

SPRAWNOŚCI
HARCERZY
SUPLEMENT I

czerwiec 2026



DRUHU!

Jeśli tu trafiłeś, to pewnie Twój rękaw już nieźle waży od sprawności. Każda z nich to przecież coś więcej niż tylko krążek – to konkretna umiejętność, przygoda, wyzwanie i historia, którą pamiętasz do dziś. Za każdą z nich należą Ci się ogromne gratulacje.

Przed Tobą kolejny krok. Przygotowaliśmy 11 nowych ścieżek z 3 obszarów – razem aż 40 nowych sprawności, które możesz zdobyć i dołączyć do tych, które jużnosisz na mundurze. Są tu zarówno rzeczy praktyczne, jak i takie, które pozwolą Ci odkryć nowe zainteresowania, sprawdzić się w czymś nieznanym albo po prostu przeżyć kolejną dobrą harcerską przygodę.

Nowe sprawności działają dokładnie na tych samych zasadach, które znasz z podstawowej książeczki i regulaminu sprawności. Jeśli czegoś nie jesteś pewien, zajrzyj do podstawowej książeczki albo po prostu zapytaj swojego drużynowego.

Bardzo się cieszę, że sięgasz po kolejne wyzwania. Chociaż przyznam, że coraz bardziej zastanawiam się, gdzie Ty to wszystko zmieścisz na rękawie...

Powodzenia!

hm. Marcin Mucha
Naczelnik Harcerzy

*– Druhu, druuhuuuuuu! Ja już
umiem wszystko na „Łucznika”!*

– Tak? Udowodnij!

autor nieznany, czerwiec 2026 r.

OBOZOWNICTWO I PRZYRODA

Obozownictwo (Węzły) 8

★ Sobieradek obozowy	★★ Technik Obozowy	★★★ Wyga Obozowy
	★★ Zdobnik	★★★ Mistrz Zdobnictwa
	★★ Powroźnik	★★★ Powroźnik doskonały

SPORT, TURYSTYKA I KRAJOZNAWSTWO

Łucznictwo 14

★ Strzała	★★ Majdan	★★★ Łucznik
-----------	-----------	-------------

Jeździectwo 18

★ Stęp	★★ Kłus	★★★ Galop
--------	---------	-----------

Sztuki i sporty walki 22

★ Pięść	★★ Wojownik	★★★ Wojownik doskonały
---------	-------------	------------------------

Atletyka (alias: Akrobatyka) 26

★ Gibki	★★ Gimnastyk	★★★ Akrobata
	★★ Atleta	★★★ Kalistenik
		★★★ Siłacz

SZTUKA I TECHNIKA

Nitka i materiał 32

★ Igła	★★ Zszyty	★★★ Krawiec
	★★ Nitek	★★★ Projektant mody
	★★ Przędek	★★★ Hafciarz
		★★★ Tkacz

Dziewiarstwo i makrama 38

★ Oczko	★★ Dziewiarz	★★★ Dziewiarz doskonały
	★★ Szydełkarz	★★★ Szydełkarz doskonały
	★★ Makramiarz	★★★ Makramiarz doskonały

Garncarstwo 42

★ Gлина	★★ Ceramik	★★★ Garncarz
---------	------------	--------------

Rzemiosło techniczne 46

★ Majster	★★ Dekorator	★★★ Projektant wnętrz
	★★ Kreślarz	★★★ Architekt
	★★ Technik	★★★ Inżynier
		★★★ Stolarz
		★★★ Mechanik
		★★★ Robotyk

Cyberbezpieczeństwo

50

★ Cyberostrożny ★★ Cyberbezpieczny ★★★ Cyberstrażnik

Biesiadowanie i gotowanie (alias: Gotowanie)

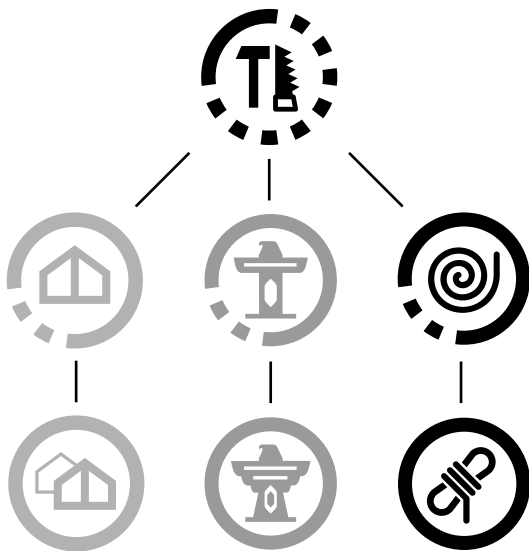
54

★ Kuchcik	★★ Kucharz	★★★ Kuchmistrz
	★★ Cukiernik	★★★ Cukiermistrz
	★★ Wek	★★★ Przetwornik
	★★ Koordynator spotkań	★★★ Organizator przyjęć



OBOZOWNICTWO I PRZYRODA

Obozownictwo (Węzły)



#las #majsterkowanie #twórczość #porządek #współpraca
#survival #plecak #dzikość #harmonia #technika #obrzęd #ogień
#wyobraźnia #technologia #narzędzia #natura #lina #plecenie

Obozowanie jest prostym życiem, ograniczonym do rzeczywistych potrzeb i jest równocześnie najwyższym stopniem przebywania w przyrodzie. Autentyczne obozowanie nie jest dziś bardzo lubiane, dlatego że mężczyźni uważają, że w tym celu potrzebny jest wyjazd gdzieś bardzo daleko do odległych miejsc i za duże pieniądze, a kobiety uznają je za niewygodne, niehigieniczne, a czasami nawet niebezpieczne. Są to błędne wyobrażenia, a powstały dlatego, że ludzie nie pojmują obozowania jako rodzaju sztuki. Rozsądnie przeprowadzone obozowanie powinno wykazać się jako przyjemne odprężenie ciała i ducha ludzi, wyczerpanych pośpiechem i nerwowością życia.

