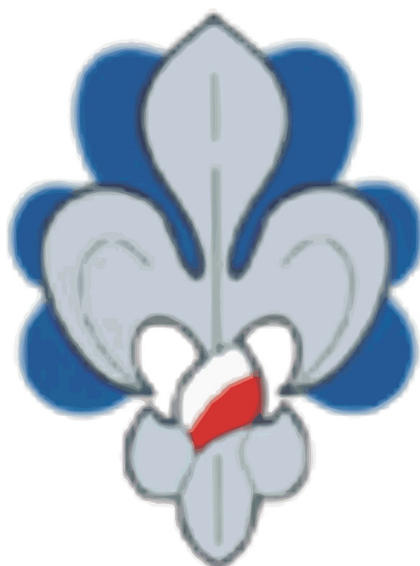


REGULAMIN STOPNI HARCEREK



**zatwierdzony Uchwałą Naczelnictwa nr 254/6 z dn. 27.03.2012 r.
do użytku wewnątrzorganizacyjnego**

Warszawa, 27.03.2012

*„Jeśli chcesz znaleźć źródło,
musisz iść do góry, pod prąd.
Przedzierać się, szukać, nie ustępować (...)”*

Tryptyk Rzymski, Jan Paweł II

Drogie Druhny, a przede wszystkim Drogie Druhny Drużynowe!
Stopniowanie trudności jest niepowtarzalną okazją do poszukiwania nowych możliwości, źródeł inspiracji, odkrywaniem talentów własnych i bogactwa otaczającej nas rzeczywistości. Oby praca Waszych drużyn przynosiła owoce, była ciągłym dążeniem ku szczytom.

Dziękuję hm. Karolinie Kolbuszewskiej i wszystkim członkiniom Zespołu ds. stopni harcerek za przygotowanie regulaminu, czyli wiele miesięcy twórczej, ale trudnej i mozolnej służby.

CzuwajMY!

hm. Maria Brzeska-Deli HR, Naczelniczka Harcerek

Druhno!

Współczesny świat stawia przed nami, harcerkami, wiele wyzwań. Największym z nich i najistotniejszym jest to, jak odnaleźć się w społeczeństwie, nie porzucając wartości pielęgnowanych i rozwijanych w harcerstwie. Przygotowujemy się do tego, będąc w harcerstwie – zdobywamy nową wiedzę i umiejętności oraz kształtujemy postawę zgodną z Przysiężeniem Harcerskim.

Oddajemy w Twoje ręce nowy regulamin stopni harcerek. Staraliśmy się stworzyć narzędzie metodyczne nawiązujące do tradycji, a jednocześnie przystające do dzisiejszej rzeczywistości.

Zależy nam na tym, żeby każda druha wstępująca do harcerstwa mogła się w nim rozwijać, wzrastać jako osoba, realizując zadania na swoim poziomie. Dlatego do podstawowego kanonu stopni harcerskich dołożyliśmy stopnie starsze, przeznaczone dla osób, które do harcerstwa wstępują później niż w szkole podstawowej.

Określiłyśmy dokładnie moment, w którym harcerka składa Przysiężenie Harcerskie. Jest to chwila dla każdej z nas niezapomniana i ważne jest, aby dawała siłę i motywowała do dalszego kroczenia harcerską ścieżką.

Staraliśmy się tak opracować wymagania, aby zdobywanie kolejnych stopni było wzrastaniem w poszczególnych sferach życia, podnoszeniem poprzeczki coraz wyżej. Położyliśmy nacisk na dużą indywidualizację prób na stopnie, zamieszczając w regulaminie propozycje konkretnych zadań czy form realizacji poszczególnych wymagań, ale traktując je jedynie jako pomysły i dając możliwość poszukiwania indywidualnych rozwiązań. Chcieliśmy, aby wymagania były jak najbardziej aktualne i uwzględniały wyzwania współczesnego świata.

Zdobywanie stopni powinno się odbywać w sposób naturalny, w jednostce harcerskiej, w której druha przeżywa swoją harcerską przygodę. Dlatego też trzy pierwsze stopnie powinny być zdobywane w drużynie, a następne w kapitułach stopni.

Jak wiele jest harcerek zdobywających stopnie, tak wiele jest różnych osobowości. Nie jest możliwe opracowanie pełnego katalogu zadań, który będzie odpowiedni dla każdej harcerki, w równym stopniu będzie każdą z nich rozwijał i motywował. Dlatego regulamin stopni harcerek to jedynie narzędzie metodyczne, które ma wskazać kierunki, określać pewne ramy. Żaden regulamin nie zastąpi jednak mądrej zastępowej, drużynowej, opiekunki czy kapituły.

Druhno!

Życzę Ci spotkania na swojej drodze właśnie takich mądrych osób. Życzę Ci też, abys dzięki wzrastaniu w harcerstwie, sama taką mądrą osobą się stała.

Czuwaj!

hm. Karolina Kolbuszewska HR

Ten regulamin jest wspólnym dziełem bardzo wielu osób. Niektóre z nich dołożyły swój mały kamyczek, inne – całą górę kamieni. Bardzo serdecznie dziękuję wszystkim instruktorkom, które na różnych etapach brały udział w pracach zespołu ds. stopni harcerek i w tworzeniu tego regulaminu (w kolejności alfabetycznej – ponieważ nie sposób zmierzyć i porównać ilości włożonej pracy):

- phm. Aleksandrze Banach (Małopolska Chorągiew Harcerek),
- phm. Ewie Barszcz (Wielkopolska Chorągiew Harcerek),
- phm. Aleksandrze Boguckiej (Łódzka Chorągiew Harcerek),
- pwd. Barbarze Ciosek (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- hm. Katarzynie Dytrych (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- phm. Barbarze Jagodzie (Łódzka Chorągiew Harcerek),
- hm. Katarzynie Kańczugowskiej (Lubelska Chorągiew Harcerek),
- phm. Aleksandrze Kieszek (Pomorska Chorągiew Harcerek),
- phm. Agnieszce Miętus (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- phm. Martynie Miziniak-Kużaj (Wielkopolska Chorągiew Harcerek),
- phm. Ewie Motylewskiej (Wielkopolska Chorągiew Harcerek),
- hm. Annie Pierze (Podkarpacka Chorągiew Harcerek),
- hm. Paulinie Podogrockiej (Łódzka Chorągiew Harcerek),
- phm. Kamili Połomskiej (Pomorska Chorągiew Harcerek),
- pwd. Ewie Pruchnickiej (Podkarpacka Chorągiew Harcerek),
- hm. Dominice Romanowicz (Małopolska Chorągiew Harcerek),
- phm. Katarzynie Różyckiej (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- phm. Alicji Rygier (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- phm. Izabeli Sośniak (Górnośląska Chorągiew Harcerek),
- phm. Urszuli Swianiewicz (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- phm. Katarzynie Szczśniak (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- phm. Iwonie Tucznio (Małopolska Chorągiew Harcerek),
- pwd. Monice Wierkiewicz (Mazowiecka Chorągiew Harcerek),
- pwd. Żanecie Wróbel (Północno-Wschodnie Namiestnictwo Harcerek),

a także psycholog phm. Ewelinie Krupniewskiej (obecnie w rezerwie).

Dziękuję również za inspirację hm. Małgorzacie Ruprecht i Komisji Harcmistrzyń, która w 2005 roku zamykała mi próbę na stopień.

Dziękuję Naczelnicze Harcerek, hm. Marii Brzeskiej-Deli, za zaufanie.

Dziękuję wicenaczelnicze OH-ek, hm. Annie Dudzik, za nadanie ostatecznego kształtu temu dokumentowi.

Czuwaj!

hm. Karolina Kolbuszewska HR,
członkini Głównej Kwatery Harcerek ds. reformy stopni harcerek

ZASADY ZDOBYWANIA STOPNI

1. Harcerka zdobywa stopień indywidualnie, uczestnicząc aktywnie w pracy zastępu, drużyny bądź pełniąc swoją funkcję w innej jednostce harcerskiej.

2. Stopnie zdobywa się kolejno.

Przewidziane przedziały wiekowe¹ dla poszczególnych stopni (górny zakres wiekowy wyznacza czas, kiedy próba najpóźniej powinna być zamknięta):

Stopień	Górny zakres wiekowy
ochotniczka	11–13 lat (do VI klasy SP)
tropicielka	13–15 lat (VI klasa SP – II klasa gimnazjum)
samarytanka	14–17 lat (II klasa gimnazjum – I klasa LO)
wędrowniczka	16–20 lat (I klasa LO – II rok studiów)
Harcerka Rzeczypospolitej	powyżej 18 lat

3. Poza podstawowym kanonem stopni przewidziane są stopnie starsze, które pozwalają wejść w tryb ww. stopni podstawowych osobom wstępującym do harcerstwa później niż w szkole podstawowej.

a) Dziewczeta, które przychodzą do harcerstwa w szkole podstawowej, realizują próbę harcerki, a następnie kolejno stopnie: ochotniczki, tropicielki, samarytanki, wędrowniczki, Harcerki Rzeczypospolitej;

b) Dziewczeta, które przychodzą do harcerstwa po szkole podstawowej (ew. pod koniec klasy VI), realizują próbę harcerki (w drużynie harcerek), próbę harcerki-wędrowniczki (w drużynie wędrowniczej) lub harcerki starszej (osoby pełnoletnie – funkcyjne w drużynach i gromadach, harcerki w kręgach starszoharcerskich), a następnie stopnie kolejno, według tabeli:

Wiek wstąpienia do harcerstwa	Pierwszy stopień harcerski	Kolejne stopnie harcerskie
13–16 lat (I–III klasa gimnazjum)	starsza tropicielka	samarytanka, wędrowniczka, Harcerka Rzeczypospolitej
16–19 lat (I klasa liceum – I rok studiów)	starsza samarytanka ²	Wędrowniczka, Harcerka Rzeczypospolitej
powyżej 18 lat	starsza wędrowniczka	Harcerka Rzeczypospolitej

¹ Zakresy wiekowe stopni od samarytanki do HR nakładają się, gdyż czas ich zdobywania zależy od trybu zdobywania stopni wcześniejszych, a także rodzaju jednostki organizacyjnej ZHR, do której harcerka należy.

² Zakres wiekowy starszej samarytanki i starszej wędrowniczki nakłada się. Decyzja o tym, który z tych stopni powinien być zdobywany jako pierwszy, należy do przełożonej i zależy od miejsca dziewczyny w harcerstwie, a także jej osobistej sytuacji życiowej.

4. Stopnie powinny być zdobywane bez zbędnych przerw. Czas pomiędzy zamknięciem próby na jeden stopień a otwarciem próby na kolejny stopień zdobywany w drużynie nie powinien przekroczyć 2–3 miesięcy. W przypadku stopni zdobywanych w kapitułach, które wymagają znalezienia opiekunki i ułożenia próby, nie powinien być to czas dłuższy niż 6 miesięcy (należy przy tym uwzględnić przedziały wiekowe przewidziane dla kolejnych stopni).

5. Próba na stopień otwierana jest rozkazem drużynowej lub komendantki jednostki, przy której działa kapituła.

6. Zadania próby realizuje się w toku pracy drużyny lub innej jednostki harcerskiej (działań zaplanowanych przez drużynową, zastępową czy inną przełożoną) oraz w formie zadań indywidualnych (zaplanowanych przez samą harcerkę zdobywającą stopień). Proporcje zadań realizowanych w drużynie lub innej jednostce harcerskiej i zadań indywidualnych zmieniają się: wraz z kolejnymi stopniami liczba zadań realizowanych w ramach pracy jednostki harcerskiej spada, a rośnie liczba zadań realizowanych indywidualnie. Tym samym rośnie wpływ harcerki zdobywającej stopień na kształt realizowanej przez nią próby.

7. Próbę na stopnie prowadzą:

- próba ochotniczki, próba tropicielki, próba starszej tropicielki, próba samarytanki, próba starszej samarytanki – drużynowa we współpracy z kadrą drużyny i ew. opiekunką drużyny (drużynowa prowadząca próbę na stopień musi mieć stopień wyższy niż stopień, którego dotyczy próba, pozostałe osoby wspierające pracę ze stopniem muszą mieć co najmniej ten stopień);
- próba wędrowniczki – kapituła złożona z harcerek posiadających co najmniej stopień wędrowniczki, przewodniczącą kapituły jest instruktorka w stopniu Harcerki Rzeczypospolitej; kapituła stopnia powinna liczyć co najmniej trzy osoby;
- próba starszej wędrowniczki – w zależności od sytuacji drużyny zdobywającej stopień, do wyboru: kapituła stopnia wędrowniczki lub kapituła stopnia Harcerki Rzeczypospolitej (decyduje bezpośrednia przełożona);
- próba HR-ki – kapituła w chorągwi/namiestnictwie złożona z harcerek posiadających stopień Harcerki Rzeczypospolitej, kapitule przewodniczy podharcemistrzyni lub harcemistrzyni; kapituła stopnia powinna liczyć co najmniej trzy osoby.

8. Harcerka realizująca próbę na stopień zdobywany poza drużyną (w kapitule) powinna mieć opiekunkę. Opiekunka powinna posiadać co najmniej ten stopień, którego próbą się opiekuje. Opiekunka próby w porozumieniu z bezpośrednią przełożoną harcerki zdobywającej stopień pomaga w ułożeniu próby na stopień, czuwa nad realizacją próby i jest obecna na wszystkich spotkaniach kandydatki z kapitułą.

9. Zdobywanie stopni w kapitule poza macierzystym środowiskiem (hufcem, chorągwią/namiestnictwem) powinno następować za wiedzą i zgodą bezpośredniej przełożonej (hufcowej, komendantki chorągwi/namiestniczki) drużyny zdobywającej stopień.

10. Szacunkowy czas zdobywania poszczególnych stopni nie powinien przekroczyć:

Stopień	Czas próby do:
ochotniczka	1,5 roku
tropicielka	1,5 roku
starsza tropicielka	1 roku
samarytanka	2 lat
starsza samarytanka	1 roku
wędrowniczka	2 lat
starsza wędrowniczka	1 roku
Harcerka Rzeczypospolitej	2 lat

Drużynowa/kapituła przeprowadzająca próbę na stopień jest zobowiązana do weryfikacji próby, która w tym czasie nie została zamknięta.

11. Stopień po zamknięciu próby z wynikiem pozytywnym przyznawany jest rozkazem drużynowej lub komendantki jednostki, przy której działa kapituła, na wniosek drużynowej/kapituły prowadzącej próbę na stopień i wpisywany do książeczki harcerskiej i dokumentacji drużyny. Zdobyty stopień jest oznaczony na krzyżu harcerskim:

Stopień (skrót nazwy)	Oznaczenie
ochotniczka (och.)	krzyż harcerski
tropicielka (trop.)	srebrna lilijka
starsza tropicielka (st. trop.)	srebrna lilijka
samarytanka (sam.)	złota lilijka
starsza samarytanka (st. sam.)	złota lilijka
wędrowniczka (wędr.)	złota lilijka, złoty krąg
starsza wędrowniczka (st. wędr.)	złota lilijka, złoty krąg
Harcerka Rzeczypospolitej (HR)	złota lilijka, złoty krąg, złoty wieniec

Harcerka posiadająca dany stopień podpisuje się:
Skrót nazwy stopnia Imię Nazwisko

Instruktor podpisuje się:
Skrót nazwy stopnia instruktorskiego Imię Nazwisko Skróty nazwy stopnia harcerskiego

12. Próba na stopień może zostać:

- umorzona (wraz z wystąpieniem z ZHR – automatycznie, w innych przypadkach – na wniosek kandydatki lub opiekunki),
- zamknięta z wynikiem negatywnym – na wniosek osoby/kapituły prowadzącej próbę.

Umorzenie i zamknięcie z wynikiem negatywnym ogłaszane są rozkazem drużynowej lub komendantki jednostki, przy której działa kapituła. Wznowienie zdobywania stopnia w każdym wypadku wymaga ustaleń z osobą/kapitułą prowadzącą próbę. W takiej sytuacji próba może być ułożona od początku, możliwa jest też forma weryfikacji i modyfikacji próby realizowanej przed umorzeniem/zamknięciem z wynikiem negatywnym.

13. Postanowienia końcowe:

- za funkcjonowanie systemu stopni w drużynie odpowiada drużynowa,
- w przypadkach nieobjętych regulaminem decyzję podejmuje przewodnicząca Kapituły Harcerki Rzeczypospolitej w danej chorągwi/namiestnictwie.

PRÓBA HARCERKI

Próba rozpoczyna się w momencie przyjścia drużyny na pierwszą zbiórkę drużyny. Powinna trwać nie dłużej niż 3 miesiące. Zakończenie próby harcerki jest równoznaczne z przyjęciem drużyny do drużyny i otwarciem próby na stopień ochotniczki/starszej tropicielki. Najpóźniej wraz z momentem zakończenia próby drużyna otrzymuje prawo do noszenia munduru.

POSTAWA

1. Wie, że chce zostać harcerką, akceptuje zasady życia panujące w drużynie.
2. Jest przygotowana na to, co może ją spotkać, zawsze ma przy sobie:
 - legitymację szkolną,
 - bilety komunikacji miejscowej,
 - długopis lub ołówek i kartkę papieru do pisania,
 - zapalki,
 - igłę z nitką,
 - agrałki,
 - zapasowe guziki.

WIEDZA HARCERSKA

1. Zna pełną nazwę drużyny, jej podstawowe zwyczaje i obrzędy.
2. Wie, co oznaczał w tradycji harcerskiej węzelek lub suwak na chuście i stara się w swoim życiu postępować zgodnie z tą ideą.
3. Zna imię i nazwisko drużynowej i zastępowej, potrafi skontaktować się z nimi (zna ich numery telefonów/adresy domowe/adresy mailowe). Zna sieć alarmową zastępu.
4. Umie przywitać się i zameldować po harcersku.
5. Skompletowała mundur harcerski i utrzymuje go w stałej gotowości.
6. Założyła dzienniczek/notatnik i śpiewniczek harcerski.

DOŚWIADCZENIE

Systematycznie uczestniczy w pracy zastępu i drużyny.

PRÓBA HARCERKI-WĘDROWNICZKI

Próba rozpoczyna się w momencie przyjścia drużyny na pierwszą zbiórkę drużyny wędrowniczek. Powinna trwać nie dłużej niż 3 miesiące. Zakończenie próby harcerki-wędrowniczki jest równoznaczne z przyjęciem drużyny do drużyny i otwarciem próby na stopień starszej tropicielki/starszej samarytanki.

