

CADERNO DE ATIVIDADES

DESBRAVADORES

PESQUISADOR



Nome: _____

Clube: _____

DADOS PESSOAIS

Nome _____

Idade _____ Série da escola _____

Endereço _____

Bairro _____ CEP _____

Cidade _____ Estado _____

E-mail _____ Telefone (____) _____

Clube _____

Unidade _____

Conselheiro da Unidade _____

Igreja _____

Associação/Missão _____

União: _____

Assinatura

INFORMAÇÕES MÉDICAS

1 - Tipo sanguíneo: A B AB O Fator RH: positivo negativo

2 - Vacinação contra tétano sim não Data ____/____/____

3 - Sofro de: diabetes epilepsia coração hemofilia bronquite asma
 outros _____

4 - Sou alérgico à: penicilina soro outros _____

I. GERAIS

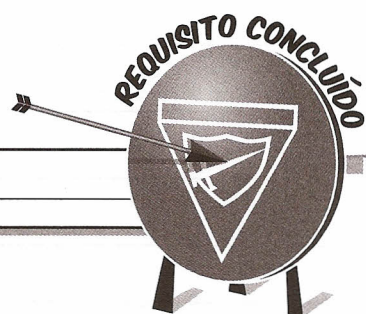
1 Ter, no mínimo, 12 anos de idade.

Cole a cópia da identidade ou certidão de nascimento.



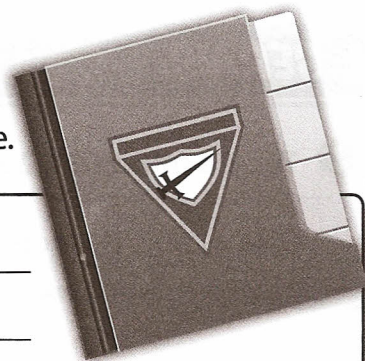
A large, empty rectangular box with a thin border, intended for pasting a copy of an identity document or birth certificate.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



2 Ser membro ativo do Clube de Desbravadores.

Ao final do ano, faça um relatório das atividades que você fez no Clube.

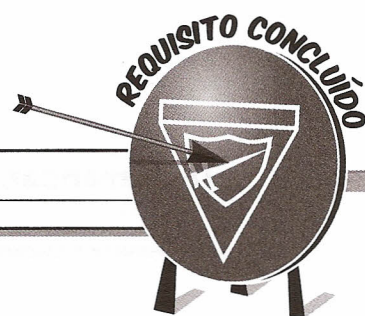


A large rectangular area with horizontal lines for writing, intended for the student to write their report.

Cole as fotos dos momentos mais marcantes.

Large empty rectangular area for pasting photos.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



3 Demonstrar sua compreensão do significado da Lei do Desbravador através de uma das seguintes atividades:

- a) Representação
- b) Debate
- c) Redação



LEI DO DESBRAVADOR

A Lei do Desbravador ordena-me:

Observar a **devoção matinal**;

Cumprir fielmente a parte que me corresponde;

Cuidar de meu **corpo**;

Manter a **consciência limpa**;

Ser **cortês e obediente**;

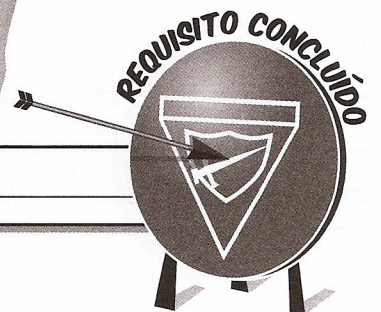
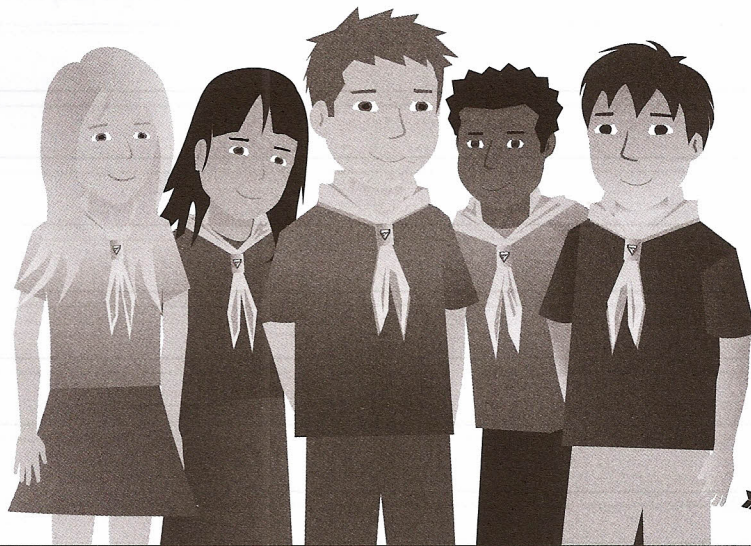
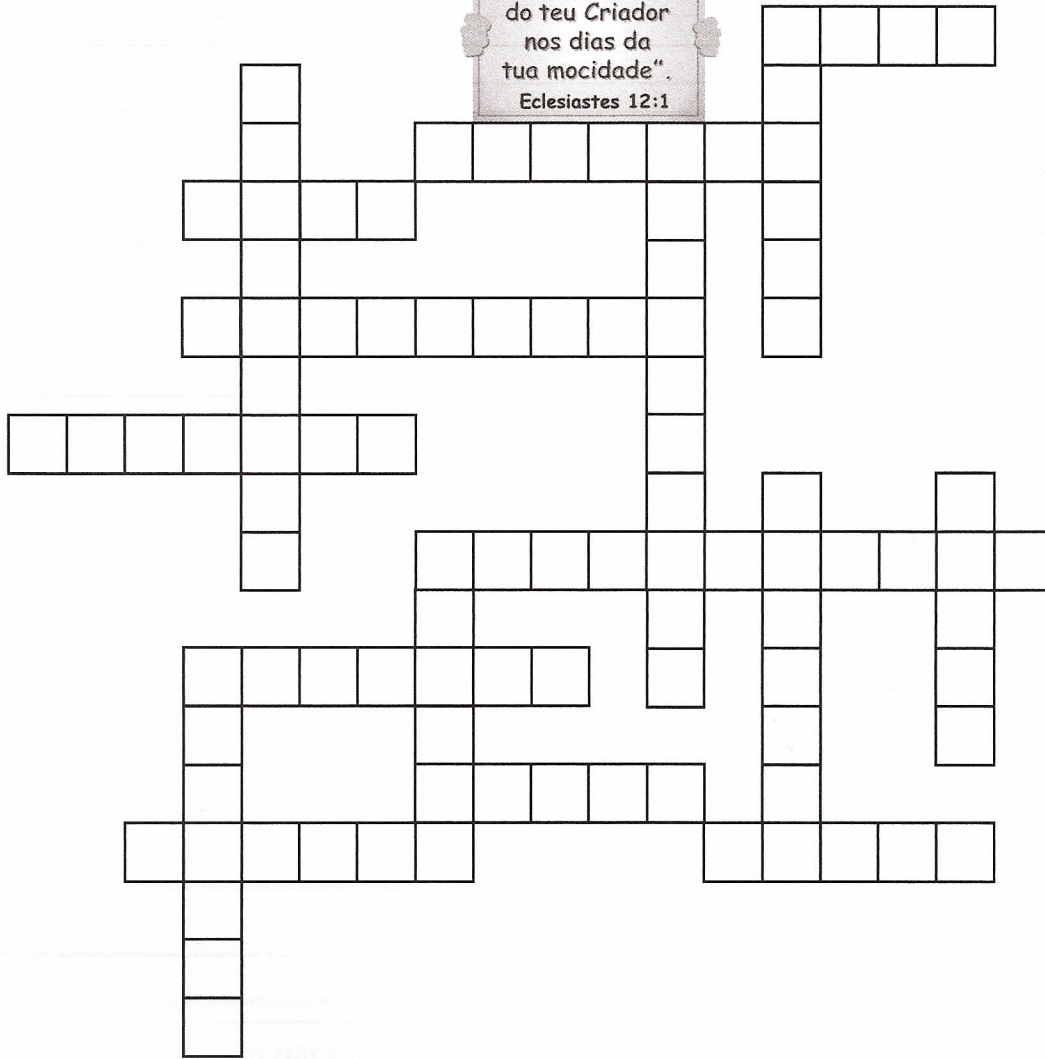
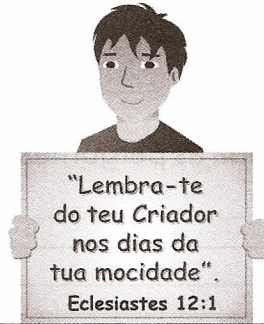
Andar com **reverência** na **casa** de Deus;

Ter sempre um **cântico** no **coração**;

Ir aonde **Deus mandar**.

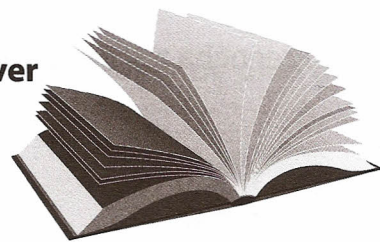
SIGNIFICADO

Preencha a cruzadinha abaixo utilizando as palavras em destaque da Lei do Desbravador.



Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

- 4** Ler o livro do Clube de Leitura Juvenil do ano em curso e escrever dois parágrafos sobre o que mais lhe chamou atenção ou considerou importante.



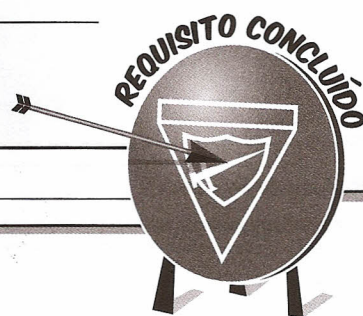
Após terminar a leitura do livro, responda as perguntas abaixo.

1. Qual o título do livro? _____
2. Qual o(s) Autor(es) do livro? _____
3. Qual a editora? _____
4. Qual o nome do personagem principal? _____

Use o espaço abaixo para escrever os dois parágrafos.

A large rectangular area with horizontal lines for writing the two paragraphs.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



5 Ler o livro *Além da Magia* .

Faça um breve relato dos pontos que mais chamaram sua atenção.

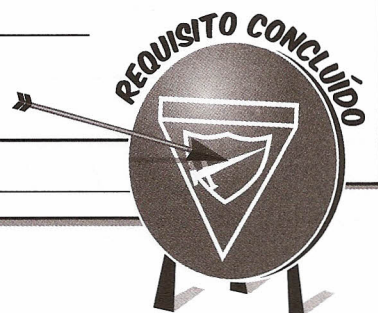


Large rectangular area with horizontal lines for writing a report on the book.