Ernest Thompson Seton *Zwitek kory brzozonej*



★ **Sobieradek Obozowy**

- Potrafi sprawnie posługiwać się narzędziami pionierskimi: młotkiem, toporkiem i piłą. Umie zabezpieczyć je po skończonej pracy.
- Umie zaprojektować i wykonać drobny przedmiot pionierki obozowej (np. drogowskaz, wieszak lub ławkę).
- Potrafi wyregulować odciąg i podwinąć poły w namiocie dziesięcioosobowym.



★★ **Powroźnik**

- Potrafi zastosować wiązania: płaskie, na krzyż oraz chwyt gordingowy z wycofem do zbudowania trwałego elementu pionierki obozowej (np. trójnoga pod miskę, ławki lub półki).
- Umie naciągnąć linkę namiotową lub tropik, stosując węzeł jednostronnie blokujący (np. prusik, łapacz lub węzeł namiotowy).
- Umie zabezpieczyć końce liny przed rozkręceniem oraz potrafi zwinąć linkę do przechowywania.



★★★ Powroźnik doskonały

- Umie wykorzystać w autorskim projekcie konstrukcji pionierskiej kilka różnych wiązań, dbając o stabilność konstrukcji.
- Potrafi przeprowadzić przegląd lin w harcówce (szukanie przetarć, zgrubień) i ocenić, które liny nadają się do bezpiecznej pracy np. na obozie, a które należy wyrzucić.
- Potrafi rozróżnić liny naturalne (np. sizal, konopie) od syntetycznych.
- Potrafi ocenić rozciągliwość liny i umie dobrać odpowiedni rodzaj liny do zadania (np. do zbudowania pionierki, do powieszenia hamaka).
- Potrafi wpleść własną linę o długości min. 1,5 m.



**SPORT,
TURYSTYKA
I KRAJOZNAWSTWO**

Łucznicтво



#łuk #celność #skupienie #rytm #oddech #cel

Determinacja przekładała się jednak na zbyt silne napięcie ramienia. W rezultacie podczas strzału następowało szarpnięcie drzewcem w lewo, przez co wypuszczane pociski często przelatywały z dala od celu. Także ten błąd Will dostrzegł i skorygował go, zachęcając młodego łuczника, by podczas kolejnych ćwiczeń pamiętał o konieczności rozluźniania mięśni. Technika strzelecka Stuarta nie budziła zastrzeżeń. Jak na ten poziom, była właściwie bezbłędna. Tyle że, podobnie jak pozostali, młodzieniec potrzebował jeszcze setek, tysięcy godzin praktyki, by jak przystało na zwiadowcę, stać się wyborowym łucznikiem.

– Ćwiczyć, ćwiczyć, ćwiczyć, jeszcze raz ćwiczyć – instruował Will.

– Nie zapominajcie o starym powiedzonku: Zwykły łucznik doskonalili się tak długo, aż zaczną trafiać. Lecz zwiadowca...? – zawiesił głos, czekając, aż dokończą za niego: – ...zwiadowca ćwiczy, dopóki nie przestanie chybiać! – odezwali się chórem.

Uśmiechnął się z aprobatą.

– No, właśnie. Miejcie to na uwadze – rzucił.

John Flanagan *Zwiadowcy. Królowie Clonmelu*



★ Strzała

- Zna i stosuje zasady bezpieczeństwa na torze łuczniczym m.in. umiejętnie wyciąga strzałę z tarczy, tak by ich nie wygiąć oraz nie zranić osób stojących obok.
- Umie przeprowadzić prawidłową rozgrzewkę, ze szczególnym uwzględnieniem partii mięśniowych pracujących przy strzelaniu (plecy, barki, ramiona).
- Potrafi oddać pełną serię strzałów do tarczy z odległości min. 5 m, korzystając z łuku dopasowanego do swoich możliwości.



★★ Majdan

- Umie zachować prawidłową pozycję ciała i punkt kotwiczenia.
- Potrafi założyć cięciwę na łuk, tak żeby go nie uszkodzić.
- Umie strzelić 10 serii po 3 strzały, uzyskując co najmniej 230 punktów z odległości 15 m (tarcza o średnicy 122 cm).
- Umie samodzielnie prowadzić kartę wyników i podliczać punkty zgodnie z zasadami zawodów łuczniczych.



★★★ Łucznik

- Umie samodzielnie złożyć, rozłożyć i wyregulować łuk, z którego korzysta oraz dobrać odpowiednie do niego strzały.
- Potrafi nazwać części łuku i strzały.
- Umie strzelić 10 serii po 3 strzały, uzyskując co najmniej 250 punktów z odległości 20 m (tarcza o średnicy 122 cm).
- Umie przeprowadzić drobne prace przy łuku, np. nawoskowanie cięciwy, przyklejenie lotek do strzał.

Jeździectwo



#pęd #koń #galop #stajnia #siodło

Lipkowie, mając konie lepsze, i tak zbliżali się do nich coraz więcej. Basia zaś siedziała na dzianecie nieporównanie ściglejszym od zwykłych, kudłatych bachmacików ordyńskich, bardzo wytrzymałych w biegu, ale nie tak rączych jak konie wysokiej krwi. Na koniec, nie tylko nie straciła przytomności, ale zuchowata natura ozwała się w niej z całą siłą i krew rycerska zagrała na nowo w jej żyłach.

Dzianet jej wyciągnął się jak sarna, wiatr świszczął jej w uszach i zamiast strachu ogarnęło ją pewne uczucie upojenia.

„Rok cały mogą mnie gonić i nie zgonią” – pomyślała sobie. – „Popędzę jeszcze, a potem zawrócę i albo ich puszczę przed siebie, albo – gdyby mnie ścigać nie przestali – pod szablę ich podprowadzę”.

