Flokkens terminliste våren 2018

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dato:** | **Fokus:** | **Aktivitet:** | **Merker og program** | **Info:** |
| 9. jan | Bekledning | Oppmøte Huskestua 1800. Vi skal gå igjennom hva som er lurt å ha på seg ute i kulda og hva man bør ha med i sekken.Vi holder på til 1900 | [Fordypning «Tur»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/tur) | **Ansvar: Marit 46638448****Geir-Andreas**  |
| 16.jan | Lek ute. Akemøte | Oppmøte på parkering ved tennisbanen kl. 1800. Ta med akebrett, ski eller kjelke. Lederne sørger for bål og varm saft. Vi holder på til 1930. | Fordypning «Lek»[Fordypning «Tur»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/tur) | **Ansvar: Ørnulf 91128333****Thomas 90143745**Vi skal være ute. Kle dere godt. Ulvunger og bevere samlet. |
| 23. jan | Svømming | Vi skal i dag bade/svømme i Berger svømmehall. De som ikke har svømmemerket kan ta dette. | [Fordypningsmerke for småspeidere, "Svømming"](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/svomming-2) | **Bård 92898051****Hilde: 99545427****Jesper 96624259**På denne aktiviteten trenger vi noen ekstra foreldre.Oppmøte direkte på Berger svømmehall kl. 1800. Vi holder på til 2000. Husk badetøy**Fremgangsmåte**1. Vis at du kan bryst- og ryggsvømming.
2. Hopp/stup ut i vannet og svøm noen tak under vann.
3. Trå vannet i minst 30 sekunder.
4. Vis at du kan flyte på magen og på ryggen, og kan holde deg flytende i minst 2 minutter.
 |
| 30.jan | Kart og kompass | Oppmøte Huskestua kl. 1800. Teori om kart. Utelek.  | [Fordypning «Kart og Kompass»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/kart-og-kompass-0) | **Andreas: 90998153****Geir-Andreas: 90284560****Thomas 90143745**Ulvunger og bevere hver for seg |
| 6.feb | Skidag | Oppmøte ved Huskestua kl. 1800.  | [Fordypning «Tur»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/tur) | **Marit: 46638448****Hilde: 99545427**Kle dere etter været. Vi deler opp i hensiktsmessige grupper |
| 13.feb | 1 hjelp | Oppmøte Huskestua kl. 1800. Vi går gjennom sikkerhet og førstehjelp til «Vær Beredt» merket | [Fordypningsmerke "Førstehjelp" for flokk.](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/forstehjelp-2) | **Andreas: 90998153****Ida 98484767****Ellen 95063537** |
| 20.feb | Vinterferie | Ikke møte |  |  |
| 27.feb | Primitiv mat | Oppmøte ved Huskestua kl 1800. Vi kjøper pitabrød og ingredienser for å lage «Innbakt Pizza» på bål. Avslutter 20:00. | Fordypning «Baker og Kokk» | **Ellen 95063537****Ida 98484767**Klær etter vær. Vi skal være mye ute. Ulvunger og bevere samlet. |
| 6.mar | Knuter | Oppmøte ved Huskestua kl. 1800 Fordypningsmerke for flokk "Knuter". | [Lære å bruke knuter man kan få bruk for som speider.](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/knuter-flokk) | **Ørnulf 91128333**Oppmøte Huskestua kl. 1800. Vi deler i hensiktsmessige grupper |
| 13.mar | PMR-radio | Oppmøte Huskestua kl. 1800. Vi skal lære oss bruk av radio. Ta med tøy for både ute og inne. | [Fordypningsmerke PMR-radio](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/pmr-radio-smaspeider)  | **Andreas: 90998153** |
| 20.mar | Påske kosSikkerhet | VI skal ha påskekos inne Ellen, Ida og Marit har noe på lur:) |  | **Ellen 95063537****Ida 98484767****Marit: 46638448** |
| 27.mar | Påskeferie | Ikke møte |  |  |
| 3.apr | Tur med bålKnivTurforberedelser | Oppmøte på parkering ved tennisbanen kl. 1800.Fordypningsmerket «Kniv» for flokk. | [For å lære å bruke kniven på en forsvarlig og hensiktsmessig måte.](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/kniv)[Fordypning «Tur»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/tur) |  **Bård: 92898051** |
| 10.apr | Lage mat | Oppmøte Huskestua kl. 1800. Vi lager og spiser middag. I dag lager vi gryterett. Alle barna er med på forberedelser og dekking av bord, samt oppvask og rengjøring. Vi holder på til 2030 | Fordypning «Kokk» | **Eirik 90683755****Therese 48294218**Les gjerne på [www.speiderbasen.no](http://www.speiderbasen.no) om merket «Kokk for flokk»PS Ikke spis middag hjemme før du går ☺Ulvunger og bevere lager hver sin rett |