Agora escreva um parágrafo sobre a influência da leitura do livro para sua vida.

Rectangular area with horizontal lines for writing a paragraph about the influence of reading the book on one's life.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



6 Participar ativamente da classe bíblica do seu clube.

Data de início da classe bíblica ____ / ____ / ____

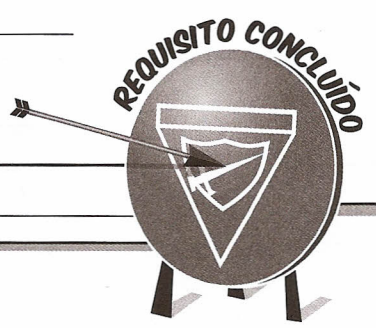
Data de término da classe bíblica ____ / ____ / ____

Estudo bíblico utilizado _____

Escreva um parágrafo sobre o assunto estudado que você achou mais interessante. Explique porque.

Large lined area for writing a paragraph.

Data de conclusão ____ / ____ / ____ Visto do instrutor _____



II. DESCOBERTA ESPIRITUAL

1 Memorizar e demonstrar o seu conhecimento:

a) Levítico 11: Quais as regras dos alimentos considerados comestíveis e não comestíveis.

Através de fotos, desenhos ou colagens, ilustre quais animais são considerados puros e quais os impuros.

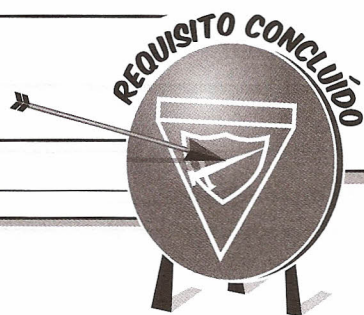
ANIMAIS PUROS

ANIMAIS IMPUROS

PARA SABER
Mais

- Ler o capítulo *Higiene Entre os Israelitas*, do livro *A Ciência do Bom Viver* de Ellen G. White.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



2 Ler e explicar os versos abaixo:

- Eclesiastes 12:13-14 Apocalipse 1:3 Salmo 51:10
 Romanos 6:23 Isaías 43:1-2 Salmo 16

Ilustre o significado dos versos através de fotos, desenhos ou colagens.

ECLESIASTES 12:13-14

ROMANOS 6:23

APOCALIPSE 1:3

ISAÍAS 43:1-2

SALMO 51:10

SALMO 16

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



3 Leitura bíblica:

- | | | | |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 1:28-53 | <input type="checkbox"/> 2 Rs 5 | <input type="checkbox"/> Et 3 | <input type="checkbox"/> Sl 98, 100, 117 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 3 | <input type="checkbox"/> 2 Rs 6:1-23 | <input type="checkbox"/> Et 4 | <input type="checkbox"/> Sl 119:1-80 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 4:20-34 | <input type="checkbox"/> 2 Rs 6:24-33;7 | <input type="checkbox"/> Et 5 | <input type="checkbox"/> Sl 119:81-176 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 5, 6 | <input type="checkbox"/> 2 Rs 20 | <input type="checkbox"/> Et 6 | <input type="checkbox"/> Sl 121, 125, 150 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 8:12-60 | <input type="checkbox"/> 2 Rs 22 | <input type="checkbox"/> Et 7,8 | <input type="checkbox"/> Pv 1 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 10 | <input type="checkbox"/> 2 Rs 23:36-37; | <input type="checkbox"/> Jó 1 | <input type="checkbox"/> Pv 3 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 11:6-43 | <input type="checkbox"/> 24; 25:1-7 | <input type="checkbox"/> Jó 2 | <input type="checkbox"/> Pv 4 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 12 | <input type="checkbox"/> 2 Cr 24:1-14 | <input type="checkbox"/> Jó 42 | <input type="checkbox"/> Pv 10 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 16;29-
33;17:1-7 | <input type="checkbox"/> 2 Cr 36 | <input type="checkbox"/> Sl 1, 15, 19 | <input type="checkbox"/> Pv 15 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 17:8-24 | <input type="checkbox"/> Ed 1 | <input type="checkbox"/> Sl 23, 24, 27 | <input type="checkbox"/> Pv 20 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 18 | <input type="checkbox"/> Ed 3;6:14-15 | <input type="checkbox"/> Sl 37 | <input type="checkbox"/> Pv 25 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 19 | <input type="checkbox"/> Ne 1 | <input type="checkbox"/> Sl 39 | <input type="checkbox"/> Ec 1 |
| <input type="checkbox"/> 1 Rs 21 | <input type="checkbox"/> Ne 2 | <input type="checkbox"/> Sl 42 | |
| <input type="checkbox"/> 2 Rs 2 | <input type="checkbox"/> Ne 4 | <input type="checkbox"/> Sl 46 | |
| <input type="checkbox"/> 2 Rs 4:1-7 | <input type="checkbox"/> Ne8 | <input type="checkbox"/> Sl 67 | |
| <input type="checkbox"/> 2 Rs 4:8-41 | <input type="checkbox"/> Et 1 | <input type="checkbox"/> Sl 90, 91 | |
| | <input type="checkbox"/> Et 2 | <input type="checkbox"/> Sl 92, 97 | |

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



4 Conversar com seu líder e escolher uma das seguintes histórias:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> a) João 3 – Nicodemos | <input type="checkbox"/> d) Lucas 15 – O filho pródigo |
| <input type="checkbox"/> b) João 4 – A mulher samaritana | <input type="checkbox"/> e) Lucas 19 – Zaqueu |
| <input type="checkbox"/> c) Lucas 10 – O bom samaritano | |

Através da história escolhida, demonstrar sua compreensão em como Jesus salva as pessoas, usando um dos métodos abaixo:

- a) Conversar em grupo com a participação de seu líder
- b) Apresentar uma mensagem em uma reunião do clube
- c) Fazer uma série de cartazes ou uma maquete
- d) Escrever uma poesia ou hino

Você apresentou uma mensagem em uma reunião do Clube ou conversou em grupo?

Sim. Data ____/____/____

Local onde foi realizada esta atividade _____

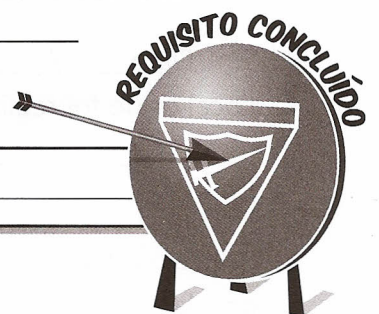
Não.

Utilize o espaço da próxima página para fazer o planejamento dos cartazes ou para escrever uma poesia ou hino.



Lined writing area consisting of 28 horizontal lines.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



III. SERVINDO A OUTROS

- 1 Conhecer os projetos comunitários desenvolvidos em sua cidade e participar em pelo menos um deles com sua unidade ou clube.

Ir na prefeitura/administração de sua cidade, ou em alguma ONG ou instituição comunitária com o seu Conselheiro para descobrir quais projetos comunitários estão sendo realizados. Participe de pelo menos um deles e escreva abaixo um relatório sobre como você cumpriu esse requisito.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



2 Participar em três atividades missionárias da igreja.

Atividade1: _____

Atividade2: _____

Atividade3: _____

Participe das três atividades e fazer um relatório de cada uma delas.

ATIVIDADE 1

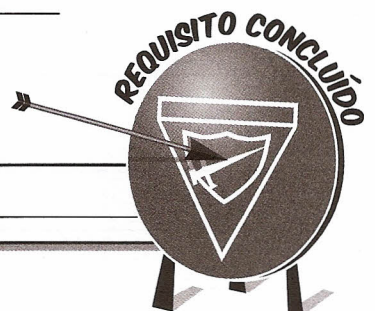
ATIVIDADE 2

ATIVIDADE 3

Procure o diretor do Ministério Pessoal da sua igreja e pergunte como funciona esse departamento e descreva abaixo os dois últimos projetos realizados.

_____ Assinatura do diretor do Ministério Pessoal

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



IV. DESENVOLVENDO AMIZADE

- 1** Participar de um debate ou representação sobre a pressão de grupo e identificar a influência que isto exerce sobre suas decisões.

Procure em revistas, jornais ou na internet casos reais de pessoas que foram prejudicadas em suas decisões nas seguintes situações:

- a) Uso do fumo
- b) Uso de drogas
- c) Uso de bebidas alcoólicas
- d) Prática de roubos (pequenos ou grandes)
- e) Gravidez

Cole os artigos no espaço a seguir:

Area for pasting articles, consisting of multiple horizontal lines.

escreva aqui o que você aprendeu

Encontre na Bíblia pelo menos três versos em que Deus nos orienta a ficarmos longe desses problemas.



“Guardo no coração as tuas palavras, para não pecar contra ti”.

Salmo 119:11

PRIMEIRO VERSO BÍBLICO

SEGUNDO VERSO BÍBLICO

TERCEIRO VERSO BÍBLICO

Leia Marcos 6:14-29. Descreva, nas linhas abaixo, o resultado de ceder à pressão de grupo.

Com base no estudo realizado e após discussão com o conselheiro da sua unidade, escreva, nos espaços abaixo, o que se deve fazer em cada uma das situações descritas e como não se deixar influenciar, pelos amigos, a fazer algo que sabemos que é errado.

1) Um amigo quer ensinar você a fumar ou sugere tomarem uma cerveja.

2) Seus amigos convidam você para jogar bola numa sexta-feira à noite.

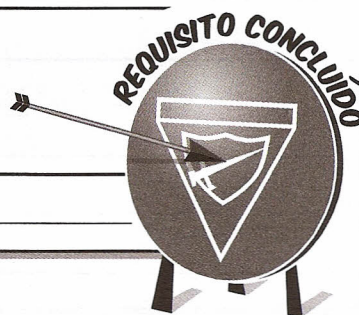
3) Um colega da sua classe está usando drogas.

4) Seu melhor amigo convida você para ir ao cinema com ele.

PARA SABER
MAIS

- Ler o capítulo *Atividades Sociais*, do livro *Mensagens aos Jovens* de Ellen G. White.
- Ler o capítulo *A Influência*, do livro *Mensagens aos Jovens* de Ellen G. White.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

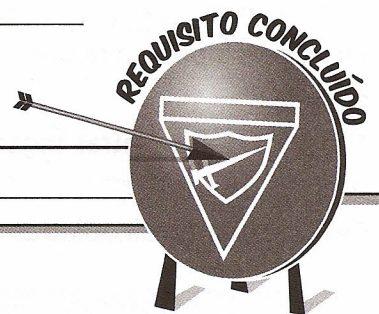


2 Visitar um órgão público de sua cidade ou bairro e descobrir de que maneiras o clube pode ser útil à sua comunidade.

Faça um relatório da visita ao órgão público e mencione as maneiras em que o clube pode ser útil à comunidade.

