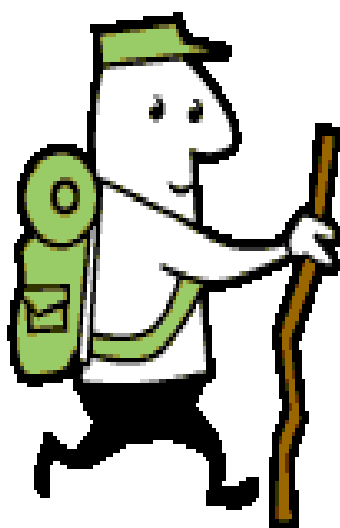


NIEOBOZOWA AKCJA LETNIA

„Harcerskie Wędrowanie”



Zespół Programowy
Hufca Ziemi Cieszyńskiej
Czerwiec 2006



Zbliżają się wakacje, a raczej są już za rogiem i już każdy snuje jakieś plany na ten letni wypoczynek. Ktoś jedzie na wczasy z rodzicami, drużyna przygotowuje się do wyjazdu na obóz, inna jednostka ma zaplanowany biwak. A co Ty druho drużynowy, družno drużynowa organizujesz dla swojej drużyny? Może akurat tak się składa, że część Twojej drużyny przez większość wakacji pozostaje w domu? Może warto wtedy pomyśleć o NAL -u, który stał się trochę zapomniany w naszym hufcu.

NAL to nic innego jak Nieobozowa Akcja Letnia, czyli zorganizowana działalność dzieci i młodzieży pozostających w okresie wakacji w miejscu swego zamieszkania. I mimo tego, że harcerze nigdzie nie wyjeżdżają, również mogą ciekawie i czynnie spędzić wakacje. Założeniem NAL-u jest samodzielna działalność dzieci i młodzieży zorganizowanych w zastępy wakacyjne, kierowane przez zastępowych.

Zespół Programowy Hufca opracował propozycję programową na tegoroczny NAL pod nazwą „Harcerskie wędrowanie”. To propozycja dla tych, którzy chcą poznać góry trochę w teorii i trochę w praktyce. Mogą ją realizować zastępy/ patrole lub inne grupy harcerzy, harcerzy starszych i wędrowników. Materiał zawiera gotowe propozycje, ale nie jest to „sztywny” program i można go realizować wykorzystując jego poszczególne elementy. Zachęcam do własnej inwencji, bo na pewno Ci jej nie zabraknie. I w góry!

Phm. Danuta Huczala

Spis treści:

Ogólne informacje o turystyce	1
Krótką charakterystyka Beskidów	5
Konspekty zbiorów dot. krajoznawstwa i turystyki	7
Jak obsłużyć mapę, żeby dotrzeć do celu?	7
Poznaj swój kraj- czyli regiony turystyczne Polski	9
Niebezpieczeństwa w górach	10
W czym i z czym chodzić po górach i jak się po nich poruszać	17
Formy ochrony przyrody w Polsce	19
Ekologiczna Turystyka	20
Biografie znanych turystów	22
Góry w sztuce	24
Zdobywać czy nie zdobywać? Oto jest pytanie.....	29
 Zestaw instrumentów metodycznych do wykorzystania podczas realizacji propozycji	 30
 Krótką charakterystyka najpopularniejszych odznak turystycznych i krajoznawczych	 42
 Baza linków związana z turystyką	 44

OGÓLNE INFORMACJE O TURYSTYCE

„Turystyka to zespół stosunków i zjawisk wynikających z podróży i pobytu osób przyjezdnych, o ile nie następuje w związku z tym osiedlenie się i podjęcie pracy zarobkowej”¹

Krajoznawstwo to „ruch społeczny jednoczący młodych i dorosłych, rozwija się w oparciu o różnorodne formy turystyki czynnie uprawiane przez krajoznawców, dąży do gromadzenia i upowszechniania wiedzy o kraju ojczystym oraz utrwalania i pomnażania jego zasobów przyrody i kultury”².

HISTORIA TURYSTYKI:

Turystyka w starożytności:

Za pierwsze wędrówki o charakterze turystycznym można uznać pielgrzymki w starożytnym Egipcie, w starożytnej Grecji i w Indiach. Inną grupę podróżnych stanowili specjaliści wysłannicy i posłowie oraz kupcy. Na szczególną uwagę zasługują Igrzyska Olimpijskie, które przyciągały podróżnych z dalekich stron. Przemieszczanie się ludności wpłynęło na powstanie zajazdów, domów gościnnych dla pielgrzymów.

Turystyka w wiekach średnich:

Podróże w średniowieczu, to przede wszystkim podróże kupców i pielgrzymów. Występują także wędrówki rzemieślników, a od czasów powstania i rozwoju uniwersytetów - wędrówki studentów. Szczególne znaczenie w historii turystyki miały podróże Marco Polo, który w 1271 roku wyruszył w długą podróż na Wschód i dotarł aż do Chin. W tym okresie można mówić także o początkach turystyki w Polsce. Były to wędrówki posłów, kupców, pielgrzymów, studentów.

Turystyka w czasach renesansu:

W tym okresie rozwija się tzw. turystyka humanistyczna, a więc zbliżona do jej współczesnego rozumienia. Pielgrzymi starają się zwiedzać miasto docelowe, powstają pierwsze plany Rzymu, organizowane są „przechadzki archeologiczne”. W XIV wieku pojawiają się pierwsze obiekty noclegowe, tzw. hospicja, które dały początek dzisiejszym hotelom. Postęp w nawigacji morskiej umożliwia w XIV i XV wieku dalszy rozwój podróży okrętami.

Turystyka w czasach nowożytnych:

Na przełomie XVI i XVII wieku notujemy pierwsze podróże o charakterze wyraźnie poznawczym. W XVII stuleciu powstają pierwsze przewodniki wydawane z myślą o turystach. W końcu XVII spotykamy już osoby pełniące rolę przewodników. Na przełomie XVII i XVIII wieku upowszechnia się zwyczaj podróży z Anglii na kontynent. Turyści odbywają grand tour po Europie. Odbycie takiej podróży było rozumiane jako obowiązek młodych, dobrze urodzonych Anglików. W XVII wieku w niektórych krajach wprowadzono już paszporty.

Wiek XIX i początek XX to okres intensywnego rozwoju środków transportu, rozbudowy hoteli, tworzenia się biur podróży i organizacji turystycznych. Turystyka w tym okresie przestaje być elitarna. Powoli rodzi się turystyka masowa, turystyka zorganizowana. Powstają różne formy turystyki kwalifikowanej. Powstają pierwsze organizacje turystyczne, biura podróży oraz z czasem zrzeszenia hotelarzy:

1841 - pierwsze biuro założone przez Thomasa Cooka w Wielkiej Brytanii;

1857 - powstaje pierwszy Brytyjski Klub Alpejski The Alpine Club;

1873 - powstaje pierwsza polska organizacja turystyczna - Galicyjskie Towarzystwo

¹ W. Alejzak: *Przemysł turystyczny w Polsce i na świecie*. (W:) Z. Kruczek (red.): *Kompendium pilota wycieczek*. Wyd. 5 uzupełnione, Kraków 2005, Wydawnictwo PROKSENIA, s.8.

² Z. Kruczek, A. Kurek, M. Nowacki: *Krajoznawstwo. Zarys teorii i metodyki*. Kraków 2003, cyt.wyd.,s.9.

Tatrzańskie (od 1919 roku Polskie Towarzystwo Tatrzańskie - PTT);

1906 - powstaje w Warszawie Polskie Towarzystwo Krajoznawcze (PTK).

Rozwija się nowe zjawisko - turystyka międzykontynentalna (głównie między Stanami Zjednoczonymi a Wielką Brytanią). Modne stały się wyprawy myśliwskie bogatych Europejczyków i Amerykanów do Afryki. Koniec XIX i początek XX wieku zapoczątkowały rozwój turystyki podmiejskiej. Wokół aglomeracji miejskich, w pobliżu lasów, zbiorników wodnych zaczęły powstawać osiedla letniskowe, złożone z pensjonatów oraz domów do wynajęcia, a także z prywatnych domków letniskowych. Lata wojenne przyniosły regres w rozwoju turystyki.

Turystyka czasów współczesnych:

Masowy rozwój turystyki w obecnym tego słowa znaczeniu następuje dopiero po II wojnie światowej. Środki transportu są ciągle doskonalone. Stają się szybsze, wygodniejsze i bardziej dostępne. Zastosowanie samolotu do obsługi podróżniczej rewolucjonizuje obsługę turystyczną, powodując, że odległe, egzotyczne kraje stają się bardziej dostępne. Powstaje coraz więcej biur i organizacji turystycznych oraz ośrodków wypoczynkowych. Z czasem przemieszczanie się staje się coraz łatwiejsze (zniesienie granic w Unii Europejskiej)³.

1950 - połączenie dwóch największych organizacji turystycznych: Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego (PTT) i Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego (PTK). Powstaje Polskie Towarzystwo Turystyczno - Krajoznawcze (PTTK).

FORMY I RODZAJE TURYSTYKI:

Podstawowym podziałem form turystyki jest ten zaproponowany przez Światową Organizację Turystyczną:

1. **turystyka krajowa** - obejmująca podróż mieszkańców po własnym kraju;
2. **turystyka przyjazdowa** - obejmująca przyjazdy do danego kraju osób stale mieszkających za granicą;
3. **turystyka wyjazdowa** - obejmuje wyjazdy mieszkańców danego kraju za granicę.

Odpowiednie połączenie tych trzech podstawowych form turystyki pozwala wyodrębnić trzy kolejne formy:

1. **turystykę wewnątrzkrajową** - obejmuje turystykę krajową i przyjazdową;
2. **turystykę narodową** - obejmuje turystykę krajową i wyjazdową;
3. **turystykę międzynarodową** - łączy w sobie turystykę przyjazdową i wyjazdową⁴.

Innym, również bardzo ogólnym podziałem jest podzielenie turystyki ze względu na **charakter przemieszczania się oraz ilość odwiedzanych miejsc**. Wyróżnia się:

1. **turystykę pobytową** - polegającą na przemieszczaniu się turystów z miejsca stałego pobytu do jednej miejscowości, w której realizowane są podstawowe cele wyjazdu. Do najbardziej popularnych form turystyki pobytowej zaliczyć należy: wczasy pobytowe, kolonie, pobyty sanatoryjne, biwaki;
2. **turystykę wędrowną/ wycieczkową** - polegającą na ciągłym lub etapowym przemieszczaniu się turysty oraz odwiedzaniu różnych (co najmniej dwóch) miejscowości. Najbardziej popularne formy tego rodzaju turystyki to: wycieczka, obozy wędrowne, autostop, pielgrzymki, trekking⁵.

