



Bắc Đẩu

Rev. 10/13/2017



Tên (Scout) : _____ Đội/Tuần(Patrol) : _____

Ngày bắt đầu (Start date) : ____ / ____ / _____ Ngày hoàn tất (Completion date) : ____ / ____ / _____

ĐỀ MỤC (Description)

NGÀY TRƯỞNG

A. Hoàn tất yêu cầu của chương trình sau đây:

(Complete the following requirements.)

1. Camping and Outdoor Ethics – Cắm Trại và Nguyên Tắc Sinh Hoạt Ngoài Trời

- a. Đã tham dự 10 kỳ sinh hoạt, trong đó có 6 kỳ trại qua đêm, không kể _____ / ____ / ____
những buổi họp Đoàn hoặc Liên Đoàn. Ít nhất là trong 5 kỳ trại đó, phải
ngủ lại trong lều do chính tay em dựng hoặc những cấu trúc mà em đã
giúp dựng lên (lều bạt, lều/hang tuyết, hay lều vải).

(Since joining, participate in 10 separate troop/patrol activities, six of which include overnight camping. These 10 activities do not include troop or patrol meetings. On at least five of the six campouts, spend the night in a tent that you pitch or other structure that you help erect (such as a lean-to, snow cave, or tepee.)

- b. Giải thích từng phần của nguyên tắc "Bước Đi Nhẹ Nhàng" và cho biết em _____ / ____ / ____
thực hành nó ra sao trong các dịp cắm trại hay thám du.

(Explain each of the principles of Tread Lightly! and tell how you practiced them on a campout or outing.)

2. Cooking – Nấu Nướng

- a. Giúp việc lập ra một thực đơn cho một trong các kỳ trại bên trên bao gồm _____ / ____ / ____
ít nhất một bữa ăn sáng, một bữa ăn trưa, và một bữa ăn chiều, và phải nấu
ít nhất hai bữa. Cho biết làm sao thực đơn đó có bao gồm các loại thực phẩm
từ mô hình "Đĩa Của Tôi" hay các mô hình dinh dưỡng hiện tại của Bộ
Nông Nghiệp và đạt các nhu cầu dinh dưỡng nêu trên.

(Help plan a menu for one of the above campouts that includes at least one breakfast, one lunch, and one dinner, and that requires cooking at least two of the meals. Tell how the menu includes the foods from MyPlate or the current USDA nutritional model and how it meets nutritional needs for the planned activity or campout.)

- b. Dùng thực đơn đã lập ra trong phần 2a ở trên, làm một danh sách liệt kê _____ / ____ / ____
ngân khoản số tiền đi chợ và số lượng thực phẩm cần thiết cho 3 hay nhiều
em hơn nữa. Mua số thực phẩm cần thiết.

(Using the menu planned in First Class requirement 2a, make a list showing a budget and the food amounts needed to feed three or more boys. Secure the ingredients.)

- c. Cho biết các loại nồi, niêu, soong chảo và các vật dụng nào cần dùng để _____ / ____ / ____
nấu nướng và dọn các bữa ăn này.

(Show which pans, utensils, and other gear will be needed to cook and serve these meals.)

- d. Diễn tả các quy tắc cần tuân theo để bảo quản và cất giữ các loại thực phẩm _____ / ____ / ____
tươi sống như thịt (cá) tươi, sữa, trứng, rau cải và các loại thực phẩm dễ hư hỏng.

Cho biết cách dọn dẹp, vứt bỏ sạch sẽ rác của trại, lon đồ hộp, hộp nhựa, và các loại đồ phế thải khác.

(Demonstrate the procedures to follow in the safe handling and storage of fresh meats, dairy products, eggs, vegetables, and other perishable food products. Show how to properly dispose of camp garbage, cans, plastic containers, and other rubbish.)

- e. Làm đầu bếp trong một buổi cắm trại. Giám sát các người phụ bếp khi xử dụng lò hay bếp lửa. Chuẩn bị các bữa ăn sáng, ăn trưa và ăn tối như đã dự định trong phần 2a ở trên. Giám sát việc dọn dẹp và lau chùi. _____ / _____ / _____
(On one campout, serve as cook. Supervise your assistant(s) in using a stove or building a cooking fire. Prepare the breakfast, lunch, and dinner planned in First Class requirement 2a. Supervise the cleanup.)

