

V této úloze žáci obdrželi text ve formě složeného letáku.

Jak si naplánovat výlet

- ! Vyberte si zajímavý cíl, aby vás výlet bavil. Jestliže vyrážíte ve skupině, přihlédněte k přání všech.
- ! Předem si zjistěte, jak daleko a jak dlouho přibližně půjdete.
- ! Zjistěte si aktuální povětrnostní podmínky a předpověď počasí. Přizpůsobte tomu své plány a oblečení.
- ! Vezměte si s sebou jen to nejdůležitější, abyste nemuseli nést těžký batoh (podívejte se na seznam věcí).

Seznam věcí na výlet

- Dostatek pití – abyste po cestě neměli žízeň
- Jídlo – pořádná svačina nebo jídlo na piknik
- Lékárnička – k ošetření puchýřů, škrábanců a lehkých poranění
- Repelent proti hmyzu – na ochranu před štípnutím (například od klíšťat, včel, komárů a mušek)
- Náhradní ponožky – aby nohy byly pořádkem v suchu
- Píšťalka – ta je důležitá, zvlášť pokud jdete sami – tři krátká zapískání znamenají, že se vám něco stalo a potřebujete pomoc
- Mapa a buzola – ty jsou velmi důležité hlavně na náročnějších výletech



Myslete na bezpečnost

- ! Vyrazte včas. Pak budete mít dost času, abyste si výlet užili a vrátili se domů za světla.
- ! Pohybujte se po vyznačených turistických trasách, pokud oblast dobře neznáte.
- ! Jděte svým tempem. Nebojte se, aby vám stačily síly. Když jdete jako skupina, zvolte tempo toho nejpomalejšího.
- ! Dávejte pozor, kudy jdete. Dávejte si pozor na uvolněné kameny, hromady listů a větve, o které byste mohli zakopnout. Obzvlášť opatrní buďte v místech, kde to klouže. Jestliže se musíte brodit vodou, zjistěte si předem, jaká je tam hloubka.

! Nezapomínejte, že jste v přírodě.

Dávejte pozor, kam šlapete, nebo když zvedáte klacek či kámen, a dobře si prohlédněte místo, kam se chcete posadit. Nikdy se nepřibližujte ke zvířatům ve volné přírodě. Možná vám připadají roztomilá a neškodná, ale mohou se chovat nevyzpytatelně, zejména když si hrají své území.



DŮLEŽITÉ: Řekněte někomu, kam jdete a kdy se asi vrátíte. Může se to hodit, kdyby se vám něco stalo a potřebovali byste pomoc. Dejte také vědět, že jste se z výletu v pořádku vrátili.

Hlavně se však nezapomente na výletě bavit. Pobyt v přírodě si pořádně užijte. Sledujte všechny zajímavosti kolem sebe. Naučte se poznávat nová místa, rostliny a zvířata. Všimněte si krásy krajiny a přírody a hezky se na čerstvém vzduchu protáhněte, je to zdravé!

Objevte kouzlo výletů

Rádi byste se pobavili a zažili něco zajímavého ve vašem okolí nebo na prázdninách?



Když chcete jít ven, to nejlepší, co můžete udělat, je vyrazit na pěší výlet, nejlépe celodenní. Nezabere to zas tak moc času a nepotřebujete k tomu žádné zvláštní vybavení.