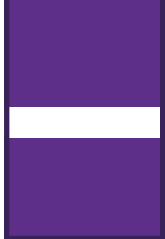




Ochotniczka

Próba na stopień ochotniczki powinna być realizowana przez harcerkę w wieku 10-12 lat i powinna trwać od 6 do 12 miesięcy. Jeśli jest to dla Ciebie początek drogi harcerskiej równoległe powinnaś realizować próbę harcerki. Złożenie Przymierzenia Harcerskiego musi nastąpić przed zamknięciem próby na stopień. W ułożeniu, realizacji oraz podsumowaniu próby wspierać Cię będzie opiekun próby.

Zadania podstawowe możesz zacząć realizować od razu, zaś wyzwania, sprawności i tropy dobrać w miarę trwania próby. Jeśli zrealizowałaś wcześniej jakies zadanie podstawowe, uznaj je za zaliczone – nie powtarza się ich ani nie zastępuje porównywalnymi. Możesz też, w uzgodnieniu z drużynowym, zaliczyć w poczet próby zdobyte wcześniej sprawności.



Ochotniczka, czyli ta, która dobrowolnie i z własnej woli chce poznawać harcerstwo.

Regularnie i aktywnie uczestniczę w zbiórkach 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 samodzielna, zaradna i obowiązkowa w domu, i w szkole. Rozwijam swoje zainteresowania, poznaję otaczający mnie świat. Angażuję się w ważne wydarzenia rodzinne.

.....
imię i nazwisko

Swoją próbę otworzyłam:

Swoją próbę zamknęłam:






Zadania podstawowe

Potwierdź zrealizowanie 17 zadań.

Uwaga: Koniecznie zapoznaj się z programami wymienionych sprawności - ich zadania pokrywają się częściowo z poniższymi zadaniami na stopień, dzięki czemu można jednocześnie zdobyć sprawność i zrealizować zadanie podstawowe na stopień.

Sprawność	WYROBIENIE HARCERSKIE	Potwierdzenie
 <p data-bbox="88 887 188 911">Skautka</p>	<p>Noszę mundur zgodny z regulaminem obowiązującym w ZHP.</p>	
	<p>Poznałam najważniejsze tradycje i obrzędy swojej drużyny. Potrafię stanąć w postawie zasadniczej i swobodnej oraz ustawić się w szyku. Wykazałam się tą wiedzą i umiejętnościami, uczestnicząc w życiu drużyny.</p>	
	<p>Dowiedziałam się, kto i kiedy założył skauting i harcerstwo.</p>	
	OBOZOWNICTWO	Potwierdzenie
 <p data-bbox="101 1321 174 1345">Wyga</p>	<p>Wzięłam udział w obozie lub biwaku pod namiotami. Poznałam zasady bezpieczeństwa i przestrzegałam ich. Pozostawiłam po sobie porządek.</p>	
	<p>Znam i w różnych sytuacjach zastosowałam co najmniej pięć węzłów.</p>	

Sprawność	EKONOMIA	Potwierdzenie
 <p data-bbox="94 320 213 379">Przedsiębiorczy</p>	<p data-bbox="245 124 815 197">Zaoszczędziłam pieniądze na wybrany przez siebie cel.</p> <p data-bbox="245 225 815 416">Sporządziłam wraz z rodzicami listę codziennych produktów. Samodzielnie zrobiłam zakupy zgodnie z listą, sprawdzając ceny i cechy tych produktów i nie przekraczając założonej kwoty.</p>	
 <p data-bbox="107 826 200 885">Ratowniczka</p>	<p data-bbox="395 443 665 480">RATOWNICTWO</p> <p data-bbox="245 496 815 959">W sytuacji rzeczywistej lub symulowanej podjęłam się prostych czynności ratujących zdrowie i udzieliłam pomocy w zdarzeniach, które mogą mieć miejsce w domu: opatrzyłam ranę, zabezpieczyłam oparzenie, zareagowałam właściwie w sytuacji omdlenia, zadbałam o bezpieczeństwo osoby nieprzytomnej (oceniłam przytomność, udrożniłam drogi oddechowe i sprawdziłam oddech u poszkodowanego nieprzytomnego).</p> <p data-bbox="245 983 815 1126">Znam numery alarmowe, skorzystałam z nich w sytuacji rzeczywistej lub symulowanej, podając dyspozytorowi niezbędne informacje.</p>	<p data-bbox="843 443 1042 480">Potwierdzenie</p>
 <p data-bbox="104 1366 206 1425">Liderka zdrowia</p>	<p data-bbox="449 1149 609 1185">ZDROWIE</p> <p data-bbox="245 1201 815 1461">Wzięłam udział w wycieczce pieszej/rowerowej/kajakowej trwającej około 4-5 godzin. Samodzielnie spakowałam plecak odpowiednio do potrzeb i pogody (uwzględniając zdrowe jedzenie, wodę, okrycie na słońce i deszcz, krem z filtrem itd.).</p>	<p data-bbox="843 1149 1042 1185">Potwierdzenie</p>