Generalnie każdy może podzielić turystykę według własnego uznania. Istnieją jednak pewne ogólnie znane podziały według przeróżnych kryteriów:

³ Por. K. Przeclawski: *Człowiek a turystyka. Zarys socjologii turystyki*. Kraków 1996, Wydawnictwo Albis, s.10-16; A. Kowalczyk: *Geografia turystyki*. Warszawa 2002, Wydawnictwo Naukowe PWN, s.68-78; R. Bar, A. Doliński: *Turystyka*. Wyd. 2 zmienione, Warszawa 1978, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, s.7-9.

⁴ Por. W. Alejzak: *Przemysł turystyczny w Polsce i na świecie*. (W:) Z. Kruczek (red.): *Kompendium pilota wycieczek*. cyt. wyd., s.10.

⁵ Por. W. Alejzak: *Przemysł turystyczny w Polsce i na świecie*. (W:) Z. Kruczek (red.): *Kompendium pilota wycieczek*. cyt. wyd., s.10.

1) ze względu na powszechność uczestnictwa:

- a) turystyka masowa (dostępna dla każdego, nie wymagająca specjalnego przygotowania);
- b) turystyka kwalifikowana (wymaga od uczestników określonej kondycji psychofizycznej i specjalnego ekwipunku);

2) ze względu na czas trwania:

- a) turystyka krótkoterminowa (do trzech noclegów);
 - 1. wyjazdy beznoclegowe (wyjazdy, w których powrót następuje tego samego dnia co wyjazd);
 - 2. turystyka weekendowa (obejmuje wyjazdy rozpoczynające się w piątek po południu, soboty lub dni przedświąteczne, a kończące w niedzielę, realizowane najczęściej w promieniu 100 km od miejsca stałego zamieszkania);
- b) turystyka długoterminowa (powyżej trzech noclegów);

3) ze względu na formę organizacji:

- a) turystyka zorganizowana (turysta ma zapewnione podstawowe usługi za pośrednictwem organizatorów turystyki);
- b) turystyka niezorganizowana (turysta sam organizuje sobie wyjazd, realizuje program i zabezpiecza swoje potrzeby bezpośrednio u usługodawców turystycznych);

4) ze względu na liczbę uczestników:

- a) turystyka indywidualna;
- b) turystyka grupowa;

5) ze względu na podmiot turystyki:

- a) turystyka mieszkańców miast;
- b) turystyka mieszkańców wsi;
- c) turystyka dzieci i młodzieży;
- d) turystyka trzeciego wieku;
- e) turystyka niepełnosprawnych;
- f) itp.;

6) ze względu na środek transportu:

- a) drogowa:
 - 1. motorowa;
 - 2. samochodowa;
 - 3. autokarowa;
 - 4. rowerowa;
- b) wodna:
 - 1. morska;
 - 2. śródlądowa;
- c) kolejowa;
- d) samolotowa;
- e) itd.;

7) ze względu na okres wyjazdu oraz porę roku:

- a) turystyka urlopowa;
- b) turystyka wakacyjna;
- c) turystyka letnia;
- d) turystyka zimowa;
- e) itd.;

8) ze względu na region koncentracji:

- a) turystyka górską;
- b) turystyka nizinna;
- c) turystyka nadmorska;

d) itd.;

9) **ze względu na koszty oraz sposób finansowania:**

- a) turystyka komercyjna (realizowana na zadach rynkowych);
- b) turystyka socjalna (występuje element dofinansowania uczestnictwa w turystyce);

10) **ze względu na cel wyjazdu:**

- a) turystyka krajoznawcza;
- b) turystyka wypoczynkowa;
- c) turystyka zdrowotna;
- d) turystyka kulturowa;
- e) turystyka sportowa;
- f) turystyka religijna;
- g) turystyka pielgrzymkowa⁶.

⁶ Por. W. Alejzak: *Przemysł turystyczny w Polsce i na świecie*. (W:) Z. Kruczek (red.): *Kompendium pilota wycieczek*. cyt. wyd., s.11-12.

PIĘKNA NASZA ZIEMIA CAŁA, A BESKIDY W SZCZEGÓLNOŚCI

Beskidy stanowią pasmo górskie wchodzące w skład Karpat Zewnętrznych, rozciągające się od rzeki Beczwy w Czechach do rzeki Czeremosz na Ukrainie. Szerokość pasma Beskidów wynosi około 50 km, natomiast długość sięga 600 km. Od północy Beskidy otoczone są Pogórzem Karpackim, a od południa - Pieninami.

Zasadniczo **Beskidy** podzielić można na Zachodnie i Wschodnie, oddzielone od siebie Przetęczą Łupkowską.

Beskidy Zachodnie:

Beskid Śląsko-Morawski

Beskid Śląski

Beskid Mały

Beskid Makowski

Beskid Żywiecki

Beskid Wyspowy

Beskid Sądecki

Gorce

Beskid Niski

Beskidy Wschodnie:

Bieszczady

Góry Pokuckie

Czarnohora

Najwyższym szczytem Beskidów jest licząca 1725 m n.p.m. **Babia Góra**, leżąca w Beskidzie Żywieckim. W celu ochrony przyrody w 1954 roku powstał tu Babiogórski Park Narodowy, który w 1977 UNESCO wpisało na listę Światowych Rezerwatów Biosfery.

Powstanie Beskidów

Beskidy powstały w okresie Trzeciorzędu, czyli starszym podokresie Ery Kenozoicznej trwającej do dziś. Trzeciorząd rozpoczął się około 65 mln lat p.n.e. i trwał do 1,8 mln lat p.n.e. W okresie Trzeciorzędu, około 22 mln lat temu miało miejsce największe nasilenie potężnych ruchów górotwórczych - tzw. orogenezy alpejskiej. Wtedy właśnie wypiętrzyły się Karpaty, a wraz z nimi Beskidy (mniej więcej na przelomie paleogenu i neogenu), a także Alpy oraz Pireneje.

Budowa Beskidów

Beskidy zbudowane są z typowych trzeciorzędowych skał osadowych, powstałych w kredzie i paleogenie - fliszu karpackiego (seria naprzemianległych osadów morskich złożonych z piaskowców, łupków i zlepieńców pochodzących z niszczenia wypiętrzających się gór) oraz piaskowców. Złodowacenie, które wystąpiło w czwartorzędzie, wywarło duży wpływ na rzeźbę terenu. W wyniku intensywnych procesów peryglacyjnych i powstały charakterystyczne łagodne stoki i szczyty, które możemy oglądać dzisiaj.

Klimat

W Beskidach panuje klimat umiarkowany górski. Im dalej na wschód, tym więcej w nim cech kontynentalnych. Charakterystyczne jest zmniejszanie się rocznej amplitudy temperatur wraz z wysokością. Wykształciły się tu piętra klimatyczne, od umiarkowanie ciepłego do umiarkowanie zimnego w szczytowych partiach gór. Piętra klimatyczne wiążą się z układem piętrowym tutejszej roślinności. Do wysokości 900 m n.p.m. stoki porastają lasy mieszane, od 900 do 1150 m n.p.m. występują lasy regla dolnego, składające się głównie ze świerka, z niewielką domieszką jodły i buka. Powyżej (od 1150 do 1360 m n.p.m.) znajduje się piętro regla górnego, tworzone przez świerk. W najwyższych partiach występuje kosodrzewina i łąki wysokogórskie (hale). Tutejszy klimat charakteryzuje się dużą zmiennością pogody, znaczną ilością opadów oraz silnymi i częstymi wiatrami. Występują tu także okresy pięknych, słonecznych dni, szczególnie latem i jesienią (tzw. wyże majowe i październikowe). Stoki górskie wyglądają wyjątkowo pięknie jesienią, kiedy roślinność nabiera różnorodnych barw. Śnieg pojawia się w górach już około listopada i utrzymuje się do kwietnia. Najdłużej pokrywa lodowa utrzymuje się w górnym dorzeczu Soły. Najobfitsze opady śniegu przypadają na przełom lutego i marca. Charakterystyczną cechą tutejszego klimatu jest występowanie dużej ilości opadów, przekraczających 1200 mm rocznie.

Fauna

Zwierzęta zamieszkujące Beskidy to przede wszystkim jelenie, sarny, dziki, lisy, kuny, borsuki, niedźwiedzie, wilki, rysie, żbiki. Na niebie można zobaczyć sikorki, drozdy, dzięcioły, głuszce, zięby, a wśród drapieżnych ptaków znajdziemy orlika krzykliwego, myszółowa, kanię, jarząbka, puchacza. Między trawami wiją się żmije, gniewosze, padalce. Można też spotkać traszki górskie oraz salamandry plamiste. W zbiornikach wodnych Beskidów występują karpie, karasie, leszcze, pstrągi strumieniowe. Dodatkowo żyje tu około 3000 gatunków bezkręgowców, z których najliczniejsze są chrząszcze i błonkówki, motyle, muchówki, niesporczaki i mięczaki.

Sieć rzeczną Beskidów tworzą dorzecza:

Wisły (Sota, Skawa, Raba, Dunajec, Biała, Wisłoka, Wisłok, San), Odry (Olza, Ostrawica), Dunaju (Beczwa, Orawa, Cisa) Dniestru (Czeremosz)

Parki Narodowe w Beskidach:

Babiogórski, Gorczański, Bieszczadzki, Magurski

W Beskidach występują pokłady ropy naftowej i gazu ziemnego, a także liczne źródła mineralne, dzięki którym mogły rozwinąć się miejscowości uzdrowiskowe, takie jak: Krynica, Szczawnica, Iwonicz, Rabka, Rymanów.



KONSPEKTY ZBIÓREK

Temat: „Jak obsłużyć mapę, żeby dotrzeć do celu?”

1.Cel: rozwijanie umiejętności poruszania się w terenie za pomocą mapy i busoli

2.Formy:

- pogadanka,
- bieg,
- ćwiczenie.

3.Materiały:

- busole;
- mapy na INO;
- coś do oznaczenia poszczególnych punktów na biegu;
- mapa z dużą skalą terenu, w którym odbywa się zbiórka;
- stoper;
- karty na bieg;
- mapy Beskidu Śląskiego (w jak największej skali).

