

Caderno de Jornada Escoteira



R\$ 6.00
programa de jovens

União dos Escoteiros do Brasil



União dos Escoteiros do Brasil



União dos Escoteiros do Brasil
2005

Caderno de Jornada Escoteira
1ª Edição: 2.000 exemplares



gestão adultos

Equipe Regional de Formação de São Paulo

- Caryl Chessman de Jesus Trevisan
- Paulo Silva Nhentz
- Renata Helena Manzke

Direitos autorais cedidos à União dos Escoteiros do Brasil
São Paulo, março de 2005

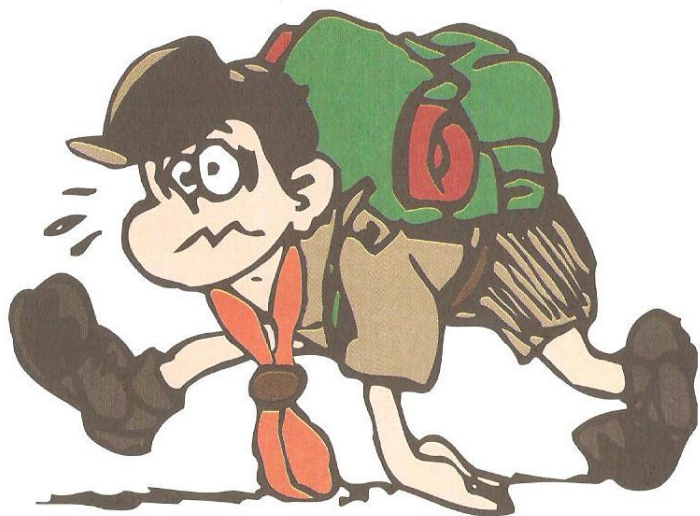
Dados Pessoais

Nome: _____
Idade: _____ Data de Nascimento: _____
Endereço: _____
Bairro: _____ CEP: _____
Cidade: _____ Estado: _____
Telefone: _____
Nome do Pai: _____
Nome da Mãe: _____



Dados Escoteiros

Grupo Escoteiro: _____
Nome da Tropa: _____
Nome da Patrulha: _____
Encargo na Patrulha: _____
Qualquer problema entrar em contato com: _____
Chefe de Tropa: _____
Telefone: _____
Endereço: _____
Cidade: _____ Estado: _____



Parabéns!

Este é o seu Caderno de Jornada Escoteira e significa que você está iniciando uma atividade especial em sua vida escoteira.

Cuide dele com carinho, pois ele vai guardar muitas lembranças felizes desta atividade. As anotações que você fará ajudarão no seu relatório.

Preencha corretamente todos os dados da página anterior: eles são importantes para a sua segurança.

Procure fazer o maior número de anotações possíveis que serão úteis para o complemento do seu relatório.

Devolva este caderno junto com o seu relatório ao Chefe de Tropa, para que ele, juntamente com a Corte de Honra, possa aprovar o seu desempenho.

Sempre Alerta, Boa Sorte e uma ótima atividade!!!

A Chefia

Durante a jornada

Não se preocupe com o local a ser atingido e sim com sua caminhada. Faça de sua jornada um momento de alegria e adquira experiência para a sua vida.

Siga as orientações do mapa que você recebeu de seu chefe, esteja **Sempre Alerta**, quando sentir que saiu da rota retorne ao último ponto conhecido e recomece. Faça todo o percurso uniformizado ou trajado. Não aceite carona (o escoteiro caminha com as próprias pernas): explique que deverá cumprir sua missão, fazendo a caminhada a pé, e agradeça a gentileza.



Algumas pessoas poderão perguntar o que está fazendo, dê as respostas sempre com educação, própria de um escoteiro.

Cuidado! Só beba a água do cantil, não beba quando é de origem desconhecida. Pegue água somente no carro de apoio.

Lembre-se: o relatório é individual, cada um deve fazer as suas anotações.

Não se separe em nenhum momento de seu companheiro, ele também depende de você para concluir a tarefa.

A segurança na jornada depende muito de você, fique atento durante o trajeto, observe movimentações e aproximações suspeitas, e peça ajuda se for necessário.

Arrume um bastão, ele pode ajudar como apoio durante uma subida, descida, travessia ou improvisação de uma maca.

Tenha sempre uma pequena maleta de primeiros socorros com materiais para curativos simples, assaduras etc.

Prepare uma lembrança para deixar no lugar aonde for acampar. Não esqueça de fazer uma Boa Ação!

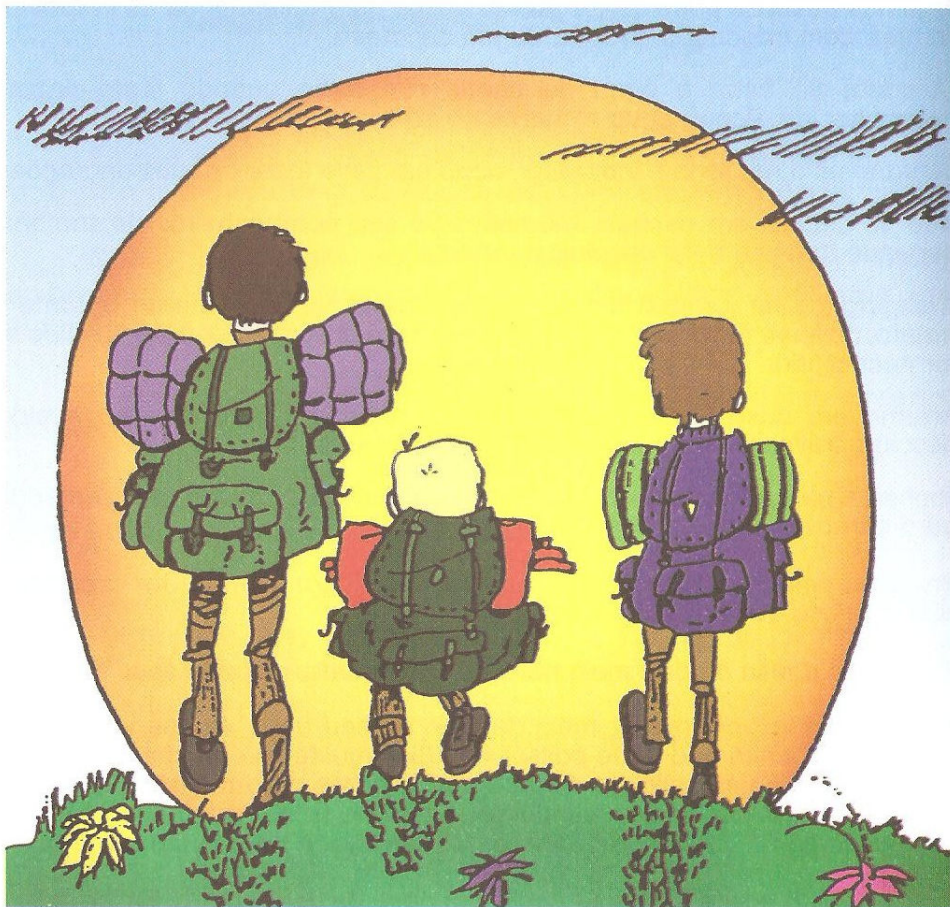
Faça uma pausa a cada meia hora de caminhada, respeite seus limites!

