Scheda madre
  - i. Drive
  - j. Porte
  - k. Periferiche
  - l. Sistema operativo
- 113c. Quali sono gli accorgimenti da utilizzare nella manipolazione dei floppy disk e dei CD?
- 113d. Saper identificare e descrivere brevemente l'uso dei seguenti componenti:
- a. Tastiera
  - b. Monitor
  - c. Stampante
  - d. Mouse
  - e. Modem
  - f. Joystick
- 113e. Conoscere la differenza e gli utilizzi dei seguenti tipi di stampanti:
- a. ad aghi
  - b. a getto d'inchiostro
  - c. laser
- 113f. Descrivere gli accorgimenti per la protezione del computer dagli agenti esterni (polvere, sporcizia, elettricità statica, sbalzi di tensione di alimentazione)
- 113g. Quale tipo di manutenzione è necessaria per il buon funzionamento del computer? Perché è importante?
- 113h. Elencare almeno quattro "periferiche di input" per pc
- 113i. Cosa si intende con il termine "back-up" di un disco o di un file? Perché è importante?
- 113j. Essere in grado di installare e avviare l'uso di un software (non un videogioco)
- 113k. Elencare alcuni esempi di utilizzo del computer

**114. VECCHI E NUOVI MESTIERI: COMPUTER II<sup>72</sup>**



- 114a. Avere la distinzione Computer
- 114b. Descrivere il significato dei seguenti termini:
- a. Baud rate

<sup>71</sup> Bibliografia: Consultare un'opera specifica per quest'argomento

<sup>72</sup> Bibliografia: Consultare un'opera specifica per quest'argomento

- b. Dip switch
- c. Periferica
- d. Disco di default
- e. Database
- f. Byte
- g. Word processing
- h. Nybble
- i. Dos
- j. Font

**114c. Descrivere le competenze dei seguenti mestieri associati all'uso del computer:**

- a. Operatore
- b. Programmatore
- c. Analista di sistema
- d. Consulente

**114d. Come si può determinare quando un computer é in fase di lettura o di scrittura del disco? Quali precauzioni occorre mantenere durante queste operazioni?**

**114e. Qual'è la differenza tra le porte di comunicazione seriali e parallele?**

**114f. Che cosa si intende quando si classifica un computer come "compatibile"?**

**114g. Che cosa significano le seguenti definizioni applicate ad un software:**

- a. pubblico dominio
- b. shareware
- c. copyright

**114h. Essere in grado di eseguire le seguenti operazioni:**

- a. Spegnerne correttamente il computer chiudendo tutte le applicazioni
- b. Mostrare il contenuto (files) di un floppy disk
- c. Formattare un floppy assegnandogli il nome di sistema "esploratori"
- d. Ricercare eventuali settori danneggiati su un floppy e sul disco rigido
- e. Rinominare un file
- f. Copiare il contenuto di un floppy su un altro floppy
- g. Salvare dei file
- h. Cancellare un file

**114i. Effettuare una ricerca sui diversi linguaggi informatici (BASIC, FORTRAN, COBAL, PASCAL C) e le loro applicazioni. Relazionare in forma scritta (almeno 200 parole) o orale (almeno tre minuti)**

**114j. Dimostrare capacità di utilizzo di almeno tre dei seguenti software:**

- a. **PROCESSORE DI TESTO.**  
Scrivere e stampare una lettera con almeno cinque diversi destinatari, personalizzando il testo (inserire almeno tre volte il nome). Utilizzare almeno una volta le seguenti opzioni: paragrafo centrato, paragrafo giustificato, modificare i margini della pagina, modificare il tipo e la grandezza dei caratteri
- b. **DATABASE:**  
Realizzare un archivio di almeno 15 nominativi, completi di indirizzo, numero di telefono, data e luogo di nascita. Stampare l'elenco una volta ordinato alfabeticamente e una volta in base all'età.
- c. **CONTABILITÀ**  
Registrare un'entrata, un'uscita. Stampare un resoconto di almeno venti movimenti.
- d. **NEWSLETTER:**  
Preparare un volantino stampato su doppia facciata e suddiviso in due colonne, contenente dei grafici o clipart
- e. **FOGLIO ELETTRONICO:**  
Preparare uno schema che preveda di sommare il contenuto della colonna A a quello della B, dividere il totale per il contenuto della colonna C e posizionare il risultato nella colonna D.

**114k. Visitare un posto di lavoro dove vengono utilizzati dei computer e raccogliere le seguenti informazioni:**

- a. Che tipo di computer sono presenti?
- b. Quale tipo di funzione svolgono?
- c. Sono collegati tra loro? Se sì come?
- d. Quanto frequentemente viene fatto il backup?
- e. Come viene gestita la manutenzione, l'aggiornamento e la sostituzione dei computer?
- f. Quali requisiti sono richiesti a coloro che utilizzano i computer?