Sprawność	ŻYWIENIE	Potwierdzenie
 Kucharka	<p>Przygotowałam pod nadzorem rodzica śniadanie lub kolację dla domowników, w tym jedno wybrane danie na ciepło, np.: owsiankę, jajecznicę itp.</p>	
	ŚWIAT CYFROWY	Potwierdzenie
 Komputerowiec	<p>Zapoznałam się z zasadami zdrowego korzystania z komputera (postawa, ergonomia, oświetlenie, przerwy itp.). Porównałam je z moimi przyzwyczajeniami i skorygowałam (w razie potrzeby) swoje nawyki.</p>	
	EKOLOGIA	Potwierdzenie
 Ekolożka	<p>Znam zasady segregacji odpadów w swoim miejscu zamieszkania. Segreguję zgodnie z nimi odpady w domu, szkole i harcówce.</p>	
	TERENOZNAWSTWO	Potwierdzenie
 Kartografka	<p>Zapamiętałam drogę przebytą w mieście i z pamięci wykonałam szkic drogi (plan ulic, przez które przechodziłam).</p> <p>W czasie wędrowki w terenie zorientowałam mapę zgodnie z kierunkami świata. Poprowadziłam zastęp podczas wędrowki.</p>	
	ZARADNOŚĆ ŻYCIOWA	Potwierdzenie
 Złota rączka	<p>Przez okres próby utrzymywałam porządek w pokoju, w którym mieszkam.</p> <p>Mocno i estetycznie przyszyłam łatę lub naszywkę oraz guzik.</p>	

Sprawności

Wpisz nazwy 4 sprawności przynajmniej jednogwiazdkowych (*), które zdobyłaś podczas trwania próby.

Sprawność	Numer rozkazu

Tropy zrealizowane z zastępem

Wpisz nazwy 2 tropów – każdy powinien być z innej kategorii, w tym przynajmniej jeden opierający się na służbie.



BRATERSTWO

Numer rozkazu



INICJATYWA



NATURA



ODKRYWANIE



OJCZYŻNA



ZARADNOŚĆ



CZŁOWIEK

Wyzwania

Wpisz od 2 do 3 wyzwań skonsultowanych z opiekunem, z których 1 będzie zorientowane na pielęgnowanie więzi rodzinnych w zakresie wynikającym z idei stopnia.

Wyzwanie		Podpis
data rozpoczęcia	data zakończenia	
data rozpoczęcia	data zakończenia	

Wyzwanie		Podpis
data rozpoczęcia	data zakończenia	



Zadania uzupełniające

Tutaj możesz razem z opiekunem próby wpisać maksymalnie trzy zadania uzupełniające, realizujące ideę stopnia. Mogą być one ukierunkowane na poznanie bohatera lub tradycji środowiska.

Zadanie	Podpis





zhp.pl



[zhp_pl](https://www.instagram.com/zhp_pl)



[zhp](https://www.facebook.com/zhp)



[zhp_pl](https://twitter.com/zhp_pl)



RPM PRYZMAT