Blank lined area for writing a report.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



1 Escolher uma das atividades abaixo e escrever um texto pessoal para um estilo de vida livre do álcool.

- a) Participar de uma discussão em classe sobre os efeitos do álcool no organismo.
- b) Assistir a um vídeo sobre o efeito do álcool ou outras drogas no corpo humano e conversar sobre o assunto.

MITOS E FATOS SOBRE O ALCÓOL

MITO – O álcool é um estimulante.

FATO – O álcool pode parecer um estimulante, porque, a princípio, diminui as inibições; mas, na verdade, é um forte agente depressivo.

MITO – Algumas doses de bebida alcoólica podem melhorar as habilidades de uma pessoa.

FATO – A bebida alcoólica não melhora as habilidades físicas ou mentais, embora, após ingeri-la, a pessoa tenha a sensação de aumento de confiança e desinibição. Com alguns minutos, porém, ocorre diminuição do discernimento, perda da auto-crítica e do auto-controle e baixo desempenho em tudo o que fizer.

MITO – O álcool aquece o corpo.

FATO – O álcool provoca perigosas reações térmicas no corpo humano, embora, de início, a pessoa tenha a sensação de que está mais aquecida. Essa reação acontece porque o álcool faz com que o sangue suba à superfície da pele. Porém, esse efeito logo desaparece e o que realmente acontece é uma intensa diminuição da temperatura do corpo, o que irá provocar mais sensação de frio.

MITO – A cerveja não leva à dependência.

FATO – A cerveja contém um ingrediente potencialmente viciante, que é o álcool etílico. Embora a quantidade dessa substância seja menor do que existente em outras bebidas, há perigo de vício, pois a pessoa tende a tomar mais doses de cerveja.

MITO – Os alcoólatras ingerem bebida alcoólica todos os dias.

FATO – Alguns alcoólatras tomam bebida alco-

ólica apenas em ocasiões especiais, como nos finais de semana, por exemplo.

MITO – O álcool combate resfriados.

FATO – Alguns sintomas de gripes e resfriados são apenas atenuados com o uso de bebida alcoólica. O álcool, na verdade, enfraquece o organismo, o que tende a piorar o quadro.

MITO – Café, banho frio, ar fresco, restauram a sobriedade da pessoa embriagada.

FATO – O álcool demora a ser eliminado da corrente sanguínea e seus efeitos apenas são mascarados com café, banho frio ou ar fresco. O efeito dessas medidas passa rapidamente. Existe até o perigo de, com esses truques, a pessoa embriagada sentir-se apta a realizar tarefas que exijam prontos reflexos, como dirigir, por exemplo.

MITO – Todos os alcoólatras são bandidos.

FATO – Problemas ligados à dependência química do álcool ocorrem em todas as classes sociais.

MITO – Os alcoólatras são pessoas moralmente fracas.

FATO – Não devemos emitir juízos sobre o nível de força moral das pessoas; mas, experimentos científicos já provaram que o álcool afeta os centros cerebrais de controle do discernimento, raciocínio e força de vontade.

MITO – As mulheres não se tornam alcoólatras.

FATO – Nos últimos anos, o número de mulheres alcoólatras vem aumentando preocupadamente. As mulheres tendem a ocultar sua dependência, ingerindo bebida alcoólica às escondidas, em seu lar.

Encontre três versos bíblicos que falem sobre qual deve ser nossa atitude perante as bebidas alcoólicas.

Pesquise em livros, revistas ou na internet sobre as seguintes drogas e descreva os principais efeitos que cada uma delas causam ao nosso corpo.

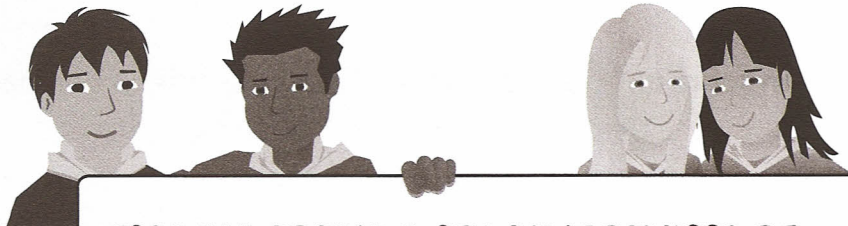
CIGARRO

CRACK

COCAÍNA

MACONHA

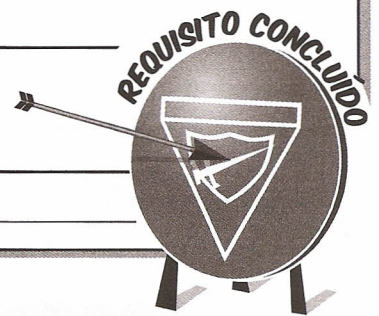
HEROÍNA



ESCREVA ABAIXO O SEU COMPROMISSO DE NÃO FAZER USO DO ÁLCOOL.

PARA SABER
MATS

• Ler o capítulo *Estimulantes e Narcóticos*, do livro *A Ciência do Bom Viver* de Ellen G. White.



Data de conclusão ___/___/___ Visto do instrutor _____

VI. ORGANIZAÇÃO E LIDERANÇA

- i** Dirigir uma cerimônia de abertura da reunião semanal em seu clube ou um programa de Escola Sabatina.

Escreva abaixo o planejamento do item escolhido.

CERIMÔNIA DE ABERTURA

ESCOLA SABATINA

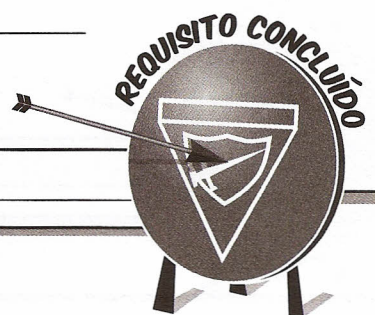
2 **Ajudar a organizar a classe bíblica do seu clube.**



Faça um relatório da atividade realizada.

Lined writing area for the report.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



VII. ESTUDO DA NATUREZA

- 1** Identificar a estrela Alfa da constelação do Centauro e a constelação de Órion. Conhecer o significado espiritual de Órion, como descrito no livro *Primeiros Escritos*, de Ellen White, pág. 41.

Em um pernoite do seu clube, acampamento ou mesmo na sua cidade, identifique as estrelas acima com ajuda do seu conselheiro ou instrutor.

Faça abaixo um desenho representando as duas constelações, Centauro e Órion, destacando a estrela Alfa e Centauro.

Centauro



Órion



Leia a página 41 do livro *Primeiros Escritos* e depois escreva abaixo o significado espiritual dado à constelação de Órion.

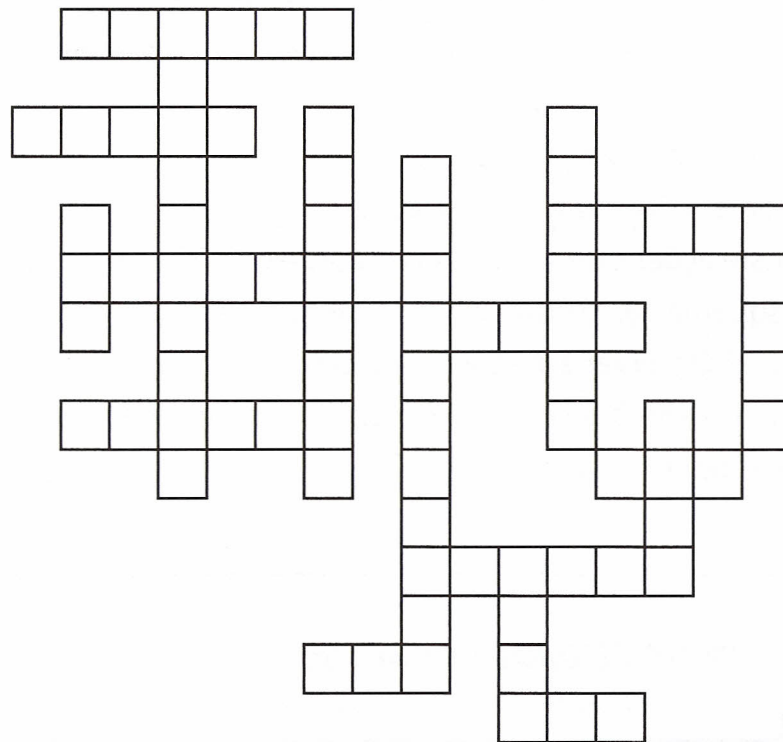
O ABALO DAS POTESTADES DO CÉU

A 16 de dezembro de 1848, o Senhor me deu uma **visão** acerca do abalo das **potestades** do **céu**. Vi que quando o Senhor disse “céu”, ao dar os sinais registrados por Mateus, Marcos e Lucas, Ele queria dizer céu, e quando disse: “Terra”, queria significar **Terra**. As potestades do céu são o **Sol**, a **Lua** e as **estrelas**. Seu governo é no firmamento. As potestades do céu serão **abaladas** com a **voz** de Deus. Então o Sol, a Lua e as estrelas se **moverão** em seus lugares. Não passarão, mas serão abalados pela voz de Deus.

Nuvens negras e densas subiam e chocavam-se

entre si. A atmosfera abriu-se e recuou; pudemos então olhar através do espaço aberto em **Órion**, donde vinha a voz de **Deus**. A **santa cidade** descerá por aquele espaço aberto. Vi que as potestades da Terra estão sendo abaladas agora, e que os acontecimentos ocorrem em ordem. Guerras e rumores de **guerra, espada, fome e pestilência** devem primeiramente abalar as potestades da Terra, e então a voz de Deus abalará o Sol, a Lua e as estrelas, e também a Terra. Vi que a agitação das potências na Europa não é, como alguns ensinam, o abalo das potestades do céu, mas sim o abalo das nações iradas. Ellen G. White, *Primeiros Escritos*, pág. 41.

Complete a cruzadinha abaixo utilizando as palavras que estão em destaque no texto que você acabou de ler.



Olho para os montes e pergunto: "De onde virá o meu socorro?" O meu socorro vem do Senhor Deus que fez o céu e a terra.
Salmo 121:1 e 2



Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

2 Completar uma das especialidades abaixo:

a) Astronomia

d) Flores

b) Cactos

e) Rastreamento de animais

c) Climatologia



ESPECIALIDADE DE ASTRONOMIA

1. Responda as seguintes perguntas:

a) O que causa um eclipse?

b) O que é uma estrela cadente?

c) Qual a velocidade da luz?