## 115. VECCHI E NUOVI MESTIERI: CONTABILITÀ



- 115a. Frequentare un corso di formazione dove apprendere le nozioni base della contabilità (conseguendo un attestato)
- 115b. Saper registrare delle operazioni (Prima Nota, Libro Mastro).

#### 116. VECCHI E NUOVI MESTIERI: ELETTRICISTA<sup>73</sup>



- 116a. Saper spiegare e illustrare l'esperimento della legge dell'attrazione/repulsione elettrica tra due poli
- 116b. Saper spiegare la differenza tra corrente continua e corrente alternata ed elencare alcuni campi di utilizzo di entrambi. Conoscere come si misurano e distinguono tra loro,
- 116c. Costruire un elettromagnete
- 116d. Costruire un semplice accumulatore.
- 116e. Spiegare il funzionamento dei campanelli e del telefono
- 116f. Essere in grado di sostituire dei fusibili o riattivare degli interruttori differenziali
- 116g. Conoscere i principi di primi soccorsi su come si deve intervenire in caso di una persona colpita da una scossa elettrica
- 116h. Disegnare uno schema dell'impianto elettrico di un'automobile
- 116i. Disegnare uno schema completo di prese, punti luce, interruttori, scatole di derivazione e differenziali per un appartamento di medie dimensioni
- 116j. Saper utilizzare un voltmetro
- 116k. Conoscere come viene calcolato il costo dell'energia elettrica

#### 117. VECCHI E NUOVI MESTIERI: GIORNALISMO



- 117a. Descrivi gli elementi di un buon paragrafo di apertura e l'uso e l'importanza dei titoli (sommari delle notizie più importanti)
- 117b. Scrivi un articolo lungo almeno tre paragrafi, utilizzando un buon paragrafo di apertura, riguardo qualche attività interessante accaduto nel tuo circondario (club scout, scuola, quartiere, famiglia)
- 117c. Quali sono gli elementi essenziali per scrivere una buona storia?
- 117d. Conoscere la differenza tra verbi attivi e passivi e fornire tre esempi comparative
- 117e. Scrivi una storia scegliendo uno dei seguenti argomenti:
  - a. La conversione della tua famiglia
  - b. Una preghiera esaudita
  - c. Il tuo animale domestico
  - d. Un'esperienza vissuta in un campeggio o raduno scout
  - e. La prima volta che Dio ti si è rivelato
  - f. La cosa più difficile nell'essere un buon cristiano oggi
- 117f. Sottoponi il tuo articolo alla redazione di una pubblicazione avventista
- 117g. Prepara una lettera di presentazione accompagnatoria all'articolo da sottoporre
- 117h. Quale tipo di istruzione è importante per accedere alla carriera di giornalista?

#### 118. VECCHI E NUOVI MESTIERI: IDRAULICO<sup>74</sup>

<sup>73</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento

<sup>74</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche



- 118a. Fai un diagramma mostrando il sistema idraulico di una casa di quattro stanze, incluse le tubazioni per la cucina, il bagno e la lavanderia
- 118b. Presenta due pezzi di tubo di ferro che hai accostato e collegato con un appropriato adattamento
- 118c. Ripara a tua scelta un tubo in PVC, in ferro o in rame, e descrivi il modo di riparare in tutti e tre i casi
- 118d. Dimostra abilità nel riparare un rubinetto di un lavandino che perde o nel riparare un sistema di scarico acqua del WC
- 118e. Facendo riferimento alla casa del “primo punto”, descrivi il sistema di drenaggio
- 118f. Dimostra la conoscenza del sistema di produzione di acqua calda e di riscaldamento ed elenca le precauzioni da prendere in caso di abbandono temporaneo dell’abitazione (durante l’inverno)
- 118g. Fai un diagramma di un sistema di produzione di acqua calda e riscaldamento ad energia solare

#### 119. VECCHI E NUOVI MESTIERI: MECCANICO I<sup>75</sup>



- 119a. Essere in grado di accendere un motore. Spiegare perché è necessario controllare il livello dell’olio, dell’acqua, del carburante, della pressione dei pneumatici, del sistema frenante, dell’efficienza della batteria prima di usare la macchina.
- 119b. Smontare e rimontare una ruota
- 119c. Spiegare come estrarre l’olio e il carburante dalla macchina
- 119d. Saper descrivere il funzionamento dei seguenti elementi:
  - a. il motore
  - b. albero a camme
  - c. biella
  - d. cuscinetti
  - e. cilindri, pistoni
  - f. valvole
  - g. pompa dell’olio
  - h. carburatore, starter
  - i. pompa del carburante, impianto elettrico compreso generatore e regolatore, motorino d’avviamento)
- 119e. **Menzionare alcuni difetti comuni e rispettive soluzioni**
- 119f. **Conoscere le regole del buon mantenimento di una batteria**
- 119g. **Cosa differenzia un motore a “due tempi” da uno a “quattro tempi”?**
  - a. la frizione
  - b. il cambio
  - c. albero di trasmissione
  - d. differenziale
  - e. sistema di raffreddamento
  - f. impianto frenante
- 119h. **Che tipo di liquido occorre usare per il freno a mano**
- 119i. **Elencare alcuni accorgimenti basilari per la cura della carrozzeria e dell’interno dell’auto**

