



Fjellet

8.-10. trinn

FERDIGHETER

VELG 5

- Lær å bedømme avstand i teori og praksis.
- Lær deg førstehjelp ved større blødninger, brudd, forstuinger, sirkulasjonssvikt, frost- og brannskader.
- Fortell hvordan man gir riktig beskjed i telefonen ved en ulykke. Ring hverandre og prøv det ut.
- Lær å knyte og vite bruken av:
 - Trompetstikk.
 - Enhånds-pålstikk.
- Vær med på å grave en snøhule eller bygge en iglo.
- Rappeller ned en fjellvegg eller bestig en fjelltopp.

SAMFUNNSENGASJEMENT

VELG 3

- Gjennomfør en hinderløype med en funksjonshemming. For eksempel: å ikke kunne se eller gå. Hvordan føles det?
- Finn 10 produkter og finn ut hvilket land de er produsert i, og omstendighetene rundt produksjonen.
- Gjør en av følgende:
 - a) Besøk et museum.
 - b) Gå på en konsert.
 - c) Gå på en kunstutstilling.
 Hvordan opplevde du det?
- Lag en matrett fra et annet land.
- Finn ut hvilket fjell som er det høyeste i ditt nærområde, høyde og bergart.

FRILUFTSLIV

VELG 3

- Lær fjellvettreglene.
- Planlegg og gjennomfør en fottur på høyfjellet fra hytte til hytte, eller i telt, med minst to overnattinger med patruljen din.
- Pakk en tursekk til en todagers utflukt. Hva må du ha med? Hvordan pakker du med hensyn til vekt o.l.?
- Gå en skitur i høyfjellet med alt du trenger av utstyr i sekken.
- Lær deg å kle deg etter 3-lagsprinsippet.

KRISTENTRO

VELG 2

- Finn skriftsteder som underbygger speiderlovens 8 punkter.
- Bli kjent med en annen religion.
- Bli kjent med et annet kirkesamfunn.
- Kjenn to bibelfortellinger der det skjedde en spesiell hendelse på et fjell.

TA MINST 3 HF-MERKER

FORSLAG TIL HF-MERKER

- Skisport, langrennsski + slalåm
- Villmarksliv
- Leirliv
- Overlevelse i kaldt vær
- Fjell
- Steiner og mineraler
- Geologi og fysisk geografi



ADVENTISTSPEIDERLØFTET

*Ved Guds nåde, og for Jesu skyld
vil jeg holde adventistspeiderloven,
være Guds tjener og menneskers venn.*

ADVENTIST- SPEIDERLOVEN

En adventistspeider:

1. – begynner dagen med å være åpen for Gud og hans ord.
2. – tar ansvar for å gjøre sin plikt hver dag.
3. – praktiserer en sunn livsstil.
4. – er ærlig i alle ting.
5. – respekterer alle mennesker.
6. – er positiv og oppmuntrende.
7. – er hjelpsom.
8. – blir kjent med naturen, og tar vare på den.