Henryk Sienkiewicz *Pan Wołodyjowski*



★ Stęp

- Potrafi bezpiecznie podejść do konia, nawiązać z nim kontakt, założyć mu kantar i poprowadzić go na uwiązanie.
- Umie utrzymać prawidłową postawę w siodle podczas stępu; potrafi ruszyć i zatrzymać konia.
- Umie zawiązać bezpieczny węzeł stajenny.



★★ Kłus

- Umie samodzielnie wyczyścić konia (w tym jego kopyta) oraz przygotować go do jazdy poprzez poprawne osiodłanie i założenie ogłowia.
- Potrafi swobodnie poruszać się kłusem, utrzymując równowagę, kontrolując kierunek jazdy i wykonując podstawowe figury na ujeżdżalni.
- Umie odczytać mowę ciała konia (ułożenie uszu, ogona) i potrafi go bezpiecznie nakarmić, rozróżniając podstawowe rodzaje pasz.



★★★ Galop

- Potrafi galopować, zachowując bezpieczny i stabilny dosiad.
- Podczas jazdy potrafi kontrolować tempo konia i wykonywać precyzyjne figury na ujeżdżalni.
- Potrafi bezpiecznie prowadzić konia w trudnym terenie, pokonując naturalne przeszkody.
- Umie ocenić stan zdrowia konia (rozpoznać kulawiznę lub objawy złego samopoczucia) oraz wie, jak przygotować zwierzę do transportu (np. jak założyć ochraniacze).
- Samodzielnie dba o sprzęt jeździecki, potrafi go wyczyścić, zakonserwować oraz sprawdzić jego stan pod kątem bezpieczeństwa.

Sztuki i sporty walki



#zapasy #współzawodnictwo #aikido #jiu-jitsu #boks #karate
#taekwondo #judo #sumo #uczciwość #sparring #atak #obrona
#kontra

„Nie boję się człowieka, który trenował 10 000 kopnięć raz. Boję się człowieka, który jedno kopnięcie trenował 10 000 razy”.

Bruce Lee



★ Pięć

- Zna i stosuje podstawowe zasady bezpieczeństwa w sportach i sztukach walki.
- Umie przyjąć prawidłową pozycję walki i poruszać się w niej.
- Potrafi wykonać wybraną technikę walki zgodnie ze standardami obowiązującymi w wybranej dyscyplinie (np. wyprowadzić prosty cios ręką).



★★ Wojownik

- Potrafi samodzielnie wykonać ćwiczenia na rozgrzewkę przed treningiem.
- Potrafi wykorzystać różne techniki walki w swojej dyscyplinie (np. pozycje w karate, ciosy, bloki oraz trzymanie gardy w boksie, chwytty i obalenia w judo i zapasach).
- Umie kontrolować dystans i siłę w ćwiczeniach.

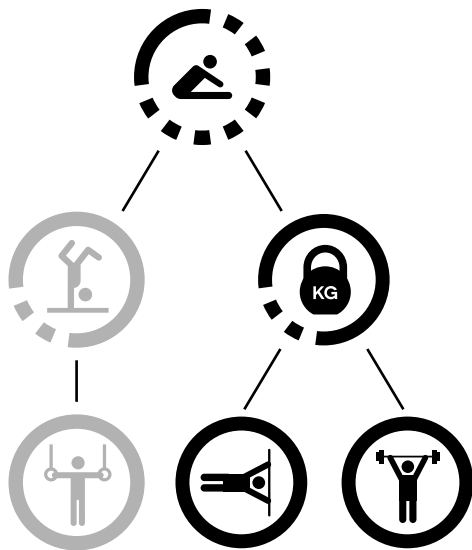


★★ Wojownik doskonały

- Zna i stosuje reguły i zwyczaje wybranego sportu walki.
- Potrafi wykonać kombinacje technik charakterystycznych dla swojej dyscypliny (np. atak-obrona-kontra).
- Potrafi dostosować taktykę do przeciwnika o innym wzroście lub zasięgu.
- Potrafi się przygotować do zawodów sportowych, sparingu lub pokazu sportowego w ramach wybranej sztuki lub sportu walki.
- Posiada sprawność ****Sanitariusza** ze ścieżki „Samarytanka”.



Atletyka (alias: Akrobatyka)



#ruch #zwinność #technika #wytrzymałość #harmonia #siła
#trening #siłownia #pilates #kalistenika

Orzeł Śnieżnych Wierchów był olbrzymem o nadludzkiej sile. Tylko tacy przecież mogli być dobrymi marynarzami. Tenanga zaczął więc ćwiczyć. Dzień w dzień przez lata całe uporczywie ćwiczył mięśnie. Podnosił ciężary, uprawiał wszystkie dostępne systemy gimnastyki: Müllera, Proszka, Sandowa, Harvink Hanhocka, gimnastykę szwedzką, dżiu-dżitsu, lekkoatletykę, gimnastykę na przyrządach, ba – nawet gimnastykę cyrkową i akrobatykę.

W domu, na korytarzu, miał Tenanga wmurowane dwa drążki, na których ćwiczył jak w cyrku. Chodził na rękach tak jak na nogach. Co dzień latem i zimą biegał do rzeki kąpać się. Nie uznawał – nawet w zimie – ani czapki, ani palta. Podnosił coraz większe ciężary. Wreszcie wystąpił w cyrku jako... zapaśnik-amator.

Karol Olgierd Borchardt *Znaczy Kapitan*



★ **Gibki**

- Umie sprawnie wykonać poprawny przewrót w przód i w tył oraz 15 pompek (np. na kolanach), 25 przysiadów i 20 brzuszków.
- Potrafi zawisnąć na drążku przez 20 sek. na rękach oraz 10 sek., trzymając się wyłącznie nogami.



★★ **Atleta**

- Potrafi wykonać kilka ćwiczeń na jedną, wybraną partię mięśniową (plecy, brzuch, nogi, ręce).
- Umie bezpiecznie podnieść i odłożyć cięższy przedmiot z zachowaniem prawidłowej postawy ciała (np. prostych pleców).
- Umie zastosować zasady prawidłowego oddychania podczas wysiłku.
- Potrafi przygotować domowy sprzęt treningowy z dostępnych materiałów. Dobierze ciężar do swoich możliwości i partii ciała.