POSTAWA

1. Idea:
 - rozumie Przyrzeczenie i Prawo Harcerskie, dobrze je interpretuje i posiada odwagę realizowania ich w każdym środowisku.
2. Praca nad sobą:
 - rozpoczęła zdobywanie naramiennika wędrowniczego.
3. Jest przygotowana na to, co może ją spotkać, zawsze ma przy sobie:
 - długopis lub ołówek i kartkę papieru do pisania,
 - zapalki,
 - igłę z nitką,
 - agrafki,
 - zapasowe guziki.

WIEDZA HARCERSKA

1. Zna Prawo i Przyrzeczenie Harcerskie, zapoznała się z dokumentem *Podstawowe zasady wychowania harcerskiego w ZHR*.
2. Zna hymn harcerski i modlitwę harcerską.
3. Umie przywitać się i zameldować po harcersku.
4. Skompletowała mundur harcerski i traktuje go z szacunkiem.

DOŚWIADCZENIE

Systematycznie uczestniczy w pracy drużyny.

PRÓBA HARCERKI STARSZEJ

Próbę realizuje każda pełnoletnia kobieta, która deklaruje chęć zostania harcerką. Rozpoczęcie próby następuje w momencie zgłoszenia się do odpowiedniej przełożonej. Czas realizacji próby nie powinien przekroczyć trzech miesięcy. Celem próby jest podjęcie świadomej decyzji o zostaniu harcerką. Zakończenie próby powinno być połączone z otwarciem próby na stopień starszej wędrowniczki.

POSTAWA

1. Idea:
 - rozumie Przyrzeczenie i Prawo Harcerskie, dobrze je interpretuje i posiada odwagę realizowania ich w każdym środowisku.
2. Praca nad sobą:
 - zrealizuje przynajmniej jedno zobowiązanie starszoharcerskie.
3. Służba:
 - pełni służbę.
4. Jest przygotowana na to, co może ją spotkać; zawsze ma przy sobie:
 - długopis lub ołówek i kartkę papieru do pisania,
 - zapalki,
 - igłę z nitką,
 - agrałki,
 - zapasowe guziki.

WIEDZA HARCERSKA

1. Zna Prawo i Przyrzeczenie Harcerskie, zapoznała się z dokumentem *Podstawowe zasady wychowania harcerskiego w ZHR*.
2. Zna hymn harcerski i modlitwę harcerską.
3. Zna i rozumie strukturę organizacyjną ZHR, utrzymuje kontakt z bezpośrednią przełożoną.
4. Skompletowała mundur harcerski i traktuje go z szacunkiem.

DOŚWIADCZENIE

1. Systematycznie uczestniczy w pracy środowiska harcerskiego.
2. Współpracuje ze środowiskiem starszoharcerskim lub instruktorskim.
3. Wzięła udział w przedsięwzięciu harcerskim typu rajd, zlot itp.

STOPNIE ZDOBYWANE W DRUŻYNIE

OCHOTNICZKA

Ochotniczka swym postępowaniem w pracy zastępu i drużyny, w domu i najbliższym środowisku (szkoła, parafia, osiedle, miejscowość) uczy się, jak być harcerką, dąży do osiągnięcia harcerskiego ideału – do złożenia Przyrzeczenia Harcerskiego.

Stopień ochotniczki przeznaczony jest dla dziewczyny w wieku 11–13 lat (do VI klasy SP włącznie), która zrealizowała próbę harcerki.

Zdobycie stopnia ochotniczki jest równoznaczne z dopuszczeniem harcerki do złożenia Przyrzeczenia Harcerskiego.

WSKAZÓWKI DLA DRUŻYNOWEJ

Dziewczynka zdobywająca ochotniczkę stara się realizować stawiane przed nią zadania i choć nie zawsze jej się to udaje, to jest chętna i pełna zapału. Na jej etapie psychorozwoju wymagamy od niej konkretnych działań, także w dziedzinie postawy. W tym wieku u dziecka jeszcze nie rozwinęło się myślenie abstrakcyjne, ale jest to okres niespożytej energii, dlatego też podczas realizowania próby na stopień harcerka musi mieć dużo okazji do jej wykorzystania. Uczymy pewnych zachowań, którymi chcemy, by harcerka kierowała się w swoim życiu przez kolejne lata, nawet jeśli odejdzie z drużyny. Stopień ten, jak i wszystkie inne realizowane w drużynie (tropicielka, samarytanka), powinien być zdobywany obrzędowo. Jednak w tym przypadku jest to szczególnie istotne ze względu na wiek harcerki. Próba na stopień ochotniczki powinna trwać rok i opierać się w dużej mierze na zbiórkach zastępu. Za realizację próby na stopień odpowiedzialna jest drużynowa, jednak kluczowa w tym procesie jest rola zastępowej. To właśnie ona w planie pracy zastępu powinna zawrzeć takie zbiórki i takie zadania międzyczbiórkowe, aby zdobywanie stopnia przebiegało w sposób naturalny.

SYLWETKA

Ochotniczka to harcerka, która czerpie radość z każdej przygody, jest pomocna i obowiązkowa w przychodzeniu na zbiórki. Chętnie podporządkowuje się normom, a do bycia w drużynie często motywuje ją posiadanie starszych koleżanek. W drużynie jest szeregową lub pełni jakąś niewielką funkcję niewymagającą samodzielności.

Zdobycie stopnia ochotniczki kończy się złożeniem Przyrzeczenia Harcerskiego.

Ochotniczka po ukończeniu próby na stopień posiada podstawową wiedzę z technik harcerskich. Zna i rozumie Prawo Harcerskie. Systematycznie uczestniczy w praktykach religijnych Kościoła. Zna i czuje ideę harcerstwa. Rozumie, czym jest patriotyzm. Podjęła z zastępem służbę. Cechuje ją dobra pamięć i wyostrzone zmysły. Znalazła już swoje zainteresowania. Jest aktywną harcerką – uczestniczy w zbiórkach drużyny, biwakach, obozie. Bierze udział w uroczystościach patriotycznych i kościelnych.

WYMAGANIA

* Oznaczenia typu: /O/, /PL/ przy wymaganiach są oznaczeniami nazw sprawności, których zdobywanie może być też formą realizacji tego wymagania. Legenda skrótów znajduje się poniżej tabeli z wymaganiami.

I. POSTAWA

Lp.	Wymagania	Przykładowe formy realizacji wymagań (Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
1	Uczestniczy w życiu religijnym rodziny (środowiska).	- dba o indywidualną modlitwę, przygotowuje modlitwę na obozie - co tydzień uczestniczy we Mszy Św. (nabożeństwie) - aktywnie uczestniczy we Mszach Św. harcerskich, nabożeństwach okresowych (różaniec, roraty, droga krzyżowa), pierwsze piątki miesiąca - zna sens i potrzebę spowiedzi, istotę sakramentu Eucharystii (porozmawia na ten temat z księdzem, katechetą) - zna znaczenie religijne świąt, związane z nimi tradycje i zwyczaje polskie (przygotuje element świątecznej zbiórki drużyny, pomoże przygotować obchody świąt w domu) - zna wydarzenia z życia Jezusa, Świętej Rodziny (przeczytała fragment Pisma Świętego, potrafi opowiedzieć historię uzdrowienia, przypowieść, przygotowała przedstawienie z zastępem) - zdobędzie sprawność duchową lub religijną
2	Rozumie, do czego zobowiązuje ją Prawo Harcerskie w codziennym życiu. Potrafi oprzeć się tym, którzy namawiają ją do złego.	- wybierze jeden punkt, który sprawia jej szczególny kłopot, i podejmie konkretne zadanie z nim związane
Praca nad sobą		
3	Każdego dnia bierze udział w dowolnych zajęciach ruchowych, średnio pół godziny dziennie.	- dowolna aktywność ruchowa: bieganie, skakanie w gumę, na skakance, jazda na rowerze, rolkach, łyżwach, pływanie, taniec, gimnastyka, aktywny udział w lekcji WF, zajęcia SKS itp.
4	Wzięła udział w organizowanych zawodach sportowych.	- zawody organizowane w drużynie, szkole, klasie
5	Bierze udział w grach terenowych.	- bieg na orientację - podchody - gra harcerska
6	Ćwiczy sprawność zmysłów.	- przejdzie pomyślnie KIM (pamięć, smak, zapach, węch, słuch)
7	Utrzymuje w czystości swoje ciało, ma zawsze czyste ręce.	
8	Ubiera się schludnie, odpowiednio do sytuacji i pogody. /Ł/	- przygotowuje zestaw 5 strojów (np. do kościoła, na urodziny babci, przyjęcie u koleżanki, jesienny spacer, deszczowy dzień); w ciekawy sposób zaprezentuje to innym harcerkom - razem z zastępem weźmie udział w wydarzeniu wymagającym określonego stroju i ubierze się adekwatnie do sytuacji

9	Jest koleżeńska w stosunku do rówieśników, wrażliwa na potrzeby innych.	- zauważy potrzebę i pomoże koleżance lub koledze w odrobieniu lekcji lub przygotowaniu się do klasówki - nieobecnej na lekcji koleżance lub koledze pomoże uzupełnić zaległości - pomoże/doradzi siostrze lub bratu w trudnej sytuacji - zauważy potrzebę i wyręczy chorego lub zapracowanego domownika z obowiązków domowych
10	Jest wrażliwa na otaczającą ją przyrodę.	- zbuduje karmnik i w okresie zimowym będzie karmić ptaki, uwzględni specyficzne potrzeby poszczególnych gatunków i zadba o ich bezpieczeństwo - hoduje własne zwierzątko, jest odpowiedzialna za opiekę nad nim, dba o zaspokojenie jego potrzeb - założy własny ogródek (w doniczce, na balkonie, w ogrodzie), będzie go odpowiednio pielęgnować - fotografuje przyrodę, przygotowuje album lub wystawę swoich prac
11	Dbą o środowisko, które ją otacza.	- oszczędza prąd, zawsze gasi po sobie światło - sortuje śmieci i wynosi je do odpowiednich pojemników - weźmie udział w konkursie ekologicznym
Dom		
12	Zna daty ważnych uroczystości rodzinnych, pomaga w ich przygotowaniu.	- sama lub z rodzeństwem zorganizuje rodzinną uroczystość niespodziankę (urodziny mamy lub taty, rocznica ślubu rodziców itp.) - podejmie się konkretnego zadania przy organizacji jednej z rodzinnych uroczystości (np. nakryje stół na uroczysty posiłek, przygotowuje samodzielnie jakąś potrawę, wykona własnoręcznie zaproszenia dla gości, zorganizuje zabawy dla dzieci uczestniczących w uroczystości itp.)
13	Umie sama przygotować sobie posiłek.	- zawsze samodzielnie przygotowuje sobie jeden posiłek w ciągu dnia - sama przygotowuje sobie śniadanie do szkoły - przygotowuje rodzinne śniadanie lub kolację - przygotowuje samodzielnie jedną potrawę na uroczystość rodzinną
14	Dbą o porządek w swoim pokoju lub kąciu.	- z własnej inicjatywy zrobi generalne porządki w swoim pokoju/kąciu; razem z rodzicami zdecyduje o losie rzeczy, które już nie są jej potrzebne; w miarę możliwości zadba, aby mogły jeszcze służyć komuś innemu - przez okres 1 miesiąca poprowadzi dzienniczek, w którym będzie zbierała podpisy mamy potwierdzające porządek w pokoju - podejmie konkretne postanowienie i będzie je konsekwentnie realizować przez okres 1 miesiąca (np. poranne ścielenie łóżka, idealny porządek na biurku czy w szafce z ubraniami)
Drużyna, zastęp		
15	Dbą o sprzęt obozowy, biwakowy.	- używa narzędzi pionierskich zgodnie z ich przeznaczeniem, zawsze odkłada je na miejsce - wysuszy i prawidłowo złoży namiot po biwaku - pomoże przy suszeniu i konserwowaniu namiotów po obozie
16	Dbą o wspólne dobro drużyny.	- przez określony czas będzie się opiekować proporcem zastępu lub drużyny - przez określony czas poprowadzi kronikę zastępu lub drużyny
17	Nie stroni od pracy, gdy inni w zastępie pracują; jeśli nie umie czegoś wykonać, stara się tego nauczyć.	- podczas prac pionierskich na obozie podejmie się określonego zadania i wywiąże się z niego - od koleżanki nauczy się robić coś nowego (np. wyplatać pryczę, wbijać gwoździe, robić ozdoby ze sznurka itp.)

Posłuszeństwo		
18	Stara się być posłuszna swoim rodzicom i przełożonym.	
19	Jest punktualna.	- na czas stawia się na alarm i każdą zbiórkę, informuje o ewentualnym spóźnieniu lub braku obecności - nie spóźnia się na lekcje i inne zajęcia
Szkoła		
20	Poważnie traktuje swoje obowiązki szkolne.	- przykłada się do nauki, stara się poprawiać słabsze oceny, w razie kłopotów prosi o pomoc - wybierze jeden przedmiot, z którego poprawi swoją ocenę na koniec roku
21	Mówi ładnie i poprawnie po polsku.	- unika skrótów, takich jak „nara”, „dozo” itp. - mówi językiem zrozumiałym, unika wyrażen slangowych i zapożyczeń z innych języków
Praca		
22	Każdą pracę wykonuje rzetelnie, tak aby przyniosła innym pożytek.	
23	Pogodnie podchodzi do powierzonych zadań. /L/	
24	Ma swoje stałe obowiązki domowe i wywiązuje się z nich.	- wychodzi z psem na spacer, sprząta klatkę chomika, zmywa naczynia po obiedzie itp. - wybierze jedną z prac domowych, która dotychczas nie była jej obowiązkiem, i przez okres 1 miesiąca będzie rzetelnie ją wykonywać

II. WIEDZA

Harcerka powinna wykazać się wiedzą w praktyce; w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu.

Lp.	Wymagania
Wiedza harcerska	
1	Zna symbolikę Krzyża Harcerskiego, lilijki, koniczyнки, hasła „Czuwaj”.
2	Wie, jakie są stopnie harcerskie, podstawowe funkcje (w drużynie) oraz jakie są ich oznaczenia.
3	Wykaże się znajomością początków ruchu skautowego i biografii jego założyciela.
4	Zna historię powstania harcerstwa, tradycje, na których się ono opiera, postać założycielki i założyciela.
5	Zna losy harcerzek i harcerzy w czasie II wojny światowej.
6	Zna hymn harcerski, modlitwę harcerską i pieśni obrzędowe drużyny.
7	Zna Prawo i Przysiężenie Harcerskie.
Wiedza o Polsce	
8	Zna i śpiewa hymn narodowy, wie, jak się zachować przy jego śpiewaniu. /F/
9	Zna symbolikę flagi i godła narodowego. /F/
10	Posiada flagę Polski, wie, kiedy ją wywiesić i pamięta o tym obowiązku. /F/

III. UMIEJĘTNOŚCI

Harcerka powinna wykazać się umiejętnościami w praktyce; podczas zbiórki, gry, biwaku, obozu.

Lp.	Wymagania
Musztra	
1	Zna zasady musztry indywidualnej. Wie, jak zachować się podczas apelu.
Umiejętności obozowe:	
2	Potrafi samodzielnie, w dobrym tempie rozwinąć i zwinąć namiot 2-osobowy. /SO/
3	Potrafi bezpiecznie rozpalić ognisko, a także bezpiecznie je ugasić i zamaskować. /SO/
4	Sprawnie posługuje się w pracach pionierskich piłą, siekierą, saperką. /SO/
5	Zna przynajmniej 4 węzły i co najmniej 2 z nich stosuje w pracach pionierskich i zdobnictwie obozowym. /SO/
Umiejętności przyrodnicze:	
6	Potrafi wymienić, opisać i rozpoznać 10 ssaków, 10 ptaków i 10 gatunków drzew. /PL/
7	Potrafi rozpoznać 5 gatunków roślin i 5 gatunków zwierząt chronionych. /PL/
Umiejętności komunikacyjne:	
8	Potrafi znaleźć potrzebną informację oraz przekazać ją dalej (e-mail, sms). Wie, jak bezpiecznie i kulturalnie korzystać z możliwości Internetu. /Łą/
9	Na zbiórce lub ognisku prawidłowo zrelacjonuje przebieg wycieczki lub wykonane zadanie.
10	Wie, gdzie najbliższej jej miejsca zamieszkania znajdują się: ośrodek zdrowia, komisariat, poczta, apteka. Potrafi wytłumaczyć potrzebującej osobie, jak dotrzeć do tych miejsc.
11	Potrafi zaadresować list, wypełnić blankiet pocztowy. /Łą/
12	Potrafi wysłać e-maila z załącznikiem. /Łą/
13	Zna proste szyfry i umie je stosować. /Łą/
14	Umie podążać za znakami patrolowymi. /Łą/
Umiejętności terenowe:	
15	Umie wyznaczać strony świata wg busoli, Słońca i znaków terenowych. /O/
16	Zna wymiary swojego ciała i umie je zastosować do wyznaczania długości. /O/
17	Podczas wycieczki poprowadzi grupę na krótkim odcinku drogi według mapy, umie pokazać na mapie przebytą trasę i aktualne miejsce postoju.
Umiejętności samarytańskie:	
18	Dowie się, co powinna zawierać, apteczka osobista i ją skompletuje. Będzie umiała z niej skorzystać i zaradzić w przypadku drobnych urazów. /H/
19	Pamięta o tym, że w nagłych wypadkach najważniejsze jest bezpieczeństwo własne; wie, jak o nie zadbać. Potrafi wezwać pogotowie ratunkowe, straż pożarną, policję. Wie, co to jest ICE. /Łą/

IV. DOŚWIADCZENIE

Lp.	Wymagania
1	Bierze czynny udział w pracy zastępu i drużyny.
2	Weźmie udział w: a) wycieczce, /Ł/ b) biwaku, c) obozie lub zimowisku (uwaga do drużynowych: w przypadku, gdy harcerka nie może uczestniczyć w obozie, drużynowa powinna umożliwić zdobycie umiejętności obozowych podczas leśnych zjazdów, biwaków czy stanic), d) służbie społecznej z zastępem dla innych, e) obchodach Święta Narodowego (takich jak: 3 maja, 11 listopada, 15 sierpnia). /F/
3	W czasie realizacji próby na stopień zdobyła przynajmniej 5 sprawności z różnych dziedzin.