2. Sobre o corpo celeste mais próximo da Terra responda:

a) Dê o seu nome.

b) Qual sua distância da Terra?

c) Qual sua influência nas marés?

3. Faça um diagrama mostrando as posições relativas e os movimentos da Terra, Sol e Lua.

Mostre as posições e os movimentos nos eclipses lunares e solares.

4. Faça um diagrama do sistema solar, nomeando os planetas na ordem correta a partir do Sol.

5. Identifique no céu 5 estrelas fixas. Qual a diferença entre um planeta e uma estrela fixa?

6. Sobre constelações:

a) Explique o que é uma constelação.

b) Nomeie e aponte 6 diferentes constelações.

c) Nomeie 2 constelações que são visíveis durante o ano todo

7. Desenhar um esquema das constelações Cruzeiro do Sul, Órion e Escorpião.

8. O que é Via Láctea? Observar a Via Láctea no céu noturno.

9. O que é a estrela da manhã ou estrela vespertina? Por que ela recebe esses nomes?

10. Explique o que é zênite e nadir.



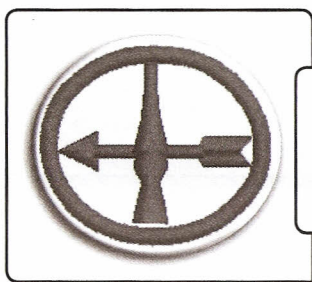
ESPECIALIDADE DE CACTOS

1. Citar as principais características de um cacto.

2. A qual família pertencem os cactos?

3. O que são os espinhos presentes nos cactos? Por que os cactos apresentam essas estruturas?

4. Mencionar 3 utilidades dos cactos ao homem e/ou ao ambiente.
5. Em que região há mais quantidade de cactos? Por quê?
6. Qual a diferença e a relação entre cactos e suculentas?
7. Esquematizar um cacto e identificar suas partes.
8. Conhecer e identificar, ao natural ou em fotografias, 15 espécies de cactos.
9. Cultivar, pelo menos, 3 espécies de Cactos durante 2 meses.
10. Preparar e consumir um alimento a base de cacto.



ESPECIALIDADE DE CLIMATOLOGIA

1. Explicar como os seguintes fenômenos são formados: neblina, chuva, orvalho, neve, granizo e geada.
2. Identificar no céu ou em fotos, os seguintes tipos de nuvens: cirros, cúmulos, estratos e nimbos. Que tipo de clima está associado a cada uma delas?
3. Explicar a ação de um termômetro de mercúrio, barômetro de mercúrio, barômetro aneróide e um pluviômetro.
4. Por que é possível haver chuva de um lado de uma montanha e estar seco do outro lado? Dar uma ilustração em seu país ou região.
 - a) Por que é mais fresco e úmido nas montanhas do que nos vales?
 - b) De que direção geralmente vêm a chuva e o tempo bom em sua região?
5. Demonstrar, com ajuda de um diagrama, como a relação entre a Terra e o Sol produz as diferentes estações.
6. O que causa os raios e trovões? Quais os diferentes tipos de raio existentes?
7. Com auxílio de um diagrama, demonstrar o que é convecção e qual é sua relação com o vento.
8. Explicar como radares, satélites e computadores são usados na previsão do tempo.
9. Explicar como os itens a seguir podem afetar o tempo:
 - a) Correntes de jato
 - b) Erupções vulcânicas
10. Fazer um desenho mostrando o ciclo de água na meteorologia.
11. Fazer um cata-vento simples ou pluviômetro.
12. Manter um quadro meteorológico durante uma semana e registrar a leitura do tempo em intervalos de 12 horas. Incluir o seguinte:
 - a) Temperatura
 - b) Umidade (orvalho, neblina, chuva, geada ou neve)

c) Formação de nuvens

d) Direção do vento

13. Completar a leitura das seguintes passagens: Gênesis 1, Jonas 1 e 2, e Mateus 8:23-27. Após a leitura, participar de um debate sobre o porquê da criação do clima, qual a relação entre o clima e a vontade de Deus e como o clima pode ser usado por Deus como ferramenta de Salvação.



ESPECIALIDADE DE FLORES

1. Qual o grande grupo de plantas que possui flores?
2. Qual a função de uma flor em uma planta?
3. Fotografar, desenhar ou colecionar imagens de 25 tipos de flores e identificá-las com seu nome popular e, se possível, científico.
4. Saber as funções das seguintes partes de uma flor:
 - a) Pétala
 - b) Sépala
 - c) Androceu
 - d) Gineceu
5. Desenhar e classificar corretamente, tendo por base uma flor natural, as seguintes partes: pedúnculo, receptáculo, sépalas, pétalas, cálice, corola, androceu, gineceu, estame (filete e antera), carpelo (ovário, estigma, estilete).
6. Descrever o ciclo de vida de uma flor em particular, incluindo o papel dos insetos ou vento na polinização.
7. Explique o que é polinização.
8. Fazer 2 dos itens a seguir:
 - a) Desenhar, colecionar imagens ou fotografar uma série de, pelo menos, 6 flores, mostrando, na ordem, as cores do arco-íris – vermelho, alaranjado, amarelo, verde, azul, violeta.
 - b) Apresentar flores frescas, secas ou prensadas que tenham: cinco pétalas, quatro pétalas, três pétalas, nenhuma pétala.
 - c) De olhos vendados, distinguir e dar o nome de 2 entre 5 flores silvestres ou cultivadas, usando apenas o sentido do olfato.
 - d) Fazer uma lista de flores que você observou e foram visitadas por diferentes animais.
 - e) Observar uma flor durante, pelo menos, 10 minutos, à luz do sol e, pelo menos, 10 minu-

tos após o anoitecer e relatar os insetos que a visitaram. Mencionar o número de visitantes e o nome da flor.

9. Cite 1 exemplo de flores que são polinizadas por:

- a) Insetos
- b) Vento
- c) Aves



ESPECIALIDADE DE RASTREIO DE ANIMAIS

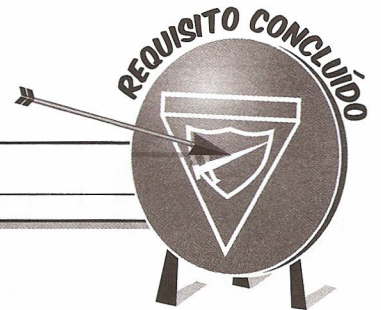
1. Saber identificar, pelo menos, 10 tipos de pegadas de animais, incluindo 2 de aves. Faça, pelo menos, 5 moldes em alto relevo em gesso da pegada de diferentes animais.
2. Citar, pelo menos, 3 coisas que os rastros nos dizem.
3. Seguir a trilha deixada por um animal. Se possível, identificar o animal, dizer se estava correndo ou andando. Medir e anotar as distâncias entre as pegadas enquanto correndo e andando.
4. Montar e manter uma área de rastreamento por, pelo menos, 3 dias, observando o seguinte:
 - a) Selecione um local aberto em um lugar tranquilo perto de seu acampamento, casa ou área rural.
 - b) Alise o chão deixando-o propício a registrar as marcas dos animais que passarem por ali.
 - c) Coloque comida para animais selvagens.
 - d) Verifique diariamente se o local foi visitado e reponha os alimentos, se necessário.
5. Cite, pelo menos, 2 animais para cada grupo:
 - a) Com pés chatos
 - b) Que andam na ponta dos pés
 - c) Que andam na ponta dos dedos
 - d) Com unhas ou garras
6. Identifique, pelo menos, 4 sinais da presença de mamíferos.
7. Saber distinguir entre pegadas de canídeos, felídeos e outros carnívoros comuns em sua região.
8. Relacione, pelo menos, 2 grupos de animais (mamíferos, aves, insetos, etc.) que deixam odores pela trilha que fazem para que outros da mesma espécie possam seguir.
9. Citar, pelo menos, 2 pássaros que, pelos seus rastros, eles:
 - a) Saltam
 - b) Andam
10. Além das pegadas, mencionar 2 outros sinais da presença de aves.

11. Citar 2 pássaros identificados por seu padrão de voo e descrever o padrão.

12. Em sua região, observe rastros, trilhas ou pegadas de 1 ou mais dos seguintes animais:

- a) Sapo ou rã
- b) Cobra
- c) Tartaruga, cágado ou jabuti
- d) Molusco
- e) Minhoca
- f) Roedores

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



VIII. ARTE DE ACAMPAR

1 Apresentar seis segredos para um bom acampamento. Participar de um acampamento de final de semana, planejando e cozinhando duas refeições.

1º SEGREDO

4º SEGREDO

2º SEGREDO

5º SEGREDO

3º SEGREDO

6º SEGREDO

Assinale com um "X" as ilustrações que demonstram o que não se deve fazer ao montar um acampamento.



Faça um relatório sobre o acampamento do qual você participou.



Data em que foi realizado o acampamento ____/____/____ a ____/____/____

Local em que foi realizado o acampamento _____

Escreva, abaixo, o que você cozinhou em cada uma das duas refeições e o que você precisou para prepará-las (incluindo a quantidade de cada alimento, tempero, etc.)

**CARDÁPIO DA PRIMEIRA REFEIÇÃO
QUE VOCÊ PLANEJOU E COZINHOU**

**CARDÁPIO DA SEGUNDA REFEIÇÃO
QUE VOCÊ PLANEJOU E COZINHOU**

Lined area for writing the first meal plan.

Lined area for writing the second meal plan.

Data de conclusão ___/___/___ Visto do instrutor _____



2 Completar as seguintes especialidades:

- a) Acampamento III
- b) Primeiros socorros – básico



ESPECIALIDADE DE ACAMPAMENTO III

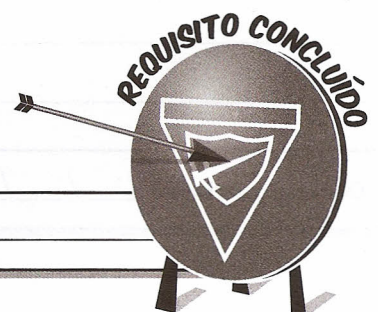
1. Ter, no mínimo, 12 anos.
2. Trabalhar pelo menos três horas num projeto de embelezamento da natureza, tal como fazer ou limpar uma trilha.
3. Revisar seis pontos importantes na seleção de um bom local de acampamento. Revisar as regras de segurança para fazer uma fogueira.
4. Participar de um acampamento de fim de semana, com no mínimo 2 pernoites.
5. Construir as seguintes fogueiras e explicar seu uso:
 - a) Estrela
 - b) Caçador
 - c) Refletor
6. Conhecer seis maneiras de acender uma fogueira sem uso de fósforos. Construir uma fogueira usando um dos seguintes métodos:

a) Pedra de fogo	d) Lente de vidro
b) Fricção	e) Fósforo de metal
c) Centelha	f) Ar comprimido
7. Saber afiar uma faca/canivete e machado.
8. Cozinhar uma refeição usando alimentos frescos ou secos durante o acampamento.
9. Descrever os vários tipos de barracas e suas utilidades.
10. Como ocorre a condensação numa barraca, e como preveni-la?
11. Demonstrar habilidade para prender firmemente uma barraca.
12. Durante um acampamento, planejar e apresentar um devocional de dez minutos ou organizar e liderar um jogo sobre a Bíblia na natureza, ou liderar uma Escola Sabatina ou culto de pôr-do-sol.
13. Construir um dos seguintes itens e descrever sua importância para o indivíduo e para o ambiente:
 - a) Latrina
 - b) Chuveiro
 - c) Pia e área de lavagem
14. Demonstrar quatro amarras básicas e construir um objeto simples usando estas amarras.
15. Saber como trocar o refil (camisinha) dos lampiões a gás. Demonstrar como colocar combustível em lampiões a querosene e fogões de acampamento. Saber como manter o bom funcionamento dos queimadores do fogão.