A mochila não pode pesar mais de 20% de seu peso, ex.: se você pesar 50kg sua mochila não pode passar de 10kg. Ajuste sua mochila com peso na cintura. Olhe sempre em direção ao horizonte para manter sua coluna em posição adequada diminuindo seu desgaste físico. Mantenha sempre o mesmo ritmo de caminhada (nem muito devagar e nem muito rápido).

Não hesite em pedir ajuda em caso de **EMERGÊNCIA!!!**

Assuntos que devem constar do relatório:

1. Descrição detalhada de toda a jornada.
2. Faça o Percurso de Gilwell de no mínimo 4km, em papel almaço quadriculado, constando os seguintes itens:
 - a) escala adotada;
 - b) convenções cartográficas do mapa;
 - c) direção norte magnético.
3. Desenho panorâmico feito com a quadrícula.
4. Avaliação de distância e altura.
5. Faça um estudo da Flora. Durante a Jornada, recolha folhas de plantas que você encontrar pelo caminho, pesquise sobre elas e coloque-as em seu relatório com a explicação de cada uma.



Aferir Passo

Antes de começar sua jornada você precisa saber quanto mede o seu passo; isso chama-se **Aferir Passo**.

Use um bastão escoteiro que tenha medidas marcadas em centímetros/metros; você deve medir a distância de 100 metros no chão. Caso o seu bastão não tenha aquelas medidas, você pode medir previamente um barbante com uma trena ou uma fita métrica no tamanho de 100 metros. Estique o barbante no chão, marcando o ponto **0** e o ponto dos **100** metros. Depois de ter marcado os pontos, ande normalmente do ponto **0** ao ponto dos **100** metros contando o número de passos e anote o total. Faça isso três vezes, quando já estiver com as três contagens some-as e divida por três. Se preferir você pode contar em passo duplo, ou seja, contar sempre no pé esquerdo ou no direito. O resultado é a medida média do seu passo.

Passo Escoteiro



O Passo Escoteiro consiste em alternar sucessivamente a corrida com o passo para percorrer uma certa distância.

Não se trata de uma prova de velocidade. Ele oferece, sim, as vantagens de permitir cobrir em tempo relativamente curto um percurso grande, com pouco esforço e sem grande fadiga.

O Passo Escoteiro foi muito usado na antiguidade (quando não havia meios rápidos de comunicação e transportes), para transmissão de ordens e informações. Baden-Powell introduziu-o no Escotismo depois de observar na África os Impi-zulus

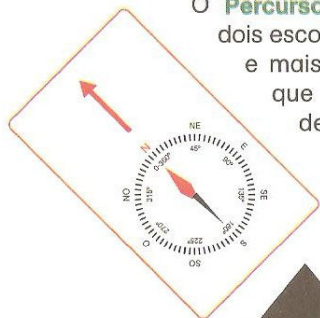
(regimentos dos guerreiros zulus) que em Passo Escoteiro percorriam grandes distâncias em tempo relativamente curto (8km por hora) surpreendendo o inimigo ao amanhecer, em excelentes condições físicas e de combate.

Em geral, o Passo Escoteiro consiste em realizar lances de 40 a 50 passos andando e outros 40 a 50 passos correndo, respirando sempre pelo nariz.

Se você sentir que saiu da rota do mapa, você poderá utilizar o Passo Escoteiro para retornar ao último ponto conhecido e recomeçar, assim, você recuperará um pouco do tempo perdido.

Orientação Percurso de Gilwell

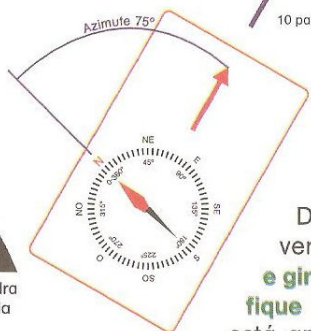
O **Percurso de Gilwell** é feito com no mínimo dois escoteiros: o primeiro é o Batedor ou Baliza e mais conhecido como o **"Homem Passo"** que tem como função contar os passos de um ponto ao outro e é o que vai na frente; o segundo é o **Engenheiro de Medição**, que mede e anota os ângulos de Azimute e que ao alcançar o batedor, anota a distância e as referências.



Casa antiga à direita
Ponto 2

Como achar o Azimute?

Vamos supor que você esteja no Ponto Zero, que é onde começa o seu Percurso de Gilwell. Como mostra o desenho ao lado, primeiro você terá que achar um ponto de referência: que deve ser nítido e permanente no terreno, você olha e vê, por exemplo, uma "Grande pedra à esquerda", do caminho, que será o seu Ponto 1.

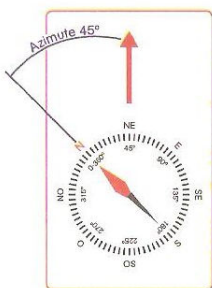


10 passos a 75°

Do Ponto Zero, você direciona a seta vermelha da bússola **para o seu Ponto 1, e gira o marcador de ângulos para que o N (Norte) fique exatamente** para onde a agulha da bússola está apontando. O **Azimute** é o ângulo que estará marcando na seta vermelha da bússola; em nosso desenho, é de 45° Norte.

