

Realizujący próbę	
Opiekun próby	
Data otwarcia próby	
Planowane zamknięcie próby	
Data zamknięcia próby	

IDEA STOPNIA

Regularnie i aktywnie uczestniczę w zbiorach zastępu i drużyny.	
Dotrzymuję danego słowa, można na mnie polegać.	
Dbam o siebie – spędzam czas aktywnie i zdrowo.	
Znam i rozumiem Prawo Harcerskie. Jest dla mnie drogowskazem każdego dnia.	
Wiem, że słowa i czyny mogą krzywdzić, staram się tego nie robić.	
Szanuję innych i im pomagam.	
Wiem, jak zachować się w lesie, nie niszczyć go.	
Jestem samodzielny, zaradny i obowiązkowy w domu, i w szkole.	
Rozwijam swoje zainteresowania, poznaję otaczający mnie świat.	
Angażuję się w ważne wydarzenia rodzinne.	



WYZWANIA

Zrealizuję przynajmniej 1 wyzwanie skupione na osiągnięciu poziomu wyznaczonego ideą stopnia w oparciu o Prawo Harcerskie.

[illegible]

IDEA STOPNIA

Regularnie i aktywnie uczestniczę w zbiorach zastępu i drużyny.	
Dotrzymuję danego słowa, można na mnie polegać.	
Dbam o siebie – spędzam czas aktywnie i zdrowo.	
Znam i rozumiem Prawo Harcerskie. Jest dla mnie drogowskazem każdego dnia.	
Wiem, że słowa i czyny mogą krzywdzić, staram się tego nie robić.	
Szanuję innych i im pomagam.	
Wiem, jak zachować się w lesie, nie niszczyć go.	
Jestem samodzielny, zaradny i obowiązkowy w domu, i w szkole.	
Rozwijam swoje zainteresowania, poznaję otaczający mnie świat.	
Angażuję się w ważne wydarzenia rodzinne.	



WYZWANIA

Zrealizuję przynajmniej 1 wyzwanie skupione na osiągnięciu poziomu wyznaczonego ideą stopnia w oparciu o Prawo Harcerskie.

[illegible]



TROPY

Zrealizuję z zastępem co najmniej jeden trop.

NAZWA TROPU	
KATEGORIA	
ROZKAZ I DATA PRYZNANIA	
MOJE ZADANIA, WRAŻENIA I WNIOŚKI PODCZAS I PO REALIZACJI TROPU	

22



TROPY

Zrealizuję z zastępem co najmniej jeden trop.

NAZWA TROPU	
KATEGORIA	
ROZKAZ I DATA PRYZNANIA	
MOJE ZADANIA, WRAŻENIA I WNIOŚKI PODCZAS I PO REALIZACJI TROPU	

22



WYROBIENIE HARCERSKIE

sprawność Skaut*

ZADANIE 1.

Noszę mundur zgodny z regulaminem obowiązującym w ZHP.

ZADANIE 2.

Poznałem najważniejsze tradycje i obrzędy swojej drużyny.

Zwyczaje w drużynie:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Potrafię stanąć w postawie zasadniczej i swobodnej oraz ustawić się w szyku. Wykazałem się tą wiedzą i umiejętnościami uczestnicząc w życiu drużyny.

3



WYROBIENIE HARCERSKIE

sprawność Skaut*

ZADANIE 1.

Noszę mundur zgodny z regulaminem obowiązującym w ZHP.

ZADANIE 2.

Poznałem najważniejsze tradycje i obrzędy swojej drużyny.

Zwyczaje w drużynie:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Potrafię stanąć w postawie zasadniczej i swobodnej oraz ustawić się w szyku. Wykazałem się tą wiedzą i umiejętnościami uczestnicząc w życiu drużyny.

3



WYROBIENIE HARCERSKIE

sprawność Skaut*

ZADANIE 3.

Dowiedziałem się, kto i kiedy założył skauting i harcerstwo.

Skauting został założony przez

Za początek skautingu uznaje się pierwszy

Który odbył się w roku.