#### 120. VECCHI E NUOVI MESTIERI: MECCANICO II



- 120a. **Scomporre, ispezionare e riassemblare un’automobile o il motore di un autocarro leggero.**

<sup>75</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

- 120b. Sostituire qualsiasi parte consumata o difettosa. Ricostruire, mettere in moto e far funzionare il veicolo. Tenere un registro completo degli interventi durante la revisione.
- 120c. Rimuovere e sostituire un meccanismo di trasmissione automatico o normale.
- 120d. Riparare i freni di un'automobile o di un autocarro leggero, seguendo le corrette procedure di sicurezza. Dimostrare la corretta registrazione dei freni. Rimontare correttamente i cuscinetti.
- 120e. Compiere una messa a punto di tipo minore, che includa la sostituzione delle candele, delle puntine e del condensatore ( se possibile), registrando la messa in fase e mettendo a punto l'accensione (se possibile).

#### 121. VECCHI E NUOVI MESTIERI: PICCOLI MOTORI<sup>76</sup>



- 121a. Elencare e descrivere le varie fasi nei due tipi di cicli di combustione interna
- 121b. Descrivere le differenze tra un motore a due tempi ed uno a quattro tempi
- 121c. Conoscere il singolo utilizzo di ogni elemento utilizzato in un motore a due tempi
- 121d. Elencare gli ingredienti della miscela carburante per i motori inferiori a 16 cc
- 121e. Descrivere i due sistemi di iniezione
- 121f. Conoscere e mettere in pratica tutti gli accorgimenti di sicurezza nella manipolazione dei carburanti
- 121g. Spiegare il principio del sistema di lubrificazione
- 121h. Essere in grado di mettere a punto un piccolo motore a scoppio
- 121i. Conoscere le principali cause di mal funzionamento ed essere in grado di risolverle
- 121j. Saper verificare il funzionamento di una candela
- 121k. Dare dimostrazione di saper smontare, pulire, ispezionare, riassemblare e mettere in funzione qualsiasi piccolo motore

#### 122. VECCHI E NUOVI MESTIERI: RADIO



- 122a. Essere in grado di ricevere ed inviare un messaggio in codice, non inferiore a cinque parole al minuto per cinque minuti
- 122b. Conoscere la legislazione vigente riguardo l'utilizzo di apparati radio-trasmittitori
- 122c. E' consentito dalle norme internazionali trasmettere un segnale radio-elettrico senza l'identificazione dell'emittente?
- 122d. A che intervallo di tempo una stazione amatoriale deve irradiare il suo segnale di identificazione (call sign)?
- 122e. Saper utilizzare gli strumenti idonei per la misurazione di corrente e tensione
- 122f. Quali sono le abbreviazioni dei seguenti termini:
  - a. Greenwich Mean Time
  - b. Megacicli
  - c. Modulazione d'ampiezza
  - d. Modulazione di frequenza
  - e. Chilocicli
- 122g. Conoscere la legge di Ohm
- 122h. Spiegare cosa si intende con i seguenti termini:
  - a. amplificazione
  - b. modulazione
  - c. rivelazione
  - d. attenuazione
- 122i. Quale relazione esiste tra la frequenza fondamentale e la sua seconda, terza e quarta armonica?

<sup>76</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

- 122j. Spiegare le funzioni del modulatore, del rettificatore e del filtro  
122k. Spiegare l'oscillazione parassita (feed back)  
122l. Spiegare cosa si intende con il termine "stato solido"  
122m. Come viene determinata la potenza di uscita di un impianto irradiante?

#### 123. VECCHI E NUOVI MESTIERI: SEGNALAZIONE I<sup>77</sup>



##### 123a. Essere in grado di svolgere uno dei seguenti compiti:

- Invia e ricevi un minimo di 20 parole di cinque lettere ciascuna utilizzando il Codice Morse ad una velocità di almeno tre parole al minuto utilizzando uno strumento di emissione a tua scelta
- Invia e ricevi un minimo di 20 parole di cinque lettere ciascuna utilizzando il Codice Semaforico ad una velocità di almeno sette parole al minuto utilizzando le bandiere
- Invia e ricevi un minimo di 20 parole di cinque lettere ciascuna utilizzando l'Alfabeto Fonetico Internazionale ad una velocità di almeno sette parole al minuto utilizzando le bandiere

