

	Strana
Předmluva	7
I. ČÁST: VÝVOJ, PODSTATA A VÝZNAM SKAUTINGU.	
VZORY ČESKÝCH JUNÁKŮ.	
I. Oddíl: Vývoj skautingu.	
Výchova přirozená a v přírodě (Prof. Fr. Drtina)	15
Ernest Thompson Seton	19
Sir R. Baden-Powell	22
Hoši-skauti v Mafekingu	24
Skautové míru	26
Rozšíření skautingu	29
Počáteční potíže skautingu	32
Skautování a militarismus (V. Klofáč)	36
II. Oddíl: Podstata skautingu.	
Baden Powelův výklad skautování	41
Pobyt v přírodě	42
Umění pozorovati	44
Táboření	46
Noclehování v přírodě (J. Thomayer)	47
Skautování školou práce a rytířství	48
Fysický vývoj mládeže	50
Vliv organisace	51
III. Oddíl: Význam skautingu.	
Skauting po stránce fyziologické (Dr. O. Faustka)	52
Kouzlo a výchovná hodnota skautování (Fr. Čáda)	53
Kulturní ethický a sociální význam skautů (F. V. Krejčí)	61
IV. Oddíl: Vzory českých junáků.	
Junáctví v české historii (Dr. V. Sokol)	66
Ctnosti rytířské (Dr. V. Sokol)	73
Na pohraniční stráži (Al. Jirásek)	77
Černohorský junák (Jos. Holeček)	80
Ruská škola práce (Karel Velemínský)	88
Ideál muže v Japonsku (Al. Svojsík)	93

II. ČÁST: V PŘÍRODĚ.

I. Oddíl: Do přírody!

	Strana
Úvod	101
Život v přírodě školou pravé mužnosti	102
Zahrady. Parky	108
Japonsko — říše květin	110
Turistika. Cestování	117
Několik pokynů k cestování	120
Na železnici. Jízdní řády	123
Cizí peníze	129
Na vycházkách junáků	132
Fotografujte, kreslete v přírodě!	134
Vycházky noční	136
Předpověď počasí	137
Pohled na hvězdnaté nebe	138
Souhvězdí naší oblohy	140
Hvězdné nebe v jednotlivých měsících	144
Pokyny vůdcům	146

II. Oddíl: Orientace. (Dr. E. Fait.)

Rozhled po krajině. Orientovati se	148
Určování světových stran. Dle slunce	152
Dle slunce a hodinek	152
Dle hvězd	153
Dle měsíce	154
Kompas. Busola	156
Mapy	160
Měřítka číselná a přímková	163
Znázornění hor na mapách	166
Značky místopisné	168
Místopisné značky na mapách rakouských	178
Úkoly. Cvičení na mapě	179
Cvičení v přírodě	179

III. Oddíl: Signalisování.

Úvod	181
Viditelné signály	182
Morseova abeceda	182
Signalisování vlajkou	185
Signalisování dvěma vlajkami	190
Dorozumívání pomocí paže	191
Zvláštní znamení	192
Signalisování ohněm a dýmem	193
Heliograf. Sluneční telegraf	195
Semafor	198
Slyšitelné signály	202
Povely píšťalkou	203
Šifrované zprávy	203
Doručování zpráv	206
Pokyny vůdcům	207

IV. Oddíl. Poznejme přírodu! (B. Bauše.)		Strana
Živočišstvo		209
Čtvernožci		212
Ptactvo		219
Plazi, obojživelníci a vodní živočichové		221
Hmyz a jiná drobotina		222
Rostlinstvo		224
Říše kamenná		230
Voda		233
Doslov		236

III. ČÁST: UMĚNÍ POZOROVATI.

Úvod	239
----------------	-----

I. Oddíl: **Pozorování.**

Mladý pozorovatel	243
Postřehnouti »známku«	246
Kim	248
Podrobnosti na lidech	254
Příklady	256
Známky při záhadných událostech	258
Podrobnosti krajiny	260
Pozorování za noci	261
Pokyny vůdcům	261

