

## ĆWIK

### A. WARUNKI DOPUSZCZENIA DO PRÓBY.

Do próby na stopień ćwika może być dopuszczony harcerz, który odpowiada następującym warunkom:

- a. Ukończył 14 lat.
- b. Zaliczył 12 miesięcy służby w stopniu wywiadowcy lub 6 miesięcy służby w stopniu młodzika w drużynie wędrowników.
- c. Swoim zachowaniem wykazał, że stara się żyć zgodnie z prawem harcerskim.
- d. Brał udział w zbiórkach i pracach harcerskich, całodziennych lub dłuższych wycieczkach harcerskich oraz w dwóch obozach harcerskich.
- e. Wpłaca punktualnie opłaty organizacyjne - składki.
- f. Posiada mundur harcerski i kompletną wyprawę osobistą harcerską.
- g. Mówi stale po polsku wśród Polaków i dba o czystość mowy polskiej oraz czyta książki i pisma polskie.
- h. Czyta "Na Tropie" i książki harcerskie.
- i. Prowadzi dzienniczek harcerski.
- j. Posiada conajmniej 7 sprawności harcerskich.

### B. PROGRAM PRÓBY.

Starający się o stopień ćwika wykaże, iż posiada poniższe wiadomości i umiejętności:

#### 1. Wychowanie harcerskie.

- Opowie na zbiórce zastępu, jak stosować Prawo Harcerskie w życiu codziennym.
- Zna organizację swego hufca i chorągwi.
- Zna nazwiska i ma adresy służbowe, w swoim dzienniczku, przełożonych organizacyjnych, do komendanta chorągwi.
- Zna krótką historię Harcerstwa i oraz najważniejsze wydarzenia w rozwoju Skautingu.
- Ułoży program pracy zastępu.
- Przygotuje co najmniej jednego harcerza do próby na stopień wywiadowcy lub do próby na sprawność przydatną na obozie.
- Zna słowa i melodie co najmniej 6 pieśni harcerskich i umie prowadzić śpiew w zastępie.

#### 2. Wychowanie religijne.

- Zna życiorysy 2 świętych, Polaków.
- Zna na pamięć „Wierzę w Boga”

- Wytłumaczy jedno z dziesięciu przykazań Bożych
- Wie co to jest Kościół Katolicki
- Zna polskie zwyczaje związane ze Świętami Bożego Narodzenia, Wielkiej Nocy i inne.
- Zna słowa i melodie co najmniej 6 pieśni religijnych polskich na wszystkie okresy roku kościelnego.

### **3. Wychowanie narodowe.**

- Opowie treść książki polskiej przeczytanej od czasu zdobycia stopnia wywiadowcy.
- Wie kto jest Prezydentem i Premierem Polski.
- Ma ogólną wiedzę o Polakach w kraju zamieszkania.
- Opíše polskie zwyczaje ludowe z różnych pór roku
- Narysuje mapę Polski, naznaczając na niej:
  - granice obecne, oraz z 1000 r., 1582 r. i 1938 r.
  - 6 głównych rzek i 10 głównych miast,
  - pasma górskie i krainy geograficzne,
  - główne bogactwa mineralne i naturalne.
- Wie dlaczego okres panowania Jagiellonów jest uznawany jako 'Złoty Wiek'. Wie kim byli Mikołaj Rej, Jan Długosz, Jan Kochanowski, Wit Stwosz i Mikołaj Kopernik.
- Rozumie powody unii Polski z Litwą oraz określenie 'Rzeczpospolita Obojga Narodów'.
- Rozumie dlaczego i wie kiedy był okres królów elekcyjnych.
- Rozumie dlaczego Warszawa stała się stolicą Polski i zna niektóre jej zabytki.
- Opowie o najważniejszych wydarzeniach za czasów królów: Kazimierza Jagiellończyka, Zygmunta Starego, Zygmunta Augusta, Stefana Batorego, Zygmunta Wazy.
- Wie co to był 'Potop'; opowie o obronie Częstochowy.
- Opowie o Janie Sobieskim i o odsieczy wiedeńskiej.
- Zna słowa i melodie 10 piosenek ludowych i wojskowych, wie z których rejonów Polski lub z jakich okresów jej historii one pochodzą.
- Wspólnie z innymi przygotowuje i poprowadzi kominek lub ognisko o tematyce wiadomości z dziedziny wychowania narodowego.

### **4. Zaradność i uczynność.**

- Wykona drobne prace domowe.
- Zrobi pracę okazową dla zastępu i drużyny.
- Wykaże się stałym oszczędzaniem pieniędzy.
- Zorganizuje i wykona sam lub z innymi harcerzami - dobry uczynek -

pracę dla organizacji społecznej, lub osób potrzebujących pomocy, jednorazowo, lub pracę trwającą przez pewien czas.

- Umie posługiwać się rozkładami jazdy.