#### 124. VECCHI E NUOVI MESTIERI: SEGNALAZIONE II<sup>78</sup>



##### 124a. Aver superato l'esame di Segnalazione I

##### 124b. Essere in grado di svolgere uno dei seguenti compiti:

- Invia e ricevi un minimo di 20 parole di cinque lettere ciascuna utilizzando il Codice Morse ad una velocità di almeno otto parole al minuto utilizzando uno strumento di emissione a tua scelta
- Invia e ricevi un minimo di 20 parole di cinque lettere ciascuna utilizzando il Codice Semaforico ad una velocità di almeno dodici parole al minuto utilizzando le bandiere
- Invia e ricevi un minimo di 20 parole di cinque lettere ciascuna utilizzando l'Alfabeto Fonetico Internazionale ad una velocità di almeno dodici parole al minuto utilizzando le bandiere

#### 125. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO I (CELESTE)



##### 125a. Avere almeno 12 anni

##### 125b. Capire e mettere in pratica il concetto di sopravvivenza e vita campestre, tenendo in considerazione il principio della protezione dell'ambiente.

##### 125c. Sapere almeno otto cose da fare in caso di smarrimento tra quelle in elenco:

- Non farsi prendere dal panico
- Pregare
- Riflettere
- Ritornare sulle tracce
- Lasciare segnali dove si passa
- Camminare, non correre
- Studiare la mappa
- Salire su una collina o un albero per cercare un punto di riferimento conosciuto
- Orientarsi usando una bussola o localizzando il sole o la stella polare
- Seguire un corso d'acqua
- Rimanere fermi (probabilmente la cosa migliore da fare se ci sono persone che vi cercano)

<sup>77</sup> Bibliografia: Segni e segnali E. Poltini ed. Coletti 1991, vedi manuale esploratori

<sup>78</sup> Vedi Segnalazione I

- l. Prepararsi a trascorrere la notte
- m. Fare segnali di fumo.
- 125d. Avere familiarità con vari tipi di attrezzatura da notte adatti al luogo e alla stagione.**
- 125e. Fare una lista di oggetti personali necessari ad un campeggio della durata di un weekend.**
- 125f. Programmare e partecipare ad un campeggio itinerante per tutto un fine settimana.**
- 125g. Sapere come montare e smontare una tenda. Osservare le precauzioni antincendio quando si soggiorna in una tenda.**
- 125h. Conoscere e saper mettere in pratica i principi sanitari fondamentali nella scelta dei luoghi da campeggio, sia in caso di primo insediamento che di sede fissa.**
- 125i. Saper usare coltello e accetta. Conoscere le regole di sicurezza per l'uso.**
- 125j. Fuochi:**
  - a. Saper scegliere con abilità il posto e preparare un fuoco da campo.
  - b. Conoscere le relative regole di sicurezza.
  - c. Saper accendere una fiamma.
  - d. Dimostrare di saper accendere un fuoco usando una sola miccia, servendosi solo di materiale naturale.
  - e. Dimostrare come proteggere la legna da fuoco in condizioni di tempo umido.
  - f. Cuocere il pane su un bastone.
  - g. Accendere un grande fuoco (per iniziare a cuocere aspettare che il fuoco si sia consumato e abbia acceso i carboni). Munirsi di un bastone lungo all'incirca 1 m e di 7/10 cm di diametro, pasta da pane o dei biscotti precotti a forma di tubo, un po' d'olio. Ungere l'estremità del bastone (17 cm circa) e avvolgerci la pasta del pane (o un infilarvi un biscotto) spianandola lentamente e facendo attenzione a non lacerarla. La pasta non dovrebbe essere molto doppia altrimenti la parte esterna si cucinerà prima della parte interna. Mantenere l'estremità del bastone sui carboni ardenti. Ruotare il bastone per far cuocere tutta la pasta. Togliere dal fuoco quando la pasta è diventata di colore bruno dorato. Rimuovere il pane dal bastone facendo attenzione a non scottarsi. L'interno centrale del pane può essere riempito con salsa di mele o ripieni per pasticci (consigliamo il ripieno di mirtilli).
- 125k. Descrivere il procedimento per lavare e tenere puliti gli utensili da cucina e le posate.**
- 125l. Descrivere il tipo di vestiario più appropriato per dormire e come stare caldi durante la notte.**
- 125m. Saper trarre soggetti di insegnamento spirituale dalla natura durante ogni campeggio itinerante.**
- 125n. Spiegare e mettere in pratica il motto: "Prendi solo immagini e lascia solo orme".**

