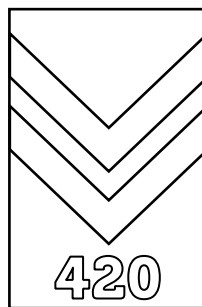


ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 5.

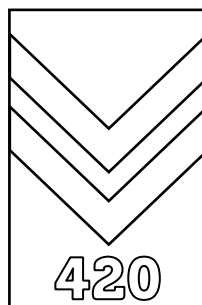
[illegible]

KARTA PRÓBY NA STOPIEŃ SAMARYTANKA

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

ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 5.

[illegible]

KARTA PRÓBY NA STOPIEŃ SAMARYTANKA

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



Jestem świadoma wyzwań, jakie stawia przede mną konsekwentne dążenie do życia w zgodzie z prawem harcerskim. Nim staram się kierować w swoich wyborach.	
Wierność wyznawanym wartościom jest priorytetem w moim postępowaniu.	
Idąc za wzorem skautingu, jestem otwarta na inne kultury, religie, przynależność etniczną.	
Razem z moim zastępem angażuję się w służbę na rzecz innych.	
Staję w obronie słabszych. W zdecydowany sposób, ale bez agresji, przeciwstawiam się jakimkolwiek formom przemocy.	
Odpowiedzialnie korzystam ze środowiska, podejmuję działania chroniące nasz świat.	

ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 3.

ZADANIE 4.



Jestem świadoma wyzwań, jakie stawia przede mną konsekwentne dążenie do życia w zgodzie z prawem harcerskim. Nim staram się kierować w swoich wyborach.	
Wierność wyznawanym wartościom jest priorytetem w moim postępowaniu.	
Idąc za wzorem skautingu, jestem otwarta na inne kultury, religie, przynależność etniczną.	
Razem z moim zastępem angażuję się w służbę na rzecz innych.	
Staję w obronie słabszych. W zdecydowany sposób, ale bez agresji, przeciwstawiam się jakimkolwiek formom przemocy.	
Odpowiedzialnie korzystam ze środowiska, podejmuję działania chroniące nasz świat.	

ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 3.

ZADANIE 4.

ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 1.

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

ZADANIE 2.

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

22

ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 1.

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

ZADANIE 2.

.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

22

IDEA STOPNIA

Rozwijam swoje pasje, pogłębiam swoją wiedzę, korzystam z najnowszych osiągnięć nauki i techniki.	
Prowadzę racjonalny tryb życia, uprawiam różne rodzaje aktywności fizycznej, zapewniam mojemu organizmowi odpowiednią ilość snu i zdrowe jedzenie.	
Nie korzystam z używek uzależniających ducha i ciało.	
Próbuję znaleźć odpowiedzi na nurtujące mnie pytania, dokonując świadomych wyborów, wyrabiając sobie zdanie na różne tematy.	
Z empatią buduję relacje z innymi, staram się nie przekraczać granic, które mogłyby naruszyć godność drugiego człowieka.	
Wypełniam coraz więcej obowiązków w moim domu rodzinnym.	

3

IDEA STOPNIA

Rozwijam swoje pasje, pogłębiam swoją wiedzę, korzystam z najnowszych osiągnięć nauki i techniki.	
Prowadzę racjonalny tryb życia, uprawiam różne rodzaje aktywności fizycznej, zapewniam mojemu organizmowi odpowiednią ilość snu i zdrowe jedzenie.	
Nie korzystam z używek uzależniających ducha i ciało.	
Próbuję znaleźć odpowiedzi na nurtujące mnie pytania, dokonując świadomych wyborów, wyrabiając sobie zdanie na różne tematy.	
Z empatią buduję relacje z innymi, staram się nie przekraczać granic, które mogłyby naruszyć godność drugiego człowieka.	
Wypełniam coraz więcej obowiązków w moim domu rodzinnym.	

3



ZADANIE 1.

Przeczytałam przynajmniej jedną książkę, która pogłębiła moją wiedzę o dziejach ruchu harcerskiego lub skautowego.

Autor:

Tytuł:

Zaprezentowałam innym (w zastępie, drużynie)
wybrane zagadnienie i znaczącą postać.