ESPECIALIDADE DE PRIMEIROS SOCORROS - BÁSICO

1. O que são primeiros socorros? Quais as suas finalidades?
2. O que é choque? Quais são os principais tipos? Quais as principais causas? Demonstrar o tratamento adequado aos choques hipovolêmico e anafilático.
3. Demonstrar a manobra adequada caso uma vítima esteja engasgada.
4. Saber o procedimento adequado caso uma vítima esteja com hemorragia.
5. Saber o procedimento adequado para tratar uma vítima de envenenamento.
6. Saber o procedimento apropriado para ajudar vítimas com queimaduras de primeiro, segundo e terceiro grau. Através de desenhos ou modelos, demonstrar a porcentagem de área corporal das seguintes partes do corpo: cabeça, membros superiores, membros inferiores, dorso, tórax e abdome.
7. Saber o procedimento adequado para auxiliar vítimas de queimaduras químicas.
8. Saber que situações podem levar a um envenenamento por monóxido de carbono, e o resgate e técnicas de tratamento para este tipo de envenenamento.
9. Saber o procedimento adequado no tratamento de vítimas com ferimentos na cabeça.
10. Saber o procedimento adequado para auxiliar vítimas com ferimentos internos.
11. Saber como prevenir infecções.
12. Qual o tratamento adequado para picadas de cobra? Saber qual o centro de saúde referência em sua região.
13. Qual o tratamento adequado para mordidas de animais? O que é raiva? Qual a classe de animais que podem transmitir a raiva?
14. Qual o tratamento adequado para picadas de insetos e aranhas?
15. Qual a diferença entre desidratação e insolação, e qual o tratamento adequado para cada um?
16. Qual o procedimento adequado para uma pessoa que esteja com as roupas em chamas?
17. Quais são os princípios básicos para a prevenção de incêndios em sua casa?
18. Quais os princípios básicos de segurança em rios, mares e piscinas?
19. Quais as maneiras de salvar uma vítima de afogamento, sem nadar?
20. Quais são os princípios básicos de segurança em questões de eletricidade?
21. Como prevenir a intoxicação alimentar?



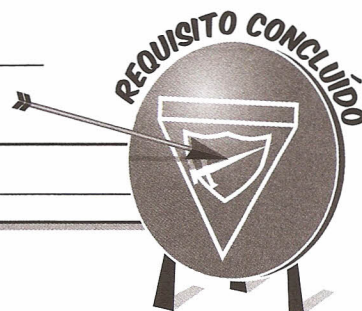
Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

IX. ESTILO DE VIDA

- 1 Completar uma especialidade, não realizada anteriormente, em Artes e habilidades manuais.

Especialidade: _____

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



CLASSE AVANÇADA PESQUISADOR DE CAMPO E BOSQUE

- 1 Conhecer e saber usar de forma adequada a Bandeira dos Desbravadores, o bandeirim de unidade e os comandos de ordem unida.

Cole ou desenhe uma bandeira dos Desbravadores. Explique o significado de cada uma das cores (inclusive do Triângulo).

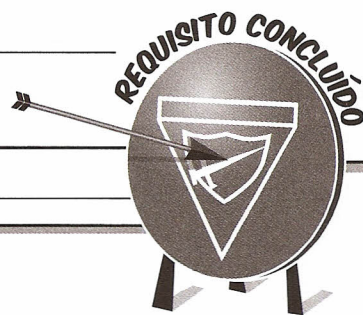
Cole ou desenhe abaixo um bandeirim de unidade representando a sua unidade, identificando os locais de cada emblema e quais os tamanhos oficiais.

Escreva como se deve usar cada um deles e em quais ocasiões.

BANDEIRA

BANDEIRIM

Data de conclusão ____ / ____ / ____ Visto do instrutor _____



2 Ler a história de J. N. Andrews ou um pioneiro de seu país e discutir a importância do trabalho de missionários, e por que Cristo ordenou a Grande Comissão (Mateus 28:18-20).

Procure em livros ou na internet sobre J. N. Andrews ou outro pioneiro do nosso país e escreva abaixo um pouco sobre sua vida e como ele trabalhou para a obra de Deus.

Qual é a Grande Comissão? Leia Mateus 28:18-20. Escreva pelo menos 3 coisas que você pode fazer para cumprir com a ordem de Jesus.

1. _____

2. _____

3. _____

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



3 Convidar uma pessoa para assistir um dos seguintes programas:

- a) Clube de Desbravadores
- b) Classe bíblica
- c) Pequeno grupo

Nome da pessoa que você convidou: _____



Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

4 Fazer uma das seguintes especialidades:

- a) Asseio e cortesia cristã
- b) Vida familiar



ESPECIALIDADE DE ASSEIO E CORTESIA CRISTÃ

Parte I – Cortesia Cristã

1. Estude Lucas 2:52. Como foi o desenvolvimento juvenil de Jesus e como pode você alcançar também esta combinação?

2. De acordo com o Salmo 8, que estima Deus atribui a seu valor pessoal?

Envie 5 cartões feitos à mão com mensagens pessoais, poemas ou versos bíblicos para pessoas que estão precisando de encorajamento em sua vizinhança ou igreja.

3. Qual a importância dos nomes para Deus? Leia Isaías 43:1; Isaías 45:4; Êxodo 33:17. Pesquise o significado do seu nome e o porquê ele lhe foi dado.

4. Com seu líder ou seu grupo de estudo para as especialidades discuta sobre cada um dos itens abaixo:

- a) Maneira apropriada de falar com pessoas mais velhas em público
- b) Como abordar as pessoas e fazer as apresentações necessárias
- c) Perguntas que devem ser evitadas
- d) Como demonstrar preocupação pelos sentimentos dos outros
- e) O que dizer quando atende a porta
- f) Como atender o telefone corretamente
- g) Como evitar fofocas e conversas que podem prejudicar as pessoas

Coloque em prática essa discussão com um grupo de desbravadores.

5. Leia o Salmo 19:14. Escreva uma pequena oração de como você deseja usar seu dom de fala para a glória de Deus.

6. Fazer uma lista de 10 coisas que você deseja praticar durante, pelo menos, 1 ano no que diz respeito ao seu relacionamento com seus semelhantes.

Parte II – Asseio Cristão

7. Leia o livro Educação, página 198, parágrafo 3, e relate brevemente os benefícios mencionados que lhe advirão resultados de uma postura correta.

8. Com seu líder ou seu grupo de estudo para as especialidades, discuta e relate brevemente suas considerações da discussão:

a) Fazer uma lista de pontos que demonstrem o poder de uma postura correta. Verificar sua postura e perfil físico. Demonstrar a correta posição para ficar em pé e para sentar-se.

b) Apresentar duas razões por que a boa forma física é importante. Explicar a relação entre um regime adequado, exercícios e controle de peso.

c) Mencionar a importância de um asseio adequado:

1. Banho

2. Higiene corporal

3. Hálito e higiene bucal

4. Cuidado apropriado das roupas

5. Asseio com os cabelos

6. Cuidado adequado com suas mãos e unhas

d) Discutir as orientações bíblicas que o ajudarão a lidar com sua sexualidade e manter seus pensamentos puros. Discutir inteligentemente aquilo que se pode ou não se pode fazer ao namorar.

e) Conhecer as regras de etiqueta à mesa. Saber como ser um convidado agradável e uma alegria para seu anfitrião ou anfitriã.

9. Praticar e relatar brevemente suas experiências com:

a) Elabore uma lista com os principais erros cometidos em sua postura. Durante uma semana, portar esta lista em seu dia-a-dia. Ao final desta semana, fazer um breve relatório sobre as melhoras alcançadas.

b) Saber a importância de uma “higiene” diária da alma, de desenvolver um caráter cristão, e por que “pertencer a Cristo” faz uma diferença em sua maneira de vestir-se e agir.

c) Relacionar 10 princípios que podem ajudá-lo a superar a inibição e a vergonha.



ESPECIALIDADE DE VIDA FAMILIAR

1. Usando o Livro “O Lar Adventista”, de Ellen G. White, como base de suas pesquisas, resuma em pelo menos 250 palavras cada o papel de cada membro dentro da sua família:

a) Pai

c) Filhos

b) Mãe

2. Procure na Bíblia 3 histórias de família. Identifique o pai, a mãe, a árvore genealógica com os filhos e netos. Pesquise e relate em um parágrafo a relação entre eles, seus conflitos, suas interações familiares etc. Identifique os planos de Deus para cada uma das famílias estudadas.

3. Pesquise o papel da família na sociedade de 20-30 anos atrás (na época de seus pais ou avós) em contraste com os dias atuais em relação a:

- a) Moral
- b) Costumes
- c) Respeito com os mais velhos
- d) Educação escolar
- e) Relacionamentos conjugais e namoro

Cite a bibliografia e fontes usadas.

4. Relate, em forma de um diário, durante uma semana algumas características do relacionamento familiar, dos seus pais ou responsáveis, de sua própria pessoa, de seus irmãos (se tiver) e dos parentes próximos os quais você convive.

- a) Conflitos e tensões
- b) Respeito para com os mais velhos
- c) Autoridade dos pais ou responsáveis

5. Escrever um parágrafo sobre alguma das coisas positivas em sua família. Inclua as coisas das quais você se orgulha e as boas qualidades e realizações de sua família.

6. Fazer uma lista de algumas coisas nas quais sua família gasta dinheiro. Explique sua responsabilidade nas finanças da família.