Harcerstwo zostało założone przez

Pierwsze drużyny na ziemiach polskich powstały

w roku.



WYROBIENIE HARCERSKIE

sprawność Skaut*

ZADANIE 3.

Dowiedziałem się, kto i kiedy założył skauting i harcerstwo.

Skauting został założony przez

Za początek skautingu uznaje się pierwszy

Który odbył się w roku.

Harcerstwo zostało założone przez

Pierwsze drużyny na ziemiach polskich powstały

w roku.



SPRAWNOŚCI

Zdobędę co najmniej 4 sprawności przynajmniej jedno-gwiazdkowe.

SPRAWNOŚĆ	POZIOM	ROZKAZ I DATA PRYZNANIA



SPRAWNOŚCI

Zdobędę co najmniej 4 sprawności przynajmniej jedno-gwiazdkowe.

SPRAWNOŚĆ	POZIOM	ROZKAZ I DATA PRYZNANIA



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 20.

Znam historię mojej drużyny.	
------------------------------	--

Wiem, kiedy została założona.	
-------------------------------	--

Znam kilka ciekawostek na temat mojej drużyny.	
--	--

Moja ulubiona ciekawostka:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

20



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 20.

Znam historię mojej drużyny.	
------------------------------	--

Wiem, kiedy została założona.	
-------------------------------	--

Znam kilka ciekawostek na temat mojej drużyny.	
--	--

Moja ulubiona ciekawostka:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

20



OBOZOWNICTWO

sprawność Wyga*

ZADANIE 4.

Wziętem udział w obozie lub biwaku pod namiotami.	
---	--

Poznałem zasady bezpieczeństwa i przestrzegałem ich.	
--	--

Moim zdaniem najważniejsze
zasady bezpieczeństwa to:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Pozostawiłem po sobie porządek.	
---------------------------------	--

5



OBOZOWNICTWO

sprawność Wyga*

ZADANIE 4.

Wziętem udział w obozie lub biwaku pod namiotami.	
---	--

Poznałem zasady bezpieczeństwa i przestrzegałem ich.	
--	--

Moim zdaniem najważniejsze
zasady bezpieczeństwa to:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Pozostawiłem po sobie porządek.	
---------------------------------	--

5



OBOZOWNICTWO

sprawność Wyga*

ZADANIE 5.

Znam i w różnych sytuacjach zastosowałem co najmniej pięć węzłów.

Nazwa węzła	Do czego go użyłem

6



OBOZOWNICTWO

sprawność Wyga*

ZADANIE 5.

Znam i w różnych sytuacjach zastosowałem co najmniej pięć węzłów.

Nazwa węzła	Do czego go użyłem

6



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 19.

Wiem, kto jest komendantem mojego szczepu i hufca.

	KOMENDANT SZCZEPU	KOMENDANT HUFCA
STOPIEŃ		
IMIĘ		
NAZWISKO		

19



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 19.

Wiem, kto jest komendantem mojego szczepu i hufca.

	KOMENDANT SZCZEPU	KOMENDANT HUFCA
STOPIEŃ		
IMIĘ		
NAZWISKO		

19

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school handwriting practice paper. The lines are evenly spaced and run across the entire width of the page. There are no margins, text, or other markings present.

ZADANIE 6.

Zapamiętałem drogę przebytą w mieście i z pamięci wykonałem szkic drogi (plan ulic, przez które przechodziłem).	
---	--

[illegible]

ZADANIE 7.

W czasie wędrówki w terenie zorientowałem mapę zgodnie z kierunkami świata.	
---	--

Poprowadziłem zastęp podczas wędrówki.	
--	--



ZADANIE 6.

Zapamiętałem drogę przebytą w mieście i z pamięci wykonałem szkic drogi (plan ulic, przez które przechodziłem).	
---	--

[illegible]

ZADANIE 7.