4.Przebieg:

1) Rozpoczęcie zbiórki, 5 min, Rozpoczęcie zgodnie z obrzędowością zastępu/ drużyny.

2) Co to jest mapa?, 10 min, Każda osoba jako zadanie przedzbiórkowe ma przynieść ze sobą mapę Beskidu Śląskiego o jak największej skali. Pogadanka (każdy ma swoją mapę przed sobą), podczas której zostaje ustalone co to jest mapa (rysunek powierzchni ziemi na płaszczyźnie przedstawiony w pewnym zmniejszeniu i uwzględniający krzywiznę ziemi); jakie są rodzaje

mapy(fizyczna, polityczna, samochodowa, turystyczna, geodezyjna, klimatyczna itd.); co zawiera każda mapa: tytuł, siatka kartograficzna, barwy (niebieski - związane z wodą, czarny - rzeczy wytworzone przez człowieka, zielony - tereny zielone, żółty - tereny przerzedzone, np. pustynie, polany, biały - teren niezalesiony); skala(zmniejszenie mapy w stosunku do rzeczywistego obszaru), legenda (opis znaków topograficznych występujących na mapie), warstwie (krzywe zamknięte łączące punkty położone na tej samej wysokości) - za ich pomocą możemy odczytać wysokość danego punktu. Warstwie rozmieszczone są między sobą w stałej odległości, np. co 10 metrów. Prowadzący podaje nazwę jakiegoś punktu na mapie i każdy musi odczytać na jakiej wysokości się znajduje.

3) Skala, 5 min, najprościej przeliczyć skalę można w następujący sposób: jeżeli jest skala 1:500 000, to zastępując dwie ostatnie cyfry otrzymujemy, że 1cm na mapie = 5000m. w rzeczywistości. Prowadzący może zadać kilka skal do „przeliczenia”, sprawdzając, czy wszyscy zrozumieli sposób przeliczania skali.

4) Legenda i znaki topograficzne, 10 min, Objaśnienie co to są znaki topograficzne i jakie są ich rodzaje. Znaki topograficzne można podzielić na kilka grup. Najważniejsze z nich to znaki punktowe (umowne symbole małych obiektów jak pomnik, studnia, wiatrak - nie są przedstawione w skali mapy, bo nie byłoby ich widać na mapie); znaki liniowe (przedstawione tylko w skali długości, szerokość nie jest w skali - bo również byłyby niewidoczne; np. autostrady, linie kolejowe itp.); znaki objaśniające (napisy oraz znaki jak strzałka, znak drzewa liściastego, nazwy miejscowości), znaki konturowe (oddające swym kształtem kontury przedmiotu w terenie i przedstawione w skali mapy, np. pastwiska, las, park, jezioro). Prowadzący na bieżąco ćwiczy określanie i nazywanie znaków na mapie. Zadaje każdemu do zlokalizowania znak topograficzny.

5) Orientowanie mapy w terenie, 15 min, Każda osoba dostaje bardzo szczegółową mapę terenu, w którym odbywa się zbiórka (można na ksero zrobić powiększenie). Każdy szuka małego patyczka z małym dziubkiem, który będzie małym przyjacielem. Umieszczamy go na mapie, tak, żeby patrzył w tą samą stronę co my, czyli nasz nos jest skierowany do przodu i jego dziubek (pełniący rolę nosa również jest skierowany do przodu). Mapa to jest jego świat i musimy tak ułożyć mapę, żeby nasz przyjaciel i my patrzyliśmy na to samo. Czyli jeżeli my stoimy i widzimy przed sobą górę, a za sobą kościół, to mapę musimy tak ustalić, żeby nasz przyjaciel również widział górę, a za sobą miał kościół. W ten sposób uda nam się zorientować mapę w terenie, czyli takim jej usytuowaniu, by wszystkie kierunki na niej odpowiadały rzeczywistym kierunkom w terenie. Uczestnicy uczą się orientować mapę także za pomocą busoli, uczą się również wyznaczania azymutów. Prowadzący wspomina, że w orientowaniu mapy pomagają charakterystyczne punkty terenu. Uczestnicy podają kilka takich punktów - skałki, kościół, schronisko, urwisko itd.

6) Mini INO, 65 min, Najlepszym sprawdzeniem nowozdobyczej wiedzy, będzie próba jej wykorzystania w praktyce. Każdy bierze udział w Mini INO (impreza na orientację). INO polega na tym, że każdy uczestnik dostaje mapę z zaznaczonymi punktami. Jego zadaniem jest jak najszybsze dotarcie do każdego z nich i zaznaczenie na karcie swojego pobytu na punkcie. Na każdym punkcie może być perforator lub kredka (na każdym w innym kolorze). zaznaczonymi punktami. Jego zadaniem jest jak najszybsze dotarcie do każdego z nich i zaznaczenie na karcie swojego pobytu na punkcie. Na każdym punkcie może być perforator lub kredka (na każdym w innym

7). Podsumowanie, 10 min, Podsumowanie biegu i nagrodzenie najlepszych. Zakończenie zbiórki zgodnie z obrzędowością.



Temat: „Poznaj swój kraj- czyli regiony turystyczne Polski”

1.Cel: przedstawienie harcerzom najważniejszych regionów turystycznych Polski

2.Zamierzenia:

- harcerze poznają najciekawsze regiony Polski
- zapoznają się z przewodnikami i mapami Polski, na ich podstawie będą umieli zaplanować wycieczkę

3.Materiały:

- różne mapy i przewodniki po Polsce
- szary papier, markery
- pocztówki, ulotki, zdjęcia z wycieczek po Polsce
- klej, taśmy klejące, kredki

4. Przebieg:

1)rozpoczęcie zbiórki, 10 min, wg zwyczajów drużyny

2)piosenka 7min,Wędrowiec

3)województwa, 10 min, harcerze w mniejszych grupach, do wcześniej przygotowanych map z zaznaczonymi województwami dopasowują nazwy województw, następnie wszyscy sprawdzają poprawność wyborów

4)charakterystyka 20min, prowadzący zbiórkę na podstawie dużej mapy Polski oraz przewodników dokonuje prezentacji poszczególnych województw, przedstawia najciekawsze miejsca, warte obejrzenia(ważniejsze miasta, zabytki, krainy geograficzne)

5)Piosenka, 10 min, Kraina brzóz

6)Plakaty 30 min, każda z grup decyduje który z regionów Polski wydał się najciekawszy i za pomocą przyborów plastycznych, pocztówek, ulotek itd. Przygotowują plakat reklamujący wybrany region.

7)piosenka, 7 min, Pożegnalny ton

8)prezentacja, 20 min, każda z grup prezentuje zrobiony plakat i uzasadnia swój wybór następnie wszyscy wybierają najładniejszy plakat, a zwycięzcy proponują piosenkę na zakończenie lub zabawę.

9)piosenka/zabawa, 7 min.

10)zakończenie zbiórki, 10min, wg zwyczajów drużyny.

Suma: 131minut



Temat: Niebezpieczeństwa w górach

Bardzo ważne jest tu dokładne omówienie z dziećmi reakcji na zagrożenie, np. na burzę. Jeżeli mówimy o jakiejś pozycji - niech wszyscy ją zrobią, niech powtórzą. W trakcie zbiórki można kilka razy w ramach utrwalenia zapytać lub powtórzyć ile razy gwizdżemy na pomoc. W załącznikach znajduje się wiele informacji. Nie chodzi o to, by drużynowy je przeczytał przy omawianiu, ale by sam wiedział jak zareagować, są to informacje do wiadomości drużynowego. Scenki trzeba jednak omówić z wszystkimi, tak by wiedzieli co zrobić. Można też przy omawianiu scenek podkreślać elementy sprzętu, np. latarkę przy mgle - i potem wykorzystać to w momencie omawiania plecaka. (nie zabierać latarki? A pamiętacie co by było jakby opadła mgła?) Przedstawione scenki są ekstremalne oczywiście, ale nie nieprawdopodobne.

1. Cel: Zapoznanie uczestników zbiórki z niebezpieczeństwami jakie należy wziąć pod uwagę planując wycieczkę w góry. Wskazanie jak unikać niebezpiecznych sytuacji oraz podsuniecie rozwiązań jak poradzić sobie z problemami.

2. Zamierzenia:

Po zbiórce harcerze i harcerki będą (umieć, potrafić, wiedzieć, znać)

- jak ubrać się w góry
- co zabrać na wycieczkę w góry zimą/ latem
- jakie niebezpieczeństwa mogą spotkać wędrowca w górach
- jak unikać zagrożeń, jak zmniejszyć prawdopodobieństwo wypadku
- jak wezwać pomoc w górach
- na co zwrócić uwagę wychodząc w góry

3. Uczestnicy: harcerze/ harcerze starsi

4. Metody: pogadanka, zabawa, piosenki, prezentacja, scenki, dyskusja

5. Materiały:

- szare papiery z konturami plecaków
- markery
- wydrukowane scenki
- gwizdek, latarka
- gitara
- ubrania do pokazu ubioru (różne, również te „dla zmyłki” np. trampki, coś z lajkry, dzinsy...)

6. Czas trwania zbiórki: 2,5h

7. Przebieg zbiórki:

1). Obrzędowe rozpoczęcie, 10min, Wg drużyny

2). Piosenka górską, 10min, Dowolna znana

3). Wezwanie pomocy, 10.min, Jako że w górach mogą nas spotkać różne zdarzenia na początku musimy wiedzieć - jak wezwać pomoc. (ZAŁ1.) ochotnicy otrzymują gwizdek oraz latarkę i pokazują lub próbują wezwać pomoc. Uczymy się wszyscy - 112, gwizdek, światło.

4). Jak się ubrać w góry, 15 min, Ochotnik staje na środku i drużyna z podsuniętych rzeczy wybiera te, które będą dobre tak by mógł wyjść w góry. Komentarz drużynowego - kolory takie by łatwo było zauważyć, ochrona głowy, tak by się nie przegrzać i tak by

nie było za zimno, ochrona kostki.

5). **Pogadanka - co nam może grozić w górach**, 10 min, Pytamy harcerzy co nam grozi i dlaczego (zał. 2)

6). **Scenki - wypadki**, 30 min, Dzielimy drużynę na ekipy 2/3 osobowe, losują karteczki z scenką. Przedstawiają scenkę - tuż po scenie cała drużyna omawia jak jej zaradzić. (zał. 3.)