## 126. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO II (ROSSO)



- 126a. Avere almeno 13 anni.**
- 126b. Sviluppare una propria sensibilità e un proprio codice di comportamento all'interno del campo, come ad esempio cortesia nei riguardi degli altri campeggiatori e salvaguardia della natura.**
- 126c. Conoscere e capire il significato delle seguenti parole utili nella scelta di un buon terreno per l'accampamento:**
  - a. Vento
  - b. Acqua
  - c. Cose selvagge
  - d. Legno
  - e. Tempo
  - f. Volontà
- 126d. Dare dimostrazione di come adottare corrette misure igieniche, personali e per la cucina, proteggendo l'ambiente naturale e le risorse d'acqua.**
- 126e. Partecipare almeno ad un campeggio della durata di un weekend.**
- 126f. Partecipare, in campeggio, ad almeno uno dei seguenti servizi di culto:**
  - a. Studio del testo biblico
  - b. Storia
  - c. Culto di adorazione
  - d. Conduzione dei canti
- 126g. Sapere come accendere e usare con sicurezza lanterne, stufe o cucine da campeggio.**

- 126h. Conoscere le regole e dare prova di saper tagliare correttamente la legna da fuoco. Dimostrare come spaccare della legna stagionata in modo appropriato.
- 126i. Costruire con dei bastoni un fuoco a incrocio, oppure un tipo di fuoco da cucina. Conoscere le regole di sicurezza riguardante la costruzione di fuochi.
- 126j. Spiegare due modi di conservare fresco il cibo da campo.
- 126k. Costruire due differenti fuochi da campo.
- 126l. Saper lessare, friggere e arrostitire cibo da campo.
- 126m. Dimostrare di saper scegliere il luogo adatto al montaggio della tenda. Piantare e smontare una tenda. Quali precauzioni vanno prese quando si smonta una tenda bagnata? Dimostrare come asciugare e conservare una tenda.
- 126n. Saper come prepararsi al pernottamento:
- Mostrare come stendere e avvolgere un sacco a pelo o un materassino da viaggio.
  - Indicare come mantenere asciutto il sacco a pelo e il materassino durante un campeggio itinerante.
- 126o. Descrivere come pulire il proprio sacco a pelo o materassino.

## 127. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO III (VERDE)



- 127a. Avere almeno 14 anni.
- 127b. Lavorare almeno tre ore per un progetto di abbellimento dell'ambiente, come ad esempio pulizia o costruzione di un sentiero.
- 127c. Riesaminare sei punti fondamentali nella scelta di un luogo adatto all'accampamento. Conoscere le regole di sicurezza riguardanti i fuochi da campo.
- 127d. Partecipare a campeggi della durata di almeno una settimana.
- 127e. Preparare i tre seguenti fuochi e indicarne i loro usi:
- Fuoco a stella
  - Fuoco del cacciatore
  - Fuoco a riflettore
- 127f. Conoscere sei modi di accendere un fuoco senza un fiammifero. Preparare un fuoco da campo usando uno di questi procedimenti:
- Pietra focaia
  - Sfregamento
  - Scintilla
  - Vetro curvato
  - Miccia di metallo
  - Aria compressa
- 127g. Saper come affilare un'accetta o un coltello.
- 127h. Cucinare in una pentola cibo fresco o essiccato.
- 127i. Descrivere i vari tipi di tende e i loro usi: da montagna, alpina, da foresta, a tubo, da zaino.
- 127j. Come si forma la condensa in una tenda, e come può essere evitata?
- 127k. Dimostrare la propria abilità nell'ancorare una tenda, usando il nodo taut-line hitch o il mezzo parlato doppio.
- 127l. Durante un campeggio, tenere una meditazione di dieci minuti oppure organizzare e condurre un gioco biblico o un gruppo di discussione.
- 127m. Scegliere il posto e costruire uno dei seguenti servizi igienici indicandone l'importanza per l'individuo e l'ambiente:
- Latrina
  - Doccia
  - Lavabo e area adibita al lavaggio stoviglie
- 127n. Mostrare quattro legature e costruire un semplice oggetto usandole.
- 127o. Saper come rimpiazzare il palo portante a una lanterna da campo.

127p. Dimostrare come ricaricare il gas a una lanterna da campo e a una cucina da campo<sup>79</sup>.

#### 128. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO INVERNALE



- 128a. Essere in possesso del distintivo di Campismo.
- 128b. Fare una lista completa dell'equipaggiamento necessario per il campeggio invernale, considerando possibili temperature sotto zero, tempeste e neve.
- 128c. Spiegare i principi necessari a mantenere il corpo caldo e asciutto usando appropriato vestiario e attrezzatura da notte in condizioni di qualsiasi temperatura sotto lo zero lavorando, stando fermi o dormendo.
- 128d. Elencare e spiegare le caratteristiche per la scelta della posizione per il campeggio invernale.
- 128e. Descrivere, o mostrare dove è possibile, la preparazione per il livellamento del terreno in caso di neve e piantare una tenda in inverno.
- 128f. Preparare un menu equilibrato di tre giorni e impiegarlo durante un campeggio invernale.
- 128g. Sapere come ricavare acqua dalla neve.
- 128h. Conoscere cinque regole essenziali per il campeggio invernale.
- 128i. Spiegare per gradi cosa fare in caso di difficoltà e senza equipaggiamento in condizioni di tempo invernale.
- 128j. Mostrare cosa fare per prevenire, riconoscere e curare i sintomi del congelamento, ipotermia, cecità da neve e disidratazione.
- 128k. Trascorrere un totale di sei giorni e notti in un campeggio invernale.
  - a. Ogni notte la temperatura dovrebbe raggiungere i 4° C.
  - b. Due notti la temperatura dovrebbe essere gelida.
  - c. Ogni notte dovrebbe essere trascorsa in tende, teloni impermeabili, o all'aperto.