II. Oddíl: **Stopování.**

Stopy lidské	264
Stopy zvířat	267
Stopy na sněhu	270
Stáří stopy	272
Sledování stopy	273
Ztratíme-li stopu	275
Stopa bosé nohy	278
Pokyny vůdcům	279

III. Oddíl: **Usuzování.**

Kombinování	281
Příklady usuzování	284
Tajemný souboj	285
Příběhy ze života skautů	291
Pokyny vůdcům	293
Cvičení v usuzování	295

IV. Oddíl: **Jak se krýtí.**

Jak se učiniti neviditelným	296
Jak si počínati v noci	298
Pomůcky při skrývání se	300
Jak se naučíte krýtí se	302
Jak se krýtí při pozorování zvířat	302

IV. ČÁST: TÁBOŘENÍ.

I. Oddíl: Všeobecná část.

	Strana
Úvod	315
Námítky proti táboření	316
Volba místa	319
Tábor stálý a putovní	320
Člun. Kolo	322
Svolení majitele pozemku	322
Pohodlí v táboře	324
Stany	326
Voda v táboře	328
Oheň	330
Sušení šatstva	334
Výzbroj tábora	334
Smysl pro pořádek. Čistota	337
Zdravotní pokyny	339
Sebeobrana	339
V exotických krajinách	340
Táboření mládeže	341

II. Oddíl: Kuchyně v táboře.

Úvod	344
Vaření v táboře	345
Studená jídla. Mléko	351
Vařená jídla	352
Polévky	353
Omáčky	358
Knedlíky	359
Masitá jídla	361
Ryby. Raci.	368
Konservy	369
Zeleniny. Ovoce	370
Kaše	374
Vejce	374
Káva, čaj, čokoláda, kakao	375
Chléb	378
Všeobecné pokyny k stravování. Výživnost pokrmů	380
Praní prádla	384

III. Oddíl: Stavby a jiné práce v táboře.

Úvod	385
Vázání uzlů	386
Porážení stromů	388
Stavění chat	390
Stavba stanů	392
Stavba člunů	396
Stavba mostů	397
Různé výrobky tábora	399
Význam ručních prací (V. Rohlena)	401

	Strana
Podrobné návody k hotovení předmětů (V. Rohlena)	410
Odhadování vzdáleností, výšek atd.	422
Měření a výpočet vzdáleností a výšek	426
Rozvrh času v táboře. Pořad jídel	428
Koupání	431
Noční hlídka	432
Zábavy v táboře	434
Pokyny vůdcům	436
Doslov	439

V. ČÁST: ZDRAVÍ A SÍLA JUNÁKA.

I. Oddíl: Hlavní pravidla zdravovědy. (Dr. J. Šimsa.)

Význam zdravovědy	445
Buď střídavým v jídle a pití	446
Jak se chrániti nakažlivých chorob	451
Buď čistotný! Otuzuj se!	452
Oděv	454
Ošetření zraku a sluchu	455
Ošetření zubů a dutiny ústní	456
Uč se hluboko dýchat	456
Vydatný spánek je nutný pro zdraví	457
Varuj se opojných nápojů!	459
Nekuř!	464
Pěstuj tělocvik a hry na čerstvém vzduchu!	465
Zdravý byt, zdravý lid (Dr. J. Lošťák.)	468

II. Oddíl: První pomoc.

Buď připraven! Záchrana života	473
Panika	482
Pouliční nehody	485
Co činiti při požáru	486
Záchrana osob omámených plyny	489
Zachraňování tonoucích	491
Jak se zachovati, spláš-li se koně	493
Jak si počínati, vyskytne-li se pominutý pes	494
Zmrznutí	494
Zranění elektrickým proudem. Blesk	495

III. Oddíl: První pomoc. (Dokonč.) (Dr. K. Weigner)

Mdloby	497
Sluneční úžeh	499
Umělé dýchání	500
Otřesení mozku	502
Odřeniny a opruzení	503
Rány	503
Krvácení	505
Zhmožděnin	508
Zlomeniny kostí	510