Grande pedra à esquerda
Ponto 1

10 passos a 45°



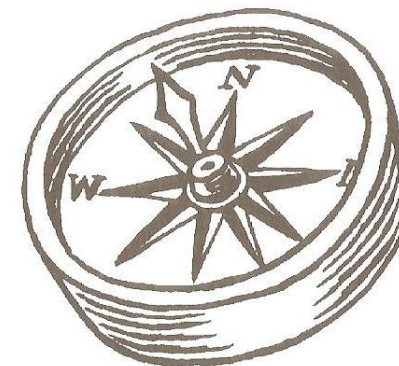
Ponto Zero (partida)

Assim que começa o **Percurso de Gilwell**, o **Engenheiro de Medição** mede e anota os ângulos de Azimute, depois o **"Homem Passo"** vai até o Ponto 1 ("Grande pedra à esquerda") em linha reta, o **Engenheiro de Medição** espera até que o **"Homem Passo"** chegue ao Ponto, pois caso **"Homem Passo"** saia da linha reta o **Engenheiro de Medição** pode corrigir a direção. Quando o **"Homem Passo"** chega ao ponto, o **Engenheiro de Medição** vai até e lá anota a distância (número de passos) e as referências do local percorrido. Essa dinâmica continua até o final do **Percurso de Gilwell**.

Obs.: O **Engenheiro de Medição** e o **"Homem Passo"** devem se revezar, por exemplo: a cada 15 pontos, as funções são trocadas.

Como preencher a Planilha do Percurso de Gilwell.

Para facilitar vamos descrever cada item da Planilha, conforme o desenho a seguir:



PT – são os Pontos do percurso; para facilitar, eles já estão numerados.

Hora – marcar o horário de chegada em cada novo Ponto.

Azimute – marcar o ângulo medido do próximo ponto.

Norte – marcar a direção para que a agulha da bússola está apontando.

Passos – qual foi a distância em passos de um ponto ao outro.

Metros – é só transformar a medida de seus passos em metros.

Total – soma dos metros.

Desenho – desenho do ponto de referência que foi utilizado para o azimute.

Descrição – descrever o ponto de referência que foi utilizado para o azimute e das referências ao redor da estrada de um ponto ao outro.

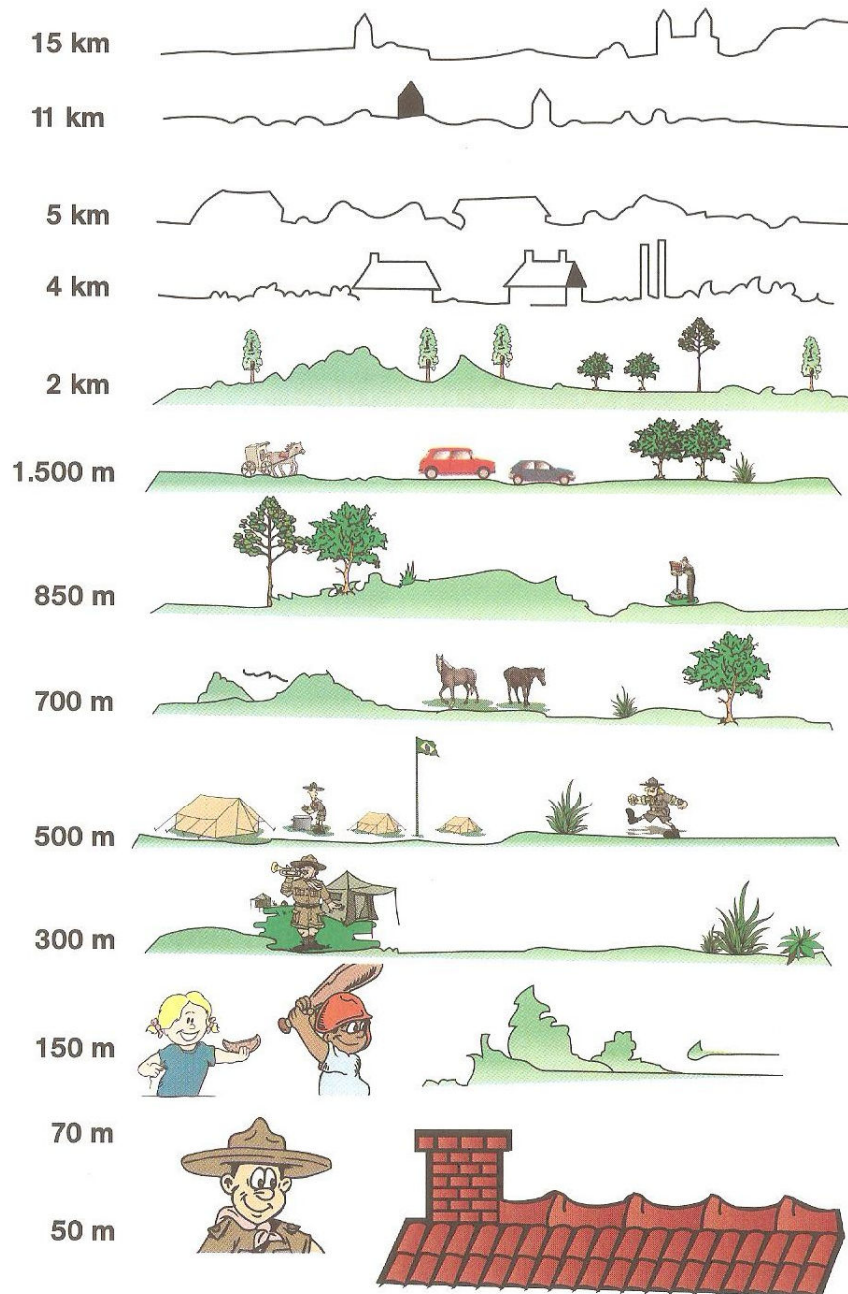
Obs.: na sua jornada, você notará que a agulha da bússola vai mudar de lugar, de acordo com o percurso que irá percorrer.

Deixe para preencher os **Metros** e o **Total** quando for fazer o relatório.