| 17.apr | Flagg og regler | Det nærmer seg 17.mai og vi trener på fordypningsmerket «Flagg»Fremgangsmåte:Fortell om og lag tegninger til tre nasjonale høytidsdager (17. mai o.l.).Finn ut når flagget heises og fires disse dagene.Vær med i et arrangement på en høytidsdag.(17 mai)Lag en liten ting som er spesiell for en av høytidene (flagg i miniatyr, julepynt, påskepynt osv.). | [Fordypning «Flagg»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/flagg) | Ansvarlig inne: **Andreas: 90998153****Jesper 96624259**Vi regner med at det meste av tiden går med til aktiviteter rundt fordypningsmerket «Flagg». Utelek blir å lage noe spesielt for en høytid, Fastelavensris f.eks.Vi deler i hensiktsmessige grupper |
| 24.apr | GapahukdagenDugnad | Vi lager gapahuk med bålplass i hagen. Det blir test av bålplass med grilling marshmellows også |  | **Marit: 46638448**AlleDette bidrar til vår-opprydning og dugnad i hagen. Kle dere for å være ute. Ulvunger og bevere får tilpassede arbeidsoppgaver |
| 6.mai | Kalvøya dagen | Moro dag for bevere og småspeidere på Kalvøya. Konkurranse og poster for småspeidere. Kl 10.00-16.00 | Friluft punkt 1 | **Marit: 46638448** **Geir-Andreas: 90284560**AlleFor å delta med en pulje trenger vi hjelp av foreldre / ledere til å følge speiderne, samt bemanne en post. Mer info kommer. Ulvunger og bevere samlet |
| 15.mai | Vårpuss av sykkel | Teoretisk vedlikehold av sykkel. Praktisk vedlikehold av sykkel ute. Ferdighetslek og balanseøvelser. Trafikkregler | Fordypning «Idrett»«Jeg er beredt» punkt 1Friluft punkt 11 og 15 | **Eirik 90683755****Bjørn**Det blir vedlikehold av sykkel. Du stiller med sykkel og lederne har med olje, verktøy og pumpe. Vi lager sykkel løype ute.Ulvunger og bevere får hver sin løype |
| 17.mai | Arrangement | Vi deltar på Speiderne 17. mai arrangement. Oppmøte 0720 på Coop. Speidertog med flaggheising. Speider frokost på Huskestua fra 0830-0930. | Norges nasjonaldag | Mer info kommer. Arrangement sammen med troppen. |
| 22.mai | Idrett | Oppmøte ved friidrettsbanen på Gommerud kl. 1800. Vi holder på til 1930. | [Fordypning «Idrett»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/idrett-0) | **Jesper 96624259****Bjørn****Bård: 92898051**Vi utfører øvelser for idrettsmerket. Barna deles opp i mindre grupper for å utføre øvelsene:1.Løp 60 meter.2.Hopp høyde eller lengde.3.Kaste liten eller stor ball.4.Vær med på en hinderløype ute.5.Vær aktivt med i et lagspill og vis at du kan reglene.Kun for ulvungerBeverne øver på andre ferdighetsmerker |
| 29.mai | Tur forberedelser | Vi går gjennom hva vi skal gjøre på helgens tur, praktiske opplysninger og pakking av sekk. Utelek / tur i nærområdet | [Fordypning «Tur»](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/tur) | **Andreas: 90998153****Geir-Andreas: 90284560**Vi skal være inne og ute. Vi deler i hensiktsmessige grupper |
| 1-3 juni | Overnattings tur Langøy | Tur med flokken. Overnatting. Matlaging på bål, Teori rundt kart og kompass og praktisk trening på tur / skattejakt. Lagspill og lek. Baderegler og bading. Førstehjelpstrening | Her sørger vi for at samtlige av avgangs kullet som er med på tur får dekket opp det de mangler på programmerkene «Vær Beredt» og «Friluftsliv» i tillegg til at vi er innom flere fordypningsmerker også. | Ansvar **Andreas: 90998153****Geir-Andreas: 90284560**Det blir satt ned en turkomite bestående av de voksne som skal være med. Mer info kommer.For ulvunger og bevere |
| 5.juni |  |  |  | Alle |
| 12.juni | Avslutning | Avslutning av semestret sammen med troppen på Huskestua. Det blir bål og pølsegrilling, underholdning, høytidelig utdeling av merker og en liten markering av de som skal danne høstens aspirant patrulje. | «Merkedag» ☺ | **Marit: 46638448****Geir-Andreas: 90284560**Mer info kommer |