3. Tools - Dụng Cụ

- a. Thảo luận khi nào em nên và không nên rập dây (với dây). _____ / _____ / _____
(Discuss when you should and should not use lashings.)
- b. Diễn tả cách thắt nút kéo gỗ và nút thuyền chài. _____ / _____ / _____
(Demonstrate tying the timber hitch and clove hitch.)
- c. Diễn tả cách rập dây hình vuông, hình chéo chữ thập cách ghép hai hay nhiều dây, cạnh hơn với nhau. _____ / _____ / _____
(Demonstrate tying the square, shear, and diagonal lashings by joining two or more poles or staves together.)
- d. Rập dây (với dây) để làm các dụng cụ trại hay khung cổng, khung lều. _____ / _____ / _____
(Use lashings to make a useful camp gadget or structure.)

4. Navigation - Định Hướng

- a. Dùng bản đồ và la bàn, hoàn tất một khóa định hướng bao gồm khoảng cách ít nhất một dặm (one-mile) và cần đo đặc chiều cao hay rộng của các vật thể nhất định (cây cối, tháp, hẻm núi-canyon, đường hào...). _____ / _____ / _____
(Using a map and compass, complete an orienteering course that covers at least one mile and requires measuring the height and/or width of designated items (tree, tower, canyon, ditch, etc.).)
- b. Diễn tả cách dùng các thiết bị định vị cầm tay GPS, trên điện thoại di động hay các hệ thống định hướng điện tử khác. Dùng GPS để tìm vị trí hiện tại của em, điểm đến, và con đường em cần theo để đến đó an toàn. Đi theo lối đó để tới điểm đến. _____ / _____ / _____
(Demonstrate how to use a handheld GPS unit, GPS app on a smartphone, or other electronic navigation system. Use GPS to find your current location, a destination of your choice, and the route you will take to get there. Follow that route to arrive at your destination.)

5. Nature – Thiên Nhiên

- a. Nhận diện hay cho thấy bằng chứng của ít nhất 10 loại cây bản xứ trong địa phương hay nơi cắm trại của em. Em có thể cho thấy bằng chứng bằng cách nhận diện các loại lá cây hay hoa quả rụng mà em gặp được trong thiên nhiên, hay là trong bộ sưu tập của em, hoặc bằng hình ảnh em chụp được. _____ / _____ / _____
(Identify or show evidence of at least 10 kinds of native plants found in your local area or campsite location. You may show evidence by identifying fallen leaves or fallen fruit that you find in the field, or as part of a collection you have made, or by photographs you have taken.)
- b. Xác định hai cách tìm dự báo thời tiết cho một sinh hoạt sắp tới. Giải thích vì sao dự báo thời tiết là quan trọng khi lập kế hoạch cho các sinh hoạt như vậy. _____ / _____ / _____
(Identify two ways to obtain a weather forecast for an upcoming activity. Explain why weather forecasts are important when planning for an event.)

- c. Miêu tả ít nhất ba chỉ dấu của thiên tai sắp xảy đến, các hiểm họa tiềm ẩn ___ / ___ / ___
có thể xảy ra từ các điều kiện thời tiết như vậy, và các hành động thích hợp để phòng ngừa.
(Describe at least three natural indicators of impending hazardous weather, the potential dangerous events that might result from such weather conditions, and the appropriate actions to take.)

- d. Miêu tả các điều kiện thời tiết khắc nghiệt mà em có thể gặp ngoài thiên ___ / ___ / ___
nhiên hay trong vùng địa phương của em. Thảo luận làm sao em biết trước các nguy cơ tiềm ẩn của các loại nguy hiểm do thời tiết, soạn thảo kế hoạch thích nghi phòng ngừa các nguy cơ như thế, và em chuẩn bị ra sao để đáp ứng các điều kiện thời tiết đó.
(Describe extreme weather conditions you might encounter in the outdoors in your local geographic area. Discuss how you would determine ahead of time the potential risk of these types of weather dangers, alternative planning considerations to avoid such risks, and how you would prepare for and respond to those weather conditions.)

6. Aquatics - Thủy Sinh

- a. Hoàn tất thành công trắc nghiệm bơi lội căn bản. ___ / ___ / ___
(Successfully complete the BSA swimmer test.)
- b. Cho biết các biện pháp an toàn cần thiết khi xử dụng ghe thuyền và hoạt ___ / ___ / ___
động trên sông nước
(Tell what precautions must be taken for a safe trip afloat.)
- c. Nhận diện các phần căn bản của một chiếc ghe, thuyền chèo, và các loại ___ / ___ / ___
thuyền khác. Nhận diện các phần của mái chèo hay dầm.
(Identify the basic parts of a canoe, kayak, or other boat. Identify the parts of a paddle or an oar.)
- d. Miêu tả cách ngồi cân bằng trong lòng ghe-tàu/thuyền tùy vào loại hình và ___ / ___ / ___
kích thước của chúng. Giải thích tầm quan trọng của việc phân bổ trọng
lượng thích hợp trên ghe/thuyền.
(Describe proper body positioning in a watercraft, depending on the type and size of the vessel. Explain the importance of proper body position in the boat.)
- e. Với sự giúp đỡ của 1 bạn và nạn nhân giả định, chứng minh cho thấy cách ___ / ___ / ___
cấp cứu bằng dây trong cả hai vai trò, người cấp cứu và người quăng dây
(Nạn nhân giả định phải ở cách bờ ít nhất 30 feet trong vùng nước sâu (quá đầu)).
(With a helper and a practice victim, show a line rescue both as tender and as rescuer. (The practice victim should be approximately 30 feet from shore in deep water.)

