

## **SZLAK ŻÓŁTY** *Poznanie siebie i swego najbliższego środowiska*

### **SPORT**

#### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Przepłynąć 50 m.
- B. Skoczyć do wody z wysokości 1 m.

#### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Odbyć 5 km rajd rowerem lub 1 km pieszo./5/
2. Utrzymać się na wodzie bez zmęczenia przez 5 min./5/
3. Umieć pływać dwoma stylami, w ubraniu lub rozbierając się w wodzie; będąc w wodzie założyć kamizelkę ratunkową./15/
4. Przebiec 50 m w 12 s, skoczyć z rozbiegu lub bez 2,50 m w dal, 0,80 m wwyż, i skoczyć w dół z wys. 2 m na piasek./5/
5. Uprawiać sport indywidualny i posiadać najwyższy stopień wyszkolenia./5/
6. Zejść po linie z wys. 5 m./5/
7. Być wiernym praktyce codziennej gimnastyki./10/
8. Przebiec w limitowanym czasie bieg sprawnościowy./10/
9. Przejść po równoważni umieszczonej 2 m nad ziemią o długości 5 m./5/
10. Skoczyć w dół na piasek z wys. 2 m./5/

### **SZTUKA I OBSERWACJA**

#### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Wybrać i przeczytać publicznie tekst na głos i wyraźnie.
- B. Posiadać śpiewnik i znać 10 piosenek na pamięć.

#### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Wykonać ozdobę do harcówki ze sznurka, drewna, płótna, tkaniny, drutu, modeliny, itp./10/
2. Umieć dobrze grać na instrumencie./10/
3. Akompaniować na swoim instrumencie podczas uroczystości religijnych lub na ogniskach./10/
4. Napisać tekst, modlitwę, sztukę lub wiersz i je recytować./10/
5. Na obozie, w harcówce lub domu wykorzystać dzikie rośliny lub liście jako element dekoracyjny./5/
6. Wyrzeźbić przedmiot w drewnie w celu ozdobienia lub wykorzystania w obozowisku zastępu, na obozie lub harcówce./10/
7. Wykonać przedmioty potrzebne do sprawowania Mszy św. na obozie /świeczniki, krzyż, kredensja./10/
8. Wykonać rysunek: farby, ołówki, tusz, pastele./10/
9. Rozpoznać z zawiązanymi oczyma: smak lub zapach 5 produktów lub roślin, na dotyk 5 substancji, na słuch 5 dźwięków lub charakterystycznych odgłosów./10/

### **ŻYCIE CODZIENNE**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Być powszechnie uznawanym za bardzo uprzejmego /wizyty, telefonowanie, życie codzienne/.
- B. Być czystym i zawsze schludnie ubranym.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Umieć naprawić koszulę lub chustę./10/
2. Udekorować stół i zrobić ładny bukiet./10/
3. Umieć przyszyć guzik, oznaczenia lub zakładkę./10/
4. Przepisać tekst na maszynie lub komputerze./10/
5. Umieć wymienić bezpieczniki żarówkę./10/
6. Zdjąć i założyć koło samochodowe./10/
7. Przyczynić się do prowadzenia gospodarstwa domowego./10/
8. Poprawnie napisać list i zaadresować kopertę./10/
9. Zamontować lampę, zaopatrzyć ją w wyłącznik i przerywacz./10/

## **ŻYCIE OBOZOWE**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Obozować 10 dni i nocy pod namiotem na obozie harcerskim, w sposób satysfakcjonujący rodziców i instruktorów /porządek, czystość i dyskrecja/.
- B. Umieć ułożyć 3 rodzaje ognisk i wiedzieć, w jaki sposób rozpalić ogień bez względu na warunki.
- C. Dbać systematycznie o swoje buty i robić pranie swoich ubrań na obozie oraz utrzymywać czystość i higienę osobistą.
- D. Umieć podnosić flagi.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Przygotować posiłek zakładający upieczenie ciasta./10/
2. Ułożyć jadłospis na biwak zastępu i zapewnić zaopatrzenie./10/
3. Wymyślić i ugotować traperski posiłek./10/
4. W ciągu 7 min w mundurze i z plecakiem stawić się na alarm nocny na obozie./10/
5. Znać różne sposoby przyrządzania ciasta, ryżu, warzyw świeżych, mięsa, ryb, jajek.../10/
6. Wykonać 2 lub 3 proste praktyczne urządzenia, które czynią życie na łonie przyrody bardziej wygodnym: wieszak w namiocie, latryna, zlew.../10/
7. Rozpalić ogień mając do dyspozycji jedną zapalkę./10/