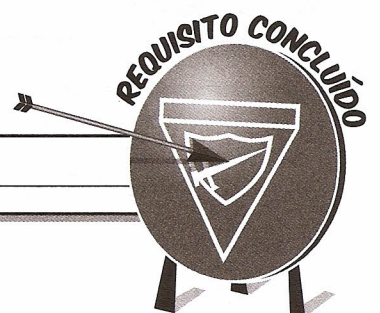
7. Fazer uma lista de atividades familiares que você acha que sua família gostaria. Fazer pelo menos uma dessas atividades em cumprimento da especialidade.

8. Durante 1 mês, com o máximo possível de membros de sua família, criar uma rotina para o Culto Familiar, Matutino (pela manhã) ou Vespertino (à tarde ou noite), assim como os Cultos de Pôr-do-sol de Sexta Feira.

9. Mencionar 5 maneiras de demonstrar atenção, interação e interesse por seus vizinhos. Colocar uma dessas maneiras em prática. Fazer um relatório do resultado.

10. Cite pelo menos 5 atividades sabáticas que podem ser realizadas por sua família que estejam de acordo com o Bíblia. Se possível, realizar pelo menos uma dessas atividades e relatar o resultado.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



- 5 Participar de uma caminhada de 10 quilômetros e fazer uma lista dos equipamentos necessários, incluindo a roupa e o calçado que devem ser usados.

O QUE LEVAR?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

ROUPAS

Roupas adequadas para o clima frio: camisetas de manga comprida folgada, pulôver de lã, capa de chuva, calçados fortes ou botas, chapéu. Dê preferência roupas confortáveis.

CALÇADOS

Calçados adequados: devem ser macios por dentro, e de tamanho correto, nem largos nem apertados demais, deixando espaço livre para os dedos do pé se movimentar. A sola deve ser forte, mas maleável, e o cano, macio e flexível. O melhor material é o couro, com solas de borracha de larga espessura.

MEIAS

Meias: as de lã são as melhores, de preferência brancas, e de um tamanho um pouco maior do que o pé.

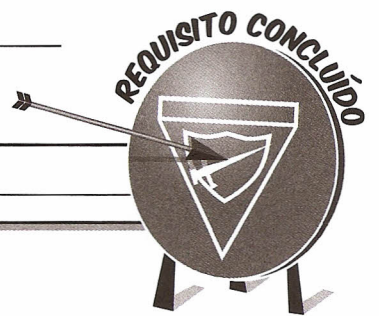
Cole, abaixo, uma foto da caminhada ou faça um desenho de um lugar que você achou interessante ou bonito.

Faça um relatório da sua caminhada.



Lined writing area for the report.

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



6 Participar na organização de um dos eventos especiais do Clube:

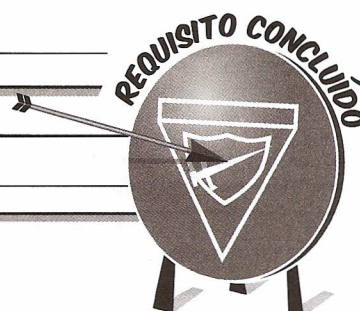
- a) Investidura
- b) Admissão em Lenço
- c) Dia do Desbravador

Faça um relatório da atividade na qual você participou.

Escreva 4 coisas que você avaliou que poderiam ser melhoradas e como poderiam ser melhoradas.

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



7 Identificar seis pegadas de animais ou aves. Fazer um modelo em gesso, massa de modelar ou biscoito de três dessas pegadas.

Cole ou desenhe, nos espaços abaixo, figuras ou fotos das pegadas, identificando-as.

Faça os modelos em gesso das pegadas e mostre para o seu instrutor.

1

Polvilhe a pegada com talco para que a terra não grude no gesso.

2

Coloque um pedaço de cartolina ao redor da pegada.

3

Prepare gesso suficiente e coloque sobre a forma. Deixe-o endurecendo por várias horas.

4

Remova o gesso da cartolina. Limpe-o com escova de dentes e um pouco de água. Se passar uma fina camada de vaselina sobre o modelo e colocar mais gesso, obterá uma pegada exatamente como a original.

CINCO REGRAS PARA SEGUIR PEGADAS DE ANIMAIS

- 1) Estudar uma pegada com atenção
- 2) Observar a trilha como um todo. Pode haver vários lugares onde uma pegada esteja faltando, mas se continuar procurando, poderá encontrar mais à frente, a continuação da trilha, especialmente se o animal passou por um campo e amassou o mato.
- 3) Usar a luz do Sol como auxílio. As pegadas aparecem muito mais claramente quando o Sol faz sombra sobre um dos lados. O melhor horário para ver uma pegada é quando o sol está baixo, formando sombras mais longas. Portanto, saia cedo, quando as pegadas estão frescas e as sombras longas. Caminhe ainda ao lado da trilha, do lado contrário ao do Sol.
- 4) Se você perder a trilha das pegadas, marque a última pegada com um graveto, pedra ou tecido de cor viva. Depois, caminhe em círculos para tentar localizar a continuação da trilha. Faça círculos pequenos primeiramente, depois, maiores, aumentando gradualmente o tamanho deles. Tente, também, observar uma pegada de vários ângulos, sempre procurando obter a vantagem do efeito de luz.
- 5) Quando a pegada for difícil de seguir, imagine que você é o animal que está seguindo e pense onde gostaria de ter ido. Teria caminhado em direção ao rio, teria subido em uma árvore ou se escondido entre abustos? Essa estratégia funciona melhor se você conhece os hábitos do animal que está seguindo.

Dicas para seguir pegadas

- Passe o ancinho em um pedaço de terra. Os animais que passarem por ali à noite deixarão pegadas bem visíveis.
- Pratique, seguindo as pegadas de seu cachorro ou gato.
- Não caminhe sobre as pegadas que está tentando seguir. Você pode precisar voltar e estudá-las outra vez.
- Aprenda a observar tudo com atenção.
- Informe-se bastante sobre o animal que está procurando seguir.

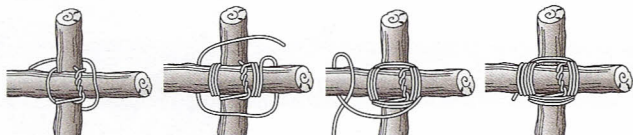


Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

8 Aprender a fazer as quatro amarras básicas e construir um móvel de acampamento.

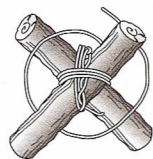
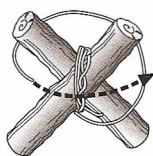
AMARRA QUADRADA

Usada sempre que hastes ou galhos são cruzados em um ângulo de 90 graus, encostadas uma às outras. Inicia-se com o nó volta de fiel ao redor da haste vertical, imediatamente abaixo de onde estará a haste que cruza esta primeira. Torcer o fim da corda ao redor da vertical e depois "enrolá-la" ao redor do local onde as duas se cruzam, unindo-as. Na hora de enrolar, a corda vai por fora da volta anterior, e ao redor da parte em que as hastes cruzam, e por dentro da volta anterior, ao redor da haste vertical. Depois de três ou quatro voltas para "enrolar", fazer duas voltas "amarradas" entre as hastes. Amarrá-las bem firme. Terminar com uma volta de fiel ao redor do local onde as hastes se cruzam. Lembre-se: começar com volta do fiel, enrolar três vezes, amarrar duas vezes e terminar com volta de fiel.



AMARRA DIAGONAL

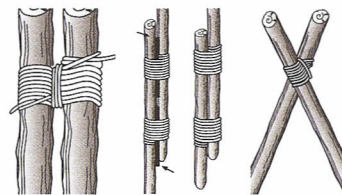
Usada para juntar duas hastes que tendem a separar-se e não se tocam no local onde se cruzam. A amarra começa com um nó volta de ribeira ao redor das duas hastes. O nó volta da ribeira é apertado para puxar as hastes uma para perto da outra. Depois devem ser feitas três ou quatro voltas de amarras ao redor da outra forquilha. Duas voltas para apertar são feitas ao redor da amarra, no ponto onde as hastes se cruzam, e a amarra é terminada com um nó volta da ribeira ao redor da haste onde for mais conveniente fazer o nó.



AMARRA CIRCULAR

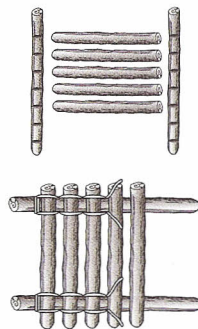
Usada para unir vigas paralelas, e formar "pernas" que suportem pontes e coisas semelhantes. Colocar duas vigas ao lado uma da outra. Fazer um nó Volta do Fiel ao redor de uma delas num local apropriado, perto do topo. Juntar as duas maneiras fazendo sete ou oito voltas com a corda ao redor das duas. Fazer duas voltas de fixação ao redor das voltas entre as vigas. Apertar a corda

com o nó Volta do Fiel ao redor da segunda viga. Abrir as vigas. Nota: duas amarras circulares sem as voltas de fixação podem ser usadas para juntar duas vigas para formar uma viga mais longa.



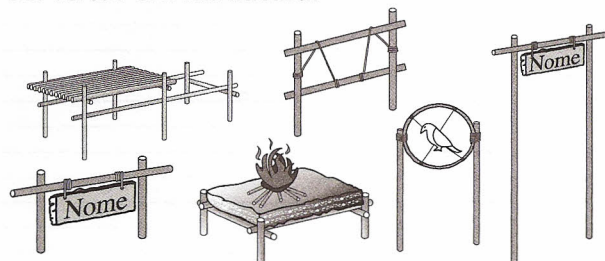
AMARRA CONTÍNUA

A amarra contínua prende pequenas varetas a longas varas em ângulos retos, e é útil para fazer a parte de cima de uma mesa, assentos, etc. Seguir estes passos para montar a parte de cima de uma mesa. Cortar varetas no tamanho desejado e afilar as pontas. Depois marcar a moldura e colocar as varetas cruzadas na posição correta. Fazer o nó Volta de Fiel na moldura, no meio da corda, com o nó por baixo as pontas para os lados. Deve-se deixar a corda em comprimentos iguais nos dois lados da vareta longa. A volta deve ser dada de forma que as pontas da corda, aos serem puxadas, façam com que o nó fique apertado. Com uma ponta em cada mão, puxar a corda sobre o local onde as varetas se cruzam, e por baixo da moldura. Cruzar a corda, fazendo um X. Puxar até ficar apertada. Levantar e passar por cima do segundo local onde as varetas se cruzam. Repetir este procedimento até que todos os "cruzamentos" estejam amarrados. Terminar com dois nós Volta de Fiel e enfiar as pontas da corda sob a última vareta pequena.