W czasie wędrówki w terenie zorientowałem mapę zgodnie z kierunkami świata.	
---	--

Poprowadziłem zastęp podczas wędrówki.	
--	--



RATOWNICTWO

sprawność Ratownik*

ZADANIE 8.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej podjąłem się prostych czynności ratujących zdrowie i udzieliłem pomocy w zdarzeniach, które mogą mieć miejsce w domu:

opatrzyłem ranę

zabezpieczyłem oparzenie

zareagowałem właściwie w sytuacji omdlenia

8



RATOWNICTWO

sprawność Ratownik*

ZADANIE 8.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej podjąłem się prostych czynności ratujących zdrowie i udzieliłem pomocy w zdarzeniach, które mogą mieć miejsce w domu:

opatrzyłem ranę

zabezpieczyłem oparzenie

zareagowałem właściwie w sytuacji omdlenia

8



ŻYCIE RODZINNE

ZADANIE 18.

Pielęgnuję więzi rodzinne. Wybrałem i zrealizowałem zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną.

Ułożyłem wraz z opiekunem próby zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Ułożyłem wraz z opiekunem próby wyzwania pogłębiające moje relacje z rodziną	Zdobyłem sprawność Domownik *

17



ŻYCIE RODZINNE

ZADANIE 18.

Pielęgnuję więzi rodzinne. Wybrałem i zrealizowałem zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną.

Ułożyłem wraz z opiekunem próby zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Ułożyłem wraz z opiekunem próby wyzwania pogłębiające moje relacje z rodziną	Zdobyłem sprawność Domownik *

17



ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA

sprawność Złota Rączka*

ZADANIE 16.

Przez okres próby utrzymywałem porządek w pokoju, w którym mieszkam.

Zaznacz jedno pole za każdy tydzień, w którym miałeś porządek w pokoju.

ZADANIE 17.

Mocno i estetycznie przyszyłem łatę lub naszywkę oraz guzik.

16



ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA

sprawność Złota Rączka*

ZADANIE 16.

Przez okres próby utrzymywałem porządek w pokoju, w którym mieszkam.

Zaznacz jedno pole za każdy tydzień, w którym miałeś porządek w pokoju.

ZADANIE 17.

Mocno i estetycznie przyszyłem łatę lub naszywkę oraz guzik.

16



RATOWNICTWO

sprawność Ratownik*

zadbałem o bezpieczeństwo osoby nieprzytomnej (oceniłem przytomność, udrożniłem drogi oddechowe i sprawdziłem oddech u poszkodowanego nieprzytomnego).

ZADANIE 9.

Znam numery alarmowe, skorzystałem z nich w sytuacji rzeczywistej lub symulowanej podając dyspozytorowi niezbędne informacje

UNIWERSALNY NUMER ALARMOWY	
POLICJA	
STRAŻ POŻARNA	
POGOTOWIE RATUNKOWE	
GOPR	
WOPR	

9



RATOWNICTWO

sprawność Ratownik*

zadbałem o bezpieczeństwo osoby nieprzytomnej (oceniłem przytomność, udrożniłem drogi oddechowe i sprawdziłem oddech u poszkodowanego nieprzytomnego).

ZADANIE 9.

Znam numery alarmowe, skorzystałem z nich w sytuacji rzeczywistej lub symulowanej podając dyspozytorowi niezbędne informacje

UNIWERSALNY NUMER ALARMOWY	
POLICJA	
STRAŻ POŻARNA	
POGOTOWIE RATUNKOWE	
GOPR	
WOPR	

9



ŻYWIENIE

sprawność Kucharz*

ZADANIE 10.

Przygotowałem pod nadzorem rodzica śniadanie lub kolację dla domowników, w tym jedno wybrane danie na ciepło, np.: owsiankę, jajecznicę itp.	
--	--

Przygotowałem śniadanie / kolację.

Zrobiłem następujące danie na ciepło:.....

.....

.....

Moje wnioski:

.....

.....

.....

.....

10



ŻYWIENIE

sprawność Kucharz*

ZADANIE 10.