Percurso de Gilwell

PT	Hora	Azimute	Norte	Distância			Desenho	Descrição
				Passos	Metros	Total		
1	10h00	45°		10				Grande pedra à esquerda Mata ao lado da estrada
2	10h10	75°		10				Casa antiga à direita Pasto ao lado da estrada
3	10h18	0-360°		10				Poste de luz à esquerda Pasto
4	10h24	135°		30				Porteira à direita Casa do Sítio São Benedito

Avaliação de distância – Visual

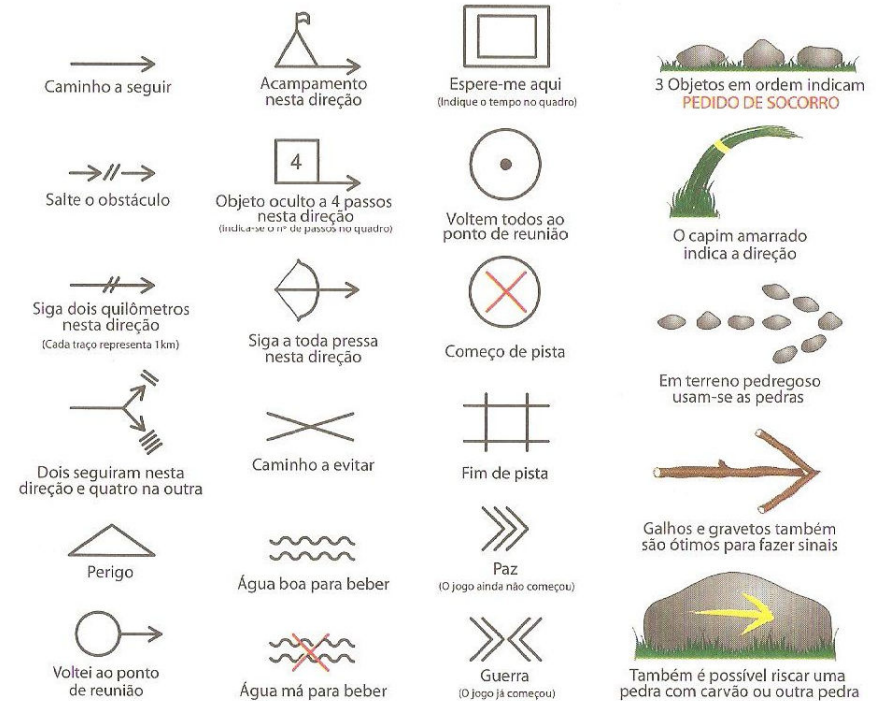


Sinais de Pistas

Os Sinais de Pistas podem ser utilizados durante a Jornada. No caso de você sair da rota, saberá com mais facilidade onde deve recomeçar.

Como utilizar os **Sinais de Pistas**:

- Os sinais são feitos à direita dos caminhos.
- Nos cruzamentos de estradas, deve ser sempre colocado o “caminho a evitar” nas que não serão utilizadas.
- Os sinais devem ser visíveis, feitos em sulcos bem claros na terra, com gravetos ou pedaços de madeira, vegetação ou pedras.
- Quando estiver ventando, não poderão ser utilizados papéis ou folhas.
- Os sinais não devem ser traçados a mais de um metro de altura do solo.
- Os sinais devem ser traçados obedecendo a condição do terreno: em terrenos difíceis, de 2 em 2 metros; nas rochas, de 5 em 5 metros; nas matas, de 20 em 20 metros; e nos campos, de 30 em 30 metros.
- Nos lugares de movimento, devem ser feitos muitos sinais.

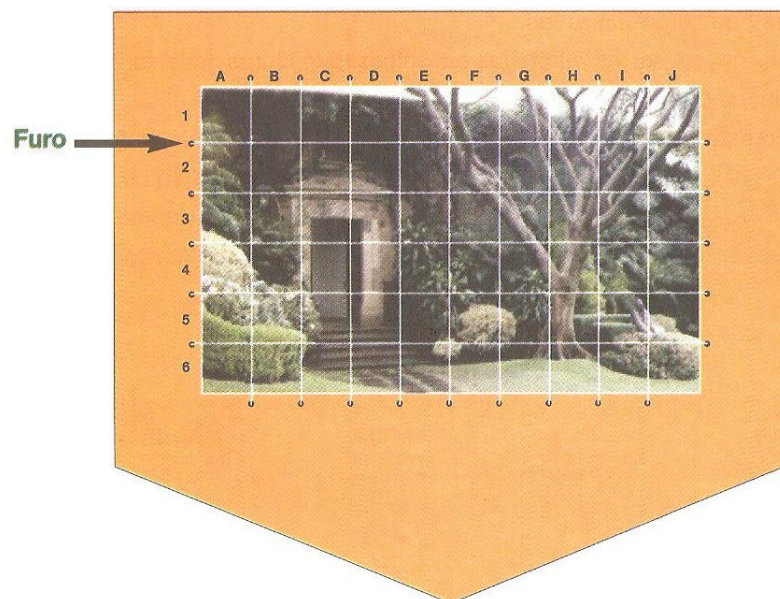


Quadrícula

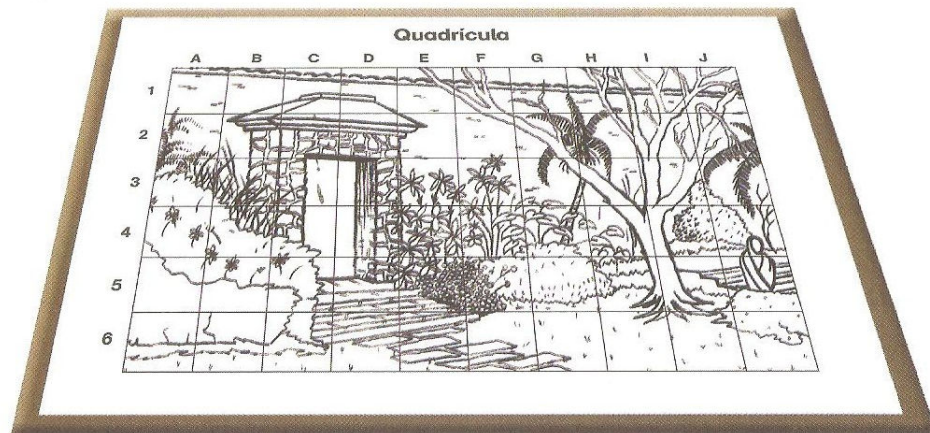
Prepare a Quadrícula com antecedência. - Observe o desenho abaixo: **1.** Corte um papelão grosso de aproximadamente 25 x 30cm. **2.** Marque os espaços das letras e números, de 2 em 2 cm, fazendo um furo. **3.** Corte o miolo do papelão, fazendo uma janela. **3.** Passe um barbante nos furos. Sua quadrícula está pronta.