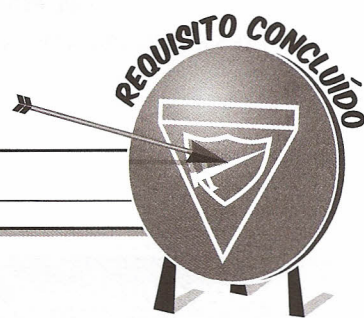


MÓVEIS DE ACAMPAMENTO

Com amarras que você aprendeu, tente fazer um dos seguintes móveis de acampamento. Se houver falta de material, estes modelos podem ser feitos em miniatura.



Fazer um móvel de acampamento em tamanho real, com a ajuda do seu instrutor. Tire uma foto dele e cole abaixo ou desenhe.



Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

9 Planejar um cardápio vegetariano para sua unidade, para um acampamento de 3 dias e apresentar ao seu instrutor.

Supondo um acampamento envolvendo a sexta, o sábado e o domingo, escreva abaixo o cardápio de todas as refeições, colocando ao lado todos os ingredientes e materiais necessários para prepará-los.

CARDÁPIO DO ALMOÇO DE SEXTA

CARDÁPIO DO JANTAR DE SEXTA

CARDÁPIO DO DESJEJUM DE SÁBADO

CARDÁPIO DO ALMOÇO DE SÁBADO

CARDÁPIO DO JANTAR DE SÁBADO

CARDÁPIO DO DESJEJUM DE DOMINGO

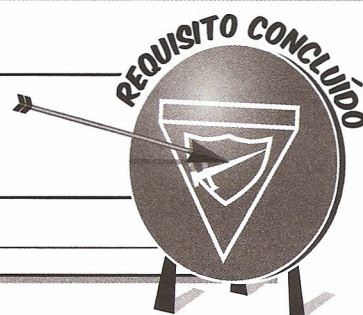
CARDÁPIO DO ALMOÇO DE DOMINGO

Vá a um mercado próximo de sua casa e faça um orçamento da comida necessária para esse acampamento. Faça o relatório abaixo.

Quantidade	Mantimento	Preço unitário	Soma
Total geral			

PARA SABER
MATs

• Ler o capítulo *O Regime Alimentar e a Saúde*, do livro *A Ciência do Bom Viver* de Ellen G. White.

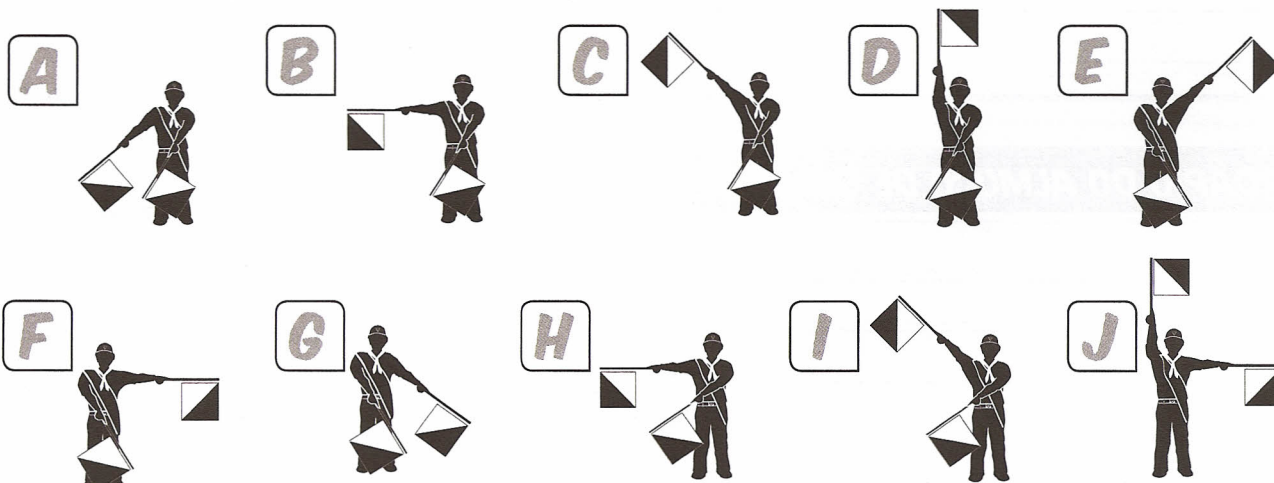


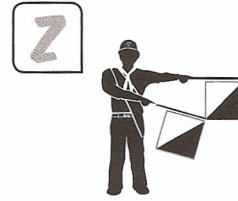
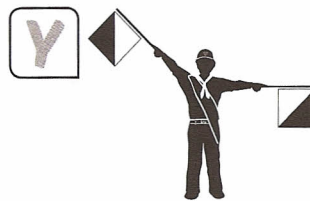
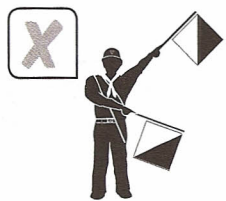
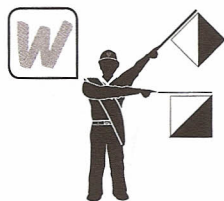
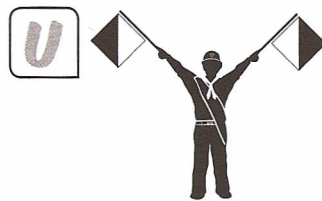
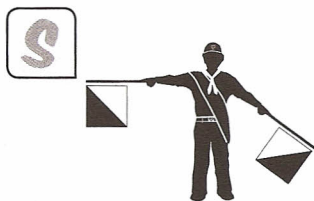
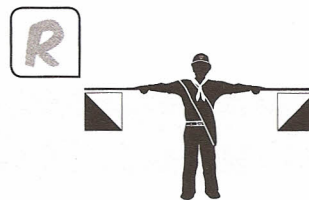
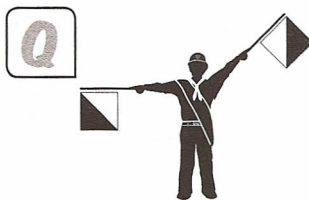
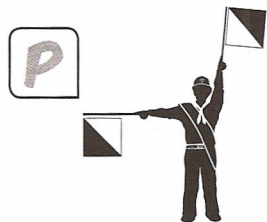
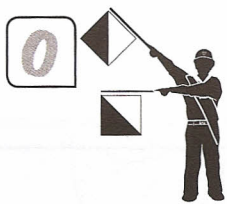
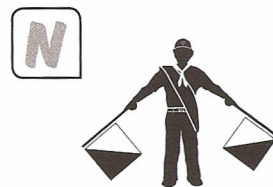
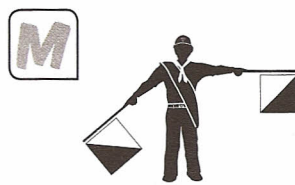
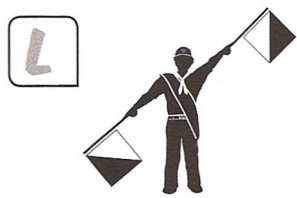
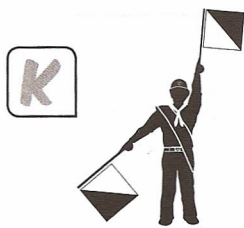
Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

10 Enviar e receber uma mensagem através das formas de comunicação abaixo:

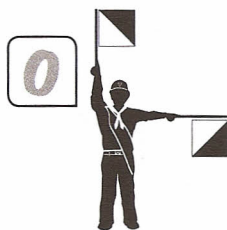
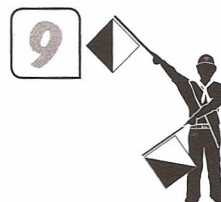
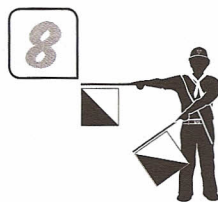
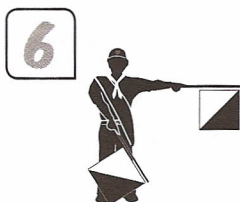
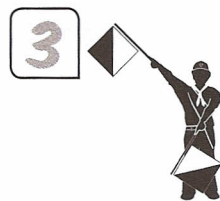
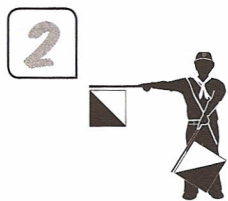
- a) Alfabeto com semáforos c) Alfabeto LIBRAS (língua de sinais)
- b) Código Morse, com lanterna d) Alfabeto Braile