#### 129. VITA CAMPESTRE: CAMPEGGIO IV (VIOLA)<sup>80</sup>

- 129a. Avere almeno 15 anni.
- 129b. Preparare e condurre, durante un campeggio, le attività del sabato per la durata di 1 ora, in modo da rendere il Sabato una esperienza significativa.
- 129c. Scrivere un componimento di 200 parole sulla tutela dell'ambiente, descrivendo regole di comportamento e manutenzione.
- 129d. Pianificare il menu per un campeggio itinerante di due giorni e quantificarne il costo.
- 129e. Partecipare ad un campeggio di almeno 2 settimane.
- 129f. Accendere un fuoco in condizioni di tempo umido, sapendo dove prendere l'esca per il fuoco e come mantenerlo acceso.
- 129g. Conoscere il tipo di legname più adatto per ottenere velocemente un grande fuoco.
- 129h. Conoscere il tipo di legname più adatto per ottenere la brace per cucinare.
- 129i. Fare una dimostrazione di come spaccare legna da ardere.
- 129j. Dimostrare come avere cura delle provviste alimentari del campo e come impiegare o realizzare vari nascondigli per proteggere il cibo dagli animali.
- 129k. Preparare un pranzo da campo a base di zuppe, ortaggi, primi piatti e bevande. Tutte le portate devono essere cucinate.
- 129l. Cucinare del cibo su un fuoco a riflettore.
- 129m. Saper purificare l'acqua usando tre procedimenti diversi.

#### 130. VITA CAMPESTRE: CAMPISMO<sup>81</sup>

<sup>79</sup> Bibliografia: consultare un manuale specifico dell'argomento.

<sup>80</sup> Bibliografia Il manuale dello Scout A. Greco ed. Piemme 2001, Manuale dell'esploratore ed. Demetra 2000

<sup>81</sup> Bibliografia: consultare un'opera specifica per quest'argomento.



- 130a. Spiegare come e perché quando si sceglie un terreno per l'accampamento bisogna tener conto del tempo atmosferico, della stagione e della riserva d'acqua. Spiegare l'importanza di considerare la possibilità di avere acqua sicura, servizi igienici e misure di sicurezza.
- 130b. Preparare una lista degli indumenti necessari per l'accampamento di una notte sia in condizioni di tempo caldo che freddo.
- 130c. Conoscere e mettere in pratica le regole di sicurezza del campeggio.
- 130d. Dimostrare di saper usare un coltello da campeggio spiegando le regole del suo utilizzo e piattando l'esca da fuoco.
- 130e. Nel caso di una notte in campeggio in gruppo, fare una lista delle cose personali necessarie per se stessi e per il gruppo.
- 130f. Preparare un equilibrato menu, contemplando cibi cotti, per colazione, pranzo e cena.
- 130g. Eseguire le seguenti operazioni mentre si trascorre una notte in un campeggio itinerante:
  - a. Preparare accuratamente il terreno rendendolo comodo per il pernottamento.
  - b. Montare correttamente una tenda
  - c. Preparare un'area sicura per il fuoco da campo. Mostrare l'uso degli utensili di legno durante la preparazione del fuoco.
  - d. Dimostrare come proteggere il vostro accampamento da animali, insetti.
  - e. Dimostrare come prendersi cura dell'ambiente mentre si campeggia e come lasciare l'area senza traccia di insediamento.
- 130h. Sapere otto cose da fare in caso di smarrimento.
- 130i. Campeggiare per tre giorni e due notti dormendo ogni notte sotto le stelle o in una tenda. Essere attivamente coinvolti nella preparazione di almeno due pasti.
- 130j. Considerando le cose imparate per questo distintivo e l'esperienza già fatta con campeggio I, II, III (obbligatori), qual è il significato e la ragione del Codice di comportamento del Campeggio Esploratori?