ZADANIE 2.

Spotkałam członka władz mojego hufca.

Spotkałam

Dowiedziałam się, jak oznacza się funkcje w hufcu, chorągwi i władzach naczelnych ZHP.

Spotkałam się z funkcyjnym instruktorem hufca i dowiedziałam się, czym się zajmuje.

Spotkałam



Zrealizuję przynajmniej 1 zadanie zorientowane na pełnienie służby wynikającej z idei stopnia.

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 1.

Przeczytałam przynajmniej jedną książkę, która pogłębiła moją wiedzę o dziejach ruchu harcerskiego lub skautowego.

Autor:

Tytuł:

Zaprezentowałam innym (w zastępie, drużynie)
wybrane zagadnienie i znaczącą postać.

ZADANIE 2.

Spotkałam członka władz mojego hufca.

Spotkałam

Dowiedziałam się, jak oznacza się funkcje w hufcu, chorągwi i władzach naczelnych ZHP.

Spotkałam się z funkcyjnym instruktorem hufca i dowiedziałam się, czym się zajmuje.

Spotkałam



Zrealizuję przynajmniej 1 zadanie zorientowane na pełnienie służby wynikającej z idei stopnia.

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.



WYZWANIA

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

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.

WYZWANIA

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

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.

OBOZOWNICTWO
sprawność Wyga***

ZADANIE 3.

Zapoznałam młodszych harcerzy z zasadami pracy z narzędziami pionierskimi.	
--	--

Pokierowałam zastępem przy budowie prostego urządzenia obozowego.	
---	--

Zbudowałyśmy

podczas

ZADANIE 4.

Pełniłam funkcję oboźnego, kwatermistrza lub zaopatrzeniowca na wyjeździe drużyny.	
--	--

Pełniłam funkcję

podczas



OBOZOWNICTWO
sprawność Wyga***

ZADANIE 3.

Zapoznałam młodszych harcerzy z zasadami pracy z narzędziami pionierskimi.	
--	--

Pokierowałam zastępem przy budowie prostego urządzenia obozowego.	
---	--

Zbudowałyśmy

podczas

ZADANIE 4.

Pełniłam funkcję oboźnego, kwatermistrza lub zaopatrzeniowca na wyjeździe drużyny.	
--	--

Pełniłam funkcję

podczas



TERENOZNAWSTWO

sprawność Kartografka***

ZADANIE 5.

Korzystając z różnych źródeł (np. internetowe mapy, rozkłady jazdy) oraz własnego doświadczenia, opracowałam na potrzeby przedsięwzięcia drużyny/zastępu wariant drogi (najkrótsza, najszybsza, najtańsza, najwygodniejsza itd.) dostosowany do potrzeb drużyny/zastępu.

Przedsięwzięcie:

Trasa, którą opracowałam:



TERENOZNAWSTWO

sprawność Kartografka***

ZADANIE 5.

Korzystając z różnych źródeł (np. internetowe mapy, rozkłady jazdy) oraz własnego doświadczenia, opracowałam na potrzeby przedsięwzięcia drużyny/zastępu wariant drogi (najkrótsza, najszybsza, najtańsza, najwygodniejsza itd.) dostosowany do potrzeb drużyny/zastępu.

Przedsięwzięcie:

Trasa, którą opracowałam:



TROPY

Zrealizuję z zastępem co najmniej jeden trop.

NAZWA TROPU	
KATEGORIA	
ROZKAZ I DATA PRZYZNANIA	
MOJE ZADANIA, WRAŻENIA I WNIOSKI PODCZAS I PO REALIZACJI TROPU	



TROPY

Zrealizuję z zastępem co najmniej jeden trop.

NAZWA TROPU	
KATEGORIA	
ROZKAZ I DATA PRZYZNANIA	
MOJE ZADANIA, WRAŻENIA I WNIOSKI PODCZAS I PO REALIZACJI TROPU	



SPRAWNOŚCI

Zdobędę co najmniej 4 sprawności trzy lub cztery gwiazdkowe.