★★★ Kalistenik

- Potrafi zaplanować i wykonać cykl min. 4 treningów w tygodniu wykorzystując do ćwiczeń masę swojego ciała. Bierze pod uwagę swoje możliwości i ustala realny cel. Planując treningi, potrafi uwzględnić przerwy na odpoczynek.
- Potrafi podciągnąć się na drążku.
- Potrafi wykonać kilka ćwiczeń na główne partie mięśniowe (plecy, brzuch, nogi, ręce).
- Dobrze zna podstawowe ćwiczenia wzmacniające i umie udzielić wskazówek osobom rozpoczynającym treningi.



★★★ Siłacz

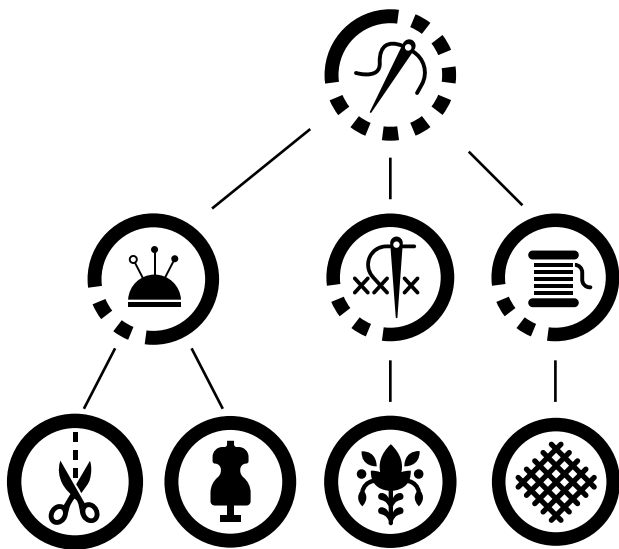
- Potrafi zaplanować i wykonać cykl min. 4 treningów w tygodniu z użyciem obciążeń. Bierze pod uwagę swoje możliwości i ustala realny cel. Planując treningi, potrafi uwzględnić przerwy na odpoczynek.
- Umie zastosować zasady asekuracji przy ćwiczeniach z obciążeniem w parze.
- Potrafi wykonać kilka złożonych ćwiczeń np. wykrok z obciążeniem, martwy ciąg.
- Potrafi określić, które mięśnie pracują podczas danego ćwiczenia.

Ti

—

**SZTUKA
I TECHNIKA**

Nitka i materiał



#rękodzieło #szycie #tkanie #haftowanie #krawiectwo

Pierwsza Armia Konna zaszarżowała o świcie, trzeciego dnia bitwy o Meekhan, ruszając na przeciwnika, który spodziewał się wielu rzeczy, ale na pewno nie czterdziestu tysięcy konnych atakujących z gardzieli Doliny Saweradzkiej.

A gdy pułki konne zaczynały się rozpędzać do szarży, na Łabędzim Wzgórzu załopotąła Wielka Chorągiew, dająca znać piechocie, że ta ma się usunąć im z drogi. Zszyto ją pospiesznie z wielu materiałów. Dolną, krwawoczerwoną połowę stanowiły płaszcze gwardzistów, górną, granatową wycięto ze ścian cesarskiego namiotu, żółte obrusy kryjące stoły w tym namiocie utworzyły zarys złotej korony, a peleryny gońców naszyto na środku w kształcie płatków pierwiosnka.

I nikt się nie śmiał ani nie kpił, bo podobno sam cesarz trzymał w ręku igłę i zszywał do kupy te różne rzeczy, byleby tylko o świcie jego ludzie dostali właściwy sygnał.

I dostali taki, jak trzeba.

Robert M. Wegner *Jeszcze może załopotać*
(Opowieści z meekhańskiego pogranicza)



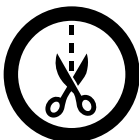
★ Igła

- Umie wykonać drobne prace krawieckie, np.: przyszyć guziki czy wciągnąć gumę.
- Potrafi naprawić drobne uszkodzenia: zszyć, zacerować i naszyć łatę.



★★ Zszyty

- Potrafi rozróżnić kilka rodzajów tkanin i dzianin oraz umie dobrać do nich nici.
- Umie wszyć suwak oraz estetycznie obrobić dziurki.
- Potrafi zaprojektować i uszyć mały element (np. piórnik, kosmetyczkę).



★★★ Krawiec

- Umie zaprojektować i wykonać element garderoby. Potrafi przy tym skorzystać z wykrojników i odpowiednio dobrać technikę łączenia.
- Potrafi sprawnie posłużyć się igłą i nicią.
- Umie obsługiwać maszynę do szycia (np. wykonać szwy różnymi ściegami).
- Potrafi skorzystać z umiejętności krawieckich w warunkach polowych (np. naprawić plecak, wszyć troczki w namiot albo zszyć żagiel).
- Potrafi przy wykorzystaniu umiejętności krawieckich samodzielnie wykonać użytkowy element aranżacji wnętrza (np. zasłonę lub poduszkę).



★★★ Projektant mody

- Potrafi naszkicować różne rodzaje sylwetek (dziecięca, kobieca, męska).
- Potrafi zaprojektować proste ubranie.
- Potrafi stworzyć własny wykrój ubrania.
- Umie dobrać odpowiednie materiały do projektu.
- Wie, jak dobrać ubranie do sylwetki oraz jego kolory do typu skóry (analiza kolorystyczna).



★★ Nitek

- Potrafi wykonać 3 ściegi (np. za igłą, okrętkowy, krzyżykowy, łańcuszkowy, dziergany).
- Umie ozdobić haftem 3 różne przedmioty, dobierze odpowiedni materiał, nici i barwy.