### 131. VITA CAMPESTRE: ESCURSIONISMO



- 131a. dimostrare e Spiegare le regole dei punti principali di una buona pratica escursionistica quali il marciare, l'andare a passo svelto e il sostare.
- 131b. Spiegare l'importanza e il metodo di un'adeguata cura del piede riguardo alla pulizia, cura delle unghie, calze e scarpe.
- 131c. Fare una lista dell'abbigliamento adatto per essere vestiti per un'escursione sia con il caldo che con il freddo.
- 131d. Fare una lista di utensili necessari per una lunga escursione di un giorno in un sentiero e in una campagna selvaggia.
- 131e. Elencare cinque regole di sicurezza e cortesia da usare in escursione su pista solitaria e su strada.
- 131f. Spiegare l'importanza di bere l'acqua ed elencare tre segni che indicano acqua non potabile o contaminata.
- 131g. Spiegare l'importanza del mangiare adatto mentre si fa un'escursione.
- 131h. Descrivere l'abbigliamento adatto e la calzatura per un'escursione con tempo freddo e caldo umido.
- 131i. Sottoporre un progetto scritto per un'escursione di 16 Km che includa: la mappa dell'itinerario, lista dei vestiti, lista dell'equipaggiamento, acqua e/o cibo.
- 131j. Usare una carta topografica e/o uno stradario nel progettare e realizzare una delle escursioni del prossimo requisito.
- 131k. Avere eseguito:
  - a. Escursione di 8 Km in città o in campagna.
  - b. Escursione di 8 Km su sentiero.
  - c. Due escursioni di 16 Km su itinerari diversi.
  - d. Escursione di 24 Km su sentiero.
- 131l. In un mese per ogni escursione scrivere un breve rapporto, mettere le date, gli itinerari scoperti, le condizioni atmosferiche e qualsiasi cosa interessante vista.

## 132. VITA CAMPESTRE: FUOCHI E CUCINE DA CAMPO



- 132a. Conoscere 5 differenti tipi di fuochi ed il loro utilizzo;
- 132b. Fare con sicurezza dei trucioli di legno;
- 132c. Descrivere la corretta tecnica per iniziare un fuoco;
- 132d. Accendere un fuoco ed alimentarlo per almeno 10 minuti;
- 132e. Conoscere le regole basilari di sicurezza necessarie per accendere un fuoco;
- 132f. Dimostrare come bisogna tagliare e preparare correttamente la legna per il fuoco;
- 132g. Dimostrare abilità nell'accendere un fuoco in un giorno di pioggia o con la neve;
- 132h. Dimostrare di saper cuocere, bollire e friggere il pane scout, saper cuocere in un foglio d'alluminio, ed in un fuoco a riflettore;
- 132i. Conoscere un metodo per mantenere il cibo fresco mentre siamo accampati, senza usare il ghiaccio;
- 132j. Conoscere i modi per mantenere cibo ed utensili lontano da animali ed insetti;
- 132k. Perché è così importante mantenere la tua cucina e le stoviglie pulite?;
- 132l. Mostrare conoscenza su un'appropriata alimentazione e sui gruppi alimentari facendo un completo ed equilibrato menù per sei pasti, includendo i seguenti:
  - a. Una colazione completa o pranzo o cena per una escursione quando è importante mantenere il nostro carico leggero. Il cibo non dovrebbe essere cotto, l'importante che sia nutriente, almeno uno dei cinque deve essere un solo pasto completo;
  - b. I restanti 5 pasti possono essere composti da qualunque tipologia di cibo: scatolame, alimenti disidratati, freschi, ecc.
- 132m. Fai la lista delle provviste che saranno necessarie per preparare i sei pasti precedenti;
- 132n. Conoscere come bisogna maneggiare, conservare, usare, con sicurezza ed igiene il cibo e sapere come lavare la gavetta.

## 133. VITA CAMPESTRE: SOPRAVVIVENZA<sup>82</sup>



- 133a. Partecipare per almeno due weekend a campeggi dove poter imparare le abilità richieste per questo distintivo.
- 133b. Indicare cinque cose da fare in caso di smarrimento in zone selvagge e desertiche. Conoscere tre modi per orientarsi senza la bussola.
- 133c. Dimostrare tre procedimenti per purificare l'acqua.
- 133d. Conoscere tre modi per trovare acqua potabile in zone selvagge e dimostrare due di questi metodi.
- 133e. Dimostrare due modi per giudicare l'altezza di un albero e la larghezza di un ruscello.
- 133f. Riconoscere le tracce di quattro animali selvatici o uccelli.
- 133g. Usando una bussola seguire tre differenti percorsi di 100 metri con un margine di errore inferiore al 5%.
- 133h. Riconoscere dieci varietà di piante selvatiche, prepararle e mangiarle.
- 133i. Possedere un proprio kit di sopravvivenza munito di almeno 15 strumenti e conoscere l'uso di ognuno di essi.
- 133j. Spiegare perché sono necessari: adeguato riposo, dieta appropriata, igiene personale e attività fisica durante un periodo di sopravvivenza in luoghi selvaggi.
- 133k. Avere la specializzazione di *Primi soccorsi I*. Oltre alla specializzazione di Primi soccorsi I conoscere la prevenzione, i sintomi e i primi trattamenti dei seguenti malesseri:
  - a. Ipotermia
  - b. Morso di serpente velenoso
  - c. Insolazione
  - d. Colpo di calore
  - e. Avvelenamento da edera e da quercia