7). **Zabawa**, 10 min, Wszyscy którzy - pytania dotyczące gór

8). **Plecak - co zabrać**, 15 min, 2 szare papiery na których narysowany jest kontur plecaka. Jeden to wycieczka latem - druga zimą.

Wspólnie z drużyną decydujemy co należy zabrać i dlaczego.

9). **Piosenka**, 10min, Zabrałem dziewczę w góry...:)

10). **Ostatnie wskazówki**, 10 min, O czym pamiętamy przed wyjściem w góry :

Sprawdzić pogodę, ułożyć trasę odpowiednią do sił i warunków, dać znać gdzie idziemy żeby można było nas znaleźć. Każdy uczestnik otrzymuje karteczki z informacjami o tym o czym pamiętać należy. (zał. 4)

11). **Obrzędowe zakończenie**, 10.min, Wg drużyny

Załącznik 1 - o wzywaniu pomocy

Jeżeli masz telefon komórkowy, w miejscu gdzie przebywasz jest zasięg sieci - masz ułatwione zadanie. Przed wyjściem w góry sprawdź czy masz zapamiętany numer GOPRu lub odpowiedniej służby górskiej. Międzynarodowym numerem ratunkowym jest 112 - jednak nie działa on we wszystkich sieciach! Przed zadzwonieniem po pomoc upewnij się, czy

wiesz gdzie jesteś. Nie warto niepotrzebnie zużywać baterii w telefonie, zastanawiając się podczas rozmowy gdzie się znajdujesz.

Jednak nie każdy turysta jest w posiadaniu komórki. Wtedy należy radzić sobie inaczej. Bardzo pomocny jest gwizdek. Sygnał wzywania pomocy: 6 sygnałów dźwiękowych na minutę, następnie minuta przerwy, 6 sygnałów itd. Odebranie sygnału pomocy: 3 sygnały na minutę, minuta przerwy. W nocy możesz używać także latarki. Wołanie o pomoc i zawiadomienie o usłyszeniu jest dokładnie takie same jak w przypadku sygnałów dźwiękowych. Do wzywania pomocy możesz także wykorzystać race, rakiety i tp. Kolor czerwony oznacza niebezpieczeństwo. Odpowiedzią powinien być kolor biały. Pomocy możesz wzywać także sygnałem SOS w języku Morse'a: ...---... czyli trzy krótkie sygnały, trzy długie i znowu trzy krótkie.

Załącznik 2. co nam może zagrażać?

Zmęczenie. Staraj się w miarę możliwości przeplatać dni wędrówki z dniami odpoczynku. Ambicja - z nią nie można przesadzać! Jeśli nie jesteś pewny, że sam pokonasz trasę, postaraj się znaleźć towarzysza, który w razie czego ci pomoże. Nie rób w górach tego, na czym się nie znasz. Nie próbuj wspinaczki, gdy nie masz o tym zielonego pojęcia. **Bądź ostrożny. 95% wypadków w górach jest wynikiem bezmyślności lub podstawowych błędów ludzkich.** Każdego roku turyści i taternicy stają się ofiarami nieszczęść i poważnych urazów. Wielu ludzi szuka przyczyny poza sobą i obwinia góry. **Przyczyna urazów však tkwi w ludziach samych. Człowiek musi brać pod uwagę odmiennosć środowiska górskiego i dostosować do niego swoje zachowanie.** Jeżeli brak mu osobiście zdobytej wprawy i wiedzy, pomocne jest trzymanie się wskazówek dla turystów, które przygotowała Tatrzańska Służba Ratownicza na podstawie wieloletnich doświadczeń.

Nieszczęścia i urazy w górach, zawinione przede wszystkim przez zwiedzających, spowodowane są:

1. nieznajomością terenu - w nieznanym terenie orientuj się przy pomocy mapy i nie zbaczaj ze znakowanych szlaków.
2. nieodpowiednią oceną własnych zdolności do poruszania się w skalistym terenie - do wędrowania przyzwyczajaj się stopniowo: zacznij od łatwiejszych tras, a po pewnym czasie spróbuj trudniejszych.
3. niedostatecznym wyposażeniem - wybierając się w wysokie góry, wyekwipuj się odpowiednio do ich wymagań.
4. podejmowanie wycieczek podczas nieodpowiedniej pogody - deszcz sprawia, że skalisty grunt staje się śliski, mgła utrudnia orientację, śnieg lub silny wiatr odbierają siły. Nie narażaj się na działanie złych warunków atmosferycznych. Im wyżej, tym większa jest ich siła.

Pomimo wszelkiej ostrożności podczas wycieczek turystycznych może dojść do urazu, który na większych wysokościach miewa bardziej skomplikowany przebieg i następstwa niż w cywilizowanym terenie albo na nizinie.

W terenie wysokogórskim najczęściej spotykamy się z następującymi wypadkami:

Zaginienie. Jeżeli ktoś nie wróci po wycieczce na czas do autobusu, pociągu, na parking, na kwaterę czy do domu, po upływie spodziewanej pory powrotu zgłaszamy ten fakt Tatrzańskiej Służbie Ratowniczej. Zgłoszenie należy wykonać niezwłocznie zwłaszcza podczas złej pogody. Jeżeli turysta nie wraca ze spaceru po osadzie, zwracamy się do Policji.

Lekkie zranienie albo zmęczenie. Poszkodowanego układamy w bezpiecznym miejscu, opatrujemy, jeżeli mamy po temu środki i po odpoczynku pomagamy mu zejść do najbliższej stacji kolejki, schroniska, leśniczówki lub osady, skąd zapewnimy mu transport. **Poważne zranienie, niezdolność do dalszego marszu.** Poszkodowanego układamy w bezpiecznym miejscu, opatrujemy zranienie i chronimy przed chłodem. Jak najszybciej zawiadamiamy Tatrzańską Służbę Ratowniczą. Podajemy rodzaj kontuzji i precyzyjny opis miejsca, gdzie znajduje się zraniony. Nie pozostawiamy go samego, zwłaszcza podczas złej pogody ktoś musi pozostać przy rannym. **Zabłądzenie, utknięcie w trudnym terenie.** Turysta, który porusza się po znakowanych szlakach, zaoszczędzi sobie takiej nieprzyjemności. Jeżeli zaś widzi się lub słyszy błądzących, wołających o pomoc, trzeba jak najściślej ustalić miejsce i zawiadomić Tatrzańską Służbę Ratowniczą. Jeśli pozwalają na to okoliczności, dobrze jest aż do przybycia THS pozostać z kontaktem z zabłąkanymi i powiadomić ich, że ratownicy są już wezwani.

Zał. 3. SCENKI

1. Idziecie w górach, pogoda od rana jest kiepska ale nie pada. Zrywa się nagle bardzo duży wiatr, bardzo trudno wam iść. Trudno wam się oddycha, idziecie bardzo wolno.

Wskazówki do omówienia: Niektóre typy wiatrów występujących w górach, będące wynikiem zmian w ciśnieniu atmosferycznym, powodują obniżenie sprawności samopoczucia, a w pewnych przypadkach powodują duże napięcia nerwowe, których

efektem jest obniżenie sprawności psychofizycznej organizmu. Szczególnie niebezpiecznym skutkiem działania wiatru jest utrata (większa niż normalnie) ciepła w organizmie ludzkim. Skłonność do odmrożeń, zwłaszcza odsłoniętych części skóry, wzrasta w tych warunkach wielokrotnie. Na niezalesionych stokach i grzbietach górskich wiatr wieje z wielokrotnie większą siłą niż w dolinach i na osłoniętych zboczach. Należy o tym pamiętać przy podchodzeniu pod grań i przy wędrówce nią. Wtedy najlepiej poruszać się po stronie zawietrznej tak, aby nie być zagrożonym na zrzućnię z niej. Na duże plecaki czy narty wiatr będzie działał jak na żagiel, co utrudnia marsz, a niekiedy wprost go uniemożliwia. Niekiedy silny wiatr powoduje, że nie możemy oddychać - w takiej sytuacji najlepiej osłonić usta rękawem, szalikiem, itp. Odradzam obracanie się tyłem do wiatru, ponieważ sami sobie utworzymy próżnię, która jeszcze bardziej uniemożliwi nam oddychanie. Na terenie zalesionym silny wiatr łamie drzewa. Stwarza to niebezpieczeństwo przygniecenia, a często przysparza dodatkowych trudności w poruszaniu się w skutek barykadowania odcinków szlaków.

2. Idziecie w górach, dookoła was robi się coraz gęstsza mgła. Coraz gorzej widzicie, nie wiecie gdzie jest szlak, ani jaki teren macie pod stopami. Wołacie do siebie.

Wskazówki do omówienia: Gęstość mgły może być bardzo różna, widoczność waha się zazwyczaj od 50 do 100 metrów, lecz nierzadko wynosi zaledwie kilka metrów. Mgła jest zazwyczaj zimna i wilgotna, a często towarzyszy jej uporczywa mżawka powodująca oblodzenia skał i traw. Głównym niebezpieczeństwem, jakie w górach powoduje mgła, jest utrudniona orientacja w terenie, niekiedy przy gęstej mgle całkowita niemożliwość ustalenia miejsca pobytu i dalszej drogi. Pamiętać należy, że mgła rozprasza zdradliwie nie tylko światło, ale również fale akustyczne. Działa też niezwykle deprymująco na psychikę człowieka, wyolbrzymia kontury skał, drzew itp. Na terenach płaskich (hale, połoniny) w czasie mgły głos rozchodzi się ze zwielokrotnioną siłą powodując złudzenie akustyczne, iż rozmawiający znajdują się bardzo blisko, odwrotnie niż w rzeczywistości. Odwrotnie rzecz się ma na terenach zamkniętych (las, między skałami). Bardzo często na otwartym terenie - halach, połoninach - turyści w gęstej mgle zaczynają zataczać duże koła. Błądzący w takim terenie zazwyczaj zataczają krąg w lewo i mniej więcej na 200 metrów marszu zbaczą około 20 metrów w lewo. Wędrując z grupą nie wolno dopuścić do znacznego rozciągnięcia się turystów, ponieważ możemy się wtedy liczyć z odłączeniem się od grupy jednego, czy nawet kilku członków grupy. W wielu przypadkach jedynym sposobem poruszania się we mgle (śnieżycy, nocy), jest chwycenie się za ręce wszystkich uczestników wycieczki i marsz gęsiego, a na otwartych przestrzeniach również tyralierą, bądź zataczają łuki od trasera (tyczki) do trasera. W czasie wędrówki podczas mgły przydaje się kompas. Spotkałem się z osobą, która śmiała się z tabliczki: Schronisko: 3 min.