Alle møter er kl. 18.00 til 19.00 på Huskestua dersom ikke annen info blir gitt

Ta på speiderdrakt og kle deg etter været (alltid litt ute) Ha med skrivesaker, lommelykt og kniv

Info-web: <http://1.rykkinn.speidergruppe.org/Flokken> og gruppens Facebook side.

**«Jeg er beredt»-merket**

****

**Et av programelementene i speiderprogrammet for småspeidere.**

**Hvorfor**

Sørge for at alle speidere skaffer seg noen grunnleggende kunnskaper og ferdigheter innen turplanlegging, sikkerhet og førstehjelp.

**Bidrar til følgende mål**

* **F-13** Utvikle kunnskap og erfaring innen forebygging og håndtering av ulykker.
* **F-14** Utvikle og vedlikeholde ferdigheter innen førstehjelp.

**Fremgangsmåte**

For å få merket må du:

* Vise at du kan trafikkreglene som gjelder for fotgjengere og syklister.
* Vise at du vet hva som skal gjøres dersom det begynner å brenne.
* Vise at du kjenner nødnummerne og kunne varsle om en ulykke.
* Vite hvordan man unngår at flere kommer til skade ved en ulykke
* Finne ut hvilke ulykker og farlige situasjoner som kan oppstå hjemme hos deg, og hvordan du kan unngå dem
* Kunne «[småspeidernes turregler](https://speiding.no/speiderprogram/speiderbasen/smaspeidernes-turregler)».
* Kunne [badereglene](http://eliasklubben.no/baderegler/).
* Vise at du vet hvordan man bør oppføre seg i akebakke og skibakke.
* Vise at du kan pakke en dagstursekk selv.
* Vise at du kan bruke kniv på en sikker måte.
* Vise at du kjenner til forsvarlig omgang med øks og sag.
* Vise at du kan lage et forsvarlig ildsted.
* Vise at du kan stanse en blødning, behandle småskader, flis, gnagsår, 1.gradsforbrenning og frostskader
* Vise at du kan sørge for frie luftveier, og kan legge en pasient i sideleie
* Kjenne symptomene på sirkulasjonssvikt
* Kjenne til hva epilepsi og diabetes er, og hvordan det utarter seg
* PUBLISERT: **21.04.2008**
*
* FORFATTER: **NSF**
* Vann

### Del saken

**Aldersgruppe**

* ****Småspeider

**Programområde**

* ****Friluftsliv

**Årstid**

* ****Vår
* Sommer
* Høst
* Vinter

**Type**

* Andre merker

**Varighet**

* ****90 min +++

**Sted**

* ****Ute
* Inne