	Strana
Podvrtnutí a vymknutí	514
Spáleniny	515
Omrzliny	516
Otravy	516
Rány kousnutím vzniklé	518
Cizí tělesa v oku, uchu a hltanu	519
Doslov	520

IV. Oddíl: **Hry junáků.** (Klenka, Svojsík.)

Na hledanou	522
Závody v postřehování (Kimova hra)	522
Výkladní skříň	523
Rychle pozoruj!	524
Závody v pozorování	524
Poznávati věci	525
Odhadování času	525
Na pochůzce	526
Blízko i daleko	526
Na schovávanou	527
Pavouci a mouchy	527
Poznati stopovaného	528
Na uprchlíka	528
Honba	528
Nepřítel v táboře	529
Stopování čety	529
Na pašeráka	530
Plížiti se	530
Na strážce	531
Setkaná	531
Na zpravodaje	532
Na kurýra	533
Válečná	534
Válečná s třemi prapory	537
Na hlídku	538
Škádlivá	541
Rozestavný běh (Štafeta)	543
Na medvěda	543
Hry ve vodě	544
Lov na velrybu	544
Polární výprava	545
Pronásledovaný (Sibiřský uprchlík)	545
Sněhový hrad	546
Bitva v zasněžené krajině	546

V. Oddíl: **Tělocvik a sport.** (Klenka, Svojsík.)

Cvičení v přírodě	548
Každodenní cvičení junákovo	551
Cvičení ve vodě	559
Tance junáků	561
Odzemek	561
Několik myšlenek o sportu (Dr. J. Guth.)	563

VI. ČÁST: JUNÁK VE SPOLEČNOSTI. CTNOSTI A POVINNOSTI JUNÁKA. ZÁKLAD ORGANISACE.

Strana

I. Oddíl: **Junák ve společnosti.** (Novák, Svojsík) 569

II. Oddíl: **Ctnosti a povinnosti junáka.**

Skromnost junáka zdo­ba (K. Vaníček)	595
Hleď si osvojit pevnou vůli a mravní zásady (J. Novák.)	597
Přátelství (Jan Novák.)	600
Sebezdokonalování (Jan Novák.)	602
Buď veselé mysli (Jan Novák.)	605
Spořivost (Jan Novák.)	607
Jak se státi výmluvným (Jan Novák)	612
Volba povolání (Jan Novák.)	621
Jak se domoci úspěchu (Jan Novák.)	623
Hrdinnost	627
Varujte se! (Petr Dej­mek.)	630
Junák a zákon. (Dr. F. Svojsík.)	636

III. Oddíl: **Ctnosti a povinnosti junáka.** (Dokonč.)

Mé přání k českému junáctvu. (Fr. Bílý.)	641
Český junák a hudba. (K. Hoffmeister.)	643
Český junák a umění. (Dr. Zd. Wirth.)	651
Rodina. (K. Rais.)	653
Škola. (K. Rais.)	655
Národ. (K. Rais.)	657
Češi a Rakousko. (Dr. K. Kramář.)	660

IV. Oddíl: **Základ organisace.**

Zákon junáků	673
Organisace skautů anglických	677
Základní prvky organisace naší. Skautování u nás	679
Nováček. (Junáček)	681
Skaut druhé třídy (Jun)	682
Skaut první třídy (Junák)	683
Odznaky anglických skautů	684
Označování oddílů a družin	686
Oblek	687
Finance	688
Jak možno získati prostředků	688
Vůdcové	691
Jak lze hochy získati	693
Pokyny vůdcům	694
Organisaci českých skautů do vínku. Skaut a národnostní mír. (Prof. Dr. Fr. Drtina.)	697
Slovo k české mládeži	700
Junácká. (K. Kovařovic-F. S. Procházka.)	704
Literatura	710
Seznam vyobrazení	713