Przygotowałem pod nadzorem rodzica śniadanie lub kolację dla domowników, w tym jedno wybrane danie na ciepło, np.: owsiankę, jajecznicę itp.	
--	--

Przygotowałem śniadanie / kolację.

Zrobiłem następujące danie na ciepło:.....

.....

.....

Moje wnioski:

.....

.....

.....

.....

10



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorca*

ZADANIE 15.

Sporządziłem wraz z rodzicami listę codziennych produktów.	
--	--

Lista zakupów:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Samodzielnie zrobiłem zakupy zgodnie z listą, sprawdzając ceny i cechy tych produktów i nie przekraczając założonej kwoty.	
--	--

15



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorca*

ZADANIE 15.

Sporządziłem wraz z rodzicami listę codziennych produktów.	
--	--

Lista zakupów:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Samodzielnie zrobiłem zakupy zgodnie z listą, sprawdzając ceny i cechy tych produktów i nie przekraczając założonej kwoty.	
--	--

15



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorca*

ZADANIE 14.

Zaoszczędziłem pieniądze na wybrany przez siebie cel.	
---	--

Mój cel:

.....

.....

.....

Kwota do zaoszczędzenia:

W jaki sposób zaoszczędziłem pieniądze:

.....

.....

.....

.....

14



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorca*

ZADANIE 14.

Zaoszczędziłem pieniądze na wybrany przez siebie cel.	
---	--

Mój cel:

.....

.....

.....

Kwota do zaoszczędzenia:

W jaki sposób zaoszczędziłem pieniądze:

.....

.....

.....

.....

14



ZDROWIE

sprawność Lider Zdrowia*

ZADANIE 11.

Wziąłem udział w wycieczce pieszej/rowerowej/kajakowej trwającej około 4-5 godzin.	
--	--

Wziąłem udział w

.....

.....

.....

Samodzielnie spakowałem plecak odpowiednio do potrzeb i pogody (uwzględniając zdrowe jedzenie, wodę, okrycie na słońce i deszcz, krem z filtrem itd.)	
---	--

Spakowałem

.....

.....

.....

11



ZDROWIE

sprawność Lider Zdrowia*

ZADANIE 11.

Wziąłem udział w wycieczce pieszej/rowerowej/kajakowej trwającej około 4-5 godzin.	
--	--

Wziąłem udział w

.....

.....

.....

Samodzielnie spakowałem plecak odpowiednio do potrzeb i pogody (uwzględniając zdrowe jedzenie, wodę, okrycie na słońce i deszcz, krem z filtrem itd.)	
---	--

Spakowałem

.....

.....

.....

11



ŚWIAT CYFROWY

sprawność Komputerowiec*

ZADANIE 12.

Zapoznałem się z zasadami zdrowego korzystania z komputera (postawa, ergonomia, oświetlenie, przerwy itp.).

Zasady zdrowego korzystania z komputera:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Porównałem je z moimi przyzwyczajeniami i skorygowałem (w razie potrzeby) swoje nawyki

12



ŚWIAT CYFROWY

sprawność Komputerowiec*

ZADANIE 12.

Zapoznałem się z zasadami zdrowego korzystania z komputera (postawa, ergonomia, oświetlenie, przerwy itp.).

Zasady zdrowego korzystania z komputera:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Porównałem je z moimi przyzwyczajeniami i skorygowałem (w razie potrzeby) swoje nawyki

12



EKOLOGIA

sprawność Ekolog*

ZADANIE 13.

Znam zasady segregacji odpadów w swoim miejscu zamieszkania.

Pojemnik	Co należy wrzucać
żółty	
czarny	
niebieski	
zielony	
bio	

Segreguję zgodnie z nimi odpady w domu, szkole i harcówce.

13



EKOLOGIA

sprawność Ekolog*

ZADANIE 13.

Znam zasady segregacji odpadów w swoim miejscu zamieszkania.

Pojemnik	Co należy wrzucać
żółty	
czarny	
niebieski	
zielony	
bio	

Segreguję zgodnie z nimi odpady w domu, szkole i harcówce.

13