Legenda skrótów:

F – Flaga
H – Higienistka
Ł – Łazik
Łą – Łączniczka
O – Obserwatorka
PL – Przyjaciółka lasu
SO – Sobieradek obozowy

TROPICIELKA

Tropicielka jest zanurzona w harcerskiej przygodzie. Jest aktywna i ciekawa świata. Obserwuje przyrodę i swoje otoczenie. Tropi przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. Życie polowe jest jej żywiołem. Uczestniczy w grach, harcach i biwakach.

Stopień tropicielki przeznaczony jest dla dziewczyny w wieku 13–15 lat (VI klasa SP – II klasa gimnazjum), która zdobyła stopień ochotniczki i złożyła Przysiężenie Harcerskie.

WSKAZÓWKI DLA DRUŻYNOWEJ

Tropicielka to dziewczyna, która kończy szkołę podstawową i rozpoczyna gimnazjum. Poznała już harcerski styl życia i polubiła go. Ciągłe szuka czegoś nowego i TROPI, by lepiej poznać znane sobie rzeczy. Pokazała, że chce być harcerką, a teraz pragnie się dalej rozwijać.

Wraz ze zmianami fizycznymi okresu dojrzewania (ok. 13–14 lat) harcerka zaczyna bardziej interesować się swoim ciałem, m.in. również seksualnością. Pojawia się brak równowagi emocjonalnej, który łączy się z przeżywaniem samotności, a co za tym idzie poszukiwaniem przyjaźni. Niestalość emocjonalna przekłada się też na niestalość duchową.

Tropicielka jest już harcerką od jakiegoś czasu i czuje się w drużynie kimś ważnym. Często zdobycie tego stopnia wiąże się z nową funkcją – podzastępowej, zastępowej – ponieważ harcerka w tym wieku powinna ćwiczyć odpowiedzialność. Jeśli jest zastępową lub podzastępową, dba o zdobywanie stopnia ochotniczki przez swoje podopieczne, co pozwala jej na większą refleksję nad własnym stopniem.

Próba tropicielki nie może przedłużać się aż do III klasy gimnazjum, ponieważ w tym wieku harcerka powinna już zacząć zdobywać samarytankę. Harcerka, która kończy szkołę podstawową i zaczyna naukę w gimnazjum, choć wciąż jest dzieckiem, to jednak ma poczucie, że ten etap jej życia jest już prawie zakończony. Kiedy stanie się starszą nastolatką (ok. 16 lat), będzie zbyt dorosła, żeby zdobywać stopień tropicielki. Warto jednak pamiętać, że tropicielka to wciąż młoda osoba, która potrzebuje też bez troskłej zabawy. Dlatego trzeba zadbać o to, by zbytnio nie obciążać obowiązkami harcerek zdających do gimnazjum, ponieważ jest to dla nich trudny czas.

Harcerka zdobywająca stopień tropicielki zna obowiązujący w harcerstwie system wartości, wie, co nie jest akceptowane, i w razie potrzeby broni właściwej postawy. Na tyle wrosła w swoją drużynę, że szuka w niej ostoji i wsparcia, ale ma też świadomość odpowiedzialności wynikającej z konieczności dawania własnego przykładu młodszym harcerkom.

Podobnie jak w przypadku stopnia ochotniczki, zdobywanie tropicielki powinno być ściśle związane z aktywnym uczestnictwem harcerki w pracy drużyny.

SYLWETKA

Tropicielka to dziewczyna, która powoli staje się wzorem do naśladowania dla młodszych harcerek, i stara się być im pomocna. Posiada wiedzę z każdej dziedziny życia harcerskiego. Wykazała się odpowiedzialnością za siebie i za powierzone jej zadania w drużynie, które mają przygotować ją do podjęcia odpowiedzialności za zespół. Poznała i przyjęła Prawo Harcerskie. Stara się zgodnie z nim postępować. Dostrzega związek między Dekalogiem a Prawem Harcerskim. Odkrywa znaczenie praktyk religijnych, szuka odpowiedniej dla niej metody modlitwy osobistej, która będzie rozmową z Bogiem – Przyjacielem. W otaczającym świecie, w przyrodzie odkrywa Boga jako Stwórcę. Poznaje swoją kobiecość, dba o swój wygląd. Szuka autorytetów wśród świętych. Doświadczyła obozowego życia i posiada wiedzę i umiejętności z dziedziny technik harcerskich. Potrafi pogodzić działalność w drużynie z codziennymi obowiązkami w domu i szkole. Realizuje swoje pasje. Stara się nazywać swoje emocje i szuka sposobów radzenia sobie z nimi. Rozumie potrzebę aktywności fizycznej.

Po zrealizowaniu próby na ten stopień posiada już stosunkowo duże umiejętności harcerskie. Życie polowe, obozownictwo, techniki harcerskie, puszczalstwo nie mają dla niej tajemnic, bo to ona jako starsza koleżanka z zastępu będzie przede wszystkim służyć radą młodszym druhom.

WYMAGANIA

* Oznaczenia typu: /W/, /R/ przy wymaganiach są oznaczeniami nazw sprawności, których zdobywanie może być formą realizacji tego wymagania. Legenda skrótów znajduje się poniżej tabeli z wymaganiami.

I. POSTAWA

Lp.	Wymagania	Przykładowe formy realizacji wymagań
		(Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
1	Potrafi odnieść sytuacje życiowe do Prawa Harcerskiego.	- wybierze jeden punkt Prawa Harcerskiego, nad którym będzie pracować przez określony czas w sposób ustalony z drużynową
2	Obserwuje swoje nastroje i uczucia (radość, gniew, smutek, żal, zazdrość, duma, osamotnienie, bezradność, oczarowanie, zakochanie, bunt, lęk itp.). Analizuje ich wpływ na własne życie, potrafi je nazwać.	- będzie zapisywała w dzienniczku lub w inny sposób będzie zbierała informacje o swoich uczuciach, porozmawia o nich z drużynową i podejmie konkretne zadanie, by lepiej sobie z nimi radzić - przeczyta wartościową książkę pokazującą uczucia nastolatków
3	Odkrywa w swoim życiu działanie Boga.	- regularnie się modli - uczestniczy w rekolekcjach - w przypadku harcerki poszukującej może ona odbyć np. rozmowę z bliską osobą wierzącą, przeczytać książkę religijną lub czasopisma religijne, próbować odkryć Boga w przyrodzie, uczestniczyć w życiu religijnym drużyny
4	Rozwija swoją wiedzę religijną, szuka odpowiedzi na nurtujące ją pytania.	- regularnie czyta Biblię - przygotowuje modlitwę na podstawie fragmentu Pisma Świętego - dowie się, jakie są części Mszy Św., i przygotowuje jeden z jej elementów (czytanie, psalm, procesję z darami, oprawę muzyczną) - pozna historię i znaczenie wybranej praktyki religijnej i weźmie w niej udział (droga krzyżowa, gorzkie żale, nabożeństwo majowe, roraty, różaniec)

5	Poznała przemiany, jakie następują u nastolatki i nastolatka w sferze fizycznej i uczuciowo-emocjonalnej (miesięczny cykl biologiczny, nastroje, samopoczucie, możliwości i potrzeby organizmu) na podstawie rzetelnych źródeł.	- przeczyta książkę na temat rozwoju biologicznego nastolatków – np. <i>O dziewczętach dla dziewcząt, Dojrzewanie u dziewcząt, Balsam dla duszy nastolatka, Zanim powiesz kocham</i>
6	Dbą o siebie, stosuje zasady profilaktyki zdrowotnej. /ZD/	- potrafi zapobiec odmrożeniu, odparzeniu, przeziębieniu - spakuje plecak na wycieczkę, uwzględniając jej plan, miejsca, gdzie się wybiera, i panujące warunki atmosferyczne
7	Czyta książki, zachęci inną osobę do przeczytania jednej z nich i uzasadni swój wybór.	
8	Mądrze korzysta z czasopism, telewizji i Internetu, dokonując wyboru artykułów, audycji i pożytecznych stron WWW (ciekawych, kształcących, odpężających).	- wybierze z programu telewizyjnego wartościowe audycje, które obejrzy - ustali z drużynową/rodzicem maksymalny czas, który będzie spędzać przed telewizorem/komputerem, i postara się nie przekraczać tego czasu - przygotuje i poprowadzi dla ZZ-u dyskusję na temat zagrożeń w sieci - przygotuje zbiórkę, na której przedstawi czasopisma młodzieżowe i oceni, które z nich są wartościowe
9	Utrzymuje porządek w swoich rzeczach, umie zagospodarować swoją przestrzeń. /PD/	- samodzielnie utrzymuje porządek i zawsze jest gotowa przyjąć gości - zaplanuje przemeblowanie swojego pokoju - przygotuje wystrój swojego pokoju na przyjęcie - zaplanuje wnętrze i wyposażenie namiotu zastępu na obozie
10	Regularnie poświęca czas obowiązkom, stara się nie wykonywać zadań na ostatnią chwilę.	- odkryje czynności/sytuacje, na które traci najwięcej czasu, podejmie konkretne wyzwanie, by to zmienić - przez określony czas będzie odrabiać lekcje w dniu, kiedy zostały zadane
11	Planuje swój czas, tak by jego część poświęcić na stałe obowiązki domowe. /PD/	- prowadzi kalendarz, planuje i zapisuje w nim zadania do wykonania (wyboru zadań dokona w porozumieniu z rodzicami)
12	Nawiązuje więzi przyjaźni i podtrzymuje je. /PD/	- przygotuje spotkanie w gronie przyjaciół - utrzymuje systematyczny kontakt z osobą, z którą nie widzi się na co dzień

13	Umie wytropić DOBRO w każdej osobie, często obdarowuje innych pochwałą i przyjacielskim gestem.	- jeśli harcerka ma problem z nawiązaniem relacji z konkretną osobą, skupi się na przełamaniu niechęci do niej w sposób ustalony z drużynową - podejmie próbę, w czasie której codziennie sprawi niespodziankę innej harcerce, tak, by nikt się nie domyślił, kto był jej autorem
14	Szanuje innych ludzi, pomaga im, kiedy tego potrzebują. /OC/, /OS/	- przestrzega zasad dobrego wychowania, np. ustępuje miejsca w komunikacji miejskiej osobom starszym - przez określony czas pomaga osobie starszej lub chorej w wykonywaniu drobnych czynności
15	Jest pogodna w czasie trudów, zaraża innych swoją postawą.	

II. WIEDZA

Harcerka powinna wykazać się wiedzą w praktyce; w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu.

Lp.	Wymagania
Znajomość „małej ojczyzny”	
1	Wie, jakie rośliny i zwierzęta można spotkać w pobliskim lesie, rozpoznała i udokumentowała znaleziony trop zwierzęcy, umie znaleźć kilka gatunków roślin leczniczych i wie, jakie mają zastosowanie. /Tr/
2	Zna historię swojej rodziny (najciekawsze postacie, ciekawe wydarzenia, tradycje rodzinne; wie, gdzie są pochowani członkowie jej rodziny).
3	Zna okolicę swojego miejsca zamieszkania (dzieje, najważniejsze zabytki, legendy i obyczaje, a także układ sieci komunikacji, dróg dojazdowych i dworców). /BHP/, /PP/
Wiedza harcerska (do zdobycia jednej z poniższych wiadomości wykorzysta książki harcerskie)	
4	Zna historię walk harcerek i harcerzy o niepodległość. /BHH/
5	Zna dzieje Organizacji Harcerek (na poziomie podstawowym). /BHH/
6	Potrafi rozpoznać oznaczenia stopni instruktorskich. /BHH/
7	Zna 20 piosenek harcerskich.
8	Zna historię drużyny (nazwiska najważniejszych postaci, wydarzenia z historii lokalnego środowiska) oraz najważniejsze fakty z życia jej patronki. /KHHŻ/
9	Wie, w jakim jest hufcu i chorągwi.
10	Wie, kto jest jej hufcową i komendantką chorągwi, jak oznacza się funkcje na poziomie hufca i chorągwi.
11	Wie, co powinna zawierać apteczka zastępu, i umie jej używać. /S/
12	Wie, w jakiej sytuacji i w jaki sposób należy podjąć resuscytację krążeniowo-oddechową.
Wiedza o Polsce	
13	Odwiedzi kilka obiektów historycznych związanych z różnymi okresami historii Polski. /TD/
14	Przed obozem/biwakiem/rajdem pozna region, gdzie on się odbywa, pod względem geograficznym i krajoznawczym, przygotowuje dla drużyny informacje o miejscach wartych zobaczenia.

III. UMIEJĘTNOŚCI

Harcerka powinna wykazać się umiejętnościami w praktyce; w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu.

Lp.	Wymagania
Sprawność fizyczna, hart	
1	Weźmie udział w zawodach sportowych.
2	Regularnie uczestniczy w zajęciach WF-u, dba o kondycję fizyczną w czasie ferii i wakacji.
3	Umie jeździć na rowerze, zna najważniejsze przepisy drogowe dotyczące rowerzystów. /R/ Uwaga! W przypadku np. problemów zdrowotnych zadanie może być związane z inną dziedziną sportu i turystyki.
4	Przeplynie stylem dowolnym trudno osiągalny dla siebie dystans. /Pl/
5	Bierze udział w długich wycieczkach, potrafi się do nich przygotować.
Dom	
6	Wykona proste elementy ubrania lub wyposażenia domu.
7	Zaplanuje i przygotuje trzy posiłki, w tym co najmniej jeden obiad; zakupi produkty potrzebne do ich wykonania, rozliczy się z powierzonych jej pieniędzy. /K /, /GZ/
8	Nabędzie nowe umiejętności w prowadzeniu domu.
9	Pomaga w organizowaniu uroczystości i spotkań rodzinnych, zawsze jest odpowiedzialna za konkretny element, włącza się w zadania innych osób i nabywa nowe umiejętności.
Drużyna	
10	Umie poprowadzić zastęp w terenie, posługiwać się mapą i kompasem. /T/
11	Rzetelnie wywiązuje się z obowiązków podczas pełnienia wraz z drużyną i zastępem służb wartowniczych lub kuchennych. Otoczy opieką młodsze harcerki.
12	Poprowadzi musztrę zastępu zgodnie z regulaminem musztry.
13	W każdej z technik harcerskich (przyrodoznawstwo, samarytanką, pionierką, terenoznawstwo) w sposób zaplanowany zdobędzie nową umiejętność.
14	Po uzgodnieniu z drużynową podejmie określoną funkcję w drużynie (jednorazowo, np. przygotowanie gry, lub na stałe, np. funkcję kronikarki) i wywiąże się z niej.
15	Zna wartość pieniędzy, dba o własność drużyny i swoją. /GZ/
16	W działaniach w drużynie i w zastępie wykorzystuje zdobyte techniki (zdjęcia cyfrowe, e-mail, strony WWW).
Zdobywanie informacji	
17	Przeprowadzi minimum 2 zwiady tematyczne, zbierze i przedstawi zdobyte informacje. /TD/, /P/

IV. DOŚWIADCZENIE

Lp.	Wymagania
1	Weźmie udział w kolejnym obozie/zimowisku.
2	Weźmie udział w zbiórce/zlocie hufca lub chorągwi.
3	Będzie pełnić służbę wraz z zastępem lub drużyną.

Legenda skrótów:

BHH – Badaczka historii harcerstwa
BHP – Badaczka historii Polski
GZ – Gospodyni zastępu
K – Kucharka
KHHŻ – Kronikarka historii harcerstwa żeńskiego
OC – Opiekunka chorych
OS – Opiekunka starszych
P – Poszukiwaczka
PD – Pani domu
Pł – Pływaczka
PP – Przewodniczka po...
R – Rowerzystka
S – Sanitariuszka
T – Terenoznawczyni
TD – Tropicielka dziejów
Tr – Tropicielka
W – Wędrowniczka
ZD – Zdrowy duch

STARSZA TROPICIELKA

Starsza tropicielka w zastępie i drużynie, w domu i w najbliższym środowisku (szkoła, parafia, osiedle, miejscowość) uczy się, jak być harcerką. Jest aktywna i ciekawa świata. Obserwuje przyrodę i swoje otoczenie. Tropi przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. Uczestniczy w grach, harcach i biwakach.

Stopień starszej tropicielki przeznaczony jest dla drużyny w wieku 13–16 lat (I – III klasa gimnazjum), która zrealizowała próbę harcerki lub próbę harcerki-wędrowniczki.

Zdobycie stopnia starszej tropicielki jest równoznaczne z dopuszczeniem harcerki do złożenia Przyrzeczenia Harcerskiego.

WSKAZÓWKI DLA DRUŻYNOWEJ

Gdy do drużyny przychodzi nowa harcerka w wieku gimnazjalnym, drużynowa musi sobie odpowiedzieć na następujące pytania: jakie są jej motywy i czego szuka w harcerstwie. Duży wpływ na postrzeganie świata i otoczenia przez harcerkę w tym wieku mają przechodzenie przez okres dojrzewania oraz kontakt z rówieśnikami. Kontakty z płcią przeciwną również stają się bardzo ważne. W tym wieku nakładają się zmiany obejmujące sferę psychiczną i fizyczną. Harcerka, która dołącza w tym wieku do drużyny, może mieć wrażenie, że stoi między dwoma światami. Jeden to środowisko nieharcerskie (np. szkoła), a drugi to drużyna, która promuje wartości uznawane dość często przez osoby spoza drużyny za nieaktualne, niemodne czy naiwne. W próbie na stopień starszej tropicielki należy zwrócić uwagę na zdobycie doświadczenia i wiedzy harcerskiej. Próba kończy się złożeniem Przyrzeczenia Harcerskiego.

SYLWETKA

Starsza tropicielka to harcerka, która po zdobyciu tego stopnia powinna osiągnąć poziom zastępowej. Wykazała się odpowiedzialnością za siebie i powierzone zadania w drużynie, które mają przygotować ją do podjęcia w przyszłości odpowiedzialności za zespół. Poznała i przyjęła Prawo Harcerskie. Stara się postępować zgodnie z nim. Doświadczyła obozowego życia i posiada wiedzę i umiejętności z technik harcerskich. Potrafi pogodzić działalność w drużynie z codziennymi obowiązkami w domu i w szkole. Realizuje swoje pasje. Stara się nazywać swoje emocje i szuka sposobów radzenia sobie z nimi. Jest aktywna i rozumie potrzebę aktywności fizycznej.

Po zrealizowaniu próby na stopień starszej tropicielki harcerka powinna posiadać już stosunkowo duże umiejętności harcerskie. Życie polowe, obozownictwo, techniki harcerskie, puszczaństwo nie mają przed nią tajemnic, bo to ona – jako starsza koleżanka z zastępu – będzie przede wszystkim służyć radą młodszym drużynom.