7. First Aid and Emergency Preparedness – Cứu Thương và Dự Bị Cấp Cứu

- a. Diễn tả cách băng bó khi bị trật chân hay bị thương ở đầu, cánh tay hay ___ / ___ / ___
xương đòn. *(Demonstrate bandages for a sprained ankle and for injuries on the head, the upper arm, and the collarbone.) Cứu Thương và Dự Bị Cấp Cứu*
- b. Cho thấy cách tự chính em cùng với một bạn: ___ / ___ / ___
By yourself and with a partner, show how to:
- Diu hay đem một người từ một căn phòng ngập khói.
Transport a person from a smoke-filled room.
 - Diu hay khiêng ít nhất 25 yard một người bị trật chân (mắt cá).
Transport for at least 25 yards a person with a sprained ankle.
- c. Cho biết năm dấu hiệu thường thấy nhất của cơn đột quy tim. Giải thích ___ / ___ / ___
các bước (quy trình) của việc hồi sinh-hô hấp nhân tạo CPR.

Tell the five most common signals of a heart attack. Explain the steps (procedures) in cardiopulmonary resuscitation (CPR).

- d. Cho biết những dịch vụ thiết thực sẵn có tại nhà hoặc nơi họp mặt. Mô tả những tiềm năng nguy hiểm liên hệ với các dịch vụ này và cho biết làm thế nào để đối phó trong những tình huống khẩn cấp
(Tell what utility services exist in your home or meeting place. Describe potential hazards associated with these utilities and tell how to respond in emergency situations.)
- e. Soạn thảo một kế hoạch hành động khẩn cấp cho nhà em bao gồm các việc phải làm trong trường hợp hỏa hoạn, giông tố, mất điện hay nước.
(Develop an emergency action plan for your home that includes what to do in case of fire, storm, power outage, and water outage.)
- f. Giải thích làm thế nào để có nước sạch trong trường hợp khẩn cấp
(Explain how to obtain potable water in an emergency.)

8. Fitness - Thể Dục

- a. Sau khi hoàn tất các tiêu chuẩn của phần 7a trong Khóa Sắp Sẵn, hoạt động và rèn luyện thân thể ít nhất 10 phút mỗi ngày, 5 ngày 1 tuần trong vòng 4 tuần Ghi chú các hoạt động của em.
(After completing Second Class requirement 7a, be physically active at least 30 minutes each day for five days a week for four weeks. Keep track of your activities.)
- b. Chia sẻ các thách thức và thành công của em trong việc hoàn tất các đòi hỏi của phần 8a ở trên. Lập mục tiêu để tiếp tục các hoạt động rèn luyện thân thể trong đời sống hằng ngày của em.
(Share your challenges and successes in completing First Class requirement 8a. Set a goal for continuing to include physical activity as part of your daily life.)

9. Citizenship - Bổn phận Công Dân

- a. Viếng thăm và thảo luận các quyền hiến định và bổn phận của một công dân Hoa Kỳ với một vài nhân vật lựa chọn và được sự đồng ý của Huynh Trưởng (các vị dân cử, thẩm phán/quan tòa, luật sư, công chức, hiệu trưởng, hay giáo viên).
(Visit and discuss with a selected individual approved by your leader (for example, elected official, judge, attorney, civil servant, principal, or teacher) the constitutional rights and obligations of a U.S. citizen.)
- b. Xem xét một vấn đề môi trường đang gây ảnh hưởng tới cộng đồng của em. Chia sẻ những gì em học hỏi được về vấn đề đó với Đội và Đoàn của em. Cho biết, nếu có thể, những gì em hay cộng đồng của em có thể làm được bởi nhằm giải quyết vấn đề đó.
(Investigate an environmental issue affecting your community. Share what you learned about that issue with your patrol or troop. Tell what, if anything, could be done by you or your community to address the concern.)
- c. Trong một buổi dã ngoại của Hướng Đạo hay gia đình, ghi lại số lượng rác mà em thải ra. Trước khi tổ chức một buổi dã ngoại tương tự lần tới, xem xét và quyết định làm sao em có thể giảm, tái chế, hay tái sử dụng những gì em đem theo trong chuyến dã ngoại đó và thực hành như vậy. So sánh kết quả.
(On a Scouting or family outing, take note of the trash and garbage you produce. Before your next similar outing, decide how you can reduce, recycle, or repurpose what you take on that outing, and then put those plans into action. Compare your results.)