★★★ Hafciarz

- Potrafi zastosować haft półpełny, pełny i richelieu.
- Potrafi samodzielnie wykonać projekt haftu.
- Umie ozdobić eleganckim haftem przedmiot dekoracyjny lub odzież (np. komplet serwetek, bluzkę).



★★ Prządek

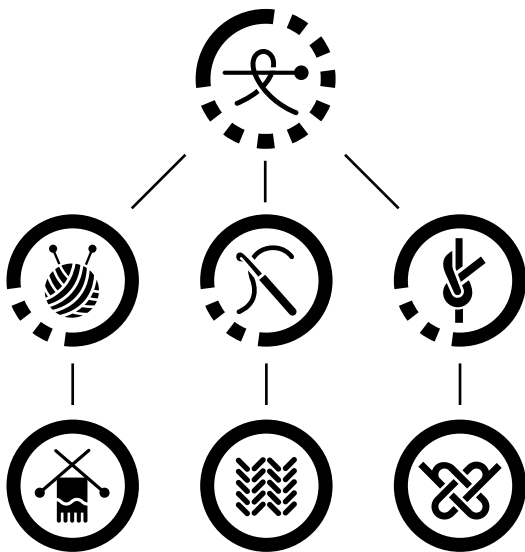
- Potrafi odróżnić 3 rodzaje włókien i podać ich zastosowanie (np. wełna, len, bawełna).
- Umie uprząść kawałek nici za pomocą prostej techniki przędzenia (np. na palcach, na wrzecionku).



★★★ Tkacz

- Potrafi samodzielnie zaprojektować i wykonać tkaninę lub wyrób tkany (np. pasek, makatkę, podkładkę czy opaskę).
- Potrafi odróżnić materiał naturalny od sztucznego.
- Potrafi naprawić drobne błędy w tkaninie (np. poprawić przerwany nić).

Dziewiarstwo i makrama



#sznurek #makrama #ściegi #szydełko #druty #manualne
#rękodzieło

– To ma być pismo? – zdziwiła się, gdy ujrzała po raz pierwszy fotografię tajemniczego kipu. – Przecież toto zupełnie przypomina robótkę na drutach albo na szydełku. Niedawno widziałam na wystawie nowoczesnego gobelinu w Sopocie kropka w kropkę podobną makatkę.

– Eee – skrzywił się z niedowierzaniem Dzika Mrówka. – Kropka w kropkę?

– No, może nie kropka w kropkę, ale węzełek w węzełek – roześmiała się Mama-Micia – bo makatka właśnie była taka sznurkowo-węzełkowa. Zresztą idźcie sami zobaczyć. Zawsze mówiłam, że za mało interesujecie się sztukami pięknymi. (...)

– A co, mamo, to moja wina, że ciągle coś innego mnie interesuje? A teraz tylko czekam, co Chłopak z Elbląga odcyfruje. (...)

– Żeby tylko odcyfrował, bo mnie się wydaje to zupełnie niemożliwe. Takie supetki... – Mama z wyraźnym powątpiewaniem pokiwała głową.

– Kiedy Chłopak z Elbląga jest bardzo zdolny i nie takie rzeczy potrafi – zaperzył się Marek. – A Mama niech lepiej nie zapesza.

– Może on i jest bardzo zdolny – zgodziła się Mama – ale takie węzełki-supetki...

Prawdę mówiąc, Dzika Mrówka wcale nie był jednak tak bardzo pewny, czy Chłopak z Elbląga poradzi sobie z pismem, którego przecież nie mogli odczytać nie byle jacy uczeni.

Andrzej Perepeczko *Dzika Mrówka i Jezioro Złotego Lodu*



★ **Oczko**

- Potrafi za pomocą rąk wpleść podstawowe słupek (technika wyplatania rękami).
- Umie wykonać prosty element dowolną techniką dziewiarską (np. koc, szalik).



★★ **Dziewiarz**

- Potrafi wykonać na drutach podstawowe ściegi, w tym dżersej i ściągacz.
- Umie zrobić na drutach prosty element ubrania (np. szalik, getry lub chustkę).



★★★ **Dziewiarz doskonały**

- Umie dobrać druty do włóczki i do wykonywanej robótki.
- Potrafi wykonać na drutach dużą, podstawową część ubrania (np. sweter lub sukienkę) z wielobarwnym wzorem oraz z łączeniem różnych elementów.
- Potrafi zrobić element garderoby za pomocą specjalistycznych drutów (np. pończochy z wykorzystaniem drutów pończoszniczych).



★★ **Szydełkarz**

- Potrafi wykonać podstawowe ściegi szydełkowe: łańcuszek, półsłupek i słupek.
- Umie zrobić na szydełku prosty element (np. serwetkę, szalik).



★★★ **Szydełkarz doskonały**

- Umie dobrać różne rodzaje szydełka w zależności od grubości włóczki.
- Umie wykonać duży przedmiot (np. element garderoby, zabawkę lub plecak) wymagający łączenia kilku części na szydełku.
- Umie wykonać łatkę lub aplikację do naszycia na ubranie.



★★ **Makramiarz**

- Potrafi wykonać podstawowe sploty w makramie, m.in. mocujący, płaski i żebrowy.
- Umie wykonać przedmiot ze sznurka (np. bransoletka, koraliki czy piórko).



★★★ **Makramiarz doskonały**

- Potrafi wykonać element wystroju pomieszczenia, wykorzystując sztukę wiązania.
- Umie wykonać makramę (np. makatka, torba).
- Umie wykonać praktyczną rzecz (np. hamak, kosz do koszykówki).

Garncarstwo



#glina #ceramika #rękodzieło #rzemiosło

Prometeusz, potomek rodu tytanów, ulepił z gliny i wody postać człowieka. Za wzór posłużyły mu kształty bogów, z niebios też wziął trochę ognia, aby nim ożywić martwą postać.

