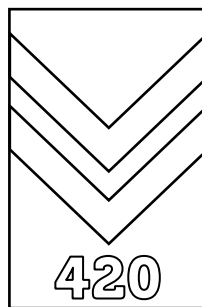


ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 5.

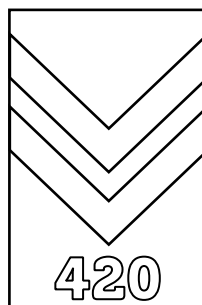
[illegible]

KARTA PRÓBY NA STOPIEŃ ĆWIK

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

ZADANIA UZUPEŁNIAJĄCE

ZADANIE 5.

[illegible]

KARTA PRÓBY NA STOPIEŃ ĆWIK

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



Jestem świadomy 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 otwarty 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 świadomy 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 otwarty 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.

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

Autor:

Tytuł:

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

ZADANIE 2.

Spotkałem członka władz mojego hufca.

Spotkaniem

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

Spotkałem się z funkcyjnym instruktorem hufca i dowiedziałem się, czym się zajmuje.

Spotkałem



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



ZADANIE 1.

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

Autor:

Tytuł:

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

ZADANIE 2.

Spotkałem członka władz mojego hufca.

Spotkaniem

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

Spotkałem się z funkcyjnym instruktorem hufca i dowiedziałem się, czym się zajmuje.

Spotkałem



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



WYZWANIA

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

[illegible]

WYZWANIA

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

[illegible]

OBOZOWNICTWO
sprawność Wyga***

ZADANIE 3.

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

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

Zbudowaliśmy

podczas

ZADANIE 4.

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

Pełniłem funkcję

podczas



OBOZOWNICTWO
sprawność Wyga***

ZADANIE 3.

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

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

Zbudowaliśmy

podczas

ZADANIE 4.

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

Pełniłem funkcję

podczas



TERENOZNAWSTWO

sprawność Kartograf***

ZADANIE 5.

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

Przedsięwzięcie:

Trasa, którą opracowałem:



TERENOZNAWSTWO

sprawność Kartograf***

ZADANIE 5.

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

Przedsięwzięcie:

Trasa, którą opracowałem:



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 Ratownik***

ZADANIE 6.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej rozpoznałem objawy zawału serca i udaru. Udzieliłem pierwszej pomocy poszkodowanemu.

ZADANIE 7.

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

ZADANIE 8.

Współprowadziłem zbiórkę na temat pierwszej pomocy dla innych harcerzy.

Prowadziłem zbiórkę sam / razem z

.....

dla

i nauczyłem ich / je

.....

.....

7



RATOWNICTWO

sprawność Ratownik***

ZADANIE 6.

W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej rozpoznałem objawy zawału serca i udaru. Udzieliłem pierwszej pomocy poszkodowanemu.

ZADANIE 7.

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

ZADANIE 8.

Współprowadziłem zbiórkę na temat pierwszej pomocy dla innych harcerzy.

Prowadziłem zbiórkę sam / razem z

.....

dla

i nauczyłem ich / je

.....

.....

7



ZADANIE 9.

Ugotowałem 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		

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



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

[illegible]

ZADANIE 9.

Ugotowałem 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		

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



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

[illegible]



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 18.

Znam historię mojego hufca. Wykonałem 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. Wykonałem 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 Lider Zdrowia***

ZADANIE 10.

W porozumieniu z rodzicami i ew. dietetykiem dobrałem 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 uprawiałem wybraną aktywność fizyczną.	
--	--

Wybrana przeze mnie aktywność fizyczna:

.....
.....

9



MOJE ŚRODOWISKO HARCERSKIE

ZADANIE 18.

Znam historię mojego hufca. Wykonałem 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 Lider Zdrowia***

ZADANIE 10.

W porozumieniu z rodzicami i ew. dietetykiem dobrałem 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 uprawiałem wybraną aktywność fizyczną.	
--	--

Wybrana przeze mnie aktywność fizyczna:

.....
.....

9



ŚWIAT CYFROWY

sprawność Komputerowiec***

ZADANIE 12.

Wykonałem jedno z poniższych zadań.

A

Dokonałem 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

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

C

Przygotowałem 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.

Wykonałem jedno z poniższych zadań.

A

Dokonałem 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

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

C

Przygotowałem 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. 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 wyzwanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Zdobyłem sprawność Domownik ****

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

15



ŻYCIE RODZINNE

ZADANIE 17.

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 wyzwanie pogłębiające moje relacje z rodziną	Zdobyłem sprawność Domownik ****

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

15



ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA

sprawność Złota Rączka***

ZADANIE 16.

Wykonałem lub naprawiłem przedmiot użyteczny w działaniach drużyny, szczepu lub gospodarstwa domowego.	
--	--

Wykonałem / Naprawiłem:

.....

.....

.....

Dla:

Drużyny

Szczepu

Mojej rodziny

14



ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA

sprawność Złota Rączka***

ZADANIE 16.

Wykonałem lub naprawiłem przedmiot użyteczny w działaniach drużyny, szczepu lub gospodarstwa domowego.	
--	--

Wykonałem / Naprawiłem:

.....

.....

.....

Dla:

Drużyny

Szczepu

Mojej rodziny

14



EKOLOGIA

sprawność Ekolog***

ZADANIE 13.

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

Poznałem pojęcie śladu węglowego, opowiedziałem 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 wyrobiłem w sobie nowy nawyk zmniejszający emisję gazów cieplarnianych.	
---	--

Mój nowy nawyk:

.....

.....

.....

.....

.....

11



EKOLOGIA

sprawność Ekolog***

ZADANIE 13.

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

Poznałem pojęcie śladu węglowego, opowiedziałem 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 wyrobiłem w sobie nowy nawyk zmniejszający emisję gazów cieplarnianych.	
---	--

Mój nowy nawyk:

.....

.....

.....

.....

.....

11



EKOLOGIA

sprawność Ekolog***

ZADANIE 14.

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

Poznałem podstawowe techniki minimalizacji tego wpływu.

Techniki minimalizacji wpływu na środowisko:

Skompletowałem 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 Ekolog***

ZADANIE 14.

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

Poznałem podstawowe techniki minimalizacji tego wpływu.

Techniki minimalizacji wpływu na środowisko:

Skompletowałem 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 Przedsiębiorca***

ZADANIE 15.

Wykonałem jedno z poniższych zadań.

A

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

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

B

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

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

13



EKONOMIA

sprawność Przedsiębiorca***

ZADANIE 15.

Wykonałem jedno z poniższych zadań.

A

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

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

B

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

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

13