Tymczasem podczas gęstej mgły często nie widać budynku oddalonego o 50 kroków! W tym wypadku na nic nie zda się kompas, gdyż nie widać żadnego punktu odniesienia. Do wzywania pomocy najlepszy jest gwizdek. W czasie mgły mniejszej mapa i kompas są bardzo przydatne w celu określenia swojego położenia. Znacznie pomogą w tym charakterystyczne punkty terenu jak potoki, położenie polan, żleby... Podczas mgły przydaje się system nawigacji satelitarnej GPS.

Wykorzystaj najmniejsze przejaśnienie na określenie swego położenia. jeżeli szlak nie jest trudny i dobrze oznakowany, mając latarkę (najlepiej czołówkę, możesz iść dalej, do najbliższego schroniska. Jednak jeśli nie czujesz się pewnie, lepszym rozwiązaniem jest znalezienie odpowiedniego miejsca do przenocowania. Staraj się unikać chodzenia wieczorem po górach. Lepiej jest zejść wcześniej do schroniska czy na biwak, niż narażać się na nieplanowane spędzenie nocy w górach.

3. Jest piękny letni dzień, idziecie w górach, jesteście dobrze grubo ubrani na wszelki wypadek. Robi wam się coraz goręcej, słońce praży niemiłosiernie, zaczynacie marzyć żeby było chłodniej, narzekacie już na to słońce, zaczyna was boleć głowa.

Wskazówki do omówienia: Działanie słońca w górskich warunkach, zwłaszcza zimowych, stwarza wielorakie niebezpieczeństwo dla turystów, narciarzy czy taterników. Polega ono głównie na: oparzeniu i przegrzaniu organizmu (udar cieplny); podrażnieniu opon mózgowych, obrzęku mózgu (udar słoneczny); możliwości czasowego, względnie trwałego uszkodzenia wzroku; niedostatecznym rozeznaniu konfiguracji terenu; Operowanie promieni słonecznych w górach, tak w lecie jak i w zimie, jest niebezpieczne nie tylko przy bezchmurnym niebie. Udar cieplny może wystąpić również i w dni bezsłoneczne, lecz wilgotne i gorące. Zasadniczą przyczyną powstania udaru cieplnego jest zachwianie równowagi cieplnej, co prowadzi do przegrzania organizmu. W górach organizm ludzki upał i promieniowanie najbardziej odczuwa w kotłach, małych kotlinkach, natomiast w okresie zimowym potęgują to zagrożenie promienie słoneczne odbite od śnieżnych i lodowych płaszczyzn.

Zabezpieczenie oczu przed tzw. śnieżną ślepotą jest możliwe jedynie przez noszenie okularów przeciwsłonecznych o absorpcji 60-80 % (doradzam używanie okularów z filtrem UV lub tzw. lustrzanek). Nakładanie grubych warstw kremów, które powodują rozmiękczenie skóry i zatkanie porów, jest absolutnie niewskazane. Poza tym kremy zawierają pewne ilości wody, co w okresie zimowym przyspiesza odmrożenia, a w lecie oparzenia, gdyż każda kropelka wody działa jak soczewka.

Przegrzanie - czyli udar cieplny. Może zdarzyć się także w dni pochmurne, gdyż występuje w wyniku działania promieniowania podczerwonego i ultrafioletowego. Charakteryzuje się gwałtownym bólem głowy, uczuciem gorąca, zaczerwienieniem twarzy, nudnościami, wymiotami, skurczami żołądka i mięśni nóg, ciężkim oddechem, zaburzeniami wzroku i słuchu, może doprowadzić do utraty przytomności. Chorego należy odizolować od słońca, posadzić w pozycji półsiedzącej z głową umieszczoną wyżej niż reszta ciała, podawać dużo zimnych płynów zawierających roztwór soli (1 łyżeczka na litr wody) i schładzać ciało kompresami. Gdy chory wymiotuje nie wolno podawać słonych napojów. Odwodnienie jest również bardzo niebezpieczne. Przy dużym wysiłku fizycznym organizm może wydalać 1-2 litrów wody na godzinę (w normalnych warunkach: 1-2 litrów na dobę). Musisz pamiętać o zabieraniu ze sobą w góry sporej ilości płynów. Szczególnie przy wysokich temperaturach należy dużo pić. Jeżeli po drodze mijasz źródła - uzupełnij zapas wody. Chłodna woda jest lepiej absorbowana przez organizm. Jedną z pierwszych oznak odwodnienia jest suchy język. Jeżeli mocz zmieni kolor na ciemnożółty - jest to zły znak. Kawa, herbata, alkohol zazwyczaj potęgują utratę płynów przez organizm. Jeżeli możesz - lepiej pij soki i napoje energetyczne.

4. Na trasie w górach rozpętuje się burza, z góry leją się strumienie wody, biją pioruny i szybko przemakacie, woda chlupie wam w butach, jedna osoba przerażona zaczyna płakać.

Wskazówki do omówienia: Gwałtowna ulewa, porażenie piorunem to główne niebezpieczeństwa niesione przez burzę. Jakkolwiek porażenie piorunem nie należy do najczęstszych niebezpieczeństw występujących w górach, to jednak należy się z nim poważnie liczyć.

Pierwszymi objawami mających nastąpić wyładowań atmosferycznych jest tzw. ciche wyładowanie, charakteryzujące się cichym "bzykaniem", trzeszczeniem, stawaniem włosów do góry. Po zaobserwowaniu tych zjawisk należy jak najszybciej opuścić to miejsce. W górach piorun uderza najczęściej w wyizolowane z otoczenia szczyty i granie, a na rozległych, płaskich przestrzeniach uderzenie pioruna może nastąpić w każdy punkt wystający ponad poziom. Droga pioruna nie kończy się po wyładowaniu, ale biegnie dalej po linii najmniejszego oporu powierzchnią terenu, a w terenie skalnym przeskakuje małe zagłębienia, przebiega przez wilgotne rynny i szczeliny skalne, przez ciekły wodne i powierzchnie porośnięte porostami. Aby przeczekać burzę (jej nasilenie), musimy wybrać odpowiednie schronienie, stąd też w miarę możliwości najszybciej z zachowaniem pełnego bezpieczeństwa należy opuścić partie szczytowe, grań czy grzbiet górski. Należy usiąść ze złożonymi razem i podciągniętymi pod siebie stopami (po "turecku") na plecaku, linie, płaskim kamieniu, itp., nie opierać się plecami o zbocza skały, a jeżeli znajdujemy się w ścianie skalnej, wybrać miejsca odległe co najmniej 1 metr od ściany. Grupa przeczekująca burzę powinna rozlokować się w stosunkowo dużym rozproszeniu, gdyż na wypadek uderzenia pioruna w to właśnie miejsce, nie wszyscy zostaną porażeni i pozostaną osoby zdolne do udzielenia pomocy oraz powiadomienia GOPR. Należy pamiętać o tzw. napięciu krokowym. Po wyładowaniu atmosferycznym prąd powierzchniowy może porazić w katastrofalny sposób osoby, które przeczekują burzę w rozkroku, bądź poruszają się po terenie dużymi krokami. Przeczekując burzę w pozycji kucznej należy stopy trzymać zwarte. W żadnym wypadku nie kłaść się w zagłębieniach - niebezpieczeństwo porażeniem prądem powierzchniowym! Gdy zobaczysz zbliżającą się burzę, unikaj przebywania na otwartych przestrzeniach, pod pojedynczymi lub wysokimi drzewami, na graniach, w okolicach metalowych przedmiotów takich jak łańcuchy, klamry, drabinki. Unikaj strumieni, stawów. Odległość od burzy można obliczyć mnożąc czas pomiędzy błyskiem a hukiem przez 330 (wynik otrzymasz w metrach) - lub przez 0,33; wynik w kilometrach.

5. Schodzicie w dół po zboczu pełnym kamieni, potykacie się i trudno się idzie. Nagle jedna osoba potyka się i duży kamień spada w dół, potrąca następne i słyszycie łoskot kamieni, również dookoła siebie.

Wskazówki do omówienia: Są spowodowane przez: wietrzenie skał, erozję stromych stoków, strącanie przez wodę i nieostrożnych turystów. Kamienie mogą spadać jako pojedyncze odtamki, jako grad kamieni, a niekiedy duże bloki skalne mogą spowodować lawinę kamienną.

Spadające kamienie można spotkać wszędzie, na ścianach skalnych i stromych skałach, ale ich naturalnymi torami są żleby, rynny, kominy, depresje, czyli wszelkie wklęsłe formacje skalne. Ochronę naturalną przed nimi stanowią w terenie skalnym przewieszki, wszelkie wysokie, pionowe progi skalne i duże bloki, za którymi można się schować, słysząc odgłosy spadających kamieni. Przed pojedynczymi spadającymi kamieniami nie należy uciekać w panice, gdyż na ogół odbijają się one po skale i możemy do ostatniej chwili śledzić ich bieg, aby odskoczyć w bezpieczną stronę. Uciekając chaotycznie możemy nadbiec właśnie pod spadający kamień, który odbijając się zmienił swój tor tuż przed nami. W swej działalności górskiej będziemy czasem musieli poruszać się w terenie narażonym na spadające kamienie. Teren ten należy przebywać pojedynczo, wcześniej wybierając naturalne osłony, za którymi będzie mogli się schronić. W najgorszej sytuacji, kiedy słyszymy odgłos spadających kamieni, a nie mamy się gdzie schronić, możemy obrócić się w kierunku spadających kamieni plecami, na których znajduje się plecak - będzie on stanowił pewne zabezpieczenie. Należy uczulić uczestników wycieczki na ruchome kamienie i głazy, które strącone mogą ugodzić innych, niżej idących turystów.