<sup>82</sup> Bibliografia: consultare opere specifiche

- f. Ferita aperta infetta
- g. Vertigini
- h. Disidratazione

**133l. Dimostrare due modi di segnalare aiuto**

**133m. Dimostrare di conoscere le regole di appostamento e mimetismo**

**133n. Spiegare come preparare e provvedere a un riparo in caso di:**

- a. Pendii innevati
- b. Aree rocciose
- c. Zone paludose
- d. Foreste e tundra

**133o. Preparare un equilibrato menu da weekend per due persone. Dare prova di saper cucinare i pasti su un fuoco da campo o un fornello da campeggio**

**133p. Conoscere i principi e indicare i modi per contribuire alla preservazione della natura**

**133q. Dimostrare come eseguire i seguenti nodi e conoscerne l'uso:**

- a. Gassa d'amante
- b. Gassa d'amante doppia
- c. Nodo del battelliere
- d. Nodo del pescatore doppio
- e. Nodo a otto
- f. Nodo di Prusik
- g. Taut-line hitch
- h. Nodo mezzo parlato doppio
- i. Nodo piatto

**134. VITA CAMPESTRE: TRAPPER I<sup>83</sup>**



**134a. Essere in possesso dei seguenti distintivi**

- a. orientamento
- b. escursione
- c. campeggio (IV livello)
- d. primi soccorsi
- e. fuochi e cucine da campo

**134b. Conoscere e praticare i principi della salute, della sicurezza e le regole di condotta da usare nella natura insieme ad un gruppo di giovani.**

**134c. Conoscere e praticare i principi della segnaletica e del soccorso**

**134d. Aiutare a programmare, e partecipare insieme ad un gruppo, la simulazione di un pronto intervento per la ricerca di una persona smarrita, in difficoltà o ferita,**

**134e. Dare la dimostrazione di possedere conoscenze e capacità tali da poter guidare un gruppo all'aperto in una delle seguenti zone:**

- a. zona desertica
- b. zona alpina (rocce, ghiaccio, cime elevate)
- c. zona boschiva
- d. zona paludosa
- e. zona marittima

**134f. Approvare e conoscere le regole di buon comportamento che regola la vita nei camping per quanto riguarda la preservazione della natura.**

**134g. Identificare, preparare e mangiare 10 varietà di piante selvatiche**

**134h. Imparare alcune delle doti di conduttori di due dei seguenti personaggi:**

- a. Mosé
- b. David
- c. Elia

<sup>83</sup> Bibliografia: Manuale di pionieristica E. Rocchetti ed. Fiordaliso 2000

- d. Giosué
- e. Giovanni Battista

**134i. Organizzare durante un weekend un campeggio nella natura applicando i principi imparati**

**135. VITA CAMPESTRE: TRAPPER II**



- 135a. Avere già ottenuto la specializzazione di trapper I**
- 135b. Ottenere le seguenti specializzazioni:**
- a. Erbe selvatiche commestibili
  - b. Sopravvivenza
  - c. Conduttore di Campi
- 135c. Conoscere e praticare i principi di mimetizzazione e di monitoraggio.**
- 135d. Che tipo di preparazione è necessaria prima di intraprendere un'esplorazione in una zona selvaggia?**
- 135e. Dimostrare alcune competenze necessarie al trapper in due delle seguenti aree che non sono state completate nella specializzazione di trapper I:**
- a. Tropicale
  - b. Deserto
  - c. Palude
  - d. Montagna (roccia, ghiaccio, in alta quota)
  - e. Foresta temperata
  - f. Pianura e la tundra
- 135f. Dimostrare la costruzione e il funzionamento dei due tipi di insidie e trappole.**
- 135g. Conoscere i punti da tenere in considerazione nei seguenti tipi di viaggio:**
- a. Montagna
  - b. Acqua
  - c. Zona glaciale
  - d. Neve
- 135h. Comprendere i principi per lo sviluppo della fede nella leadership divina, come sono indicati in Salmi 91.**
- 135i. Capire quali misure dovrebbero essere adottate per la sopravvivenza in zone inesplorate.**
- 135j. Aiutare un esploratore nell'apprendimento di una specializzazione, scegliendo tra quelle elencate nel primo punto della specializzazione trapper I.**
- 135k. Costruire un riparo con materiali non-viventi che si trovano in natura (come ad esempio una capanna di detriti).**
- 135l. Pianifica e partecipa a un campo itinerante di una settimana, applicando i principi e le competenze apprese in questa specializzazione.**