Nie podobało się jednak Zeusowi, że powstało nowe plemię tak podobne do bogów, i wypatrywał sposobności, aby zaszkodzić ludziom. Pewnego razu bogowie zeszli się, aby omówić z Prometeuszem, jako rzecznikiem i zastępcą nowego plemienia, jakie części zwierząt ofiarnych mają im się dostawać w udziale. Wtedy Prometeusz zabił wołu, pokrajał go i podzielił na dwie części; w jednym miejscu położył mięso i okrył je skórą, w drugim – kości obleczone tłuszczem. Zeus, który w imieniu bogów miał wybierać, wybrał część pokrytą tłuszczem; poznawszy zaś, że to były kości, postanowił ukarać samolubnych ludzi. Natychmiast też wykonał ten zamiar, zabierając im ogień.

Bez ognia o postępie, o szczęściu i wygodzie ludzi nawet myśleć nie było można. Dlatego też Prometeusz zakradł się powtórnie do nieba i przyniósł na ziemię płomień z wozu słonecznego, ukryty we wnętrzu trzciny. Wkrótce też Zeus ujrzął wszędzie na ziemi płonące jak dawniej ogniska. Prometeusz zaś, dbał o dobro ludzi, uczył ich teraz rozlicznych kunsztów, a bardzo mu w tym dopomagała siła dobroczynna ognia. [...]

Albert Zipper *Opowiadania z mitologii Greków i Rzymian („Mit o Prometeuszu”)*



★ Glina

- Potrafi ulepić z gliny samoutwardzalnej przedmiot dekoracyjny (np. figurkę, świecznik, broszkę).
- Umie wykorzystać narzędzia rzeźbiarskie oraz przedmioty z otoczenia (np. liście, koronki, kamienie, sznurki) do nadania glinie ciekawych tekstur i wzorów.



★★ Ceramik

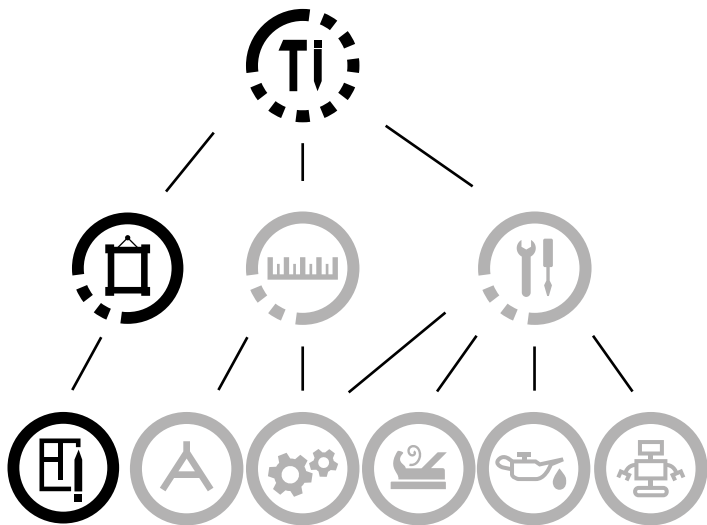
- Potrafi wykonać metodą ręczną (np. z wałeczków lub płatów) trwały przedmiot użytkowy: kubek, miskę lub doniczkę.
- Umie przygotować pracę do wypału na biskwit (potrafi ją wysuszyć i oszlifować, dbając o brak pęcherzyków powietrza). Potrafi także poszklawić przedmiot, dbając o czysty spód pracy, by nie przywarła do półki w piecu.
- Potrafi samodzielnie wykończyć swoje prace po wyschnięciu, malując je i lakierując tak, aby były trwałe.



★★★ **Garncarz**

- Potrafi utoczyć na kole garncarskim prosty kształt (np. czarkę lub miseczkę) i umie podtoczyć spód pracy po jej przeschnięciu.
- Potrafi zaprojektować i wykonać spójny komplet ceramiczny (np. zestaw naczyń dla zastępu lub ozdoby do harcówki), dbając o jednolity styl i kolorystykę.
- Umie zastosować 3 różne techniki zdobienia (np. malowanie angobami, użycie kredek podszkliwnych, sgraffito, granuląt szklany, barwienie gliny w masie).
- Potrafi wyjaśnić różnicę między wypałem na biskwit a wypałem na ostro oraz wie, jak bezpiecznie transportować kruchą ceramikę przed wypaleniem.

Rzemiosło techniczne



#majsterkowanie #narzędzia #umysł #technologia #technika #fach
#twórczość #ciekawość #wyobraźnia

Drugiego dnia rano zebrałem się do fabrykowania oleju. Na gładkim kamieniu tłukłem naprzód ziarna kokosowe na miazgę, ogrzewałem potem w rynce przy ogniu, mieszając, aby się nie przypaliły. Nareszcie, umieściwszy w woreczku od zboża i zawiązawszy go sznurkiem, wygniałem pomiędzy dwoma kamieniami. Tym sposobem otrzymałem przeszło pół kwarty tłuszczu. (...) Tak znowu mogłem przez cztery dni cieszyć się światłem mojej lampy.

Z tym wszystkim siedzenie na ziemi było mi nieznośne, brak stołu i krzesła wciąż odczuć się dawał, a nie wiedziałem, jak mu zaradzić. O nogi mniejsza, te można było zrobić z gałęzi, ale skąd wziąć deski, wszakże jej nożem nie wystrugam.

A gdybyś upłócił sobie płyty na stół i krzesło z prętów, koszykarską robotą? (...) Natychmiast naciąłem gałązek z drzewa nieco do wierzby podobnego, zaczęłem pleść, a po kilku próbach udało się sklecić upragnioną płytę. (...) Teraz należało zrobić stółek przenośny. Namęczyłem się nad nim krwawo, nie umiając sobie poradzić. Nareszcie wybrawszy cztery równe paliki, powiązałem je poprzeczkami u góry i dołu. Tak powstało rusztowanie, na którym położyłem płytę.

Mając stół i krzesło, mogłem zasiąść sobie po europejsku przy lampie do wieczery i w istocie niepodobna wypowiedzieć, z jakim ukontentowaniem to robiłem. Ręczę, że Aleksander Wielki nie z większą uciechą siadał na Dariuszowym tronie.