WYMAGANIA

* Oznaczenia typu: /O/, /PL/ przy wymaganiach są oznaczeniami nazw sprawności, których zdobywanie może być formą realizacji tego wymagania. Legenda skrótów znajduje się poniżej tabeli z wymaganiami.

I. POSTAWA

Lp.	Wymagania	Przykładowe formy realizacji wymagań (Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
1	Rozumie, do czego zobowiązuje ją Prawo Harcerskie w codziennym życiu. Potrafi oprzeć się tym, którzy namawiają ją do złego.	- wybierze jeden punkt Prawa Harcerskiego, którego realizacja sprawia jej szczególnie kłopot, i podejmie konkretne zadanie z nim związane - nie ściąga, nie ulega wpływom
2	Odkrywa w swoim życiu działanie Boga.	- regularnie się modli - uczestniczy w rekolekcjach - w przypadku harcerki niewierzącej/poszukującej może ona odbyć np. rozmowę z bliską osobą wierzącą, przeczytać książkę lub czasopisma religijne, próbować odkryć Boga w przyrodzie, uczestniczyć w życiu religijnym drużyny
3	Rozwija swoją wiedzę religijną, szuka odpowiedzi na nurtujące ją pytania.	- regularnie czyta Biblię - przygotowuje modlitwę na podstawie fragmentu Pisma Świętego - dowie się, jakie są części Mszy Św., i przygotowuje jeden z jej elementów (czytanie, psalm, procesję z darami, oprawę muzyczną) - pozna historię i znaczenie wybranej praktyki religijnej i weźmie w niej udział (droga krzyżowa, gorzkie żale, nabożeństwo majowe, roraty, różaniec).
4	Poznała przemiany, jakie następują u nastolatki i nastolatka w sferze fizycznej i uczuciowo-emocjonalnej (miesięczny cykl biologiczny, nastroje, samopoczucie, możliwości i potrzeby organizmu) na podstawie wiarygodnych i rzetelnych źródeł.	- przeczyta książkę na temat rozwoju biologicznego nastolatków – np. <i>O dziewczętach dla dziewcząt, Dojrzwanie u dziewcząt, Balsam dla duszy nastolatka, Zanim powiesz kocham</i>
5	Dba o siebie, stosuje zasady profilaktyki zdrowotnej. /ZD/	- potrafi zapobiec odmrożeniu, odparzeniu, przeziębieniu - spakuje plecak na wycieczkę, uwzględniając jej plan, miejsca, gdzie się wybiera, i panujące warunki atmosferyczne
6	Czyta książki, zachęci inną osobę do przeczytania jednej z nich i uzasadni swój wybór.	

7	Mądrze korzysta z czasopism, telewizji i Internetu, dokonując wyboru artykułów, audycji i pożytecznych stron WWW (ciekawych, kształcących, odprężających).	- wybierze z programu telewizyjnego wartościowe audycje, które obejrzy - ustali z drużynową/rodzicem maksymalny czas, który będzie spędzać przed telewizorem/komputerem i postara się nie przekraczać tego czasu - przygotuje dla ZZ-u i poprowadzi dyskusję na temat zagrożeń w sieci - przygotuje zbiórkę, na której przedstawi czasopisma młodzieżowe i oceni, które z nich są wartościowe
8	Nawiązuje więzi przyjaźni i podtrzymuje je. /PD/	- przygotowuje spotkanie w gronie przyjaciół - utrzymuje systematyczny kontakt z osobą, z którą nie widzi się na co dzień
9	Szanuje innych ludzi, pomaga im, kiedy tego potrzebują. /OC/, /OS/	- przestrzega zasad dobrego wychowania, np. ustępuje miejsca w komunikacji miejskiej osobom starszym - przez określony czas pomaga osobie starszej lub chorej w wykonywaniu drobnych czynności
10	Jest punktualna.	- stawia się na czas na alarm i każdą zbiórkę - nie spóźnia się na lekcje, zbiórki, spotkania; informuje o ew. spóźnieniu lub nieobecności
Dom		
1	Utrzymuje porządek w swoich rzeczach, umie zagospodarować swoją przestrzeń. /PD/	- zaplanuje przemeblowanie swojego pokoju - przygotowuje wystrój swojego pokoju na przyjęcie - zaplanuje wnętrze i wyposażenie namiotu zastępu na obozie
2	Planuje swój czas, część poświęcając na stałe obowiązki domowe. /PD/	- prowadzi kalendarz, planuje i zapisuje w nim zadania do wykonania
3	Potrafi zaplanować i przygotować posiłek. /K/, /GZ/	- zaplanuje i przygotowuje trzy posiłki, w tym co najmniej jeden obiad; zakupi produkty potrzebne do ich wykonania, rozliczy się z powierzonych jej pieniędzy - będzie odpowiedzialna za zaplanowanie i przygotowanie posiłków dla zastępu na biwaku (zaplanuje zakupy, rozliczy się z pieniędzy, pokieruje przygotowaniem posiłków)
4	Pomaga w organizowaniu uroczystości i spotkań rodzinnych.	- będzie odpowiedzialna za zaplanowanie i realizację jednego konkretnego elementu uroczystości rodzinnej - włączy się w nowy dla siebie element przygotowań i nabeździe nową umiejętność
Drużyna, zastęp		
1	Nie stroni od pracy, gdy inni w zastępie pracują; jeśli nie umie czegoś wykonać, stara się tego nauczyć.	

2	Po uzgodnieniu z drużynową podejmie określoną funkcję w drużynie (jednorazowo, np. przygotowanie gry, lub na stałe, np. kronikarka) i wywiąże się z niej.	- poprowadzi zajęcia na wyjeździe lub zbiórce - podejmie się pełnienia funkcji w drużynie
3	Rzetelnie wywiązuje się z obowiązków podczas pełnienia wraz z drużyną i zastępem służb wartowniczych lub kuchennych. Otacza opieką młodsze harcerki.	
Szkoła		
1	Poważnie traktuje swoje obowiązki szkolne.	- osiąga dobre wyniki w nauce - poprawi ocenę z konkretnego przedmiotu
2	Mówi ładnie i poprawnie po polsku.	- unika skrótów takich jak „nara”, „dozo” itp.

II. WIEDZA

Harcerka powinna wykazać się wiedzą w praktyce; w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu.

Lp.	Wymagania
Wiedza harcerska	
1	Zna symbolikę Krzyża Harcerskiego, lilijki, koniczynki, hasła „Czuwaj”.
2	Wie, jakie są stopnie harcerskie, instruktorskie, funkcje oraz jakie są ich oznaczenia.
3	Wykaże się znajomością początków ruchu skautowego i postaci jego założyciela.
4	Zna historię powstania harcerstwa, tradycje, na których się ono opiera, postać założycielki i założyciela.
5	Zna losy harcererek i harcerzy w czasie II wojny światowej.
6	Zna hymn harcerski, modlitwę harcerską i pieśni obrzędowe drużyny.
7	Zna 20 piosenek harcerskich. /BHH/
8	Zna historię drużyny (nazwiska najważniejszych postaci, wydarzenia z historii lokalnego środowiska) oraz najważniejsze fakty z życia jej patronki. /KHHŻ/
Wiedza o Polsce	
1	Zna i śpiewa hymn narodowy, wie, jak się zachować przy jego śpiewaniu. /F/

2	Zna symbolikę flagi i godła narodowego. /F/
3	Posiada flagę Polski, wie, kiedy ją wywiesić, i pamięta o tym obowiązku. /F/
4	Odwiedzi kilka obiektów historycznych związanych z różnymi okresami historii Polski. /TD/
Znajomość „małej ojczyzny”	
1	Wie, jakie rośliny i zwierzęta można spotkać w pobliskim lesie, rozpozna i udokumentuje znaleziony trop zwierzęcy (zdjęcie, odlew). /Tr/
2	Zna historię swojej rodziny (drzewo genealogiczne przodków, najciekawsze postacie, ciekawe wydarzenia, tradycje rodzinne; wie, gdzie są pochowani członkowie jej rodziny). /PK/
3	Zna okolicę swojego miejsca zamieszkania (dzieje, najważniejsze zabytki, legendy i obyczaje, a także układ sieci komunikacji, dróg dojazdowych i dworców) /BHP/, /PP/

III. UMIEJĘTNOŚCI

Harcerka powinna wykazać się umiejętnościami w praktyce, w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu.

Lp.	Wymagania
Umiejętności obozowe	
1	Potrafi samodzielnie w dobrym tempie rozłożyć i złożyć namiot 2-osobowy. /SO/
2	Rozstawi z zastępem namiot 10-osobowy. /SO/
3	Potrafi bezpiecznie rozpaść ognisko. Zna co najmniej 3 typy ognisk i nauczy się budować kuchnię polową. /SO/
4	Sprawnie posługuje się w pracach pionierskich piłą, siekierą, saperką. Nauczy się robić zaciosy. /SO/
5	Zna i stosuje 6 węzłów w pracach pionierskich. Nauczy się wyplatać pryczę. /SO/, /W/
Umiejętności przyrodnicze	
1	Potrafi wymienić, opisać i rozpoznać 10 ssaków, 10 ptaków i 10 gatunków drzew. /PL/
2	Potrafi rozpoznać 10 gatunków roślin i zwierząt chronionych. /PL/
3	Potrafi rozpoznać i zastosować podstawowe zioła. /PL/
Umiejętności komunikacyjne	
1	Zna proste szyfry i umie je stosować. /Ła/
2	Umie podążać za znakami patrolowymi. /Ła/
Umiejętności terenowe	
1	Umie wyznaczyć strony świata wg busoli, Słońca i znaków terenowych. /O/
2	Zna wymiary swojego ciała i umie je zastosować do wyznaczania długości. /SO/
3	Podczas wycieczki poprowadzi grupę na krótkim odcinku drogi według mapy, umie pokazać na mapie przebytą trasę i aktualne miejsce postoju. /Ł/
4	Potrafi przejść trasę, posługując się azymutami. /T/
Umiejętności samarytańskie	
1	Wie, co powinna zawierać apteczka zastępu, i umie jej używać. /S/
2	Wie, w jakiej sytuacji i w jaki sposób należy podjąć resuscytację krążeniowo-oddechową. /S/

Sprawność fizyczna, hart	
1	Sprawnie przebyła tor przeszkód terenowych.
2	Regularnie uczestniczy w zajęciach WF-u, dba o kondycję fizyczną w czasie ferii i wakacji.
3	Umie pływać lub jeździć na rowerze.

IV. DOŚWIADCZENIE

Lp.	Wymagania
1	Bierze czynny udział w pracy zastępu i drużyny.
2	Weźmie udział w: a) wycieczce, /Ł/ b) biwaku, c) obozie lub zimowisku (uwaga do drużynowych: w przypadku gdy harcerka nie może uczestniczyć w obozie, drużynowa powinna umożliwić zdobycie umiejętności obozowych podczas leśnych zjazdów, biwaków czy stanic), d) służbie społecznej z zastępem dla innych, e) obchodach święta narodowego (np.: 3 maja, 11 listopada, 15 sierpnia). /F/
3	W czasie realizacji próby na stopień zdobędzie przynajmniej 5 sprawności.

Legenda skrótów:

BHH – Badaczka historii harcerstwa
BHP – Badaczka historii Polski
F – Flaga
GZ – Gospodyni zastępu
K – Kucharka
KHHŻ – Kronikarka historii harcerstwa żeńskiego
Ł – Łazik
Łą – Łączniczka
O – Obserwatorka
OC – Opiekunka chorych
OS – Opiekunka starszych
PD – Pani domu
PL – Przyjaciółka lasu
PK – Poszukiwaczka korzeni
PP – Przewodniczka po...
S – Sanitariuszka
SO – Sobieradek obozowy
T – Terenoznawczynie
TD – Tropicielka dziejów
Tr – Tropicielka
W – Węzelek
ZD – Zdrowy duch

SAMARYTANKA

Samarytanka jest doświadczoną harcerką. Dla młodszych harcerek jest wzorem harcerskiej postawy, a także mistrzynią wiedzy i umiejętności harcerskich.

Stopień samarytanki przeznaczony jest dla drużyny w wieku 14–17 lat (II klasa gimnazjum – I klasa szkoły ponadgimnazjalnej), która zdobyła stopień tropicielki lub zdobyła stopień starszej tropicielki i złożyła Przysiężenie Harcerskie.

WSKAZÓWKI DLA DRUŻYNOWEJ

Stopień samarytanki powinien być zdobywany **w drużynie**, w której drużynowa ma stopień przewodniczki, wędrowniczki lub wyższy. Jeżeli warunki te nie są spełnione, nad przebiegiem próby samarytanki powinna czuwać również opiekunka drużyny. Stopień jest zdobywany głównie w okresie, kiedy harcerka jest jeszcze w gimnazjum, ale obejmuje też czas zmiany szkoły z gimnazjalnej na ponadgimnazjalną. Jest to trudny wiek – związany z młodzieńczym buntem, a także poważną decyzją wyboru szkoły (harcerka zaczyna myśleć w tym czasie też o wyborze studiów, a więc jej plany wybiegają w odległą przyszłość).

Próba samarytanki powinna się kończyć indywidualnymi harcami zorganizowanymi w hufcu. Próba samarytanki jest indywidualna, harcerka potrzebuje w tym czasie zaufania swojej opiekunki i jej wsparcia w podejmowaniu nowych, trudnych wyzwań.

SYLWETKA

Samarytanka osiągnęła mistrzostwo w technikach harcerskich. Harcerka zdobywająca ten stopień pełni funkcje na poziomie drużyny. Podejmuje odpowiedzialność za grupę. Wychodzi z własną inicjatywą (dom, szkoła, drużyna). Sumiennie wywiązuje się ze swoich obowiązków. Stylem życia świadczy o wyznawanych przez siebie ideałach, promuje je w swoim otoczeniu, wszyscy wiedzą, że można na nią liczyć, równocześnie ma odwagę prosić o pomoc w razie trudności i wie, do kogo może się o nią zwrócić. Posiada zdolność do wyznaczania i realizacji indywidualnych celów.

Samarytanka coraz lepiej rozumie Prawo Harcerskie, rozumie harcerską ideę służby (szuka pól do jej realizacji i wypełnia ją). Wykazuje się dojrzałością w pojmowaniu współczesnego patriotyzmu. Świadomie kształtuje swój styl, potrafi efektywnie połączyć obowiązki rodzinne, szkolne i harcerskie z czasem na odpoczynek i hobby (które posiada lub stara się odnaleźć). Wykazuje się hartem ducha i ciała. W kontaktach z innymi stara się być empatyczna, nie zapominając jednocześnie o sobie.

WYMAGANIA

* Oznaczenia typu: /CK/, /APZ/ przy wymaganiach są oznaczeniami nazw sprawności, których zdobywanie może być też formą realizacji tego wymagania. Legenda skrótów znajduje się poniżej tabeli z wymaganiami.

I. POSTAWA

Lp.	Wymagania	Przykładowe formy realizacji wymagań (Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
Idea		
1	Postępuje zawsze tak, że nie wstydy się własnych czynów (tzn. zgodnie z zasadami wyznaczonymi przez Prawo Harcerskie, Dekalog).	- razem z drużynową przeprowadzi analizę swojego zachowania w konkretnej sytuacji - podejmie konkretne postanowienie w pracy nad sobą
2	Stara się znaleźć dobro w ludziach, na bieżąco wyjaśnia wszelkie nieporozumienia. /CK/	- w rozmowie z drużynową zanalizuje swoje relacje z konkretną osobą i podejmie postanowienie mające na celu poprawę tej relacji
3	Poszukuje odpowiedzi na swoje bieżące pytania na tematy religijne (np. w książkach, czasopismach, poprzez rozmowy).	- przeczyta polecane książki lub czasopisma - przeprowadzi rozmowę z duszpasterzem - weźmie udział w rekolekcjach - zorganizuje zbiórkę ZZ-u z duszpasterzem na temat nurtujących pytań
4	Zapozna się z treścią przeznaczoną dla młodzieży, która traktuje o miłości w świetle nauki chrześcijańskiej.	- przeczyta książkę, np. ks. P. Pawlukiewicza, J. Pulikowskiego - obejrzy film - wysłucha konferencji czy wykładów (np. w formie mp3)
5	Pozna swoją kobiecość we wszystkich wymiarach (biologicznym, duchowym, psychicznym). Nabędzie umiejętność krytycznego spojrzenia na popularne wzorce kobiecości.	- poprzez rozmowy, obserwacje, lektury poszuka odpowiedzi na pytanie, co to znaczy być kobietą
6	Uczestniczy w katechezie szkolnej.	