SPRAWNOŚĆ	POZIOM	ROZKAZ I DATA PRYZNANIA

18



SPRAWNOŚCI

Zdobędę co najmniej 4 sprawności trzy lub cztery gwiazdkowe.

SPRAWNOŚĆ	POZIOM	ROZKAZ I DATA PRYZNANIA

18



RATOWNICTWO

sprawność Ratownicza***

ZADANIE 6.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej rozpoznałam objawy zawału serca i udaru. Udzieliłam pierwszej pomocy poszkodowanemu.

ZADANIE 7.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej udzieliłam pierwszej pomocy w przypadku napadu duszności i zadławienia u osoby dorosłej.

ZADANIE 8.

Współprowadziłam zbiórkę na temat pierwszej pomocy dla innych harcerzy.

Prowadziłam zbiórkę sama / razem z

dla

i nauczyłam ich / je

7



RATOWNICTWO

sprawność Ratownicza***

ZADANIE 6.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej rozpoznałam objawy zawału serca i udaru. Udzieliłam pierwszej pomocy poszkodowanemu.

ZADANIE 7.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej udzieliłam pierwszej pomocy w przypadku napadu duszności i zadławienia u osoby dorosłej.

ZADANIE 8.

Współprowadziłam zbiórkę na temat pierwszej pomocy dla innych harcerzy.

Prowadziłam zbiórkę sama / razem z

dla

i nauczyłam ich / je

7



ZADANIE 9.

Ugotowałam co najmniej po dwie różne zupy, drugie dania i desery (niekoniecznie jednego dnia), wykorzystując różne sposoby przygotowania, np.: pieczenie, smażenie, duszenie, gotowanie.

Zupy		
Drugie dania		
Desery		

Nakryłam do stołu z okazji uroczystego posiłku, korzystając z zastawy, sztućców, serwetek, wybranych elementów dekoracyjnych (np.: świece, kwiaty, obrus).



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school writing 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.

ZADANIE 9.

Ugotowałam co najmniej po dwie różne zupy, drugie dania i desery (niekoniecznie jednego dnia), wykorzystując różne sposoby przygotowania, np.: pieczenie, smażenie, duszenie, gotowanie.

Zupy		
Drugie dania		
Desery		

Nakryłam do stołu z okazji uroczystego posiłku, korzystając z zastawy, sztućców, serwetek, wybranych elementów dekoracyjnych (np.: świece, kwiaty, obrus).



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

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.



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 18.

Znam historię mojego hufca. Wykonałam odpowiednie dla mnie zadanie spośród wymienionych poniżej.

0 - 2 LATA STAŻU HARCERSKIEGO

Zrealizuję dowolne, uzgodnione z opiekunem próby, zadanie związane z historią hufca

3 - 4 LATA STAŻU HARCERSKIEGO

Zdobędę Godło Hufca II stopnia

5 + LAT STAŻU HARCERSKIEGO

Zdobędę Godło Hufca III stopnia

OSOBY POSIADAJĄCE ZGODNY ZE STAŻEM STOPIEŃ GODŁA HUFCA

Zrealizuję dowolne, uzgodnione z opiekunem próby, zadanie związane z historią hufca

16



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 18.

Znam historię mojego hufca. Wykonałam odpowiednie dla mnie zadanie spośród wymienionych poniżej.

0 - 2 LATA STAŻU HARCERSKIEGO

Zrealizuję dowolne, uzgodnione z opiekunem próby, zadanie związane z historią hufca

3 - 4 LATA STAŻU HARCERSKIEGO

Zdobędę Godło Hufca II stopnia

5 + LAT STAŻU HARCERSKIEGO

Zdobędę Godło Hufca III stopnia

OSOBY POSIADAJĄCE ZGODNY ZE STAŻEM STOPIEŃ GODŁA HUFCA

Zrealizuję dowolne, uzgodnione z opiekunem próby, zadanie związane z historią hufca

16



ZDROWIE

sprawność Liderka Zdrowia***

ZADANIE 10.

W porozumieniu z rodzicami i ew. dietetykiem dobrałam właściwy dla siebie tryb i sposób żywienia.

Będę jeść posiłków dziennie. Będę pić litry wody dziennie. Będę jeść dużo
.....
i unikać
.....

