



**TĚLOCVIČNÁ JEDNOTA
SOKOL FRÝDŠTEJN**

PŘEBOR ŽUPY JIZERSKÉ V ZÁLESÁCKÉM ZÁVODĚ ZDATNOSTI

DISCIPLÍNY

- 1) **Běh:** Běh po označené trase v areálu Zdraví.
Hodnotí se umístění všech členů družstva.
- 2) **Topografie:** Určení mapových značek a zodpovězení otázky.
Úkol plní družstvo společně.
- 3) **Překonávání překážek:** Provazová lávka nebo kláda.
Soutěží všichni štafetovým způsobem. Hodnotí se dosažený čas celého družstva.
Po pádu z překážky zpět na start.
- 4) **Přírodniny:** Určení předložených rostlin a hornin.
Úkol plní družstvo společně.
- 5) **Oheň:** Rozpoznat druh a účel ohnišť, zapálit 15 svíček, každý člen 5 svíček co nejméně zápalkami. Úkol plní každý člen družstva.
- 6) **Šplh:** Šplh na laně. Body za dosaženou výšku všech členů družstva se sčítají.
- 7) **Uzlování:** Každý soutěžící si vylosuje jeden uzel, který určí a předvede.
Hodnotí se správné určení a předvedení, nikoliv postup.
- 8) **Vlastivěda:** Určení vylosovaných hradů a zámků a zodpovězení otázek z historie a činnosti Sokola.
Úkol plní každý člen družstva samostatně.
- 9) **Signalizace:** Vyluštění a napsání slova morseovkou. Úkol je společný bez časového limitu.
- 10) **Hod na cíl:** Hod na svislý a vodorovný cíl. Úkol plní každý samostatně.
- 11) **Zdravotnictví:** Co má obsahovat lékárnička, zastavení krvácení, použití trojcípého šátku, stabilizovaná poloha, přenos zraněného. Jak přivolat pomoc.
Úkol plní družstvo společně.
- 12) **Sekera, nůž:** Uříznutí a osekání kolíku 40 cm. Jeden soutěžící měří délku, druhý řeže a třetí osekává. Hodnotí se funkčnost a estetika.
- 13) **Šití:** Přišití knoflíku. Knoflík musí držet nejméně 10 nití. Úkol plní každý samostatně.
Hodnotí se estetika.