Como utilizar a Quadrícula.

1. Aponte a quadrícula para a paisagem que vai desenhar, como mostra o exemplo abaixo.



2. Copie o que há em cada quadrado da quadrícula para o papel.

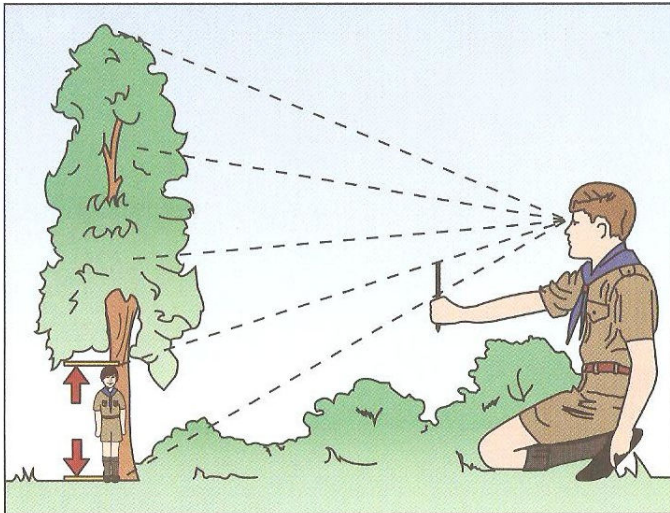


Indicadores de Previsão de Tempo



- 1. Cirrus** – São nuvens translúcidas (que deixam passar a luz) muito altas, quase sempre filamentosas. Às vezes se apresentam esfarrapadas, em longos fiapos: são os “rabos de galo”. Muitas vezes anunciam ventos fortes.
- 2. Cúmulus** – São grandes nuvens densas que lembram montes de algodão. São brancas e, em geral, possuem a parte superior arredondada e a inferior mais ou menos plana. São formadas quase sempre durante o dia. Se combinadas com nimbos, ocasionam aguaceiros e trovoadas.
- 3. Nimbus** – São nuvens espessas, escuras, pardacentas, sem forma definida, bordas esfarrapadas, que geralmente se desfazem em chuvas.
- 4. Stratus** – Nuvens em forma de longas faixas dispostas em camadas contínuas e horizontais. São nuvens baixas que se formam ao amanhecer, dissipando-se com o calor do dia. São os Stratus que formam os nevoeiros.

Avaliação de Altura



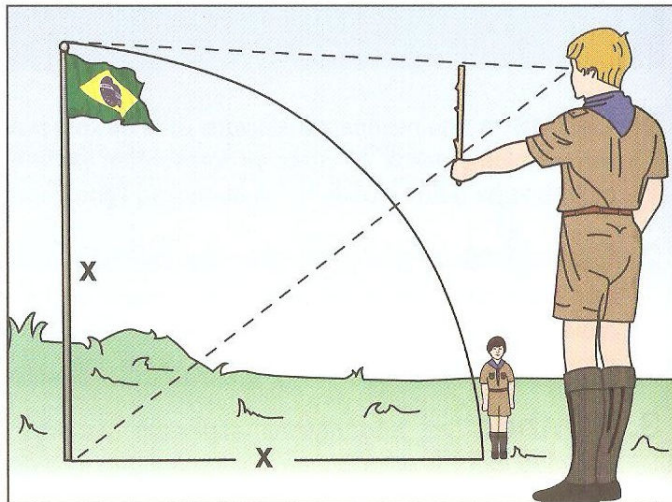
Método de Unidade

Coloque um companheiro de que você sabe a altura encostado na árvore, ou faça uma marca de sua própria altura no tronco. Ande para trás. Segure um graveto ou um lápis na posição vertical, depois estique seu braço. Com um olho fechado, meça a altura do seu companheiro, olhando do topo do graveto até a unha do seu polegar.

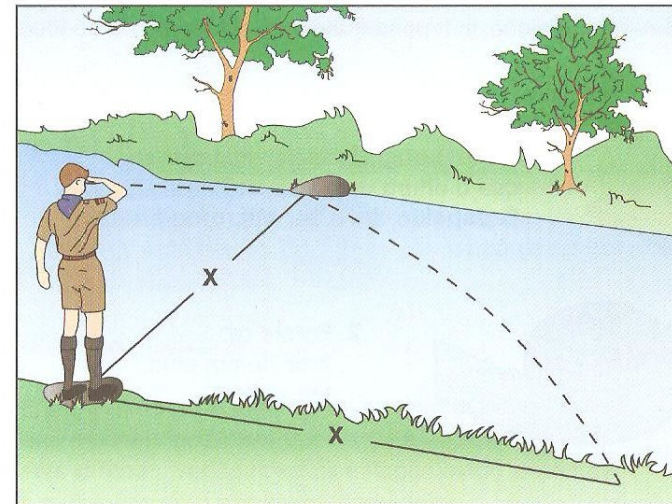
Depois mova o graveto para cima, para ver quantas vezes essa medida cabe na altura da árvore. Multiplique a altura do seu companheiro pelo número de vezes encontrado. Isso dará a você a altura da árvore.

Método do Lenhador

Segure um graveto na posição vertical com a mão e estique seu braço. Afaste-se do mastro da bandeira (ou árvore) que você quer medir. Aponte para a ponta do mastro de tal forma que o topo do graveto cubra a ponta do mastro. O lugar onde estiver o seu polegar será o pé do mastro. Então gire o graveto a 90 graus para a posição horizontal. Identifique o ponto onde o topo do graveto toca o chão. Meça com passos desse ponto marcado até o pé do mastro para obter a altura.