Praca nad sobą		
6	Bierze czynny udział w lekcjach WF-u. Znajdzie takie formy aktywności ruchowej, które są dla niej odpowiednie – długoterminowo i systematycznie będzie dzięki nim dbać o swoje zdrowie i poprawiać kondycję. /APZ/	- np. uczestniczy systematycznie w zajęciach z tańca, jeździ na rowerze, na rolkach, bierze udział w zajęciach SKS-u, trenuje ćwiczenia rozciągające, uprawia konkretną dyscyplinę sportową
7	Dbą o swoje zdrowie. /APZ/	- ubiera się odpowiednio do pogody - stosuje zasady dobrego odżywiania (je śniadania, pamięta o przynajmniej jednym ciepłym posiłku dziennie, o odpowiedniej porze jedzenia kolacji) - rozsądnie planuje swoje zajęcia, pamiętając o zapewnieniu czasu na sen i odpoczynek
8	Poważnie traktuje swoje obowiązki szkolne. Z jednego wybranego przedmiotu stara się systematycznie poszerzać swoją wiedzę.	- stara się mieć jak najlepsze wyniki w nauce - bierze czynny udział w zajęciach kółka przedmiotowego - weźmie udział w olimpiadzie lub konkursie przedmiotowym - samodzielnie zdobywa dodatkową wiedzę i umiejętności z przedmiotu, który ją interesuje (czyta dodatkowe lektury, rozwiązuje dodatkowe zadania itp.)
9	Zna swoje zainteresowania, stara się je rozwijać. Posiada hobby.	- systematycznie bierze czynny udział w kółku zainteresowań czy zajęciach pozalekcyjnych - systematycznie poświęca czas swojej pasji, w dowolny sposób zdobywa nową wiedzę i umiejętności - wykorzysta swoje hobby, robiąc coś dla drużyny
10	Stara się znaleźć jak najbardziej efektywne dla siebie sposoby nauki.	- drogą poszukiwań i doświadczeń wypracuje najlepszą dla siebie metodę przyswajania wiedzy teoretycznej, zapamiętywania tekstu (np. sposób robienia notatek, skróty myślowe, zasady kojarzenia, mapy myśli) - poszukuje nowych metod nauki poprzez lektury, kursy, samodzielne treningi
11	Na podstawie obserwacji swojego otoczenia odnajdzie osobę potrzebującą pomocy, zaradzi w trudnej sytuacji. /SzL/, /OS/, /OSH/	- może to być osoba zarówno ze środowiska szkolnego (np. uczennica z jej klasy odrzucona przez rówieśników z jakiegoś powodu), rodzinnego (pomoc siostrze w poprawieniu ocen z matematyki) lub z sąsiedztwa. W zależności od potrzeb pomoże sama tej osobie lub pomoże jej w znalezieniu pomocy specjalistycznej.
12	Nie tłumi sztucznie swoich emocji, jest w nich autentyczna. Pamięta przy tym, żeby przeżywać je, nie krzywdzić siebie i innych.	- odbędzie rozmowę z drużynową, podczas której rozpozna i przeanalizuje swoje emocje towarzyszące jej w konkretnej sytuacji - przez okres 1 miesiąca będzie prowadziła z drużynową regularną korespondencję mailową, w której będzie opisywała swoje uczucia
13	Wierzy we własne siły, do zadań stara się podchodzić z optymizmem i zarażać nim innych.	- w porozumieniu z drużynową podejmie konkretne zadanie w pracy nad sobą

14	Jest gospodarna, potrafi oszczędzać. /W/, /O/, /Kw/	- nie wydaje pieniędzy pochopnie, potrafi oszczędzić na konkretną, wymarzoną rzecz - samodzielnie zarobi pieniądze na konkretny cel - razem z harcerkami z drużyny zorganizuje akcję zarobkową i zgromadzi fundusze na konkretny cel
Dom		
15	Jest współodpowiedzialna za gospodarstwo domowe. /MK/	- potrafi prawidłowo korzystać z podstawowych urządzeń AGD - ma i wypełnia swoje obowiązki domowe - przynajmniej raz w miesiącu gotuje obiad dla całej rodziny
16	Rozwija się kulinarnie. /MK/, /CD/	- raz w miesiącu ugotuje obiad dla rodziny - piecze ciasta na różne okazje - aktywnie uczestniczy w kulinarnym przygotowaniu świąt; nauczy się przygotować samodzielnie przynajmniej jedną potrawę (dotychczas zwykle obecną na świątecznym stole lub zupełnie nową)
Służba		
17	Pełni służbę w społeczeństwie. /W/	- pełni służbę: przejawia gotowość do jej podejmowania, poszukuje pola służby, jest za nią odpowiedzialna (np. za znalezienie za siebie zastępstwa czy osoby, która będzie kontynuować podjętą przez nią służbę)

II. WIEDZA

Harcerka powinna wykazać się wiedzą w praktyce – w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu. Harcerka zdobywa wiedzę poprzez doświadczenie, lekturę książek, prasy, oglądanie telewizji, słuchanie radia i czytanie materiałów w Internecie.

Lp.	Wymagania
Wiedza harcerska	
1	Zna podstawowe różnice między największymi organizacjami harcerskimi w Polsce.
2	Zna podstawowe funkcje pełnione w ZHR, ich oznaczenia oraz nazwiska osób je pełniących.
3	Zapozna się z historią powstania ZHR, biorąc pod uwagę historyczne tło wydarzeń w Polsce. /OSH/, /ZHH/
4	Poszerza swoją wiedzę o historii Organizacji Harcerek i znaczących instruktorek – szczególnie ze swojego hufca i chorągwi. /OSH/, /ZHH/, /BG/
Wiedza o Polsce	
5	Śledzi bieżące wydarzenia polityczne i społeczne.
6	Pogłębia swoją wiedzę o historii i kulturze, zwłaszcza swojego regionu – jego specyfice, działaczach, środowisku artystycznym, wydarzeniach historycznych itp. /MK/, /HP/, /K/

III. UMIEJĘTNOŚCI

Jest mistrzynią technik harcerskich – rozwija swoje umiejętności i czerpie inspiracje z harcerskiej literatury tematycznej i z Internetu.

Lp.	Wymagania	Przykładowe formy realizacji wymagań (Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
1	Jej pionierka obozowa jest estetyczna, stabilna i prosta. Starsza samarytanka rozwija swoje umiejętności w tej dziedzinie. /O/	- poszukuje nowych rozwiązań w zakresie wykonania tych samych elementów pionierki - wykonywana przez nią pionierka w drużynie jest nowatorska (pionierka wiązana, niewkopywana, wisząca) - przeprowadzi warsztaty na temat prac pionierskich - zaplanuje i nadzoruje prace pionierskie w podobozie/zgrupowaniu - jest odpowiedzialna za projekt pionierki obozowej UWAGA! Harcerka w drużynie wędrowniczek może zrealizować zadanie na nieco niższym poziomie niż podane przykłady, jednak musi wykazać się znaczącym wzrostem umiejętności w zakresie pionierki.
2	Potrafi przetrwać w lesie w różnych warunkach pogodowych. /LC/, /Z/	- potrafi zbudować szałas w lesie, który chroni od wiatru, deszczu i utrzymuje temperaturę - potrafi rozpalić bezpiecznie ognisko (również przy dużej wilgotności powietrza), zbudować kuchnię polową i sporządzić na niej pożywny obiad
3	Zna i stosuje węzły. /MD/	- potrafi bezbłędnie zawiązać węzły, które są jej potrzebne w danej czynności - wskazuje zastosowanie znanych jej węzłów - stara się pogłębiać umiejętności w dziedzinie wiązania węzłów, tak aby posługiwać się co najmniej 10 węzłami - potrafi wykonać wyszukany element zdobnictwa obozowego lub element użytkowy metodą makramy
4	Sprawnie porusza się w terenie. /K/, /T/, /Zw/	- prawidłowo wykonuje szkic terenu w skali 1:250 - posługuje się mapą (potrafi narysować mapę, prawidłowo orientuje mapę wg kompasu) - przejdzie trasę azymutową o długości 2 km - zorientuje się w terenie w nocy
5	Zna alternatywne sposoby komunikacji, niż te będące aktualnie w powszechnym użyciu. /Ł/	- potrafi prawidłowo zorganizować stanowisko łącznościowe - nadaje alfabetem Morse’a za pomocą chorągiewek, latarki oraz gwizdka
6	Zdobędzie wiedzę o prostych sposobach pomagania Ziemi na co dzień – czyli o postawach proekologicznych. /O/, /RP/	- podejmie konkretne działanie mające na celu ochronę środowiska i będzie je konsekwentnie realizować (oszczędzanie wody, energii, selektywna zbiórka odpadów itp.) - w wybrany przez siebie sposób zachęci do takich działań innych (rodzinę, kolegów, inne harcerki) - zorganizuje dowolne działanie na rzecz ochrony środowiska wynikające z lokalnych potrzeb (np. pomoc w sadzeniu roślin)

7	Potrafi prawidłowo poprowadzić musztrę drużyny – na apelu, w marszu, zna zasady musztry ze sztandarem.	- prawidłowo poprowadzi samodzielnie apel - przeprowadzi pokaz musztry na obozie środowiska lub imprezie hufca
8	Potrafi udzielić pierwszej pomocy w sytuacjach urazów/ zachorowań, jakie mogą mieć miejsce w czasie pracy drużyny lub podczas pełnienia służby. /R/	- jest przygotowana do tego, żeby w razie konieczności podjąć służbę przedmedyczną - ukończy podstawowy kurs pierwszej pomocy lub zdobędzie stopień sanitariuszki HOPR
Posiada umiejętności organizacyjne		
9	Załatwi powierzone sprawy poza środowiskiem harcerskim (np. w urzędzie, w firmie). /Kw/	- załatwi miejsce na sprzedaż zniczy - napisze sprawozdanie z pracy drużyny dla dyrekcji szkoły - załatwi zgodę na rozbicie biwaku - załatwi przejazd zniżkowy lub rezerwację w PKP - załatwi zgodę na apel hufca czy złożenie Przyrzeczenia w jakimś niezwykłym miejscu wymagającym zgody - zorganizuje wynajem autokaru
10	Zgodnie z obowiązującymi przepisami zorganizuje wycieczkę z noclegiem dla drużyny lub zastępu. /K/, /Kw/	- zorganizuje wycieczkę, podczas której zapewni bezpieczeństwo, zarezerwuje noclegi, przejazdy, zapewni wyżywienie, rozliczy się z wykorzystanych pieniędzy
11	Zorganizuje służbę społeczną zastępu/drużyny. /W/	
12	Efektywnie organizuje swój czas.	- w większości przypadków wywiązuje się z podjętych zobowiązań, nie zaniedbuje w tym czasie innych obowiązków (np. szkolnych) - jest punktualna (nie umawia się na godziny, na które wie, że może nie zdążyć)

IV. DOŚWIADCZENIE

Lp.	Wymagania
1	Bierze udział w życiu kulturalnym (teatr, wystawy itp.).
2	Bierze udział w imprezach chorągwi, ZHR.
3	Czynnie uczestniczy (poprzez wykonanie określonego powierzonego jej zadania adekwatnego do jej poziomu) w: - życiu drużyny - imprezach hufca
4	Pomoże w organizacji akcji zarobkowej zastępu/drużyny lub akcji charytatywnej. /Kw/
5	Zdobędzie 5 sprawności adekwatnych do swojego poziomu w danej dziedzinie.

Legenda skrótów:

APZ – Animatorka promocji zdrowia
BG – Bądź gotów III
CD – Ciastkarka doskonała
CK – Czterolistna koniczyna
HP – Historyczka Polski
K – Krajoznawczyni
Kw – Kwatermistrzynie
LC – Leśny człowiek
Ł – Łącznościowiec
MD – Makramiarka doskonała
MK – Mistrzynie kuchni
O – Obozownicza
OS – Opiekunka starszych
OSH – Opowiedz mi swoją historię
R – Ratownicza
RP – Ratownicza przyrody
SzL – Szara lilijka III
T – Topografka
W – Wolontariuszka
Z – Zielarka
ZHH – Znawczynie historii harcerstwa
Zw – Zwiadowca

STARSZA SAMARYTANKA

Starsza samarytanka uczy się, jak być harcerką. Pomimo małego doświadczenia stara się dążyć do tego, by jej postawa harcerska była wzorem, a wiedzę i umiejętności harcerskie, przynajmniej w niektórych obszarach, stara się osiągnąć na poziomie mistrzowskim.

Stopień starszej samarytanki przeznaczony jest dla dziewczyny w wieku 16–19 lat (I klasa szkoły ponadgimnazjalnej – I rok studiów), która zrealizowała próbę harcerki-wędrowniczki.

Zdobycie stopnia starszej samarytanki jest równoznaczne z dopuszczeniem harcerki do złożenia Przysięgi Harcerskiej.

WSKAZÓWKI DLA DRUŻYNOWEJ

Stopień samarytanki powinien być zdobywany w drużynie, w której drużynowa ma stopień przewodniczki i wędrowniczki lub wyższy. Jeżeli warunki te nie są spełnione, nad przebiegiem próby powinna czuwać opiekunka drużyny, hufcowa lub osoba przez nią wyznaczona.

Próba jest realizowana przez harcerkę, która ma za sobą trudny czas gimnazjum i wybór kolejnej szkoły, a także planuje swoją przyszłość dotyczącą wyboru studiów czy zawodu. Ma większą swobodę w decydowaniu o sobie, rozwijaniu zainteresowań czy sposobie spędzania wolnego czasu. Jej wybory są samodzielne i świadome, jednak niepozbawione wpływu rodziców i środowiska rówieśniczego.

Decyzja o wstąpieniu do harcerstwa jest decyzją osoby świadomie poszukującej dla siebie grupy poza szkołą, co świadczy o zrozumieniu i akceptacji wartości harcerskich. Najczęściej, choć nie jest to regułą, jest to osoba, która do tej pory nie miała styczności ze środowiskiem harcerskim, a decyzja o przystąpieniu do grupy harcerskiej wiąże się dla niej z fascynacją i olbrzymim zapałem w nadrobieniu straconego czasu. To potencjalny lider, który ma szansę sprawdzić się w nowo powstających środowiskach. W takim wypadku próba powinna w jakimś stopniu wiązać się udziałem w kursie metodycznym. Inną drogą harcerskiego rozwoju dla osoby zdobywającej stopień starszej samarytanki jest drużyna wędrownicza.

Zdarza się, że osoba wstępująca do ZHR w wieku ponadgimnazjalnym już od dawna przebywa blisko środowiska harcerskiego, często jako osoba wspierająca lokalne środowisko harcerskie lub współpracująca z drużyną jako przedstawiciel innej organizacji. Ze względu na wiek i doświadczenie pozaharcerskie nie powinna pozostawać zbyt długo bez funkcji w drużynie.

Próba starszej samarytanki powinna zakończyć się indywidualnym zadaniem na poziomie szerszym niż drużyna (kilka drużyn, hufiec, szczepek). Próbę starszej samarytanki powinna prowadzić dojrzała opiekunka, która będzie potrafiła odpowiednio ukierunkować zapał i fascynację harcerki oraz pomoże w planowaniu drogi harcerskiej.

SYLWETKA

Starsza samarytanka wybrała jedną z technik harcerskich, w której dąży do mistrzostwa, pozostałe opanowała przynajmniej w stopniu podstawowym. Harcerka zdobywająca ten stopień podejmuje zadania na poziomie drużyny (harcerskiej bądź wędrowniczej). Wychodzi z własną inicjatywą (dom, szkoła, środowisko lokalne, drużyna). Sumiennie wywiązuje się ze swoich obowiązków. Stylem życia świadczy o wyznawanych przez siebie ideałach, promuje je w swoim otoczeniu. Posiada zdolność do wyznaczania sobie i realizacji indywidualnych celów.

Rozumie Prawo Harcerskie i harcerską ideę służby (szuka pól do jej realizacji), wykazuje się dojrzałością w pojmowaniu współczesnego patriotyzmu. Świadomie kształtuje swój styl, potrafi efektywnie połączyć obowiązki rodzinne, szkolne i harcerskie z czasem na odpoczynek i hobby (które stara się przekazywać innym). Wykazuje się hartem ducha i ciała. W kontaktach z innymi stara się być empatyczna, nie zapominając o sobie.

WYMAGANIA

* Oznaczenia typu: /CK/, /APZ/ przy wymaganiach są oznaczeniami nazw sprawności, których zdobywanie może być też formą realizacji tego wymagania. Legenda skrótów znajduje się poniżej tabeli z wymaganiami.

I. POSTAWA

Przykładowe formy realizacji wymagań		
Lp.	Wymagania	(Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
Idea		
1	Stylem życia świadczy o wyznawanych wartościach (zgodnych z Prawem Harcerskim, Dekalogiem).	- razem z drużynową przeprowadzi analizę swojego zachowania w konkretnej sytuacji - podejmie konkretne postanowienie w pracy nad sobą
2	Promuje w swoim środowisku wartości harcerskie.	- zorganizuje akcję promującą wartości harcerskie w środowisku lokalnym - nawiąże współpracę jako harcerka z innymi organizacjami pozarządowymi
3	Poszukuje odpowiedzi na swoje wątpliwości w sprawach wiary (np. w książkach, czasopismach, poprzez rozmowy).	- przeczyta poleconą książkę lub czasopisma - odbędzie rozmowę z duszpasterzem - weźmie udział w rekolekcjach - zorganizuje zbiórkę ZZ-u z duszpasterzem na temat nurtujących ją pytań
4	Pozna swoją kobiecość we wszystkich wymiarach (biologicznym, duchowym, psychicznym). Nabędzie umiejętność krytycznego spojrzenia na popularne wzorce kobiecości.	- poprzez rozmowy, obserwacje, lektury poszuka odpowiedzi na pytanie, co to znaczy być kobietą
Praca nad sobą		
5	Bierze czynny udział w lekcjach/zajęciach WF-u. Znajdzie takie formy aktywności ruchowej, które są dla niej odpowiednie – długoterminowo i systematycznie będzie dzięki nim dbać o swoje zdrowie i poprawiać kondycję. /APZ/	- np. uczestniczy systematycznie w zajęciach z tańca, jeździ na rowerze, na rolkach, bierze udział w zajęciach SKS-u, trenuje ćwiczenia rozciągające, uprawia konkretną dyscyplinę sportową

6	Dbą o swoje zdrowie /APZ/	- ubiera się odpowiednio do pogody - stosuje zasady dobrego odżywiania (je śniadania, pamięta o przynajmniej jednym ciepłym posiłku dziennie, o odpowiedniej porze jedzenia kolacji) - rozsądnie planuje swoje zajęcia, pamiętając o zapewnieniu czasu na sen i odpoczynek
7	Poważnie traktuje swoje obowiązki szkolne i studenckie. Z wybranych przedmiotów, związanych z jej dalszą edukacją, stara się systematycznie poszerzać swoją wiedzę	- stara się mieć jak najlepsze wyniki w nauce - bierze czynny udział w kółku przedmiotowym - weźmie udział w olimpiadzie lub konkursie przedmiotowym - samodzielnie zdobywa dodatkową wiedzę i umiejętności z przedmiotu, który ją interesuje (czyta dodatkowe lektury, rozwiązuje dodatkowe zadania itp.)
8	Zna swoje zainteresowania, stara się je rozwijać. Posiada hobby i potrafi nim zaciekać innych.	- systematycznie uczestniczy w zajęciach kółka zainteresowań czy zajęciach pozalekcyjnych - systematycznie poświęca czas swojej pasji, w dowolny sposób zdobywa nową wiedzę i umiejętności - wykorzystwała swoje hobby, robiąc coś dla drużyny
9	Na podstawie obserwacji swojego otoczenia/grupy odnajduje problem i podejmuje próbę jego rozwiązania. /SzL/, /OS/, /OSH/	- może to być problem środowiska szkolnego, rodzinnego lub lokalnego – gmina, dzielnica
10	Wierzy we własne siły i potrafi je ocenić, bierze odpowiedzialność nie tylko za siebie, lecz także za innych i podejmuje próby przewodzenia grupie	- poprowadzi zastęp lub drużynę na wycieczce, rajdzie lub grze terenowej, zorganizuje i poprowadzi zbiórkę lub zajęcia dla zastępu lub drużyny na obozie/zimowisku
Dom		
11	Jest współodpowiedzialna za gospodarstwo domowe – regularnie wywiązuje się ze stałych obowiązków domowych. Bierze czynny udział w rozwiązywaniu problemów rodzinnych. /MK/	- utrzymuje indywidualne relacje z poszczególnymi członkami rodziny - znając swoje umiejętności, np. kulinarne, artystyczne, organizacyjne, potrafi je wykorzystać w domu - stara się poznać potrzeby emocjonalne członków swojej rodziny i w miarę swoich możliwości dbać o ich zaspokojenie
Służba		
12	Pełni służbę w społeczeństwie. /W/	- pełni służbę: przejawia gotowość do jej podejmowania, poszukuje pola służby, jest odpowiedzialna (np. za znalezienie za siebie zastępstwa czy osoby, która będzie kontynuować podjętą przez nią służbę)

II. WIEDZA

Wiedzę harcerka powinna wykazać się w praktyce – w czasie zbiórki, gry, biwaku, obozu. Wiedzę harcerka zdobywa poprzez doświadczenie, lektury książek, prasy, oglądanie telewizji, słuchanie radia i czytanie materiałów w Internecie.