ZADANIE 11.

Przez okres trwania próby minimum dwa razy w tygodniu uprawiałam wybraną aktywność fizyczną.

Wybrana przeze mnie aktywność fizyczna:

.....
.....

9



ZDROWIE

sprawność Liderka Zdrowia***

ZADANIE 10.

W porozumieniu z rodzicami i ew. dietetykiem dobrałam właściwy dla siebie tryb i sposób żywienia.

Będę jeść posiłków dziennie. Będę pić litry wody dziennie. Będę jeść dużo
.....
i unikać
.....

ZADANIE 11.

Przez okres trwania próby minimum dwa razy w tygodniu uprawiałam wybraną aktywność fizyczną.

Wybrana przeze mnie aktywność fizyczna:

.....
.....

9



ŚWIAT CYFROWY

sprawność Komputerowiec***

ZADANIE 12.

Wykonałam jedno z poniższych zadań.

A

Dokonałam komputerowej edycji zdjęć (zalecane korzystanie z bezpłatnego oprogramowania), np. naniesienia logo, wykadrowania zdjęcia, korekcji błędów, zmiany jasności/kontrastu/nasycenia kolorów. Moje harcerskie projekty są zgodne z Katalogiem Identyfikacji Wizualnej ZHP.

B

Dokonałam komputerowego montażu filmu (zalecane korzystanie z bezpłatnego oprogramowania).

C

Przygotowałam dokumenty z wykorzystaniem zaawansowanych funkcji edytora tekstu (np.: nagłówek i stopka, interlinia, zapis równania i symboli matematycznych, przypisy, kolumny, wstawianie komentarzy, opracowanie własnego stylu, korzystanie z tzw. twardych spacji i podziałów strony).

10



ŚWIAT CYFROWY

sprawność Komputerowiec***

ZADANIE 12.

Wykonałam jedno z poniższych zadań.

A

Dokonałam komputerowej edycji zdjęć (zalecane korzystanie z bezpłatnego oprogramowania), np. naniesienia logo, wykadrowania zdjęcia, korekcji błędów, zmiany jasności/kontrastu/nasycenia kolorów. Moje harcerskie projekty są zgodne z Katalogiem Identyfikacji Wizualnej ZHP.

B

Dokonałam komputerowego montażu filmu (zalecane korzystanie z bezpłatnego oprogramowania).

C

Przygotowałam dokumenty z wykorzystaniem zaawansowanych funkcji edytora tekstu (np.: nagłówek i stopka, interlinia, zapis równania i symboli matematycznych, przypisy, kolumny, wstawianie komentarzy, opracowanie własnego stylu, korzystanie z tzw. twardych spacji i podziałów strony).

10



ŻYCIE RODZINNE

ZADANIE 17.

Pielęgnuję więzi rodzinne. Wybrałam i zrealizowałam zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną.

Ułożyłam wraz z opiekunem próby zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Ułożyłam wraz z opiekunem próby wyzwanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Zdobyłam sprawność Domowniczka ****

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

15



ŻYCIE RODZINNE

ZADANIE 17.

Pielęgnuję więzi rodzinne. Wybrałam i zrealizowałam zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną.

Ułożyłam wraz z opiekunem próby zadanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Ułożyłam wraz z opiekunem próby wyzwanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Zdobyłam sprawność Domowniczka ****

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

15



ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA

sprawność Złota Rączka***

ZADANIE 16.

Wykonałam lub naprawiłam przedmiot użyteczny w działaniach drużyny, szczepu lub gospodarstwa domowego.	
--	--

Wykonałam / Naprawiłam:

.....

.....

.....

Dla:

Drużyny

Szczepu

Mojej rodziny

14



ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA

sprawność Złota Rączka***

ZADANIE 16.

Wykonałam lub naprawiłam przedmiot użyteczny w działaniach drużyny, szczepu lub gospodarstwa domowego.	
--	--

Wykonałam / Naprawiłam:

.....

.....

.....

Dla:

Drużyny

Szczepu

Mojej rodziny

14



EKOLOGIA

sprawność Ekolożka***

ZADANIE 13.