Avaliação de Distância



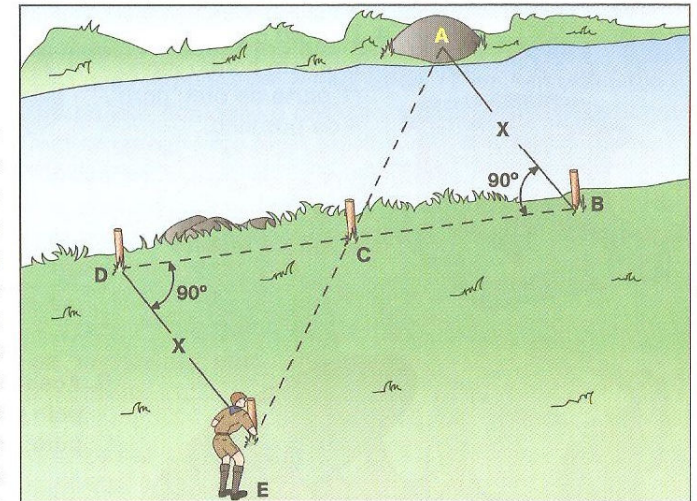
Método de Napoleão

Permaneça em uma margem. Incline sua cabeça e seu queixo contra o tórax. Segure sua mão, voltada para baixo, contra a sua testa. Mova sua mão para baixo até perceber que toca a margem oposta. Então faça um giro de 90° graus (um quarto de volta) “transferindo” a distância para a margem em que você está. A distância do

ponto que a extremidade de sua mão parece tocar é a largura do rio. Meça a distância com passos. Napoleão usava a borda de seu chapéu em vez da mão. Assim poderá ser feito se você tiver sobre a cabeça um chapéu ou um boné escoteiro de aba larga.

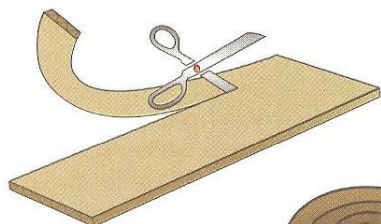
Processo do Triângulo

Identifique uma pedra ou um ponto do outro lado do rio (A). Coloque um graveto deste lado da margem na mesma linha da pedra ou do ponto (B). Ande ao longo da margem em ângulo reto em relação a AB. Dê qualquer número de passos (ex.: 15 passos) e coloque outro graveto no local (C). Continue andando ao longo da mesma margem, na mesma linha, com o mesmo número de passos (neste caso, 15). Coloque outro graveto aqui (D). Deste ponto, ande em ângulo reto em relação a DB. Quando você vir o graveto C alinhado a A em linha reta, marque (E). DE é a distância da largura do rio.

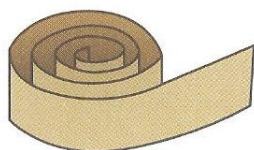


Espiriteira

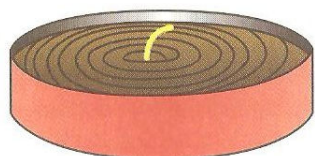
Este tipo de espiriteira pode ser transportado facilmente nas jornadas, pois ocupa pouco espaço. Você pode fazer uma rápida refeição, independentemente do tempo ou do local.



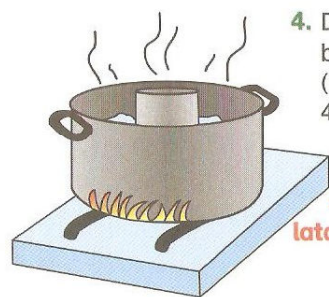
1. Corte o papelão um pouco menor que a altura da lata.
O papelão deve ser micro-ondulado.



2. Enrole as tiras de papelão em espiral.



3. Coloque a espiral em uma lata com tampa (cera de chão) e coloque o pavio de barbante de algodão.

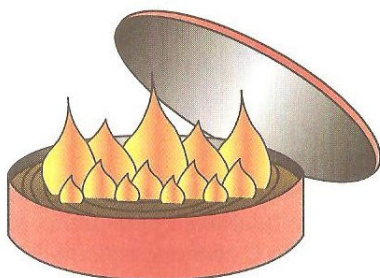


4. Derreta a parafina e o breu em banho maria. (1 parte de breu para 4 de parafina).

Obs.: quando for tirar a lata, use luvas, pois a lata estará quente.



5. Despeje a parafina/breu derretidos na lata.

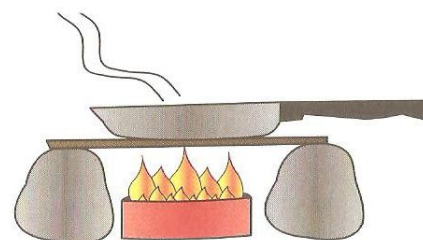


6. Acenda a sua Espiriteira pelo pavio. Use a tampa para apagar a chama.

Obs.: prepare a espiriteira com antecedência, sempre acompanhado por um adulto.

Dicas de como usar a Espiriteira

Durante a Jornada, você pode usar a espiriteira das seguintes maneiras:

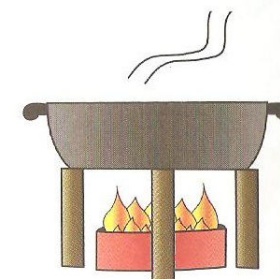


Utilizando Espeques

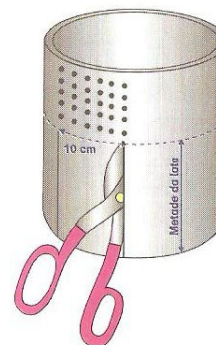
Procure pedras ou troncos, da mesma altura; coloque 3 espeques sobre as pedras ou troncos para servir de grelha.

Utilizando Estacas

Enterre no chão 4 estacas do mesmo tamanho, para que a panela possa ser apoiada. Se você for utilizar este método, verifique se as estacas estão distantes o suficiente para não pegar fogo nelas.