Daniel Defoe *Przypadki Robinsona Crusoe*



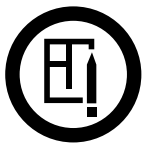
★ **Majsterkowicz**

- Potrafi wykonać element wyposażenia pokoju, mieszkania lub namiotu (np. świecznik, przybornik, pudełko).
- Umie zorganizować miejsce wygodne do majsterkowania, dbając o porządek i bezpieczeństwo.



★★ **Dekorator**

- Potrafi zaplanować aranżację swojego pokoju, uwzględniając funkcje poszczególnych stref (sen, nauka, odpoczynek) oraz zaplanować ustawienie mebli w sposób wygodny i bezpieczny, z uwzględnieniem naturalnych i sztucznych źródeł światła.
- Potrafi przearanżować pomieszczenie zgodnie ze swoim planem.



★★★ Projektant wnętrz

- Potrafi zaplanować aranżację przestrzeni wspólnej, która pełni jednocześnie kilka funkcji (np. harcówka, w której jest też magazyn, salon z aneksem kuchennym). Potrafi uwzględnić funkcje, które dane pomieszczenie lub kompleks pomieszczeń ma pełnić oraz rozplanować ustawienie mebli w sposób wygodny i bezpieczny, z uwzględnieniem naturalnych i sztucznych źródeł światła.
- Potrafi dobrać dodatki do danego pomieszczenia, aby nadać mu określony charakter.
- Zna podstawowe style aranżacji wnętrz i potrafi rozpoznać ich cechy charakterystyczne (np. styl skandynawski, industrialny, klasyczny, boho). Umie dobrać elementy wyposażenia i dekoracje zgodnie z wybranym stylem.
- Zna przykłady współczesnych realizacji projektowania wnętrz oraz potrafi o nich opowiedzieć, wskazując zastosowane rozwiązania funkcjonalne, dobór kolorów, materiałów i oświetlenia.

Cyberbezpieczeństwo



#bezpieczeństwo #odpowiedzialność #cyberbezpieczeństwo
#internet

Net otworzył swój plecak i wyciągnął czarny minikomputer wielkości średniej książki, stary telefon komórkowy i kilka kabli.

– Często sprawdzam maila, prognozę pogody i takie tam.

– Nie boisz się, że ci ukradną? – zapytał Felix.

– To stary grat. Niezintegrowany system. Noszę go właśnie dlatego, żeby nie było szkoda, jak zginie. Wszystko zahastowane, ulega autodestrukcji w przypadku nieautoryzowanego...

Felix uniósł dłonie w obronnym geście i powiedział:

– Wytłumaczysz mi kiedy indziej. Gdzie jest nasza sala? Na liście nie ma numeru.

– Rzeczywiście – przyznał Net. – Nauczycielki po przemówieniu dyra zebrały uczniów i zaprowadziły do sal. Szedłem na końcu, próbując złapać pole... Masz rację, potem ci wytłumaczę. No i, jak uniosłem wzrok znad ekranu, stałem sam na pustym korytarzu.

Rafał Kosik *Felix, Net i Nika* oraz *Gang Niewidzialnych Ludzi*



★ Cyberostrożny

- Potrafi stworzyć i bezpiecznie przechować unikalne i silne hasło, które nie zawiera oczywistych skojarzeń (np. imię, nazwa organizacji) i stosuje zasadę „1 hasło = 1 usługa”.
- Umie rozpoznać podejrzaną wiadomość, link lub załącznik, wskazać zagrożenie oraz zgłosić je osobie pełnoletniej (np. rodzicowi).
- Potrafi zabezpieczyć plik hasłem (zaszyfrować go) i przesłać do innej osoby, w taki sposób aby mogła go bezpiecznie odszyfrować.



★★ Cyberbezpieczny

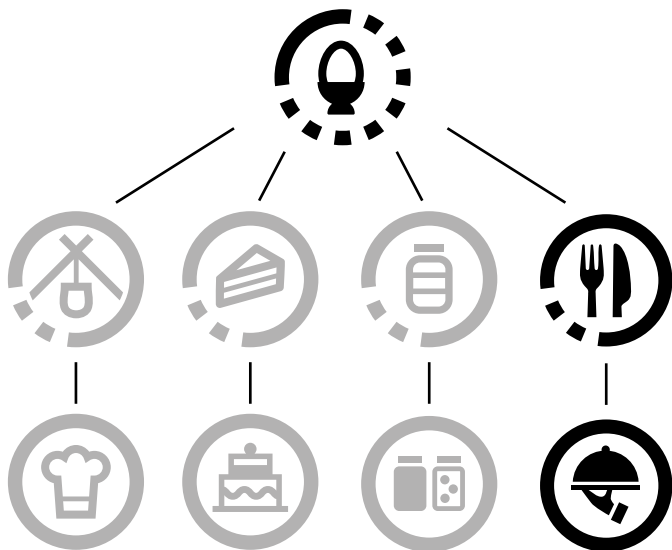
- Potrafi zastosować dodatkowe zabezpieczenie konta, włączając np. powiadomienia o logowaniu lub uwierzytelnianie dwuskładnikowe (2FA).
- Potrafi odnaleźć opcję i poprawnie zgłosić nadużycie lub hejt w serwisie społecznościowym lub grze oraz poinformować o tym swoich opiekunów.
- Potrafi określić, jakich danych i treści nie należy publikować w sieci oraz wie, jakie informacje można bezpiecznie udostępniać w sieci.
- Potrafi skonfigurować menedżera haseł oraz zewnętrznych aplikacji uwierzytelniających i sprawnie z nich korzystać.