## **5. Samarytanka.**

- Wytlumaczy szkodliwość używania tytoniu, alkoholu i narkotyków.
- Zna skład i użytek apteczki zastępu.
- Bandażuje sprawnie, bandażem zwykłym i trójkątnym, różne części ciała.
- Zna układ głównych arterii i pokaże jak tamować krwotok z żył i tętnic.
- Pokaże co zrobić w wypadkach poparzenia, odmrożenia, porażenia słonecznego, porażenia prądem elektrycznym, udławienia, ukąszenia przez psa i żmiję i złamania ręki lub nogi.
- Pokaże jak gasić ubranie na płonącym, oraz jak należy zachować się wobec palenia się nafty, benzyny i innych materiałów łatwopalnych.
- Wie w jakich okolicznościach i jakimi sposobami można ruszyć rannego.

## **6. Wychowanie fizyczne.**

- Wykona poprawnie poranne ćwiczenia gimnastyczne i przeprowadzi je z zastępem.
- Biega, skoczy w dal z odbicia prawą i lewą nogą.
- Skoczy wzwyż z odbicia prawą i lewą nogą stylem nożycowym.
- Rzuci piłką palantową prawą i lewą ręką.
- Umie wziąć udział w zabawach i grach ruchowych: bieżnych, rzutnych i skocznych, oraz umie przeprowadzić je z zastępem.
- Przeplynie stylem dowolnym podaną odległość.
- Zna zasady bezpieczeństwa kąpieli.

## **7. Przyrodoznawstwo.**

- Zapoznał się i podpatrzył życie w jednym z następujących środowisk przyrodniczych: góra, las, łąka, rzeka, jezioro, brzeg morski i przedstawi kronikę przyrodniczą na podstawie powyższych obserwacji.
- Rozumie konieczność ochrony przyrody.
- Wskaże na mapie Polski oraz kraju zamieszkania gdzie znajdują się puszcze, parki narodowe i rezerваты przyrodnicze.

## **8. Terenoznawstwo.**

- Zorientuje mapę w terenie i oznaczy na niej swoje stanowisko, przy pomocy współrzędnych prostokątnych.
- Czyta sprawnie mapę i potrafi się nią posługiwać w terenie.
- Poprowadzi według mapy do oznaczonego celu odległego 2 - 3 km.,

możliwie najkrótszą drogą.

- Poprowadzi z kompasem, na przełaj, około 3/4 km. w oznaczonym kierunku lub na oznaczony kąt kierunkowy, w terenie pofałdowanym lub w lesie.
- Wymierzy w terenie różne odległości własnym krokiem.
- Zrobi szkic drogi, biwaku, obozu itp.

## **9. Wycieczki i obozy.**

- Wie z czego się składa i jak powinna być przechowywana wyprawa wycieczkowa i obozowa osobista i zastępu.
- Przejdzie w dobrej formie 12-16 km. z obciążeniem.
- Wybierze miejsce i pokieruje prawidłowo rozstawieniem namiotu.
- Wykona jedną pracę pionierską, spośród następujących: stół, piwnicę, kuchnię polową, stałą latrynę, bramę obozową lub urządzenia sportowe.
- Umie obchodzić się z siekierą i piłą przy ścinaniu drzewa, piłowaniu i rąbaniu.
- Naostrzy siekierę, zreperuje piłę oraz drobne uszkodzenia narzędzi pionierskich.
- Ugotuje nad ogniem polowym lub kuchni polowej, obiad dla zastępu, złożony z 2 potraw.

## **10. Harce.**

- Poprowadzi zastęp marszem ubezpieczonym 2-3 km. i ubezpieczy go na postoju.
- Zna służbę obserwatora i czujki.
- Zna służbę gońca.
- Przejdzie z ustnym meldunkiem krokiem harcerskim 1 km.
- Napisze krótki meldunek.
- Prawidłowo ustawi stację sygnalizacyjną w terenie i nada oraz odbierze depeszę alfabetem Morsa tarczami i światłem.
- Zna gry terenowe i umie przeprowadzić je z zastępem.
- Umie prowadzić zastęp lub patrol na biegu harcerskim.

## Protokół próby na stopień ćwika

Imię i nazwisko: \_\_\_\_\_

Data urodzenia: \_\_\_\_\_

Stopień i data przyznania: \_\_\_\_\_

Posiadane sprawności harcerskie: \_\_\_\_\_

Przydział służbowy: \_\_\_\_\_ Hufiec \_\_\_\_\_

### A. DOPUSZCZENIE DO PRÓBY:

Stwierdzam spełnienie warunków dopuszczenia i dopuszczam

Druha: \_\_\_\_\_ do próby na stopień ćwika.

*Pieczęć* \_\_\_\_\_

Podpis Drużynowego

### B. PRÓBA:

TREŚĆ	DATA	WYNIK	PODPIS
1. Wychowanie harcerskie			
2. Wychowanie religijne			
3. Wychowanie narodowe			
4. Zaradność i uczynność			
5. Samarytanka			
6. Wychowanie fizyczne			
7. Przyrodoznawstwo			
8. Terenoznawstwo			
9. Wycieczki i obozy			
10. Harce			

Data rozpoczęcia próby: \_\_\_\_\_ Data zakończenia próby: \_\_\_\_\_

Stwierdzamy pomyślne odbycie próby: \_\_\_\_\_ Podpisy Komisji

Rozkaz: L \_\_\_\_\_

Data przyznania: \_\_\_\_\_