Lp.	Wymagania
Wiedza harcerska	
1	Zna symbolikę Krzyża Harcerskiego, lilijki, koniczynki, hasła „Czuwaj”.
2	Zna hymn harcerski, modlitwę harcerską i pieśni obrzędowe drużyny.
3	Zna Prawo i Przyrzeczenie Harcerskie.
4	Wie, jakie są stopnie harcerskie, instruktorskie, funkcje oraz jakie są ich oznaczenia. Zna funkcje pełnione w ZHR, ich oznaczenia oraz nazwiska osób je pełniących.
5	Zna podstawowe różnice między największymi organizacjami harcerskimi w Polsce. Potrafi określić miejsce ZHR wśród innych organizacji pozarządowych w Polsce.
6	Zapozna się z początkami ruchu skautowego w Europie i w Polsce, z losami harcerstwa w czasie II wojny światowej oraz historią powstania ZHR, biorąc pod uwagę tło historyczne wydarzeń w Polsce. /OSH/, /ZHH/
7	Poszerza swoją wiedzę o historii Organizacji Harcerek i jej znaczących instruktoerek – szczególnie ze swojego hufca i chorągwi. /OSH/, /ZHH/, /BG/
Wiedza o Polsce	
5	Śledzi bieżące wydarzenia polityczne i społeczne.
6	Pogłębia swoją wiedzę o historii i kulturze, zwłaszcza swojego regionu – jego specyfice, działaczach, środowisku artystycznym, wydarzeniach historycznych itp. /MK/, /HP/, /K/

III. UMIEJĘTNOŚCI

Jest mistrzynią wybranej techniki harcerskiej, pozostałe opanowała w stopniu podstawowym – rozwija swoje umiejętności i czerpie inspiracje z harcerskiej literatury tematycznej i z Internetu; w poniższych wymaganiach stopień zaawansowania ustalany jest indywidualnie.

Lp.	Wymagania	Przykładowe formy realizacji wymagań (Wymaganie powinno być zrealizowane jednym konkretnym zadaniem, adekwatnym do potrzeb i możliwości harcerki; jedno zadanie może spełniać więcej niż jedno wymaganie. Każde zadanie powinno być dla harcerki wyzwaniem!)
1	Jej pionierka obozowa jest estetyczna, stabilna i prosta. Rozwija się w tej dziedzinie.	- poszukuje nowych rozwiązań w zakresie wykonania tych samych elementów pionierki - wykonywana przez nią pionierka w drużynie jest nowatorska (pionierka wiązana, niewkopywana, wisząca) - przeprowadzi warsztaty na temat prac pionierskich - zaplanuje i nadzoruje prace pionierskie w podobozie/zgrupowaniu - jest odpowiedzialna za projekt pionierki obozowej UWAGA! Harcerka w drużynie wędrowniczek może zrealizować zadanie na nieco niższym poziomie niż podane przykłady, jednak musi wykazać się znaczącym wzrostem umiejętności w zakresie pionierki.

2	Sprawnie porusza się w terenie. /K/, /T/, /Zw/	- prawidłowo wykonuje szkic terenu w skali 1:250 - posługuje się mapą (potrafi narysować mapę, prawidłowo orientuje mapę wg kompasu) - przejdzie trasę azymutową o długości 2 km - zorientuje się w terenie w nocy
3	Zdobędzie wiedzę o prostych sposobach pomagania Ziemi na co dzień – czyli o postawach proekologicznych. /O/, /RP/	- podejmie konkretne działanie mające na celu ochronę środowiska i będzie je konsekwentnie realizować (oszczędzanie wody, energii, selektywna zbiórka odpadów itp.) - w wybrany przez siebie sposób zachęci do takich działań innych (rodzinę, kolegów, inne harcerki) - zorganizuje dowolne działanie na rzecz ochrony środowiska wynikające z lokalnych potrzeb (np. pomoc w sadzeniu roślin)
4	Zna podstawową musztrę harcerki. Potrafi prawidłowo poprowadzić musztrę drużyny – na apelu, w marszu (np. zna zasady musztry ze sztandarem).	- prawidłowo poprowadzi samodzielnie apel - przeprowadzi pokaz musztry na obozie środowiska lub imprezie hufca
5	Potrafi udzielić pierwszej pomocy w sytuacjach urazów/zachorowań, jakie mogą mieć miejsce w czasie pracy drużyny lub podczas pełnienia służby. /R/	- jest przygotowana do tego, żeby w razie konieczności podjąć służbę przedmedyczną - ukończyła podstawowy kurs pierwszej pomocy lub zdobyła stopień sanitariuszki HOPR
Posiada umiejętności organizacyjne		
6	Zgodnie z obowiązującymi przepisami zorganizuje wycieczkę z noclegiem dla drużyny. /K/, /Kw/	- zorganizuje wycieczkę, podczas której zapewni bezpieczeństwo, zarezerwuje noclegi, przejazdy, zapewni wyżywienie, rozliczy się z wykorzystanych pieniędzy
7	Zorganizuje służbę społeczną drużyny. /W/	

IV. DOŚWIADCZENIE

Lp.	Wymagania
1	Bierze udział w imprezach chorągwi, ZHR.
2	Weźmie udział w obozie letnim lub zimowisku drużyny.
3	Podjekuje funkcje w drużynie wędrowniczej lub harcerskiej.
4	Podjekuje się indywidualnego zadania na poziomie szerszym niż jej drużyna (kilka drużyn, hufiec, szczerp).
5	Zorganizuje akcję zarobkową drużyny lub akcję charytatywną. /Kw/
6	Zdobędzie 5 sprawności adekwatnych do swojego poziomu w danej dziedzinie.

Legenda skrótów:

APZ – Animatorka promocji zdrowia
BG – Bądź gotów III
HP – Historyczka Polski
K – Krajoznawczyni
Kw – Kwatermistrzynie
MK – Mistrzynie kuchni
O – Obozowniczka
OS – Opiekunka starszych
OSH – Opowiedz mi swoją historię
R – Ratownicza
RP – Ratownicza przyrody
SzL – Szara lilijka III
T – Topografka
W – Wolontariuszka
ZHH – Znawczynie historii harcerstwa
Zw – Zwiadowca

STOPNIE ZDOBYWANE W KAPITUŁACH STOPNI

WĘDROWNICZKA

Założenia	Dla wędrowniczki życie staje się wezwaniem na szlaki, po których wędruje w sensie dosłownym i przenośnym. Wędrówka w sensie dosłownym to przemierzone w tym okresie dziesiątki kilometrów – wielogodzinne włości, podczas których czas i przestrzeń stają się prawdziwym wyzwaniem. Wędrówka w sensie przenośnym to przemierzanie ścieżek myśli i aktywności ludzkiej, wędrówka przez zagadnienia i problemy duchowe, społeczne, polityczne i ekonomiczne. Czas trwania próby ma dać szansę na odkrycie i zrozumienie sensu wędrowania w obu powyższych aspektach. Wędrowniczka będzie aktywnie szukać odpowiedzi na nurtujące ją pytania, poszukiwać piękna w codzienności i odpowiedzialnie podejmie służbę. Dwoma ważnymi elementami wędrówki są: • Bezdroża – na które czasem zapędzamy się w poszukiwaniach. Osoba zdobywająca stopień powinna uczyć się spoglądania na siebie z dystansem, rozumienia swoich błędów. Powinna umieć powrócić na właściwy szlak. • Umiejętność docenienia przebytej drogi – w sytuacji, w której niekoniecznie udało się osiągnąć cel, ale pokonana droga dostarczyła wiedzy o sobie i doświadczenia.
Punkt wyjściowy	Stopień wędrowniczki przeznaczony jest dla dziewczyny w wieku 16–20 lat (I klasa szkoły ponadgimnazjalnej – II rok studiów), która zdobyła stopień samarytanki lub zdobyła stopień starszej samarytanki i złożyła Przysięgę Harcerską.
Wskazówki	Zdobywanie stopnia wędrowniczki to czas świadomej pracy nad sobą. Harcerka w czasie realizacji poszczególnych zadań próby stawia sobie konkretne cele, które są dla niej wyzwaniem i próbą charakteru. Dążąc do osiągnięcia tych celów, przewyższa własne słabości. Wszelkie działania podejmowane przez harcerkę realizującą próbę wędrowniczki powinny służyć zdobyciu przez nią konkretnych i wymiernych umiejętności – takich, które wesprą ją w życiu dorosłym: • dadzą zdolność podejmowania decyzji na podstawie analizy faktów, • dadzą wiedzę o sobie i świecie wokół, • dadzą uprawnienia i nauczą sztuki samodoskonalenia i samokształcenia, • pozwolą poszerzyć wiedzę i horyzonty myślowe, • budują wewnętrzny kodeks moralny i pozwolą dalej jej rozwijać więź z Bogiem. Wędrowniczka potrzebuje dużo swobody podczas planowania próby na stopień, a ze strony opiekunki nakierowania oraz wskazówek, gdzie poszukiwać sposobów realizacji założeń stopnia. To harcerka samodzielnie wyznacza poziom swoich zadań, opiekunka zaś weryfikuje jej pracę z regulaminem i własnym doświadczeniem. Pomimo swobody i samodzielności, których wędrowniczka nieustannie się uczy i które doskonali, opiekunka powinna dyscyplinować swoją podopieczną w kwestiach formalnych związanych ze stopniem: pamiętać o terminach, dotrzymywaniu umów i komunikacji pomiędzy przyszłą wędrowniczką a kapitułą. Wędrowniczka powinna czuć, że jest ktoś, kto wspiera ją podczas zdobywania stopnia i w razie potrzeby poda pomocną dłoń, doradzi, podzieli się doświadczeniem. Rolą opiekunki jest inspirowanie do podejmowania określonych działań i do jak najlepszej pracy nad stopniem, czyli nad rozwojem osobistym. Przed podjęciem próby na stopień zalecane jest szczegółowe zaplanowanie pracy, także pomiędzy opiekunką i podopieczną (np. forma, w jakiej wędrowniczka będzie informowała opiekunkę o postępach w pracy, a także to, co jaki czas będzie się to odbywało).

Kierunki rozwoju	Komentarz
I. Idea	
1. Poszerzanie swojej świadomości religijnej, osobistego świadectwa wiary i poszukiwanie miejsca we wspólnocie chrześcijańskiej	Zdobywanie wędrowniczki to często czas stawiania sobie bardzo ważnych, często fundamentalnych pytań związanych z wchodzeniem w dorosłość. Stopień ma pomóc wędrownicze w poszukiwaniu odpowiedzi na te pytania poprzez uczestnictwo w różnych formach duszpasterskich, rozmowy, lektury. To czas uświadamiania, że wiara, podobnie jak inne sfery naszego życia, dojrzeć i nie jest tylko naszą prywatną sprawą, a aktywnym uczestnictwem w życiu Kościoła, do którego należymy.
2. Kształtowanie postawy chrześcijańskiej miłości	Miłość chrześcijańska to nieustanne, bezinteresowne dawanie siebie innym. Aby dać, trzeba najpierw posiadać, być świadomym swoich mocnych i słabych stron, swoich talentów i ograniczeń. Harcerka, zdobywając stopień wędrowniczki, dąży do panowania nad sobą, poświęca innym swoją uwagę, czas, umiejętności, wiedzę i modlitwę, ale nie traci jednocześnie siebie.
3. Budowanie wrażliwości na piękno otaczające człowieka w świecie i dążenie do poznania jego źródeł	Harcerka, zdobywając stopień wędrowniczki, uczy się odkrywać piękno w przyrodzie, sztuce i innych ludziach. Uczy się określania własnych kryteriów wyboru tej czy innej książki, filmu, dzieła sztuki, trasy wędrówki. Umie zatrzymać się w życiu albo na szlaku po to, by patrzeć, podziwiać. Doświadcza wartości kontemplowania piękna w otaczającym świecie i poszukiwania jego źródeł.
4. Szacunek dla otaczającego świata, świadomość aktualnych zagrożeń i poszukiwanie wiedzy o ich źródłach	Wędrowniczka dostrzega związek między swoimi codziennymi działaniami a ich globalnym wpływem na środowisko. Stara się wcielać w życie zasady życia w harmonii z przyrodą, buduje w sobie dobre odruchy oszczędzania zasobów planety, z których korzysta. Jej troska o środowisko naturalne przejawia się w codziennej rutynie dbania o zasoby: oszczędzaniu energii, jedzenia, wody itp.
5. Świadomość aktualnych wyzwań stojących przed Polską, poszukiwanie swojego miejsca w życiu obywatelskim i kulturalnym	Zdobywanie stopnia wędrowniczki ma uruchomić w harcerce chęć aktywnego i świadomego uczestnictwa w życiu publicznym – wspólnoty lokalnej, ale także w obrębie rodziny, znajomych, w szkole i na uczelni. Wędrowniczka zgłębia wiedzę z zakresu obecnych problemów natury społecznej, kulturalnej, ekonomicznej czy politycznej, uzupełnia luki, poszukuje aktywności w opisanej dziedzinie, wypracowuje swoje własne poglądy.
6. Otwartość na problemy Europy i świata, poszukiwanie ich źródeł	Zdobywanie stopnia wędrowniczki jest czasem kształtowania wrażliwości, otwartości i zainteresowania otoczeniem. Harcerka poznaje problemy współczesnego świata, stara się poznać ich źródła, koncentruje się na ich aspekcie etycznym i moralnym. Zdobywa wiedzę, która pozwoli jej dostrzegać źródła problemów, ich aktualny przebieg i skutki dla świata i regionu. Wiedza ta ma pomóc w kształtowaniu opinii, poglądów, postawy zainteresowania zjawiskami społecznymi. Zadanie w próbie powinno być konkretne, umiejscowione w określonej dziedzinie (różnorodność kulturowa; problemy globalne, społeczne, religijne; polityka; gospodarka; ekonomia itd.), miejscu (Europa, świat, Europa na tle świata itd.) i czasie.

7. Służba bliźnim	Wędrowniczka powinna dostrzegać problemy i potrzeby otoczenia. Być uważną i otwartą na nie, wychodzić im naprzeciw. Stara się zostawiać świat, w którym żyje, choć trochę lepszym, niż go zastała. Dzięki otwartości na problemy innych ludzi uczy się odpowiednio reagować i postępować. Działa w sposób przemyślany i odpowiedzialny, systematycznie, długofalowo, rzetelnie i konsekwentnie. W ramach zdobywania stopnia wędrowniczki harcerka podejmuje indywidualną służbę społeczną – określa precyzyjnie jej zakres, charakter i intensywność. Decydując się na podjęcie konkretnej służby, bierze pod uwagę własne możliwości, zdolności i umiejętności, a także własną dojrzałość do podejmowanych działań. Stara się, aby podejmowana służba była jednocześnie pracą nad własnym rozwojem i charakterem.
8. Świadome poszukiwanie i kształtowanie drogi życiowej poprzez poznanie prawdy o sobie	Zdobywając stopień wędrowniczki harcerka poznaje siebie, własne potrzeby i predyspozycje. Uczy się dokonywania ważnych życiowych wyborów (kierunków rozwoju, osób, z którymi chce się spotykać itd.) w kontekście swoich celów i priorytetów życiowych. Zastanawia się także nad swoim powołaniem.
9. Akceptacja swojej kobiecości we wszystkich wymiarach (biologicznym, duchowym, psychicznym), umiejętność krytycznego spojrzenia na popularne wzorce kobiecości	Żyjemy w czasach, w których nie da się uciec od pytania: Co to znaczy być kobietą? Czym różni się biologia, psychika, duchowość kobiety i mężczyzny? Czy w ogóle się różni? Co z tego wynika dla nas, dla naszego rozwoju i sposobu wychowania? Co spośród propozycji otaczającego świata możemy wykorzystać, a co powinniśmy odrzucić? Stopień wędrowniczki ma pomóc harcerce w odnajdywaniu odpowiedzi na te pytania przez pryzmat etyki chrześcijańskiej oraz Prawa Harcerskiego.
II. Rozwój intelektualny	
1. Samodzielność myślenia, przewyższanie lenistwa myślowego	Wędrowniczka ma być osobą świadomą: w podejmowaniu decyzji, w poglądach, które wyznaje, w wyborach, których dokonuje. Stopień ma ją przygotować do takiego właśnie świadomego życia. Ważne jest, by miała świadomość konieczności nieustannej pracy nad tą sferą: zdobywania wiedzy, pogłębiania jej, ćwiczenia umiejętności szerokiego spoglądania na daną dziedzinę, zjawisko, proces. Lenistwo myślowe to także uleganie modom i popularnym nurtom ujmowania spraw z życia moralnego i społecznego. Wędrowniczka to osoba, która stara się weryfikować te nurty. Uczy się, ćwiczy, rozmawia, szuka autorytetów.
2. Umiejętność wykorzystywania zdobytej wiedzy teoretycznej	Harcerka zdobywająca stopień wędrowniczki wkracza powoli w życie dorosłe – dokonuje wyboru kierunku kształcenia, uczy się zdobywania wiedzy i umiejętności, które przydadzą jej się w życiu rodzinnym, zawodowym i społecznym. Uczy się praktycznego wykorzystania swojej wiedzy: zdobywa dodatkowe umiejętności, poszerza posiadane, dzieli się wiedzą. Wypracowuje własne efektywne metody uczenia się.