Załącznik 4. Wskazówki końcowe przed trasą

Przed wyjściem w góry bezwzględnie należy sprawdzić aktualny komunikat pogodowy i lawinowy. Gdy ogłoszony zostanie 3 stopień zagrożenia lawinowego nie powinno się wychodzić powyżej górnej granicy lasu. Tatrzańska tragedia z 30 grudnia 2001 roku odegrała się właśnie przy trzecim stopniu zagrożenia. Gdy warunki pogodowe umożliwiają wyjście na szlaki, przed opuszczeniem miejsca pobytu należy powiadomić gospodarzy (czy to w schronisku, czy na kwaterze prywatnej) o rejonie wycieczki i planowanej godzinie powrotu. Ułatwi to ewentualną akcję ratowniczą. Należy sprawdzić zawsze ekwipunek. Niezbędne jest ciepłe ubranie (najlepiej włożyć do plecaka jeszcze jeden polar lub sweter), latarka - zimą bardzo szybko zapadają ciemności, a nawet krótka teoretycznie trasa może zabrać wiele godzin, termos z gorącą herbatą, czekan, raki, kijki teleskopowe lub narciarskie. Dobrze jest mieć naładowany telefon komórkowy i gwizdek do wzywania pomocy. Głos gwizdka jest bardzo dobrze słyszalny, dzięki czemu ratownicy szybciej dotrą na miejsce wypadku.

W domu należy także pozostawić ambicję, szczególnie jeśli nie jest się dobrze doświadczonym turystą. Lepiej wcześniej zawrócić ze szlaku, niż narażać życie swoje i tych, którzy pospieszą na ratunek. Na szlaku zawsze obserwuj pogodę. Załamane może przyjść w każdej chwili i nie wolno lekceważyć pierwszych znaków pogorszenia pogody. Wracaj do najbliższego schroniska. Najbardziej zagrożone na lawiny są zbocza południowe, najbardziej narażone na operację Słońca. Dlatego w góry należy wychodzić wcześniej, aby nagrzewające słońce nie zwiększyło zagrożenia lawinowego. Nie bój się używać sprzętu. Jednak trzeba najpierw nauczyć się nim posługiwać. Nieumiejętnie założone raki (w których trzeba nauczyć się chodzić), czy nieodpowiednie posługiwanie się czekanem może doprowadzić do wypadku. Pamiętaj, że od odpowiednio używanego sprzętu zależy Twoje życie! Nie przeceniaj swoich sił. Zimą przejście szlaku, które latem zajmuje godzinę, zimą może potrwać kilka razy dłużej. Nie staraj się niczego zdobyć na siłę. Zimą każdy, nawet najmniejszy błąd może doprowadzić do wypadku.



Temat: W czym i z czym chodzić po górach i jak się po nich poruszać

1.Cel: Zapoznanie uczestników z zasadami poruszania się po górach.

Zaproponowanie optymalnego przygotowania technicznego do wycieczki

Ostrzeżenie przed najczęściej popełnianymi błędami podczas wędrówek

2.Czas: ok 2 h

3.Forma: pogadanka, gra logiczna, burza mózgów, dyskusje

4.Materiały: kartki A4; pisaki; arkusze dużego papieru; nożyczki, taśma, katalogi ubrań turystycznych; poradniki;

5.Przebieg:

1)Pogadanka na temat: zachowania się w górach i o ważności posiadania odpowiedniego ekwipunku:

- Każdy element odzieży czy ekwipunku może okazać się w górach bardzo ważny;
- 50% udanej wycieczki zapewnia odpowiednie przygotowanie się do niej;
- Najważniejsze są buty wygodne i komfortowa i zabezpieczające nogę przed urazami;
- Ubranie ma być komfortowe i znośne a przy czym utrzymujące korzystny bilans termalny i wypuszczający wilgoć;
- Kiedy nie wychodzimy w góry (po obfitych opadach śniegu, podczas mgły, nagłe ocieplenie);
- wiadomo że raczej się samemu po górach nie chodzi a szczególnie nie na kilkudniowych wędrówkach;
- W razie wypadku lub nie korzystnego zdarzenia (załamanie pogody, zgubienie szlaku) należy zachować zdrowy rozsadek;
- co zrobić by nie doszło do wypadku??(tutaj następuje pytanie do grupy; po udzieleniu jakiś odpowiedzi prowadzący mówi o dekalogu turysty i vademecum turysty zimowego; później sprytnie przechodzi do drugiego etapu zbiórki; czas na wykonanie ok 10 min).

2) vademecum turysty:

uczestnicy są dzieleni na 2-4 grupy, każda z nich dostaje wycięte punkty z ww dekalogu i vademecum; zadaniem grup jest na kartkach namalowanie odpowiednich sytuacji; czas na wykonanie ok 15min; później grypy prezentują i omawiają swoją prezentację;czas na wykonanie ok15 min.

3)teatrzyk:

zadaniem grup(prowadzący może zmienić grupy według uznania) jest odegranie scenek (zasady jak w kalamury) co należy zrobić w razie mgły, deszczu, w czasie burzy, zagrożenia związane z mrozem, ze śnieżycami i z lawinami, gdy zgubimy szlak,gdy spotkamy dzikie zwierzę (zwycięska drużyna proponuje zabawę czy też tam jak kto woli piosenkę lub zaprasza na pizzę:)czas na wykonanie ok.30min.

4) wybieramy się w góry

zadaniem każdego uczestnika jest według zasad gry opracowanie optymalnego wyposażenia dwóch średnio zamożnych turystów w wieku 23lat idących na dwudniową wycieczkę szlakami w połowie lipca na Babią Górę przy czym będą spali w schronisku na Markowych Szczawinach . Ich trasa marszu wynosi 23 km dnia pierwszego, a drugiego 18 km czyli łącznie 41km.* (*-podane dane nie są sprawdzone i możliwe jest że może nie istnieć tak podana trasa by zawierała wskazane przebiegi) Przydadzą się tu najaktualniejsze katalogi sprzętu turystycznego, i poradniki turysty.

zasady gry:

uczestnicy otrzymują 2 kartki i coś do pisania. Na obu papierach w 1/3 kartki (licząc od góry) malują wskazanych turystów (takie zarysy). Pod rysunkami piszą po stronie lewej plecak po prawej ekwipunek wierzchni i podane kolumny oddzielają kreską przez środek kartki. Następnie w wskazanych miejscach wypisują sprzęt w jaki zaopatrzą turystów (należy wskazać że idą w teren o zmiennych walorach pogodowych, mają biwak, nie są alkoholikami, umieją odczytać mapę, mają po 40 zł każdy, teren do pokonania jest skalisto- ziemny) czas na wykonanie ok. 20min. Później prowadzący bierze dwa duże arkusze papieru i przylepia je w widocznym miejscu i maluje podobnie jak na małych kartkach (w sumie lepiej to już zrobić jak inni będą zajęci pracą). Następnie wspólnie uczestnicy wyposażają w idealny i optymalny ekwipunek turystów.

5) koniec - pogadanka i podsumowanie według uznania

Uwagi

żeby zrobić dobrze tą zbiórkę należy odwiedzić szczególnie stronę www.gopr.pl



Temat: Formy ochrony przyrody w Polsce

1. Cele:

- Przedstawienie form ochrony przyrody w Polsce,
- zwrócenie uwagi na ich rolę i cel powoływania,
- uwrażliwienie na przyrodę, a także na ważność i potrzebę jej ochrony.

2. Uczestnicy: harcerze starsi

3. Metody: pogadanka, praca w grupach

4. Materiały: karteczki z nazwami, definicje form ochrony przyrody, szary papier, flamastry, 8 kłębów wełny

5. Czas trwania zbiórki: 2 h

6. Przebieg zbiórki: zbiórka odbywa się w terenie, najlepiej na polanie w lesie, w parku, ogrodzie

1). Obrzędowe rozpoczęcie zbiórki, 5 min, Wg zwyczajów drużyny.

2). Odszukanie informacji, 15 min, Harcerze mają za zadanie odnalezienie karteczek, ukrytych w różnych miejscach. Zawierają one definicje oraz nazwy wszystkich form ochrony przyrody w Polsce, (Prowadzący wcześniej chowa informacje).

3). Dopasowywanie definicji, 5 min, Harcerze dopasowują definicje do nazw.

4). Pogadanka, 20min, Harcerze zastanawiają się nad każdą z form ochrony, celem jej utworzenia oraz tego co chroni. Prowadzący wyjaśnia jak ważna jest rola ochrony przyrody i jakie ma to znaczenie dla zachowania bioróżnorodności. Podają przykłady różnych chronionych obiektów. Wnioski zapisują na szarym papierze, (Prowadzący sprawdza czy wszyscy dobrze zrozumieli różnice pomiędzy poszczególnymi formami).

5). Wybieranie własnych obiektów, 15 min, Drużyna dzieli się na 8 grup, każda z nich otrzymuje kłębek wełny, a także losuje kartki z nazwami form ochrony. Mają za zadanie wybrać jakiś obiekt i otoczyć go nicią w zależności od jego wielkości (np. park narodowy - największy, ochrona gatunkowa - najmniejszy).

6). „Ożywianie” własnych obiektów, 30 min, Harcerze „ożywiają” swoje otoczone nicią obiekty. Wymyślają nazwy dla nich, a także cele utworzenia i co jest w nich chronione.

7). „Wycieczka”, 30 min, Każda grupa odwiedza kolejno każdy obiekt, zostają po nich oprowadzeni przez „przewodnika” zachwalającego ich walory, (Jest to zarazem forma podsumowująca, przypominane są definicje oraz cele utworzenia poszczególnych form ochrony).

8). Obrzędowe zakończenie, 5 min, Wg zwyczajów drużyny.



Temat: Ekologiczna Turystyka

1.Cele:

- zainteresowanie tematyką ekologii w turystyce;
- kształtowanie nawyku szanowania przyrody.

2.Formy:

- gawęda,
- zwiad,
- praca manualna,
- piosenka,
- praca pożyteczna.

3.Materiały:

- szary papier;
- markery;
- farby;
- foldery o miejscowości;
- tekst piosenki;
- karteczki małe;
- regulamin odznaki Turysta Przyrodnik;
- wymagania sprawności;
- worki na śmieci;
- rękawiczki lateksowe.

4.Przebieg:

1. Rozpoczęcie zbiórki 5 min zgodne z obrzędowością jednostki.

2. Gawęda 5 min. opowieść o najwyższym szczycie świata, który jest równocześnie największym śmietnikiem wśród gór. Śmieci zostawiają tam liczne ekipy zdobywające koronę gór. Bo przecież łatwiej jest zrzucić worek w przepaść niż znieść na dół. Śmieci można napotkać wszędzie gdzie pojawiają się turyści, co również tyczy się naszego miasta. Gawęda kończy się pytaniami retorycznymi - czy tak musi być? Czy my mamy jakiś wpływ na zanieczyszczenie naszego otoczenia?