## **ŻYCIE RELIGIJNE**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Pokazać na kilku przykładach jak prawo harcerskie wiąże się z Ewangelią.
- B. Znać i być wiernym w odmawianiu tradycyjnych modlitw /Ojciec nasz, Zdrowaś Maryjo, Chwała Ojcu, Wierzę w Boga, Spowiadam się/.
- C. Regularnie przystępować do sakramentu spowiedzi.
- D. Uczestniczyć w niedzielnej Mszy św. i godnie przystępować do komunii św.

**Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Wziąć udział w rekolekcjach w klasztorze lub w dniach skupienia./20/
2. Urządzić kapliczkę /oratorium/ u siebie w domu lub w obozowisku zastępu./10/
3. Wziąć udział w pielgrzymce./10/
4. Znać układ mszału i umieć się nim posługiwać./10/
5. Znać 15 tajemnic różańcowych i umieć odmawiać różaniec./10/

**SZLAK ZIELONY** *Odkrywanie otaczającego świata*

### **ORIENTACJA W TERENIE I WYPRAWY**

**Wymagania obowiązkowe:**

- A. Umieć zorientować się w terenie za pomocą busoli i słońca.
- B. Umieć odczytać i zorientować mapę w skali 1:25000 i 1:50000 oraz zidentyfikować 20 znaków terenowych.
- C. Zmierzyć swój krok.

**Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Wykonać plan swojej dzielnicy wg podanej skali./10/
2. Wykonać szkic topograficzny./10/
3. Wykonać szkic panoramiczny./10/
4. Zmierzyć trzy odległości i trzy wysokości z marginesem błędu poniżej 20%. /10/
5. Być przewodnikiem zastępu na trasie zróżnicowanej./5/
6. Wykonać plan obozu i najbliższego otoczenia wg podanej skali./10/
7. Wziąć udział w wyprawie zastępu mając własną odpowiedzialność /wywiad, szkic/ i zredagować część raportu /kroniki/. /5/

### **KOMUNIKACJA I TRANSMISJA**

**Wymagania obowiązkowe:**

- A. Nadać i odebrać wiadomość Morse'em i semaforem.
- B. Przekazać informację alarmową przez telefon.

**Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Zrealizować dobre nagranie na magnetofonie./5/
2. Umieć korzystać prawidłowo z komputerowych baz danych./5/
3. Sporządzić latarnię./10/
4. Znać oznaczenia instruktorów i funkcyjnych szczepu, hufca, chorągwi./5/
5. Wykonać dwie chorągiewki do semafora./10/
6. Nadać telegram./10/
7. Wymyślić szyfr dla zastępu i nadać zaszyfowaną wiadomość do zastępowego./10/
8. Znać system transmisji./5/

## **CZŁOWIEK I JEGO HISTORIA**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Znać i umieć opowiedzieć kilka ciekawostek o swoim mieście i dzielnicy.
- B. Znać główne wydarzenia z historii swojego kraju.
- C. Znać życie i dzieło Świętego Benedykta lub Świętych Cyryla i Metodego, patronów Europy.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Opowiedzieć pokrótce o początkach skautingu, od Mafekingu do Brownsea./10/
2. Znać początki skautingu katolickiego we Francji /Ojciec Sevin./10/
3. Znać historię harcerstwa polskiego./10/
4. Znać życie i dzieło innego świętego o znaczeniu ogólnoeuropejskim./10/
5. Opowiedzieć historię wielkiej postaci, Polaka lub mieszkańca innego kraju europejskiego: filozofa, muzyka, artyści, odkrywcy, świętego.../10/
6. Umieć ustalić podobieństwa między nazwami miejsc i rzek swego kraju i krajów sąsiednich /toponimia./10/
7. Sporządzić na tablicy drzewo genealogiczne rodziny królewskiej lub szlacheckiej /herb, historia/ lub poczet królów, prymasów lub prezydentów Polski lub wykonać inną pracę historyczną pokazującą ten aspekt dziejów./10/
8. Korespondować z obcokrajowcem w jego języku./10/
9. Znać i umieć opowiadać o ciekawostkach dot. swego województwa lub regionu./10/
10. Znać flagi i stolice wszystkich państw europejskich./10/
11. Na ognisku opowiedzieć lub odegrać scenkę z życia B. P./10/
12. Znać historię i symbolikę herbu swojej chorągwi./10/
13. Wykonać tablicę, wystawę ukazującą historię wypraw krzyżowych, misyjnych, pielgrzymki międzynarodowej lub innego przedsięwzięcia o wymiarze europejskim./10/