Torradeira de campo

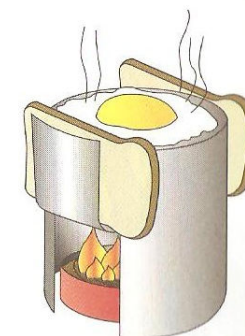


1. Pegue uma lata de 1 kg de leite em pó.
2. Faça uma marca na metade da lata.
3. Faça duas marcas com a largura de 10 cm, uma de cada lado da lata, conforme o desenho, que serão as "torradeiras".
4. Com um prego faça furos na lata, na parte de cima das "torradeiras".
5. Com uma tesoura de funileiro, corte as "torradeiras". O corte deve ser só até o meio da lata. **Use luvas para se proteger durante o corte da lata.**

6. **Usando as luvas**, dobre as "torradeiras" para cima e sua Torradeira de campo estará pronta.

Se você for utilizar a Torradeira em sua jornada, leve-a sem dobrar as "torradeiras", fica mais fácil transportar.

Sugestões: 1- Esquente bem a torradeira. 2- Unte a superfície com manteiga ou óleo. 3- Frite com cuidado. 4- Embrulhe o pão com papel alumínio para não queimar.



Fogão de Vala

Algumas de nossas sugestões de cardápio devem ser feitas em um fogão de vala e outras você pode cozinhar com uma espiriteira.



Cave o chão com pelo menos 3 a 4 palmos de tamanho, 2 de largura e 1 de profundidade.

Queime lenha fina e média, pois você irá precisar de bastante brasa para poder cozinhar.

Não esqueça de fechar o buraco e deixar tudo limpo.

Para fazer um bom fogo para um bom braseiro, você precisa de:



Montagem

Coloque a mecha, os gravetos pequenos, os médios, os grandes e a lenha. Deixe um espaço pequeno entre eles para circular o ar. Acenda o fogo. Se precisar, assopre devagar. Toda a lenha deve estar seca. Lenha verde faz fumaça e não pega fogo.

Para melhor visualização, a ilustração mostra uma lenha roliça, mas não se esqueça de que madeira roliça não pega fogo direito. Sempre rache a lenha.



Regras de Segurança:

1. Limpe o local escolhido antes de armar a sua fogueira, veja se não há risco de o fogo se alastrar.
2. Quando for assoprar o fogo, avise aos outros de que vai assoprar, para que ninguém faça isso ao mesmo tempo.
3. Fique sempre atento quando estiver cuidando do fogo.
4. Não jogue produtos combustíveis no fogo (desodorante, álcool etc.). O fogo pode fazer o caminho inverso do líquido, subir até o frasco do produto, causar uma pequena explosão e provocar queimaduras em todos que estiverem por perto.
5. Fogo é sempre um perigo e sempre temos de estar atentos para evitar acidentes.

Sugestão de Cardápio

Preparamos um cardápio simples que você possa preparar com um fogão de vala e uma espiriteira.

Almoço 1 – Lingüiça Calabresa defumada • Arroz a Grega • Suco • Banana Assada



Como fazer: Frite a **lingüiça calabresa** em uma frigideira e, em vez de óleo, use um pouquinho de água, assim ela fica bem sequinha. Use a espiriteira para cozinhar.

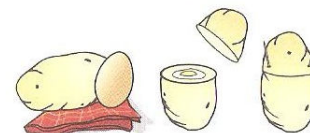
Em uma caixa de leite vazia e limpa, coloque o **arroz** e a água como você faria em uma panela. No fogão de vala já com as brasas, coloque a caixa de leite, abrindo espaço entre as brasas; deixe as brasas em volta da caixa para que o arroz cozinhe. Assim que estiver cozido, misture uma lata de **seleta de legumes**, e seu arroz a grega estará pronto. Pegue uma **banana**. Abra somente uma das partes, e com um garfo fure e coloque açúcar e canela. Feche a banana, enrole em papel alumínio e coloque no fogão de vala, próximo às brasas, mas não em cima. Vire de vez em quando a banana, para assar dos dois lados.



Jantar – Sopão • Suco • Batata com ovo.

Como fazer: Compre um **sopão** com mais substância, com macarrão. Faça o sopão normalmente; você pode cozinhar em sua espiriteira.

Pegue uma **batata** grande. Corte a batata deixando um pedaço maior do que o outro. Na parte maior da batata, tire o miolo, deixando 1 cm de borda. Quebre o ovo e, com cuidado, coloque-o dentro da batata. Feche a batata com palitos de dente. Coloque a batata no fogão de vala, próximo às brasas e não em cima. Vire de vez em quando a batata, para assar por inteiro.



Café da Manhã – Café Tropeiro • Pão de Caçador

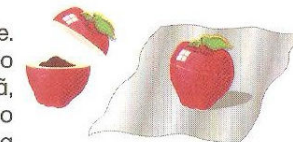
Como fazer: Ferva a água com 2 colheres de **café**. Quando a água estiver fervendo, jogue uma brasa dentro do bule, para o pó de café ir para o fundo, e seu **Café Tropeiro** estará pronto.

Para fazer o **Pão de Caçador**, você irá precisar de: 200 g de farinha de trigo com fermento • Água • 2 pitadas de sal • 1 colher de açúcar. Misture em um recipiente a farinha, o sal e o açúcar. Coloque um pouquinho de água e vá misturando a massa, até ela parar de grudar na mão. Faça rolinhos com a massa e enrole em um graveto ou em um pedaço de bambu, com mais ou menos um dedo de distância, conforme o desenho ao lado. Passe um pouco de água com açúcar para ficar douradinho. Coloque o pão de caçador no braseiro para assar e vá virando o pão para assá-lo por inteiro.