Dowiedziałam się, czym jest globalne ocieplenie, jakie są jego przyczyny oraz prognozowane konsekwencje.	
--	--

Poznałam pojęcie śladu węglowego, opowiedziałam o stosowanych we własnym życiu działaniach na rzecz jego zmniejszania (np.: dojeżdżanie do szkoły rowerem lub komunikacją miejską, stosowanie różnych sposobów oszczędzania energii).	
---	--

W trakcie trwania próby wyrobiłam w sobie nowy nawyk zmniejszający emisję gazów cieplarnianych.	
---	--

Mój nowy nawyk:

.....

.....

.....

.....

.....

11



EKOLOGIA

sprawność Ekolożka***

ZADANIE 13.

Dowiedziałam się, czym jest globalne ocieplenie, jakie są jego przyczyny oraz prognozowane konsekwencje.	
--	--

Poznałam pojęcie śladu węglowego, opowiedziałam o stosowanych we własnym życiu działaniach na rzecz jego zmniejszania (np.: dojeżdżanie do szkoły rowerem lub komunikacją miejską, stosowanie różnych sposobów oszczędzania energii).	
---	--

W trakcie trwania próby wyrobiłam w sobie nowy nawyk zmniejszający emisję gazów cieplarnianych.	
---	--

Mój nowy nawyk:

.....

.....

.....

.....

.....

11



EKOLOGIA

sprawność Ekolożka***

ZADANIE 14.

Dowiedziałam się, jaki wpływ na środowisko wywieram podczas wypraw, wycieczek, obozów, biwaków na tonie przyrody.

Poznałam podstawowe techniki minimalizacji tego wpływu.

Techniki minimalizacji wpływu na środowisko:

Skompletowałam własny ekwipunek, uwzględniając w nim przynajmniej jedną pomocną w tym rzecz (np.: sprzęt do hamakowania, wielorazowy worek na resztki/odpady, worki lub pojemniki zabezpieczające żywność przed dostępem dzikich zwierząt, sprzęt do gotowania, składana miska do mycia).

Mój ekwipunek:

12



EKOLOGIA

sprawność Ekolożka***

ZADANIE 14.

Dowiedziałam się, jaki wpływ na środowisko wywieram podczas wypraw, wycieczek, obozów, biwaków na tonie przyrody.

Poznałam podstawowe techniki minimalizacji tego wpływu.

Techniki minimalizacji wpływu na środowisko:

Skompletowałam własny ekwipunek, uwzględniając w nim przynajmniej jedną pomocną w tym rzecz (np.: sprzęt do hamakowania, wielorazowy worek na resztki/odpady, worki lub pojemniki zabezpieczające żywność przed dostępem dzikich zwierząt, sprzęt do gotowania, składana miska do mycia).

Mój ekwipunek:

12



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorczyni***

ZADANIE 15.

Wykonałam jedno z poniższych zadań.

A

Przygotowałam plan finansowy biwaku, rajdu, wycieczki lub innego przedsięwzięcia harcerskiego.

Rozliczyłam go w ramach uzyskanej zaliczki, jednocześnie weryfikując realizację zakładanego prelimitarza.

B

Zebrałam informacje o dostępnych dla młodzieży ofertach różnych banków i przeanalizowałam oferowane w ramach nich usługi i produkty.

Na podstawie dokonanej analizy założyłam konto bankowe lub dokonałam oceny warunków banku, w którym posiadam rachunek, z innymi zebranymi ofertami.

13



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorczyni***

ZADANIE 15.

Wykonałam jedno z poniższych zadań.

A

Przygotowałam plan finansowy biwaku, rajdu, wycieczki lub innego przedsięwzięcia harcerskiego.

Rozliczyłam go w ramach uzyskanej zaliczki, jednocześnie weryfikując realizację zakładanego prelimitarza.

B

Zebrałam informacje o dostępnych dla młodzieży ofertach różnych banków i przeanalizowałam oferowane w ramach nich usługi i produkty.

Na podstawie dokonanej analizy założyłam konto bankowe lub dokonałam oceny warunków banku, w którym posiadam rachunek, z innymi zebranymi ofertami.

13