## **PRZYRODA**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Stosować w życiu codziennym skrupulatnie 6 punkt Prawa szanując przyrodę: ziemia, drzewa, zwierzęta, rośliny.
- B. Kontynuować studium pięciu drzew.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Wykonać album przyrodniczy./15/
2. Poznać 5 ptaków./5/
3. Poznać 12 roślin, w tym 3 lecznicze./10/
4. Zaobserwować i przestudiować środowisko naturalne /brzeg morza, pole, zarośla./5/
5. Poznać 4 gatunki ryb morskich lub słodkowodnych, 4 gatunki skorupiaków i 4 gatunki ptaków morskich lub wodnych, których zrobione przez siebie zdjęcia, rysunki umieści w swojej kronice łowów./10/
6. Posadzić kwiaty i regularnie opiekować się kawałkiem ogrodu./5/

7. Żywić i opiekować się ptakami podczas zimy lub mieć zwierzę, którym zajmujesz się osobiście./5/
8. Poznać środowisko, w którym żyje zwierzę - totem zastępu i jego zwyczaje./5/
9. Umieć znaleźć na niebie 5 gwiazdozbiorów oprócz wozów./10/
10. Określić rodzaj chmur i zmiany pogody, które zwiastują i dokonywać obserwacji meteorologicznych podczas obozu./10/
11. Zbierze i rozpozna 5 skał, minerałów lub skamielin./5/

## **ZNAJOMOŚĆ SWOJEJ WIARY**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Znać historię życia Pana Jezusa i opowiedzieć o jednym z okresów Jego życia.
- B. Znać cnoty kardynalne i odpowiadające im uczynki.
- C. Znać przebieg Mszy św.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Umieścić na mapie Palestyny główne wydarzenia z życia Chrystusa./10/
2. Znać trzy wielkie święta liturgiczne i 3 święta maryjne./10/
3. Znać w głównych zarysach historię ludu Bożego./10/
4. Znać przebieg roku liturgicznego i kolory poszczególnych okresów liturgicznych./10/
5. Przeczytać życiorys świętego./10/

## **SZLAK CZERWONY** *Działanie*

### **SŁUŻBA**

#### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Wie, jaki jest sposób postępowania w razie wypadku drogowego.
- B. Mieć zawsze pod ręką telefony służb ratunkowych i pogotowia.
- C. Mieć podstawowe wiadomości dot. zakażeń i przeciwdziałaniu im.
- D. Wiedzieć jak postąpić w razie krwotoku lub omdlenia.

#### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Znać zastosowania głównych środków farmaceutycznych znajdujących się w apteczce zastępu./10/
2. Przygotować pożywienie i nakarmić butelką niemowlę oraz posiłek dla małego dziecka./10/
3. Wziąć udział w akcji ratunkowej./10/
4. Mieć podstawowe wiadomości dot. transportu rannego./10/
5. Wykonać bandażowanie za pomocą chusty./10/
6. Umieć wykonać rzut 2 m rzutką z odległości 10 m./10/
7. Pomóc nowemu przejść próby kandydackie./10/
8. Zrealizować 5 pięknych fotografii pokazujących momenty harcerskiego życia./10/