3. zwiad 20 min. Grupa zostaje podzielona na kilka mniejszych grup i każda grupka wychodzi w pobliskie miejsca zbiórki i ma za zadanie zapytać napotkanych przechodniów lub pracowników sklepów czy urzędów lub samodzielnie znaleźć odpowiedzi na następujące pytania:

1)w jaki sposób chroni się przyrodę w naszej okolicy?

2)czy w okolicy znajduje się pomnik przyrody, park, las, park narodowy, park krajobrazowy, ścieżki dydaktyczne, oczyszczalnia ścieków itp.?

(Przed wyjściem należy powtórzyć zasady bezpiecznego poruszania się po drogach).

4. podsumowanie zwiadu 15 min. po powrocie każda grupa ma za zadanie opracować zebrane wiadomości i kolejno zaprezentować.

5. piosenka 5 min. Trawa

6. mapa 15 min Cała grupa sporządza mapę miejscowości, zaznaczając na niej tereny „zielone” oraz te najbardziej zanieczyszczone. Mapa zostanie porównana z oryginalną mapą miejscowości i terenami najbardziej zurbanizowanymi (Foldery o miejscowości)

7. słoneczko 5 min. Każda osoba pisze na jednej karteczce sposób przeciwdziałania zanieczyszczeniu naszej okolicy. Z propozycji harcerzy układamy słoneczko (te same propozycje tworzą jeden promień). Okazuje się, że wcale tak wiele nie trzeba zrobić, aby sytuacja zanieczyszczenia środowiska się zmieniała na lepsze.

8. Kodeks turysty - ekologa 10 min. Wspólnie piszemy kodeks turysty - ekologa. Kodeks zostaje podpisany przez wszystkich uczestników zbiórki.

9. instrumenty 15 min. Prowadzący prezentuje regulamin odznaki PTTK „Turysta Przyrodnik” oraz sprawności związane z przyrodą. (Regulamin)

10. Trzeba zacząć od siebie! 15 min. Podczas słoneczka dochodzimy do wniosku, że nie zmienimy całego świata od razu. Najpierw trzeba zacząć od siebie, dlatego idziemy całą grupą zbierać śmieci w miejscu naszej zbiórki lub gdzieś dalej. Można się także umówić, że najbliższa wycieczka w góry będzie połączona z porządkowaniem szlaku. (Rękawiczki, worki na śmieci)

11. zakończenie zbiórki 2 min zgodne z obrzędowością
suma: 112 min.



Temat: Biografie znanych turystów

1. Cel: zapoznanie uczestników z największymi osobistościami polskiej turystyki

2. Czas: ok 2 h

3. Forma: test, kominek/ognisko, zabawa

4. Materiały: książki programowe, arkusze testu, pisaki, koce(przynajmniej jeden na osobę tak by ją w całości zakrywał)

5. Przebieg:

1.kominek/ognisko: Sławni ludzie gór:

forma kominku/ogniska będzie towarzyszyć przez całą zbiórkę. Zadaniem prowadzącego jest wytworzenie odpowiedniego nastroju, zadumy, nostalgii, refleksji (przyda się na pewno ogień, gitara, i pieśni turystyczne jak powolne tak i szybkie, mundury obowiązkowo, obrzędowość ogniskowo-kominkowa to już według uznania) , tak żeby każdy uczestnik z zacięciem słuchał opowieści o jednym wybranym himalaistcie; do wyboru to mam kilka propozycji:

1- Jerzy Kukuczka 2-Wanda Rutkiewicz 3-Andrzej Machnik Jest wiele innych jeszcze nazwisk, ale właśnie ci wydali książki autobiograficzne opisujące ich osiągnięcia tytuły to kolejno „Mój pionowy świat” , „Karawana do marzeń” i też tej samej autorki „na jednej linii”, „Zimą na trzeci szczyt świata wszystkie książki jednego wydawnictwa „Hudowski & Marcisz” i teraz po kolei zadaniem jest opracowanie na podstawie wybranej biografii dopasowanie odpowiedniego fragmentu z książki; np. w przypadku J. Kukuczki jak zdobywają K2 :i odczytywanie go fragmentami, a między tym wplecenie zabaw i piosenek modelujących nastrój

fragment i przerywniki mają zawierać się w około 1h 40 min(w tym czasie zawiera się rozpoczęcie i zakończenie czyli jakieś 20min.; czas piosenek i zabaw, no i samego opowiadania czy też czytania)

2.Zabawy w skały: jedna osoba wciela się w postać wspinacza i jej zadaniem jest przebyć skalną drogę czyli ta osoba jest proszona o wyjście, a reszta chowa się pod koce i układa na przestrzeni (pod kocem może być kilka osób, koło siebie itd.) jak głazy na rumowisku; można oczywiście robić „fałszywe” skały podkładając pod koce np. poduszki. Zadaniem osoby tej jest jak najszybsze rozpoznanie drogi skalnej czyli w praktyce nie zdejmując koców rozpoznać kto się pod nim znajduje i podać głośno jego imię; jeśli wywołane imię się zgadza to ta osoba wychodzi spod koca;

gra się kończy jak wszyscy zostaną zdemaskowani:) oczywiście nie można zgadywać ciągiem, kopać głazów itd.

Zabawa w nieruchomego alpinistę: Zasady podobne do muszek i pajaka. Jedna osoba jest wybierana jako „Góra”, a reszta to alpinisci co się na nią wspinają, alpinisci (udają że się wspinają) i na hasło góry „lawina!!!” wszyscy alpinisci zamierają w miejscu; wtedy „Góra” patrzy czy na pewno się nie ruszają; jeśli ktoś się poruszy to odpada bo go lawina zabrała:) i tak gra się toczy do ostatniego gracza. Ten kto zostaje ostatni to znaczy że zdobył szczyt:)

piosenki to według uznania.

3.prawie zakończenie

zabawa :w okolicy (nie dużej) są rozwieszone na kartkach krótkie biografie pozostałych ww wspinaczy i Mariusza Zaruskiego , Krzysztofa Wielickiego, Andrzeja Kamińskiego, Herman Buhl,

Reinhold Messner, Pawlikowski, Andrzej Czok (kto tam będzie ciekawszy) uczestnicy są dzieleni na grupy o połowę mniejszą niż ilość wywieszonych biografii. Następnie osoby w grupach na sygnał rozbiegają się do kartek i je studiuja tak by jak najwięcej zapamiętać. Po ustalonym czasie grupy wracają na swoje miejsca i otrzymują po kartce gdzie mają zapisać z pamięci biografie postaci wylosowanej u prowadzącego, a następnie po upływie 5 min grupy prezentują swoje prace, a następnie są one sprawdzane z oryginałem (oczywiście tu mają towarzyszyć wybuchy śmiechu, dobra zabawa itd. czas na wykonanie 10 min. A łącznie 20 min)



Temat: Góry w sztuce

(dobrze by było jakby drużyna była po niedawnej wyprawie w góry)

1. **Cel:** Prezentacja harcerzom i harcerkom twórczości związanej z tematyką górską i zachęcenie ich do własnej twórczości.
2. **Zamierzenia:**
 - uczestnicy będą wiedzieli jak artyści czerpią inspiracje z gór
 - uczestnicy poznają kilka wierszy o górach i zanalizują je
 - uczestnicy poznają kilka nazwisk poetów piszących o górach
 - uczestnicy po zbiórce zaczną zwracać uwagę na to, ile razy piosenki odnoszą się tematyką do gór
3. **Uczestnicy:** harcerze/ harcerze starsi
4. **Metody:** pogadanka, analiza wierszy
5. **Materiały:**
 - Każdy uczestnik - przynosi ze sobą zdjęcie gór ładne i drugie zrobione przez siebie, szalik, ulubiony kubek
 - świeczka
 - magnetofon i muzyka
 - gitara
 - wiersze
 - zdjęcia gór
6. **Czas trwania zbiórki:** 2-2,5 h
7. **Przebieg zbiórki:**

1. **Rozpoczęcie**, 10 min Wg Zwyczajów drużyny

2. **Gra wyobraźnią** 15 min Przygasa światło (chyba że to na wolnym powietrzu), uczestnicy układają się wygodnie każdy znajduje sobie miejsce w którym mu wygodnie. Drużynowy/a przyciszonym głosem opowiada/czyta a harcerze w milczeniu wyobrażają sobie to, co opisuje. Opisuje on górską drogę (zamknijcie oczy, wyobraźcie sobie, że idziecie górską ścieżką, dookoła pachnie las, śpiewa ptak...chcecie wdrapać się na szczyt, który wyłania się między drzewami w słońcu...) W tle może grać cichutko muzyka. Na koniec drużynowy włącza utwór Wolnej Grupy Bukowiny lub inny o tematyce górskiej. Uczestnicy powoli „budzą się”.

3. **Góra jest jak...** 10 min Każdy po kolei dokańcza zdanie: góra jest jak... rundki trwają tak długo aż kończą się pomysły, nie wolno się powtarzać.

4. **Metafora góry - pogadanka** 10 min Co może symbolizować góra, jak można górę opisać, do czego porównujemy wspinaczkę, czy można porównać góry do naszego życia, jakie znają opisy góry. Co to jest - poezja górską.

5. **Piosenka** 10 min Górską do wyboru: góry, Bieszczady...

6. **Jak ludzie piszą o górach - wiersze** 30 min Każdy zastęp dostaje jeden wiersz (propozycje w załączeniu ale można oczywiście dodać własne) i później ma go odczytać w ciekawy sposób, zrobić analizę (rymowany czy nie), opowiedzieć jak w nim jest pisane o górach - czy coś się do czegoś porównuje tam, czy im się podobał.

7. **Niekończąca się piosenka** 15 min Pojedynki zastępów w kółeczko - każdy śpiewa fragment piosenki w której jest coś o górach, potem następny zastęp, nie można

powtarzać piosenek.

8. Wystawa zdjęć 20 min Zdjęcia które przynieśli ustawiamy niczym wystawę, herbata, w tle muzyka górską (sdm, bukowina...).

9. Obrzędowe zakończenie 10 min Wg zwyczajów drużyny.

ZAŁ - wiersze

Poezja śpiewana (także **piosenka literacka**) to pojemny i nieprecyzyjnie określony gatunek muzyczny, w którym utwory składają się z wiersza, zwykle o charakterze ballady, oraz skomponowanej specjalnie do utworu muzyki. Najczęściej są to kompozycje o głębokiej treści, wyszukanej, często delikatnej melodii oraz skromnej aranżacji (zwykle na gitarę lub fortepian). Termin ten łączy się z określeniem *kraina łagodności*, zaczerpniętym z poezji Jerzego Harasymowicza, do którego w swoich piosenkach nawiązywał później Wojciech Bellon.

