

**KARTA NA STOPIEŃ**

**TROPICIELKI**

**…………………………………………………………………………………………**

*imię i nazwisko*

**Tropicielka zna się na tropieniu, poszukiwaniu informacji i wykorzystywaniu ich w codziennym życiu.**

Harcerstwo stało się dla mnie przygodą i drogą do stawania się coraz lepszą w każdej dziedzinie. Mam coraz większy wpływ na życie mojego zastępu, podrzucam moje propozycje i pomysły na to, co robimy na zbiórkach. Dbam o to, by mój zastęp był dobry. Rozwijam swoje zainteresowania i dzielę się nimi z zastępem. Poszerzam swoją wiedzę o świecie i szukam odpowiedzi, kiedy czegoś nie rozumiem. Mam swoich ulubionych bohaterów, których próbuję naśladować. W swoim postępowaniu staram się kierować Prawem Harcerskim. Spełnianie dobrych uczynków to mój sposób na czynienie dobra. Jestem odpowiedzialna, potrafię ponieść konsekwencje swoich błędnych decyzji. Szanuję przyrodę, podejmuję działania by ją chronić. Dbam o swoje zdrowie – regularnie uprawiam wybraną aktywność fizyczną. Wspieram moją rodzinę – mam swoje stałe obowiązki.

**Data rozpoczęcia próby ………………………………………………………………………**

**Planowany czas zakończenia próby ……………………………………………………**

## ZADANIA PODSTAWOWE

*Koniecznie zapoznaj się ze sprawnościami wymienionymi przy zadaniach. Pokrywają się one częściowo, dzięki czemu można jednocześnie zrealizować zadanie na stopień i zdobyć sprawność.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| sprawność | **Wyrobienie harcerskie** | potwierdzenie |
| *Skaut*\*\* | Przedstawiłam w wybranej przez siebie formie przynajmniej trzy postacie z historii harcerstwa. |  |
| Znam nazwy stopni harcerskich i instruktorskich oraz sposób ich oznaczania na mundurze. Kilka razy zameldowałam się, używając odpowiednich nazw stopni. |  |
| sprawność | **Obozownictwo** | potwierdzenie |
| *Wyga*\*\* | Zachowując zasady bezpieczeństwa, rozpaliłam ognisko na łonie natury z użyciem wyłącznie naturalnych materiałów (nie dotyczy zapałek); po zgaszeniu doprowadziłam miejsce do pierwotnego stanu. Uczestniczyłam w przygotowaniu złożonego posiłku na ognisku. |  |
| Wraz z zastępem rozstawiłam namiot i zbudowałam przydatne urządzenie obozowe (np. wyposażenie namiotu). Przez cały obóz utrzymałam porządek w swoich rzeczach. |  |
| Pełniłam służbę wartowniczą na obozie lub biwaku. |  |
| sprawność | **Terenoznawstwo** | potwierdzenie |
| *Karto-graf*\* | Poznałam znaki topograficzne. Poprowadziłam zastęp/patrol w czasie wędrówki w terenie, posługując się busolą i mapą. Dotarłam bezbłędnie do miejsca oznaczonego na mapie. |  |
| sprawność | **Ratownictwo** | potwierdzenie |
| *Ratownik*\*\* | W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej przy użyciu własnej apteczki prawidłowo postąpiłam przy krwotokach:1. udzieliłam pierwszej pomocy w przypadku krwotoku z nosa,
2. założyłam opatrunek uciskowy w przypadku krwotoku z rany.
3. udzieliłam pierwszej pomocy w przypadku złamania otwartego.
 |  |
| Udzieliłam pierwszej pomocy w przypadku ukąszenia przez owady. |  |
| sprawność | **Żywienie** | potwierdzenie |
| *Kucharz\*\** | Nauczyłam się przygotowywać ulubioną potrawę z rodzinnego przepisu. |  |
| sprawność | **Zdrowie** | potwierdzenie |
| *Lider Zdrowia*\*\* | Wzięłam udział w całodziennej wycieczce pieszej/rowerowej/kajakowej. Dowiedziałam się jak przygotować i przygotowałam na niej obiad niewymagający gotowania. |  |
| Przez okres trwania próby ćwiczyłam wybrany sport lub dziedzinę sprawności fizycznej (np.: szybkość, skoczność, celność, utrzymywanie równowagi). Zapisałam wynik osiągany na początku (np. czas na 100 m) i poprawiłam go na koniec próby. |  |
| Znam i stosuję (wprowadzam w swoje życie) zasady zdrowego odżywiania się/ zdrowe nawyki żywieniowe. Przez okres min. 2 miesięcy dbałam o prawidłowe nawodnienie organizmu, pijąc min. 2 litry wody dziennie, i unikałam słodkich przekąsek.  |  |
| sprawność | **Świat cyfrowy** | potwierdzenie |
| *Kompu-terowiec*\*\* | Zapoznałam się z netykietą, czyli zbiorem zasad zachowania się w Internecie. Stosuję je podczas codziennego użytkowania sieci. |  |
| sprawność | **Ekologia** | potwierdzenie |
| *Ekolog*\*\* | Korzystałam wyłącznie z wielorazowych naczyń i sztućców na biwakach, inicjatywach szkolnych i harcerskich przez minimum trzy miesiące. |  |
| Zapoznałam się z ideą domowych/balkonowych ogrodów. Wyhodowałam jadalną roślinę i użyłem jej do przyrządzenia posiłku dla rodziny. |  |
| sprawność | **Ekonomia** | potwierdzenie |
| *Przedsię-biorca*\*\* | Wzięłam udział w pozyskiwaniu środków w formie np. akcji zarobkowej, zbiórki publicznej, loterii, crowdfundingu, akcji 1% itp. |  |
| sprawność | **Zaradność życiowa** | potwierdzenie |
| *Złota Rączka\*\** | Mam stały obowiązek związany z obsługą sprzętów lub urządzeń domowych i wywiązuję się z niego. |  |