## **WĘZŁY I PIONIERKA**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Umieć błyskawicznie zawiązać i wykorzystać węzły: wyblinka, prosty, rybacki...
- B. Umieć prawidłowo trzymać siekierę i utrzymywać ją w dobrym stanie.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Umieć oprawić, naostrzyć, naprawić narzędzia zastępu./10/
2. Umieć zawiązać i wykorzystać węzły: ósemka rybacki i 3 inne./15/
3. Wykonałeś drabinkę sznurową używając odpowiednich węzłów./5/
4. Ściąć drzewo zostawiając idealny pień./5/
5. Umieć posługiwać się świdrem w celu wykonania połączeń./5/
6. Wykonać plany i sporządzić makietę urządzenia obozowego./10/
7. Znać dwa typy wiązań i wykonać jej w sposób prawidłowy./10/
8. Uczestniczyć w budowie urządzeń zastępu./5/
9. Rzucić lassem lub liną cumowniczą./5/
10. Wykonać prawidłowy zacios./5/
11. Wykonać sieć /np. jako kredens w kuchni zastępu./10/

### **SZTUKA EKSPRESJI**

#### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Poprowadzić śpiew, grę, skecz, pantomimę, zabawę na ognisku.
- B. Aktywnie uczestniczyć w ogniskach.
- C. Mieć śpiewnik i znać 10 piosenek na pamięć, w tym „Święta miłości” i „Idą skauci”.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Przedstawić jakąś postać, wymyślając rekwizyty oraz kostium./10/
2. Przygotować z grupą dzieci małe przedstawienie lub opowiedzieć im w sposób barwny jakąś historię./10/
3. Wykonać wystawę zdjęć nt. zajęć harcerskich w celu zaprezentowania ich rodzicom./10/
4. Być członkiem chóru lub orkiestry /zespołu./5/
5. Znać taniec ludowy i nauczyć go swój zastęp /muzyka, podział, figury./10/
6. Wykonać kostium sceniczny lub karnawałowy wykorzystując różne materiały./10/
7. Zrealizować teatr marionetek lub kino cieni na ognisku obozowym./10/
8. Wykonać 5 pięknych zdjęć ilustrujących wydarzenia harcerskiego życia./10/

### **RAJD I PRZYGODA**

#### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. We dwóch odbyć 24 godzinny rajd wg mapy i kompasu.
- B. Podejść w ciągu dnia na odległość co najmniej 4 m harcerza w stopniu ćwika lub instruktora niepostrzeżenie lub wykonać kamuflaż dla chłopca z zastępu tak, by niepostrzeżony przeszedł obok instruktorów przechodzących obok niego.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Wziąć udział z harcerzem w stopniu ćwika w wyprawie mającej na celu znalezienie miejsca na biwak. sporządzić raport./10/
2. Umieć reperować rower /montaż i demontaż kół, naprawa dętek/ i wyposażyć go oraz załadować na obóz./10/
3. Nadać bagaż drużyny i wykupić bilet grupowy na pociąg./10/
4. Przebiec bieg na orientację w satysfakcjonującym czasie./10/
5. Zorganizować grę na podchodzenie lub na orientację dla zastępu./10/
6. Na obozie złowić ilość ryb wystarczającą na posiłek, przygotować i przyrządzić./10/
7. Na obozie pełnić nocną wartę./10/

## **APOSTOLSTWO**

### **Wymagania obowiązkowe:**

- A. Umieć udzielić sakramentu chrztu św.
- B. Świadczyć o Chrystusie swoim zaangażowaniem: być wiernym codziennej praktyce dobrego uczynku i nabyć ducha służby, naturalnego u harcerza.

### **Wymagania fakultatywne do wyboru /do wyboru z pomocą drużynowego lub zastępowego/ /20 punktów/:**

1. Umieć uczestniczyć i odpowiadać na wezwania na Mszy św. po łacinie./10/
2. Poprowadzić modlitwę w zastępie./10/
3. Podczas wypadu błyskawicznie zbudować ołtarz najprostszym sposobem./10/
4. Umieć śpiewać solo na Mszy św. /psalm/./10/
5. Przyprowadzić do zastępu nowego kolegę./10/
6. Umieć służyć do Mszy św./10/
7. Na ognisku zastępu opowiedzieć jeden lub kilka wydarzeń z życia świętego misjonarza./10/
8. Pomagać nowemu chłopcu słabo obeznanego z wiarą w poznaniu modlitw, życia Chrystusa, przebiegu Mszy św./20/