- d. Tham gia ba giờ phục vụ cộng đồng trong một hay nhiều dự án với sự đồng ý ___ / ___ / ___ của Trưởng. Các dự án phải khác biệt với các dự án đã dùng cho phần 7b của Khóa Tuyên Hứa hay phần 8e của Khóa Sắp Sẵn. Giải thích việc phục vụ của em liên quan thế nào tới Luật Hướng Đạo.

(Participate in three hours of service through one or more service projects approved by your Scoutmaster. The project(s) must not be the same service project(s) used for Tenderfoot requirement 7b or Second Class requirement 8e. Explain how your service to others relates to the Scout Law.)

10. Leadership- Lãnh Đạo

- a. Cho một bạn nào đó, người đã sẵn sàng tham gia Hướng Đạo, hay cựu Nam, Nữ hướng đạo sinh về các sinh hoạt Hướng Đạo của em. Mời họ tham gia sinh hoạt, thám du, hay các dự án phục vụ. Cho họ biết làm sao gia nhập, hay khuyến khích các cựu hướng đạo sinh tham gia sinh hoạt trở lại. Chia xẻ các nỗ lực của em với Huynh Trưởng.

(Tell someone who is eligible to join Boy Scouts, or an inactive Boy or Girl Scout, about your Scouting activities. Invite him or her to an outing, activity, service project or meeting. Tell him or her how to join, or encourage the inactive Boy or Girl Scout to become active. Share your efforts with your Scoutmaster or other adult leader.)

11. Scout Spirit – Tinh thần Hướng Đạo

- a. Thể hiện tinh thần Hướng Đạo bằng cách sống lời Hứa và Luật Hướng Đạo. ___ / ___ / ___ Cho biết em làm tròn bốn phận tâm linh ra sao? Và làm thế nào em thực hành sống bốn điểm khác nhau của Luật Hướng Đạo (khác hơn những điểm dùng cho các khóa trước) trong đời sống hằng ngày.

Demonstrate Scout spirit by living the Scout Oath and Scout Law. Tell how you have done your duty to God and how you have lived four different points of the Scout Law (different from those points used for previous ranks) in your everyday life.

B. Thuộc và hát đúng 6 bài ca: (Know how to sing the following 6 songs)

- | | |
|-----------------------|-----------------|
| 1. Giữ Chặt Mối Dây | ___ / ___ / ___ |
| 2. Lúc thú vui này | ___ / ___ / ___ |
| 3. Gọi Lửa | ___ / ___ / ___ |
| 4. Tàn Lửa | ___ / ___ / ___ |
| 5. Hoan hô | ___ / ___ / ___ |
| 6. Bốn Phương Hợp Mặt | ___ / ___ / ___ |

C. Tinh thần & cơ thể:

Viết bài luận 250 chữ về cách giữ gìn sức khỏe Thân và Tâm
Write 250 words on how you'd keep your body & mind fit. ___ / ___ / ___

D. Làm một thành viên trong đội cờ và có thể dựng cột cờ.

Be part of the flag team and be able to set up the flag station. ___ / ___ / ___

E. Sau khi hoàn tất các mục trên, họp với một trưởng để tổng kết và đặt mục tiêu cho Khóa 5.

- i. *Boy-Participate in scout master conference to set goal for Star Scout* ___ / ___ / ___
ii. *Girl-Participate in scout master conference to set goal for a Journey* ___ / ___ / ___

F. Complete your board of review.

___ / ___ / ___



Bắc Đẩu

Rev. 10/13/2017



Tên(Scout): _____; Đội / Tuần(Patrol): _____

Hoàn tất First Class ngày (Completion date): __/__/____, Trưởng(Leader): _____

Lễ trao First Class badge tại (Ceremony at): _____, Ngày (date): __/__/____

Hoàn tất khóa 4 ngày (Complete khóa 4): __/__/____, Trưởng(Leader): _____

Ghi chú (Notes):

*HĐS Nam sẽ nhận được huy hiệu **FIRST CLASS** sau khi hoàn tất phần số A, E, and F. (Boys will receive their **FIRST CLASS** badge upon completion of item A, E, and F.)*

Revisions

07/22/2005.

2/01/2013.

6/17/15. Revised by Tuyen Phung, Hoang Pham, Charles Nguyen, and Dinh Nguyen.

9/16/17. Revised by Hoang Pham, Charles Nguyen. Translated by Duc Ngo.