## SPRAWNOŚCI

*Przynajmniej cztery dwugwiazdkowe \*\* sprawności.*

|  |  |
| --- | --- |
| sprawność | numer rozkazu |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

## SŁUŻBA

*Zadanie/a zorientowane na pełnienie służby wynikającej z idei stopnia.*

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

|  |  |
| --- | --- |
| potwierdzenie |  |

## ROZWÓJ SPOŁECZNY

*Zadanie/a zorientowane na pielęgnowanie więzi rodzinnych w zakresie wynikającym w idei stopnia – możesz do tego wykorzystać odpowiednie sprawności lub wyzwania.*……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

|  |  |
| --- | --- |
| potwierdzenie |  |

*Działanie w grupie rówieśniczej (zastępie, patrolu, drużynie) – możesz do tego wykorzystać tropy.*

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

|  |  |
| --- | --- |
| potwierdzenie |  |

## ROZWÓJ DUCHOWY I EMOCJONALNY

*Zadanie/a skupione na osiągnięciu poziomu wyznaczonego ideą stopnia w oparciu o Prawo Harcerskie – możesz do tego wykorzystać wyzwania.*……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

|  |  |
| --- | --- |
| potwierdzenie |  |

## ZADANIE/A UZUPEŁNIAJĄCE

*Mogą być to maksymalnie 3 zadania.*

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

## W POŁOWIE PRÓBY…

*…pomyśl (np. wraz z drużynowym) jak Ci idzie osiąganie idei stopnia. Czy realizujesz postanowienia wynikające z analizy i rozwijasz się w obranym przez siebie kierunku? Czy zadania realizują ideę stopnia? Czy jest coś czego potrzebujesz, by kontynuować próbę? Wnioski spisz i przekuj na działanie.*

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………