SINALIZAÇÃO COM SEMÁFORAS





Seguem-se
Números



Fim de Palavra

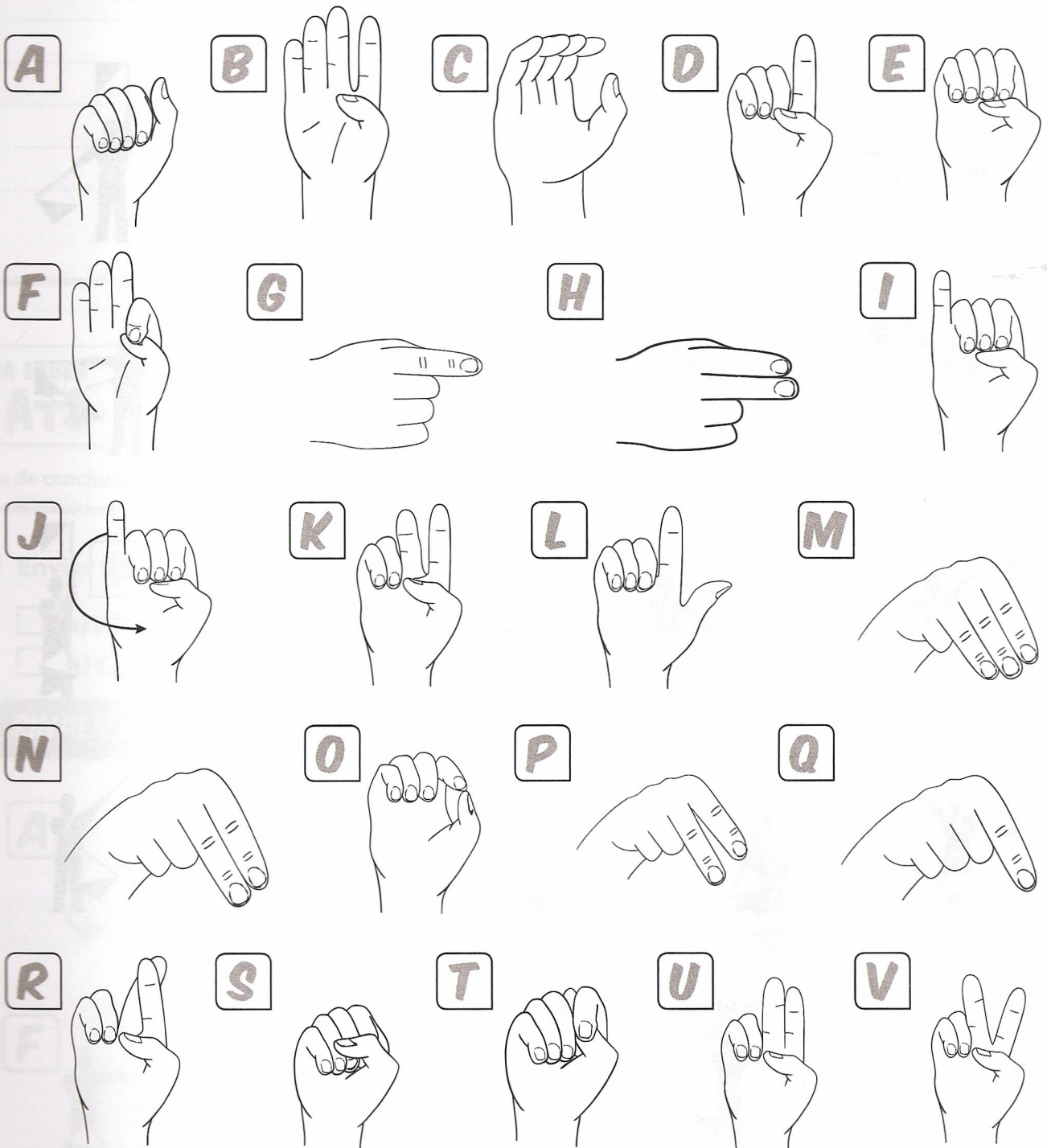


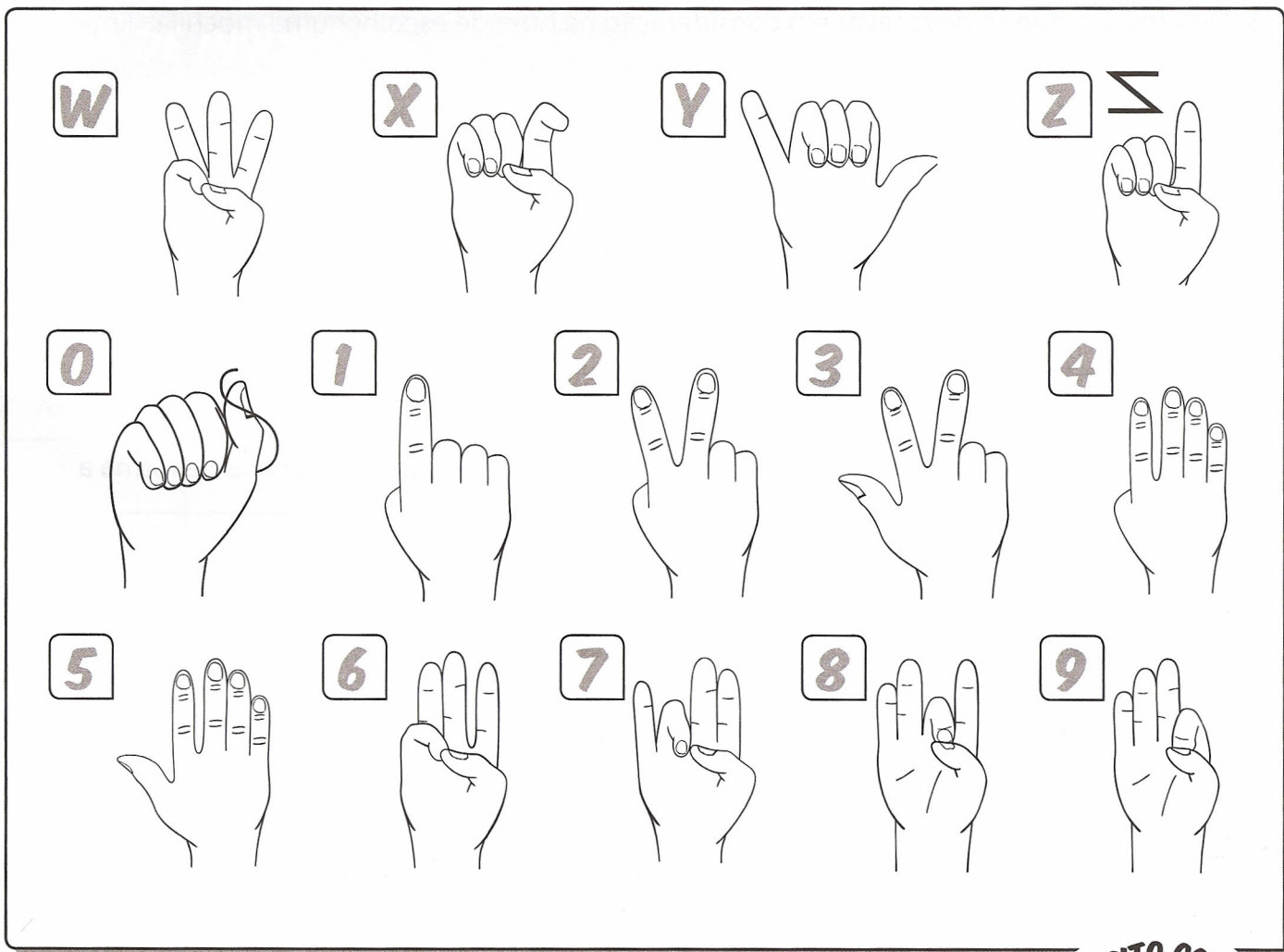
Atenção

CÓDIGO MORSE

A ..	F ...	K ---	P ----	U ...	Z ----
B ---	G ---	L ...	Q ----	V ...	
C ---	H ...	M --	R ...	W ---	
D ...	I ..	N ..	S ...	X ----	
E .	J ----	O ---	T -	Y ----	

ALFABETO LIBRAS





Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____



II Completar a especialidade de Excursionismo pedestre com mochila.

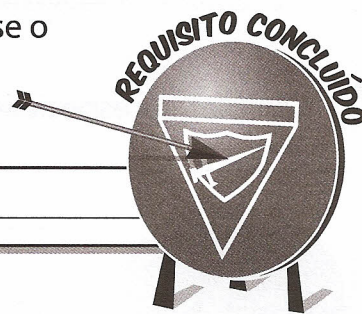


ESPECIALIDADE DE EXCURSIONISMO PEDESTRE COM MOCHILA

1. Explique o Lema dos Excursionistas: "Da natureza nada se tira além de fotos; não deixar nada a não ser pegadas; não matar nada, a não ser o tempo".
2. Descrever qual tipo de vestuário, calçado e equipamentos que devem ser levados em uma excursão em:
 - a) Clima chuvoso
 - b) Clima quente
 - c) Clima frio

3. Descrever o que se deve levar em consideração na hora de escolher uma mochila. Em caso de emergência, o que poderá ser usado no lugar da mochila?
4. Relacionar os objetos essenciais para a prática de excursionismo.
5. Relacione, pelo menos, cinco modelos de sacos de dormir. Descreva para qual tipo de clima o mesmo é mais adequado.
6. Demonstrar como arrumar uma mochila adequadamente.
7. Faça o seguinte:
 - a) Relacione o melhor tipo de alimento para um excursionista.
 - b) Dos alimentos do item anterior, quais são encontrados em supermercados?
 - c) Preparar um cardápio para uma excursão de 2 dias com pernoite.
 - d) Demonstrar como embalar os alimentos que serão colocados na mochila de forma a ocupar pouco espaço.
 - e) Preparar um lanche para a caminhada.
8. Conhecer os métodos de prevenção, os sintomas e o tratamento de primeiros socorros para:

a) Queimadura de sol	f) Picadas de cobra
b) Bolhas	g) Cólicas
c) Hipotermia	h) Desidratação
d) Insolação	i) Câimbra
e) Exaustão	
9. Ter um kit de primeiros socorros na mochila e saber usar cada item.
10. De acordo com seu peso, qual o peso máximo que você deveria carregar?
11. Sem o uso de uma bússola, saber pelo menos três métodos de encontrar os pontos cardeais. Demonstrar dois destes métodos na prática.
12. Demonstrar o modo correto de colocar e tirar uma mochila sozinho e com a ajuda de um companheiro.
13. Participar numa excursão de fim de semana com caminhada de pelo menos oito quilômetros. As refeições deverão ser cozidas durante a excursão. (Use o conhecimento adquirido no requisito 7).



Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

12 Completar duas especialidades, não realizadas anteriormente, em uma das áreas abaixo:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> a) Habilidades domésticas | <input type="checkbox"/> c) Atividades missionárias |
| <input type="checkbox"/> b) Ciência e saúde | <input type="checkbox"/> d) Atividades agrícolas |

Especialidade: _____

Especialidade: _____



Data de conclusão ____/____/____ Visto do instrutor _____

FICHA DE INSCRIÇÃO

PARA PARTICIPAR DE

- 01. Especialidades
- 02. Campori
- 03. Acampamentos
- 04. Desfiles
- 05. Cursos

- 06. Olimpíadas
- 07. Feiras
- 08. Certificado
- 09. Congresso
- 10. Convenção

- 11. Acantonamentos
- 12. Excursões
- 13. Investiduras
- 14. _____
- 15. _____

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Atividade	Destino	Data e hora de saída	Data e hora de chegada
		____/____ h	____/____ h
Assinatura do responsável			
Ass. do Diretor ou Secretário			

Autorizo meu(inha) filho(a) _____

participar nos eventos acima relacionados, nas datas e horários estabelecidos.

Permito que em qualquer situação a liderança poderá tomar as medidas que sejam necessárias para o bem estar do(a) meu(inha) filho(a). Isento por meio desta de responsabilizar a liderança do Clube em todos os níveis, bem como a Igreja Adventista do Sétimo Dia, por qualquer dano causado ou sofrido por meu(inha) filho(a), devido a sua própria atuação ou indisciplina.

Nome do pai, mãe ou responsável _____

RG _____ CPF _____

Assinatura _____

AVALIAÇÃO

Data da Avaliação
Instrutor (Avaliador)
Diretor

REGULAR

AVANÇADA

AUTORIZAÇÃO PARA INVESTIDURA

Regional
Data da Investidura

REGULAR

AVANÇADA

Tiragem

3.000 exemplares – 2013

Arte e diagramação

Editora Sobre Tudo Ltda.

Rua Dr. Sebastião Lappetina Russo, 224.

Cep 04753-110 • São Paulo • SP

www.editorasobretudo.com.br

55 11 **5687-4704**

© Todos os direitos de reprodução reservados ao
Ministério de Desbravadores e Aventureiros da
Divisão Sul-Americana da IASD.