III. Rozwój fizyczny	
Dbłość o zdrowie i sprawność fizyczną	Harcerka w ramach próby na stopień powinna wyrobić nawyk systematycznej aktywności fizycznej, a także zdobyć wiedzę, która ułatwi jej dbanie o zdrowie. Rozwija w sposób optymalny swoją sprawność fizyczną. Harcerka poprzez korzystanie z różnorodnych form aktywności fizycznej może wybrać swoje ulubione zajęcia, których systematyczne uprawianie pomoże jej utrzymać dobrą kondycję i zdrowie w chwili obecnej oraz w przyszłości.
IV. Wspólnota	
1. Umiejętność animacji działań w środowisku i odpowiedzialność za wspólnotę	Harcerka, animując działania na rzecz wspólnoty, kształtuje w sobie umiejętności organizacyjne, ale także poczucie odpowiedzialności za grupę. Realizacja próby ma także dać jej szansę na kształtowanie umiejętności budowania relacji z innymi opartych na dialogu i wzajemnym zrozumieniu.
2. Dialog z drugim człowiekiem i umiejętność budowania głębokich więzi międzyludzkich	Harcerka zdobywająca stopień wędrowniczki stara się otwarcie mówić o swoich potrzebach i uczuciach. Uczy się zasad dobrego dialogu i konsekwentnie je stosuje w rozmowach z innymi ludźmi. Wędrowniczka uczy się budowania głębokich relacji z drugim człowiekiem – przyjaźni, miłości.
3. Współodpowiedzialność za rodzinę	Wędrowniczka odpowiada na potrzeby domu i rodziny. Podejmuje się konkretnych działań na rzecz domowników. Podchodzi do tego zadania rzetelnie, konsekwentnie i długofalowo. Pogłębia relacje z domownikami, kultywuje rodzinne święta i tradycje.
4. Odpowiedzialność za swoje czyny, rzetelność wykonywanej pracy	Harcerka uczy się odpowiedzialności za swoje słowa i czyny, konsekwentnie wywiązuje się z podjętych zadań, wykonuje je terminowo i rzetelnie. Jest świadoma konsekwencji tych działań. Jest świadoma swoich umiejętności i możliwości, potrafi określić czas potrzebny na wykonanie określonego zadania. Jest świadoma swoich słabości i potrafi je przezwyciężać. Doskonali warsztat swojej pracy poprzez poznanie technik dobrego wykorzystania czasu. Uczy się planować, odpowiednio rozkładać pracę, którą ma do wykonania.
5. Umiejętność zachowania harcerskiej postawy w środowisku pozaharcerskim i podjęcia dyskusji na ten temat	Wędrowniczka konfrontuje postawę harcerską, sposób życia w zgodzie z Prawem Harcerskim z postawami różnych osób w różnych grupach. Nieraz są to postawy bardzo odmienne od tego, co proponuje ZHR. Uczy się radzić sobie z sytuacją, kiedy pragnie identyfikacji z grupą, w której jest, a która wyznaje inne zasady niż te promowane przez ZHR.
6. Osiąganie mistrzostwa w technikach harcerskich	Harcerka rozpoczynająca próbę na stopień wędrowniczki jest już mistrzynią technik harcerskich. W ramach realizacji próby na ten stopień nadal pogłębia swoją wiedzę i umiejętności w wybranych dziedzinach, dzieli się z innymi własnymi doświadczeniami, zdobywa kolejne sprawności harcerskie.
7. Próba szlaku	Harcerka zdobywająca stopień wędrowniczki (może to być forma próby końcowej) podejmuje próbę szlaku. Ta próba ma być dla niej wyzwaniem, możliwością odkrywania nowych miejsc i ludzi, poszukiwania piękna w otoczeniu i w ludziach, a także odkrywania prawdy o sobie samej.

STARSZA WĘDROWNICZKA

Założenia	Osoba zdobywająca stopień starszej wędrowniczki to kobieta, która chciałaby wypełnić konkretnymi działaniami pewne sfery swojego życia. Najlepszym dowodem na to jest wstąpienie do ZHR w wieku, w którym większość czynnie działających harcererek ma już za sobą mnóstwo doświadczeń. Jednak właśnie dla takiej osoby harcerstwo może być miejscem, gdzie ma możliwość odnalezienia odpowiedzi na pewne pytania, zdobycia pożądanej wiedzy, umiejętności lub po prostu wypracowania swojego stylu życia. Dołącza więc do określonego środowiska z nadzieją na konkretne działanie, które przyniesie jej satysfakcję i pomoże zaspokoić potrzeby. Harcerka zdobywająca stopień starszej wędrowniczki powinna uczyć się spoglądania na siebie z dystansem, rozumienia swoich błędów, potrafić powrócić na właściwy szlak. Dwoma ważnymi aspektami jej wędrówki są: • bezdroża — na które czasem zapędzamy się w poszukiwaniach, • docenienie przebytej drogi — sytuacje, w których niekoniecznie udało się osiągnąć cel, ale pokonana droga dostarczyła określonego doświadczenia i wiedzy o sobie samej.
Punkt wyjściowy	Stopień starszej wędrowniczki przeznaczony jest dla dziewczyny, która wstąpiła do organizacji jako osoba dorosła i zrealizowała próbę harcerki starszej. Zdobycie stopnia starszej wędrowniczki jest równoznaczne z dopuszczeniem harcerki do złożenia Przysięgi Harcerskiej.
Wskazówki	Wszelkie działania podejmowane przez harcerkę realizującą próbę na stopień starszej wędrowniczki powinny służyć zdobyciu przez nią konkretnych i wymiernych umiejętności, które będzie mogła wykorzystać w życiu dorosłym. Starsza wędrowniczka jest pod wieloma względami dojrzała i zmotywowana do działania, ale także ma już własne nawyki, przyzwyczajenia i swój system wartości. To moment, by go zweryfikować. Do tego potrzebna jest duża dawka pokory, tak ze strony osoby zdobywającej stopień, jak i opiekunki. Ważne jest więc, by umieć rozeznaczyć, nad czym warto popracować. Niezbędne jest także, by ze stanowczością wymagać od zdobywającej ten stopień dziewczyny dążenia do zgodnych z ideą harcerską postaw. Zdobywanie stopnia starszej wędrowniczki to czas świadomej pracy nad sobą. Harcerka podczas realizacji poszczególnych zadań próby stawia sobie konkretne cele, które są dla niej wyzwaniem i próbą charakteru. Dążąc do osiągnięcia tych celów, przezwycięża własne słabości. Działanie w nowym środowisku może być na początku trudne. Choć harcerka zdobywająca stopień jest już dorosłą osobą i bez problemu radzi sobie z wieloma sprawami, z którymi mocują się młodsze harcerki, to może się zdarzyć, że właśnie one górują nad nią wiedzą, umiejętnościami oraz postawą, które nabywa się przez wcześniejsze działanie w drużynie. Może to wytworzyć poczucie wyobcowania lub wrażenie bycia gorszą harcerką. Należy wzmacniać przekonanie starszej wędrowniczki, że cały rozwój harcerski, wiedza i typowe umiejętności dotyczą również jej i jest w stanie tym wymaganiom sprostać. Poszerza więc swoje umiejętności w zakresie ustalonym wraz z opiekunką, z uwzględnieniem miejsca swojej aktualnej i planowanej aktywności harcerskiej.

	W wyniku realizacji próby osoba zdobywająca stopień powinna nie tylko posiadać umiejętności i doświadczenia harcerskie, ale przede wszystkim znaleźć to, w poszukiwaniu czego dołączyła do ZHR, a także odkryć istotę harcerstwa. Całkowicie zrozumieć ideę i świadomie podjąć decyzję o służbie harcerskiej, zgodnie z przyjętym Prawem i Przyrzeczeniem Harcerskim. Niezależnie od wieku harcerka zdobywająca ten stopień może odkrywać swoje predyspozycje i wykorzystywać posiadane talenty. Pozwoli jej to świadomie wybrać ścieżkę zawodową i zaplanować kolejność działań umożliwiających zdobycie przyszłej specjalności, zawodu lub pomoże optymalnie się rozwijać. Ważną kwestią jest świadomość swoich mocnych i słabych stron, ponieważ jest to pierwszy krok, by wypracować metody, które pomogą jej jak najlepiej się rozwijać. Starsza wędrowniczka ma pomysł na swoje życie, stawia przed sobą konkretne cele, do osiągnięcia których wykorzystuje posiadaną już wiedzę i umiejętności, a w razie potrzeby potrafi je nabywać. Starsza wędrowniczka potrzebuje dużo swobody podczas planowania stopnia, a ze strony opiekunki – nakierowania oraz wskazówek, gdzie poszukiwać odpowiedzi na pytania pojawiające się podczas realizacji próby oraz gdzie można zdobyć konkretną wiedzę i umiejętności. Dodatkowym zadaniem opiekunki jest nauczanie harcerki zdobywania stopni, ponieważ nie ma ona doświadczenia w tym względzie. Nie należy jednak zapominać, że to harcerka samodzielnie wyznacza poziom swoich zadań, opiekunka zaś weryfikuje jej pracę z regulaminem i własnym doświadczeniem. Ważne jest też zauważenie i opisanie obszarów życia, które są przez harcerkę nieustannie pogłębiane niezależnie od próby, po to, by nie mnożyć zadań tylko w celu formalnego potwierdzenia posiadanych umiejętności. Pomimo charakterystycznej dla starszych stopni swobody i samodzielności, której starsza wędrowniczka nieustannie się uczy, opiekunka powinna dyscyplinować swoją podopieczną w kwestiach formalnych, związanych ze stopniem: pamiętać o terminach, dotrzymywaniu umów i komunikacji pomiędzy przyszłą starszą wędrowniczką a kapitułą. Starsza wędrowniczka powinna czuć, że jest ktoś, kto wspiera ją podczas zdobywania stopnia i w razie potrzeby poda pomocną dłoń, doradzi, podzieli się doświadczeniem. Przed podjęciem próby na stopień zalecane jest szczegółowe zaplanowanie pracy, także pomiędzy opiekunką i podopieczną (np. forma, w jakiej wędrowniczka będzie informowała opiekunkę o postępach w pracy, a także to, co jaki czas będzie się to odbywało).
--	--

Kierunki rozwoju	Komentarz
I. Idea	
1. Rozumienie i przyjęcie Prawa Harcerskiego	Dla osoby, która późno przychodzi do harcerstwa, przyjęcie Prawa Harcerskiego (czyli zbioru norm, którymi ma się kierować w życiu) może być trudne. Harcerka, zdobywając stopień starszej wędrowniczki, podejmuje głębszą refleksję na ten temat i dojrzałą decyzję o podjęciu wyzwania.

2. Zrozumienie idei służby i podjęcie jej w formie odpowiedniej dla siebie. Codzienny wymiar służby	Starsza wędrowniczka uczy się rozumienia służby harcerskiej jako działania wynikającego z chrześcijańskiej postawy miłości. Harcerka powinna poznać konkretny, praktyczny wymiar tej służby oraz różnorodne formy jej realizacji. Podejmuje służbę, która pozwala jej dzielić się sobą z innymi, a jednocześnie samej się rozwijać. To także dobre miejsce na to, by wędrowniczka określiła swoje potrzeby względem społeczeństwa oraz to, co ona może ofiarować. Dla harcerki postawa służby często wiąże się z poświęceniem – swojego czasu, swojej uwagi, a czasem rezygnacji z wygod. Nie zawsze jest to proste, zwłaszcza jeśli ktoś wcześniej nie wzrastał w środowisku, w którym było to cenione.
II. Rozwój duchowy	
1. Pogłębianie swojej wiedzy religijnej, osobistego świadectwa wiary i poszukiwanie miejsca we wspólnocie chrześcijańskiej	Zaangażowanie religijne harcerki podejmującej próbę na stopień starszej wędrowniczki może być bardzo różne. Zadanie w próbie powinno być ułożone tak, aby harcerstwo było dla niej również miejscem wzrastania w wierze.
2. Refleksja w celu głębszego rozumienia chrześcijańskiej postawy miłości	Miłość chrześcijańska to nieustanne bezinteresowne dawanie siebie innym. Harcerka, aby dać, musi najpierw posiadać. Musi być świadoma swoich mocnych i słabych stron, swoich ograniczeń i talentów. Dąży do panowania nad sobą. Starsza wędrowniczka poświęca innym swoją uwagę, czas, umiejętności, wiedzę i modlitwę. Daje, bo sama została przez Boga obdarowana. Daje codziennie, nie tracąc jednocześnie siebie.
3. Czynienie dobra w jego zwykłym codziennym wymiarze	Służba drugiemu człowiekowi to nie tylko zaplanowane i zrealizowane działanie w formie akcyjnej lub długotrwałej, ale przede wszystkim nasza codzienność – miejsca i ludzie, których spotykamy na co dzień. Starsza wędrowniczka ma dla innych dobre słowo, miły gest, pogodę ducha. Codziennie zdaje egzamin z takiej postawy. Uczy się świadomie patrzeć na swoje życie jako na służbę innym najczęściej przejawiającą się w drobnych gestach i uczynkach, czasem nawet nieuświadomionych.
4. Budowanie postawy wrażliwości na otaczające piękno poprzez świadome i aktywne poszukiwania jego źródeł	Starsza wędrowniczka dostrzega piękno w przyrodzie, sztuce, innych ludziach. W ramach próby na stopień wykształca w sobie postawę odkrywania tego piękna, budowania swoich własnych kryteriów wyboru tej czy innej książki, filmu, trasy wędrówki. Uczy się zatrzymywania się w życiu albo na szlaku po to, by patrzeć, podziwiać. Doświadcza wartości kontemplowania piękna w otaczającym świecie i poszukiwania jego źródeł.
III. Rozwój społeczny, patriotyczny i obywatelski	
1. Szacunek dla otaczającego świata, świadomość aktualnych zagrożeń, poszukiwanie wiedzy o ich źródłach.	Starsza wędrowniczka dostrzega związek między swoimi codziennymi działaniami a ich globalnym wpływem na środowisko. Stara się wcielać w życie zasady życia w harmonii z naturą, buduje w sobie odruchy oszczędzania zasobów planety, z których korzysta.

2. Świadomość aktualnych wyzwań stojących przed Polską, Europą i światem; poszukiwanie swojego miejsca w życiu obywatelskim i kulturalnym	Starsza wędrowniczka ze względu na swoje doświadczenia życiowe jest osobą, która posiada co najmniej podstawową wiedzę dotyczącą problemów natury społecznej, kulturalnej, ekonomicznej czy politycznej. Próba na stopień ma pomóc harcerce spojrzeć na kwestię swojego uczestnictwa w życiu publicznym poprzez pryzmat harcerstwa – z uwzględnieniem harcerskiej idei w działaniach na rzecz wspólnoty lokalnej, w rodzinie, wśród znajomych, w szkole czy w pracy. Aspekt ten ma być również widoczny w jej rozumieniu i ewentualnej aktywności związanej z rozwiązywaniem problemów o zasięgu globalnym.
3. Odwaga w podejmowaniu zadań	Starsza wędrowniczka wkracza w świat harcerskiej idei, postaw, działań i wyzwań. Poznaje smak harcerskich wyzwań, podchodzi do nich pogodnie, uczy się przezwycięzać trudności, stawiać wyzwania przed sobą samą. Uczy się dokonywania właściwych wyborów, zachowując odpowiednie proporcje pomiędzy działaniem w środowisku harcerskim a innymi sferami życia. Istotne jest również zrozumienie sensu prostoty i niejednokrotnie rezygnacji z wygod, z których korzystamy w życiu codziennym, na rzecz możliwości doświadczenia i odkrycia czegoś nowego. Spartańskie warunki obozu czy materac zamiast wygodnego łóżka w czasie biwaku, trudy wędrowki, ograniczenie na kilka dni używania telefonu komórkowego itp.
IV. Odkrywanie swojego powołania	
1. Świadome poszukiwanie i wybór drogi życiowej poprzez poznanie prawdy o sobie	Osoba dorosła może wejść do harcerstwa na różnych etapach swojego życia. W ramach próby na stopień starszej wędrowniczki realizuje konkretne zadanie, które jest nierozdzielnie związane z wybraną przez nią drogą życiową.
2. Akceptacja swojej kobiecości we wszystkich wymiarach (biologicznym, duchowym, psychicznym), umiejętność krytycznego spojrzenia na popularne wzorce kobiecości	Żyjemy w czasach, w których nie da się uciec od pytania: Co to znaczy być kobietą? Czym różni się biologia, psychika, duchowość kobiety i mężczyzny? Czy w ogóle się różni? Co z tego wynika dla nas, dla naszego rozwoju i sposobu wychowania? Co spośród propozycji otaczającego świata możemy wykorzystać, a co powinniśmy odrzucić? Stopień starszej wędrowniczki ma pomóc harcerce w odnajdywaniu odpowiedzi na te pytania przez pryzmat etyki chrześcijańskiej oraz Prawa Harcerskiego.
3. Znajomość zasad etyki chrześcijańskiej w dziedzinie płciowości oraz umiejętność ich uzasadnienia	Starsza wędrowniczka dąży do zrozumienia swojej płciowości w świetle etyki chrześcijańskiej, a także podejmuje decyzję o życiu zgodnym z tymi zasadami.
4. Umiejętność uczciwej i obiektywnej oceny własnych zachowań oraz uwalnianie sądów, ocen, decyzji spod wpływu uczuć i nacisków otoczenia	Starsza wędrowniczka stara się dokonywać obiektywnej i uczciwej oceny swoich własnych zachowań. Potrafi myśleć samodzielnie, konstruować własne opinie i sądy. Podejmowane przez nią decyzje są racjonalne, niezależne od nacisków otoczenia i chwilowych stanów emocjonalnych.