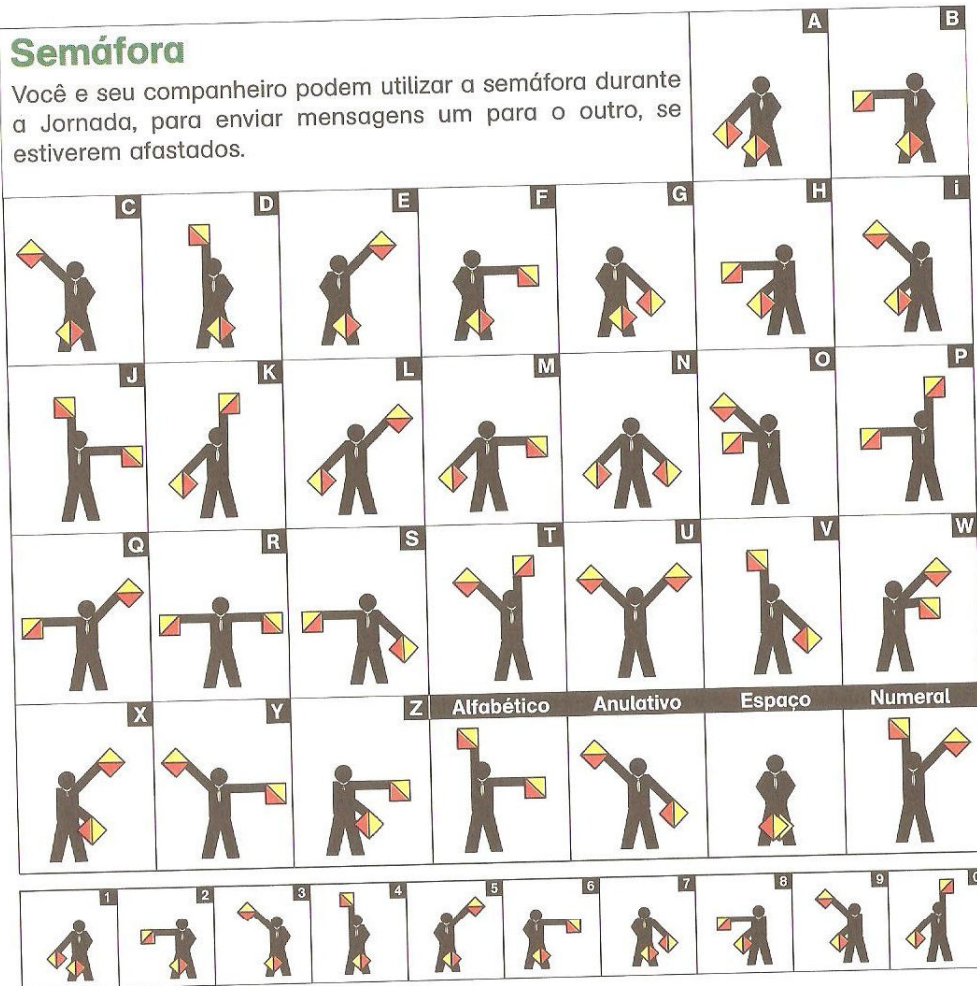
Jantar – Macarrão com molho e salsicha em lata • Suco • Maçã assada.

Como fazer: Faça o **Macarrão com molho e salsicha** normalmente. Pegue uma **Maçã**, corte o topo, tire os caroços e um pouco do miolo. Coloque um pouco de goiabada ou geléia, feche a maçã, enrole em papel alumínio e coloque no fogão de vala, próximo às brasas, mas não em cima. Vire de vez em quando, para a maçã assar totalmente.



Semáfora

Você e seu companheiro podem utilizar a semáfora durante a Jornada, para enviar mensagens um para o outro, se estiverem afastados.



Código Morse

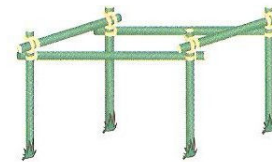
Durante a noite, tente se comunicar com seu companheiro através do Código Morse, com suas lanternas.

A	· -	J	· - - -	S	· · ·	2	· · - - -
B	- · · ·	K	- · -	T	-	3	· · · - -
C	- - · ·	L	· - · ·	U	· · -	4	· · · · -
D	- · ·	M	- -	V	· · · -	5	· · · · ·
E	·	N	- ·	W	· - -	6	- · · · ·
F	· · · ·	O	- - -	X	- · · -	7	- - · · ·
G	- - ·	P	· - · ·	Y	- - - -	8	- - - · ·
H	· · · ·	Q	- - · -	Z	- · · ·	9	- - - - ·
I	· ·	R	· - ·	1	· - - - -	0	- - - - -

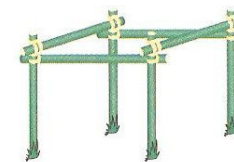
Abrigos

Em vez de levar uma barraca, você pode fazer um abrigo, assim você diminui o peso na sua jornada. Abaixo, há alguns tipos de abrigos simples que utilizam pouco material.

Tipos de Abrigos:



Retangular

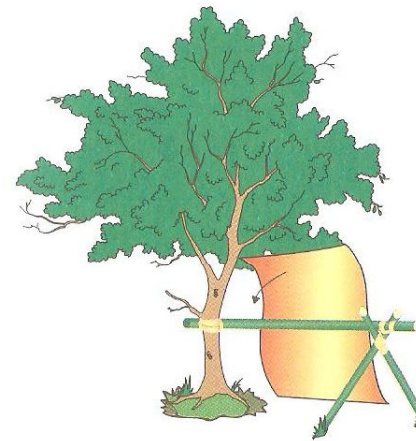


Quadrado

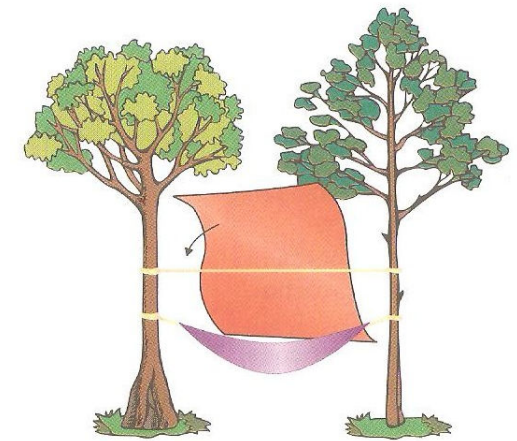


Tripé

Nos abrigos **Retangular** e **Quadrado**, use amarras quadradas para amarrá-los. No abrigo **Tripé**, você pode utilizar a amarra de tripé para os pés e amarrar a trave com amarras quadradas.



Aproveitando uma árvore



Rede

Se você achar melhor aproveitar uma árvore, use a mesma técnica do abrigo **Tripé**. No abrigo da **Rede**, estique uma corda para o toldo, deixe-a bem esticada, e coloque a rede por baixo do toldo.

Obs.: em sua mochila, lembre-se de levar sisal e plástico de aproximadamente 2 metros por 3 metros. Nunca sabemos o que vamos encontrar. É melhor estar prevenido.