★★★ Cyberstrażnik

- Potrafi rozpoznać zaawansowane próby phishingu i umie wytłumaczyć innym, jak działają te mechanizmy.
- Umie przeprowadzić analizę potencjalnego incydentu bezpieczeństwa i podjąć kroki naprawcze (np. weryfikacja ostatnich logowań, zarządzanie zaufanymi urządzeniami czy sprawdzenie wycieków danych w przeznaczonych do tego serwisach).
- Potrafi przygotować kopie zapasowe najważniejszych plików na zewnętrznym nośniku danych, który przechowa w innym miejscu niż dane pierwotne.
- Potrafi szyfrować nośniki danych oraz korzystać z kluczy odzyskiwania danych.
- Posiada sprawność ****Czarna Pantera** ze ścieżki „Rozwaga”.

Biesiadowanie i gotowanie (alias: Gotowanie)



#przepis #fach #technika #ludzie #twórczość #woda #ogień #szlak
#harmonia #wyobrażenia #narzędzia #dom #przyjęcie #goście
#sprzątanie

Sam jednak wcale nie uważał, że już za późno na śniadanie, i jasno to Gollumowi oznajmił. Zwłaszcza jeśli są widoki na potrawkę z królika! Wszyscy hobbiti umieją oczywiście gotować, bo tę sztukę wpajają im rodzice jeszcze przed abecadłem – do abecadła zresztą nie każdy dochodzi – Sam wszakże był wyjątkowo dobrym kucharzem nawet wśród hobbitów i nabył dodatkowej wprawy przyrządzając połowym sposobem posiłki w czasie tej wędrówki, ilekroć miał co do garnka włożyć. Nie tracąc nadziei wciąż nosił w swoim worku sprzęt kuchenny: hubkę, dwa małe płytkie rondelki tak dobrane, że jeden mieścił się w drugim, a prócz tego drewnianą łyżkę, krótki dwuzębny widelec i parę szpikulców; na dnie tobołka w płaskim drewnianym pudełeczku miał schowany skarb, cenny i już mocno nadszarpnięty: szczyptę soli. Potrzebował jeszcze ognia i pewnych dodatków. Wyciągnął nóż, otarł go do czysta, naostrzył na kamieniu i zaczął opawiać króliki, zastanawiając się, co dalej zrobić.

John R.R. Tolkien *Władca Pierścieni: Dwie wieże*



★ **Kuchcik**

- Umie przygotować potrawę na ciepło, taką jak jajecznica na boczku, naleśniki lub jajko sadzone z ziemniakami.
- Potrafi nakryć do stołu i podać potrawę w estetycznej formie (w warunkach domowych lub polowych).



★★ **Koordynator spotkań**

- Potrafi zaprojektować i dostarczyć zaproszenia (papierowe lub cyfrowe), dbając o kompletność informacji.
- Umie ułożyć prosty scenariusz spotkania (np. urodziny zastępu, imieniny kogoś z rodziny), planując czas na jedzenie i czas na zabawę.
- Umie samodzielnie przygotować listę zakupów i oszacować ich koszt, aby zmieścić się w ustalonym z rodzicami lub drużynową budżecie.
- Potrafi przygotować i przeprowadzić jedną atrakcję dostosowaną do okazji (np. tematyczny quiz, pokaz zdjęć, koncert).



★★★ Organizator przyjęć

- Potrafi w pełni zaplanować i zorganizować przyjęcie okolicznościowe (np. wigilię drużyny, jubileusz w rodzinie), tworząc harmonogram prac „krok po kroku”.
- Umie ułożyć menu uwzględniające preferencje lub ograniczenia dietetyczne gości (np. wegetarianizm, alergie) i pokierować zespołem pomocników przy wydawaniu dań.
- Potrafi technicznie zarządzać przebiegiem wydarzenia (od powitania, przez płynne serwowanie, po pożegnanie), dbając o to, by żaden gość nie czuł się pominięty.
- Umie zastosować zasady savoir-vivre w nieprzewidzianych sytuacjach (np. spóźnienie gościa, stłuczenie naczynia, pomyłka w menu) i potrafi dyskretnie rozwiązać problem.
- Posiada sprawność ****Kucharz** lub ****Cukiernik** ze ścieżki „Biesiadowanie i Gotowanie”.

AUTORZY I PODZIĘKOWANIA

„Sprawności harcerzy – Suplement I, czerwiec 2026” powstał w oparciu o założenia metodyczne i na wzór „Sprawności Harcerek” oraz „Sprawności Harcerzy”.

ZESPÓŁ DS. EWALUACJI SPRAWNOŚCI OHek:

hm. Anna Kaleta

hm. Monika Błyszcz

phm. Marta Grabowska

phm. Hanna Kasprzak

pwd. Wiktoria Brończak

ZESPÓŁ DS. EWALUACJI SPRAWNOŚCI OHy:

hm. Maciej Ołdakowski

phm. Mateusz Józwik

KOREKTA REDAKCYJNA:

hm. Aleksandra Sokół

PROJEKTY GRAFICZNE I SKŁAD:

phm. Małgorzata Chustecka

PODZIĘKOWANIA:

hm. Paulina Bartniczak, hm. Katarzyna Bieroń, hm. Agnieszka Dążek, hm. Karolina Frankowska, hm. Aneta Hoffmann, hm. Olga Jerzełkowska, hm. Katarzyna Kańczugowska, hm. Dorota Kapuścińska, hm. Marcelina Koprowska, hm. Ewa Kroczeł, hm. Paulina Krzyżak, hm. Ewa Praczyk, hm. Bogusława Rakusa Suszczewska, hm. Aleksandra Sokół, hm. Bartłomiej Bajda, hm. Adrian Baranski, hm. Kajetan Kapuściński, hm. Jan Kamiński, hm. Andrzej Jaworski, hm. Marcin Mucha, hm. Michał Topolski, phm. Alicja Massé, phm. Jadwiga Minksztył, phm. Urszula Rozbiewska, pwd. Maria Majka, pwd. Katarzyna Pazera, pwd. Bartosz Błyszcz, pwd. Maciej Matusiak, instruktorki z Wydziału ds. Stopnia Harcerki Rzeczypospolitej.