V. Rozwój intelektualny	
1. Samodzielność myślenia, przewyższanie lenistwa myślowego, stały rozwój intelektualny	Starsza wędrowniczka ma być osobą świadomą: w podejmowaniu decyzji, w poglądach, które wyznaje, w wyborach, których dokonuje. Ważne jest, by miała świadomość konieczności nieustannej pracy nad tą sferą: zdobywania wiedzy, pogłębiania jej, ćwiczenia umiejętności szerokiego spoglądania na daną dziedzinę, zjawisko, proces. Lenistwo myślowe to uleganie modom i popularnym nurtom ujmowania spraw z życia moralnego i społecznego. Starsza wędrowniczka to osoba, która stara się weryfikować te osądy. Uczy się, ćwiczy, rozmawia, szuka autorytetów.
2. Umiejętność wykorzystywania zdobytej wiedzy teoretycznej	Starsza wędrowniczka wkracza w życie dorosłe – potrzebuje konkretnych umiejętności, które przydadzą się w życiu rodzinnym, zawodowym, społecznym. W ramach próby na stopień uczy się, jak zdobywać tę wiedzę (konkretne źródła) oraz w jaki praktyczny sposób ją wykorzystywać; zdobywa dodatkowe umiejętności, poszerza posiadane, dzieli się wiedzą.
VI. Rozwój fizyczny	
Dbłość o zdrowie i sprawność fizyczną; odnalezienie formy aktywności ruchowej dla siebie	Starsza wędrowniczka w ramach próby weryfikuje, czy obrany przez nią styl życia jest właściwy dla jej zdrowia i organizmu. Wypracowuje w sobie odpowiednie nawyki związane z dbaniem o zdrowie i regularną aktywnością fizyczną.
VII. Wspólnota	
1. Umiejętność animacji działań w środowisku i odpowiedzialność za wspólnotę	Harcerka zdobywająca starszą wędrowniczkę często posiada wykształconą umiejętność animowania działań. Doświadczenie oraz umiejętności przez nią zdobyte poza harcerstwem są bardzo cenne. Harcerka wykorzystuje je, uczy się jednocześnie określania priorytetów w swoich działaniach i niezapominania o swoich potrzebach. Uczy się, jak zachować równowagę służby i pracy na rzecz poszczególnych grup, w których żyje, pracuje. Stara się być aktywna w środowisku harcerskim.
2. Dialog z drugim człowiekiem; świadome posłuszeństwo, funkcjonowanie w organizacji hierarchicznej	Starsza wędrowniczka, funkcjonując w środowisku harcerskim, wykorzystuje zasady dobrego dialogu. Uczy się funkcjonowania w organizacji hierarchicznej, buduje w sobie postawę karności i pokory.
3. Odpowiedzialność za swoje czyny, rzetelność wykonywanej pracy	Starsza wędrowniczka w podejmowanych przez siebie działaniach w różnych środowiskach i w funkcjach, które pełni w życiu, stara się postępować w sposób rzetelny i odpowiedzialny: za siebie, za osoby i mienie powierzone jej opiece. Próba na stopień jest czasem, gdy harcerka uczy się dokonywać właściwych wyborów i zachowania właściwych proporcji pomiędzy działaniem w środowisku harcerskim a innymi sferami życia. W podejmowaniu decyzji, które wpływają na jej sposób życia i kontakty z ludźmi lub zobowiązania wobec nich podjęte, kieruje się odpowiednio ustalonymi priorytetami.

VIII. Wiedza harcerska	
1. Wiedza	Starsza wędrowniczka jest osobą dorosłą, świadomie podejmuje decyzję o wstąpieniu do ZHR. Powinna więc posiadać podstawową wiedzę na temat środowiska i organizacji, w której działaniach chce uczestniczyć. Kluczowa jest znajomość (co najmniej podstaw) historii ruchu harcerskiego, jej wpływu na jego obecny kształt i związanych z nią tradycji. Konieczna jest też znajomość symboliki i obrzędów harcerskich. Należy zwrócić uwagę na takie oczywistości, jak oznaczenia (co najmniej podstawowych) funkcji w ZHR. Ważne, by zaznajamianie się z obrzędami, symbolami i zwyczajami nie odbywało się na sucho, lecz poprzez doświadczenie.
2. Znajomość historii i tradycji harcerskiej	
3. Znajomość symboliki i obrzędów harcerskich	
IX. Umiejętności (zakres zadań w tym obszarze ustalany jest z opiekunką, na podstawie miejsca harcerki w organizacji i podejmowanych lub planowanych funkcji)	
1. Musztra	Starsza wędrowniczka zna musztrę w zakresie, który pozwoli jej brać udział w apelu i czuć się w tej sytuacji naturalnie i swobodnie, włączając w to sytuacje, kiedy melduje się indywidualnie, melduje jednostkę czy też jest np. oboźną. Potrafi odpowiednio się zachować w formalnych sytuacjach harcerskich (apel, meldowanie, poruszanie się w szyku itp.).
2. Zaradność, umiejętności organizacyjne	Starsza wędrowniczka jest osobą zaradną, posiada umiejętności organizacyjne. Zdobywanie stopnia powinno być okazją do wykazania się tymi umiejętnościami. Jeżeli osoba przychodzącą do harcerstwa posiada już te cechy, należy je wykorzystać i rozwinać poprzez realizację próby na stopień. Jeśli jeszcze ich nie ma – pomóc jej je wypracować.
3. Umiejętności samarytańskie	Starsza wędrowniczka posiada umiejętność niesienia pierwszej pomocy w podstawowym zakresie. Wie, jak się zachować w czasie wypadku samochodowego, którego jest świadkiem, co zrobić, gdy ktoś zasłabnie, dostanie ataku serca/epilepsji/hipoglikemii itp. Wie, jak odpowiedzialnie i prawidłowo nieść pierwszą pomoc przedmedyczną.
4. Umiejętności obozowe, terenoznawcze, przyrodnicze	Puszczaństwo jest nieodłącznym i niezbędnym elementem metody harcerskiej, podobnie jak podstawowe umiejętności terenoznawcze, przyrodnicze i obozowe. Doskonałą okazją do ich zdobycia i doświadczenia puszczańskiego życia jest obóz.
X. Doświadczenie	
1. Doświadczenie służby harcerskiej oraz obozowania	Obóz Starsza wędrowniczka nadrabia poprzednie stopnie poprzez zdobywanie nowych doświadczeń i przeżyć harcerskich. Doskonałym miejscem na uzupełnienie braków doświadczenia jest obóz harcerski, dlatego niezwykle ważne jest, by starsza wędrowniczka miała doświadczenia z nim związane. Zdobywanie umiejętności terenoznawczych, przyrodniczych czy obozowych powinno być związane z obozem harcerskim. Nie można zdobyć doświadczenia harcerskiego, nie będąc na obozie. Właściwe rozumienie puszczaństwa, doświadczenie bliskości przyrody, dbałość o nią nierozzerwalnie łączą się z obozem.

	Najlepiej, jeśli harcerka ma możliwość pełnego uczestnictwa w obozie, zrozumiałe jest jednak, że u osób dorosłych może być to niemożliwe. Ważne jest jednak, by przez doświadczenie poznać różne formy obozowania. Może to być uczestnictwo w obozie jako opiekun, może to być pomoc w przygotowaniu obozu oraz uczestnictwo w kwaterce, udział w określonej części obozu (np.: pionierka + wędrówka). Służba W wymiarze służby harcerskiej można od starszej wędrowniczki wymagać pracy nad indywidualną jej formą: zakresem, charakterem, intensywnością, ustaleniem priorytetów, dojrzałością do danych działań. Konieczne jest, by starsza wędrowniczka uczyła się systematyczności, szczególnie w dziedzinie podejmowanej służby harcerskiej. Może nią być zaangażowanie w działalność harcerską, jednak w takim przypadku należy pamiętać, by wiązało się to z jasno określonymi obowiązkami i odpowiedzialnością. Jeśli harcerka udziela się społecznie, ma zobowiązania, których podjęła się wcześniej, jak najbardziej mogą one być jej polem służby. Istotne jest, by spełniały wymienione wyżej warunki.
2. Próba szlaku	Dla harcerki zdobywającej stopień starszej wędrowniczki próba szlaku jest równocześnie próbą końcową. Jest to wyzwanie, możliwość odkrywania nowych miejsc i ludzi, poszukiwanie piękna w otoczeniu i w ludziach, a także odkrywanie prawdy o sobie samej. Odbycie próby szlaku może być połączone z realizacją innych zadań.
3. Świadome wykorzystywanie narzędzi metody harcerskiej do samorozwoju	Starsza wędrowniczka dopiero wkracza w harcerski świat, dlatego istotna jest kwestia rozumienia sensu samorozwoju poprzez zdobywanie stopni i sprawności harcerskich. Starsza wędrowniczka uczy się konstruowania próby na stopnie harcerskie, świadomie wykorzystuje w swoim rozwoju osobistym i harcerskim narzędzie, jakim jest zdobywanie sprawności. Wszelkie podejmowane w tym zakresie czynności są dla niej drogą do celu, nie zaś celem samym w sobie. W ramach próby zdobędzie przynajmniej 3 sprawności.

HARCERKA RZECZYPOSPOLITEJ

Założenia	Harcerka Rzeczypospolitej jest świadoma swej roli, którą już podejmuje lub podejmie w przyszłości jako kobieta. Ma wypracowany własny styl i ugruntowane poglądy. Jednocześnie jest osobą otwartą na innych ludzi. Akceptuje i realizuje w życiu ideały harcerskie. Jest odpowiedzialna za siebie i swoich bliskich. Dbą o swój harmonijny rozwój. Nie zaniedbuje zdobytej wcześniej wiedzy i umiejętności, a także wypracowanych pozytywnych cech charakteru. Jest mistrzynią w swojej specjalizacji (harcerskiej, zawodowej), nie zamyka się jednak na nowe doświadczenia, próbuje swoich sił w nowych dziedzinach. Jest samodzielna, sama stawia przed sobą cele i zadania. Wie, że czeka ją jeszcze wiele wyzwań, które postawi przed nią życie. Jest gotowa je podjąć i wykorzystać do swego dalszego rozwoju oraz ubogacania innych. Jest świadoma, że jej próba na stopień kończy się tylko w sensie formalnym, a nie rzeczywistym.
Punkt wyjściowy	Harcerka powyżej 18 lat. Stopień zdobywa harcerka w stopniu wędrowniczki lub wędrowniczki starszej.
Wskazówki	Harcerka zdobywająca stopień Harcerki Rzeczypospolitej to samodzielna osoba, która powinna mieć zasadniczy wpływ na kształt swojej próby. Opiekunka powinna wykazać się dużą mądrością, delikatnością, ale też stanowczością w pewnych sytuacjach. Rolą opiekunki będzie przede wszystkim pokazywanie kierunków, w których warto podążać, podpowiadanie miejsc, osób, lektur, w których można znaleźć odpowiedzi na ważne pytania, a nie podawanie gotowych rozwiązań. Opiekunka powinna być przygotowana, by podejmować w razie potrzeby delikatne, ale ważne kwestie związane z rozwojem duchowym, rozumieniem kobiecości, miłości, małżeństwa i rodziny. Choć może to być trudne, rolą opiekunki jest też ciągłe dbanie o dynamiczną realizację próby, m.in. poprzez regularne kontakty ze zdobywającą stopień harcerką i podsumowywanie kolejnych etapów.

Kierunki rozwoju	Komentarz
I. Rozwój duchowy	
1. Poglębianie swojej świadomości religijnej, osobistego świadectwa wiary i uczestnictwo w życiu Kościoła jako wspólnoty	Harcerka Rzeczypospolitej wypracowuje indywidualne i odpowiednie dla siebie metody pielęgnowania i pogłębiania swojej osobowej relacji z Panem Bogiem. Posiada doświadczenie wiary przeżywanej indywidualnie i wspólnotowo (może to być wspólnota parafialna, duszpasterstwo – np. harcerskie, jeden z ruchów formacyjnych; ważne, by doświadczenie uczestniczenia we wspólnocie wierzących było obecne w życiu Harcerki Rzeczypospolitej). Pogłębia swoją wiedzę religijną. Szuka odpowiedzi na pytania dotyczące wiary i życia religijnego. Stara się dawać swoim życiem świadectwo chrześcijańskiego doskonalenia siebie. Dzieli się z innymi doświadczeniami wiary przeżywanej na co dzień.

2. Rozumienie miłości jako dojrzałej chrześcijańskiej postawy i jej realizacja w codziennym życiu	Harcerka Rzeczypospolitej jest wierna swojemu powołaniu. Potrafi wyznaczać sobie dalekosiężne cele i etapy potrzebne do ich osiągnięcia. Żyje tu i teraz, nie ucieka od rzeczywistości. Jest wytrwała w dążeniu do celu. Jest szczerą w uczuciach, ale potrafi panować nad ich wyrażaniem. Opiera swoje wybory życiowe na trwałych wartościach. Potrafi o nie walczyć, ale kiedy trzeba – rezygnować. Chce pozostać sobą ze swoją indywidualnością i przekonaniami. Potrafi przewycięzać własny egoizm, otwierać się na potrzeby innych, nie tracąc przy tym swojej niezależności. Kiedy trzeba, nie boi się prosić o radę i pomoc. Potrafi mądrze spożytkować swój gniew, przekształcając go w impuls do pozytywnych działań.
3. Poszukiwanie prawdy o świecie, życiu, sobie samej	Harcerka Rzeczypospolitej próbuje podejmować coraz głębszą, pełniejszą refleksję na temat swojego życia. Uczy się wyciągać wnioski z różnych wydarzeń, które ją spotykają.
II. Rozwój społeczny, patriotyczny i obywatelski	
1. Szacunek do otaczającego świata, świadomość aktualnych zagrożeń, podjęcie odpowiedzialności za jego ochronę	Harcerka Rzeczypospolitej ma świadomość problemów związanych z ekologią, zagrożeń świata jako planety. Ma określoną wiedzę w tym zakresie i stosuje ją w praktyce. Podejmuje kroki zmierzające do zmian wokół niej (rodzina, wspólnota harcerska, przyjaciele itp.). Przekazuje swoją wiedzę i dobre nawyki innym.
2. Świadomość aktualnych wyzwań stojących przed Polską na tle sytuacji społeczno-politycznej w Europie i na świecie	Harcerka Rzeczypospolitej orientuje się w sytuacji społeczno-politycznej Polski na tle Europy i świata, wypracowuje swoje poglądy i potrafi je zaprezentować. Ma świadomość współodpowiedzialności za Ojczyznę, podejmuje konkretne działania obywatelskie.
3. Odpowiedzialność za swoje czyny, rzetelność wykonywanej pracy. Praca nad efektywnym wykorzystaniem czasu i umiejętnością koncentracji	Harcerka Rzeczypospolitej podejmuje się zadań odpowiedzialnie, będąc świadomą swoich predyspozycji do danych działań, możliwości czasowych, priorytetów. Podchodzi do tych zadań w sposób rzetelny, punktualny, odpowiedzialny. Stara się być niezawodna. Można na niej polegać. Rozlicza się do końca z podjętych zobowiązań.
III. Odkrywanie swojego powołania	
1. Umiejętność świadomego wyboru drogi życiowej	Harcerka Rzeczypospolitej uczy się dokonywania wyborów życiowych poprzez rozeznanie, poznanie swoich potrzeb, zrozumienie siebie i świata, w którym przyszło jej żyć. Rozeznanie powołania może się dokonać w drodze poszukiwania prawdy o sobie samym w głębi własnego serca.
2. Akceptacja swojej kobiecości we wszystkich wymiarach	Harcerka Rzeczypospolitej zna siebie, swoje ograniczenia, ale przede wszystkim możliwości wynikające z faktu bycia kobietą. Ma świadomość życiowych ról i wyzwań, jakie mogą stać się jej udziałem, dlatego przygotowuje się do nich jak najlepiej. Harmonijnie rozwija się w różnych sferach (fizycznej, psychicznej, umysłowej, duchowej), co umożliwia jej akceptację własnej osoby.

IV. Rozwój intelektualny	
Samodzielność myślenia, przewycięzanie lenistwa myślowego, podnoszenie swoich kwalifikacji	Harcerka Rzeczypospolitej jest osobą świadomą konieczności nieustannej pracy nad sobą, samokształcenia i rozwoju: zdobywa wiedzę, pogłębia ją, ćwiczy umiejętności szerokiego spoglądania na daną dziedzinę, zjawisko, proces. Jest myślowo niezależna, podąża drogą wartości, jaką wskazuje chrześcijaństwo i harcerstwo. Z praktycznego punktu widzenia Harcerka Rzeczypospolitej dąży do samodzielności finansowej – planuje swoją edukację, zdobywa umiejętności, które pozwolą jej na podejmowanie pracy zarobkowej. Podejmuje już pracę lub uczestniczy w stażach czy praktykach, które w przyszłości ułatwią jej start na rynku pracy. Zdobywa konkretne uprawnienia państwowe.
V. Rozwój fizyczny	
Dbłość o zdrowie i sprawność fizyczną	Harcerka Rzeczypospolitej zna i stosuje w praktyce zasady zdrowego odżywiania. Dbą o zdrowie, stosuje zasady profilaktyki prozdrowotnej. Nie zapomina o odpowiedniej długości czasu snu i ma wypracowane najlepsze dla siebie formy odpoczynku. Jest sprawna fizycznie, wypracowała nawyk regularnej aktywności fizycznej.
VI. Wspólnota	
1. Umiejętność pełnienia funkcji w rodzinie i w gronie bliskich jej osób	Harcerka Rzeczypospolitej żyje według ustalonych priorytetów, wśród których rodzina i bliscy zajmują wysoką pozycję. Jest odpowiedzialna za rodzinę, w której żyje (zarówno tę, w której się wychowała, jak i tę, którą być może już sama tworzy). W kontaktach z najbliższymi stosuje zasady dobrego dialogu, rozpoznaje potrzeby innych i stara się wyjść im naprzeciw. Próbuje podejmować również odpowiedzialność finansową za swoją rodzinę.
2. Służba w środowisku harcerskim	Harcerka Rzeczypospolitej jest w harcerstwie w sposób świadomy. Zakres jej harcerskiej działalności jest w harmonijny sposób powiązany z życiem rodzinnym i zawodowym. Bierze odpowiedzialność za wspólnotę harcerską, w której funkcjonuje.
3. Umiejętność wychodzenia z harcerskimi postawami w środowisko pozaharcerskie	Stara się promować harcerską postawę przez przykład własny. Tworzy lub współtworzy wspólnotę poza harcerstwem, wykorzystując nabyte w harcerstwie umiejętności animacji wspólnych poczynań.
VII. Wiedza, umiejętności i doświadczenie harcerskie	
Dojrzałe przeżywanie harcerskiej przygody	Harcerka Rzeczypospolitej to dorosła, świadomie rozwijająca się kobieta-harcerka, która żyje w zgodzie z ideą harcerską. Doskonale dostrzega płaszczyznę, na której jej życie prywatne i harcerska droga pokrywają się i uzupełniają. Świadomie wykorzystuje metodę harcerską i jej narzędzia do rozwoju osobistego, zarówno pracując nad swoim charakterem, jak i zdobywając wiedzę czy nowe umiejętności. W ramach realizacji próby zdobyła przynajmniej jedną nową sprawność. Harcerka Rzeczypospolitej to harcerka, która nie zaniedbuje umiejętności zdobytych i wypracowanych wcześniej – rozwija je i wykorzystuje. W pracy harcerskiej wykorzystuje swój potencjał; zdobytą wiedzę i umiejętnościami dzieli się z innymi. Zostawiła trwałe ślad własnej służby harcerskiej.