Poezja śpiewana wykonywana przez aktorów nazywana jest **piosenką aktorską**, a jej popularna odmiana zalicza się do nurtu **piosenki turystycznej** (wykonywanej przy ogniskach i na imprezach turystycznych) lub **piosenki studenckiej** (w ramach tzw. kultury studenckiej). Często poezja śpiewana to zarazem **piosenka autorska**, czyli utwór którego wykonawca jest jednocześnie autorem słów i muzyki.

Narowistość pióra

Siedzi się przy stole
pióro stoi jak szkap
żaden jej rozkaz nie niesie

Nagle
ni stąd ni zowąd
uczucie pędzi jak płomień
poematu zboczem
jak górskim zboczem
pędzi jesień

Pióro rzuca się w cwał!
przelatują światy
turkoczą
strona za stroną

Ja przytrzymuję tylko
czapkę
żeby nie spaść
ze stołu

W górach

W górach jest wszystko co kocham
Wszystkie wiersze są w bukach
Zawsze kiedy tam wracam
Biorą mnie klony za wnuka
Zawsze kiedy tam wracam

Siedzę na ławce z księżycem
I szumią brzoza kropidła
Dalekie miasta są niczem

Ja się tam urodziłem w piśmie
Ja wszystko górą zapisałem czarnym
Ja jeden znam tylko Synaj
Na lasce jałowca wsparty

I czerwień kalin jak cyrylica pisze
I na trombitach jesieni głosi bór
Że jedna jest tylko mądrość
Dzieło zdjęte z gór

W lesie listopadowym

Wokół góry góry i góry
I całe moje życie w górach
Ileż piękniej drozdy leśne śpiewają
Niż śpiewak płatny na chórach

Jak łasiczki ścieżka w śniegach
Droga życia była kręta
Teraz z lasów zeszła na mnie
Młodych jodeł zieleń święta

Nie ludzką ręką malowany
Jest wielki smutek duszy mojej
Lecz nawet złockiej ikonie
Ja nigdy nic nie powiem

Ważne są tylko modre kopuły pieśni
Które na górze wysokiej zostaną
Nikt nie szuka inicjałów cieśli
Gdy cieśle dom postawią

Przyjaciele drodzy którzy jemioly czcicie
Dobrze że chodzicie światem
Wkrótce jodełkę zieloną spalicie
Aby darzyła was ciepłym latem

Wokół lasy i wiatr
I całe życie w wiatru świstach
Wszyscy których kocham wita was
Modrzewia ikona złocista

JAK OKIEM SIĘGNAĆ Tomek Jarmużewski

Los łaskawie zwykł mnie wieść
Drogą małych miejskich szczęść

Lecz zostawiam czasem milion ważnych spraw
Teraz ścieżka pośród traw
Wiedzie mnie w cudowny świat
Do przyjaciół, których z mapy dobrze znam

Zabieram marzeń garść na drogę
Myśl o wolności i pogodę
Ducha, co wzrasta z każdym dniem

Bo tutaj w górach jest mój dom
Śpią marzenia, gwiazdy lśnią
Tu przestrzenią karmię serce
Życ, co krok pragnę więcej!

Za mną już niejeden szczyt
Choć wysoki, prostszy niż
Czasem, z czasem stanąć twarzą w twarz
W codzienności znaleźć sens
I móc wrócić wiedząc, że
Życiu trzeba gór nadawać kształt

Zabieram marzeń garść na drogę
Myśl o wolności i pogodę
Ducha, co wzrasta z każdym dniem

Bo tutaj w górach jest mój dom
Śpią marzenia, gwiazdy lśnią
Tu przestrzenią karmię serce
Życ, co krok pragnę więcej!

UWIELBIAM PRZEŁĘCZE

Robert Marcinkowski

Łagodnie wklęśte,
Dumnie wypukłe
Dwukrzywiznowe
Bezboleśnie wszechstronne
Pośród stoków oazy płaskości
Nad krajobraz i nad podziw stabilne
Odloty moje osiodłane!
Gdy na szczytach zagraża samotność
Gdy dolinami płyną mroczne myśli
Gdy na stokach drogi ludzkich przemian
Wiodą przez porzucenie i wysiłek
Uwielbiam przełęcze, uwielbiam przełęcze...
Gdy na szczytach zagraża samotność
Uwielbiam przełęcze
Gdy dolinami płyną mroczne myśli
Uwielbiam przełęcze
Gdy na stokach drogi ludzkich przemian
Uwielbiam przełęcze
Uwielbiam przełęcze, uwielbiam przełęcze...

PIEŚŃ O ZIEMI NASZEJ Wincenty Pol
(fragment)[...]

W góry! w góry, miły bracie!
Tam swoboda czeka na cię.
Na szataś do pasterzy,
Gdzie ze źródła woda bieży;
Gdzie się serce z sercem mierzy
I w swobodę człowiek wierzy!
Tutaj silniej świat oddycha,
Tu się szczerzej człek uśmiecha,
Gdy się wiosną śmieją góry.

A gdy ponad turnie czasem
Przegrzmi latem nagła burza,
To zieleńsze potem wzgórza
Popod hale, ponad lasem.
Świeższe, żywsze barwy, wonie
I powietrze bywa lżejsze,
Ach i bole serca mniejsze!
Czyste czucia w lżejszym łonie...
Trawnik błyszczący w świeższych rosach,
A olbrzymie półobrócze,
Rajskie wstęgi, jasne tęcze,
Pną się łukiem po niebiosach!

O, te skarby, te obrazy,
I natury, i swobody:
Chwytaj, pókiś jeszcze młody,
Póki w sercu jeszcze rano!
Bo nie wrócą ci dwa razy,
A schwyczone pozostaną...



Temat: Zdobywać czy nie zdobywać? Oto jest pytanie.

1. Cele:

- zapoznanie uczestników zbiórki z regulaminami odznak: OTP, GOT, KOT, Turysta Przyrodnik i Przyjaciół Cieszyna;
- wspólne dojście do wniosku, jakie korzyści przyniesie zdobywanie odznak.

2. Materiały- papier, flamastry, młotek, deseczka, materiały programowe, ciastka

3. Przebieg zbiórki:

1) Piosenka „Już tyle lat”.

2) Pogadanka o odznakach: przedstawienie odznak „OTP, GOT, KOT, Przyrodnik i Przyjaciół Cieszyna. Omówienie przez prowadzącego gdzie można je zdobywać.

3) Sąd nad poglądem:- Temat: „Czy warto zdobywać odznaki i jakie z tego wynikają korzyści lub problemy.

Faza A) uczestnicy dzielą się na 4 grupy przez losowanie kolorowych karteczek. Każdym uczestnikom, którzy wylosowali dane kolory zostaje przyporządkowana dana funkcja (sędziowie, reporterzy, oskarżyciele, obrońcy). Każdy otrzymuje opisaną swoją rolę i każda grupa ma czas na przygotowanie się do dalszej części zbiórki. W tym czasie zostaje przygotowana sala na rozprawę.

Faza B) omówienie regulaminu i porządku obrad

Ta część polega na tym, że dwie przeciwne sobie strony spotykają się na ławie Sędziowskiej. Jedna strona jest za zdobywaniem odznak (Obrońcy), a druga jest przeciwko (Oskarżyciele). Każda ze stron na rozprawę musi przygotować sensowne argumenty konkretnie udokumentowane. Cała rozprawa będzie się odbywała na uprzednio przygotowanej sali obrad przed niezawistymi sędziami i obiektywnymi reporterami. Zadaniem sędziów jest czuwanie nad należytym przebiegiem rozprawy (w razie niepokojów sędzia ma możliwość przywrócenie do porządku uczestników poprzez uderzeniem młotkiem w deseczkę (tak jak na filmach) i co najważniejsze spisywanie i ocena przedstawionych argumentów, a na koniec wydanie wyroku, który zostanie odczytany na sam koniec rozprawy. Ponadto sędziowie otwierają i zamykają rozprawę i mogą zadawać pytania do obu stron.

Rolą reporterów jest sporządzenie reportażu z rozprawy i przedstawienie go przed werdyktem sędziowskim. Reporterzy również mogą zadawać pytania.

4) Piosenka „Hej w góry!”

5) Herbatka

Uczestnicy zasiadają do wcześniej przygotowanej herbatki i zając ciasteczka dowiadują się jak wypełniać odznakę GOT, OTP, Przyjaciół Cieszyna. Ta część zbiórki jest prowadzona na podstawie regulaminu danej odznaki.

SPRAWNOŚCI HARCERSKIE



Przyrodniczka-Przyrodnik * (Przyrodnicze)

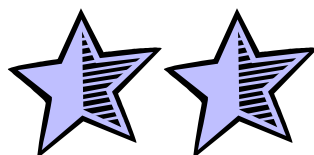
1. Rozpoznał(-a) po liściach następujące drzewa: dąb, brzoza, klon, leszczyna, wierzba, topola, lipa.
2. Odwiedził(-a) park krajobrazowy albo narodowy, sporządzając notatkę z wycieczki z rysunkami.
3. Rozpoznał(-a) na rysunku lub zdjęciu po pięć gatunków roślin, ptaków i zwierząt chronionych w Polsce.
4. Zasadził(-a) własne drzewko w miejscu zamieszkania, na działce lub przy szkole.

Łazik * (Społeczne, etnograficzne)

1. Skompletował(-a) ekwipunek turystyczny.
2. Uczestniczył(-a) w kilku wycieczkach, ubierając się stosownie do warunków terenowych i pogodowych, zabezpieczając się przed przegrzaniem i przemoczeniem.
3. Poprawnie spakował(-a) plecak, zabierając tylko rzeczy przydatne na tej wyprawie i prawidłowo rolując koc.
4. Uczestnicząc w wycieczkach i rajdach zawsze zachowuje pogodę ducha mimo trudów wędrowania.

Wskazidroga * (Zaradność życiowa)

1. Poznał(-a) swoją miejscowość zbierając o niej ciekawostki.
2. Wskazał(-a) nieznajomemu drogę do najważniejszych miejsc w swojej miejscowości.
3. Znalazł(-a) w swojej okolicy miejsce na biwak.
4. Opracował(-a) własną trasę dotarcia do wyznaczonego punktu w terenie.



Przyjaciół Przyrody * *

1. Wskazał/a na mapie Polski parki narodowe oraz znajdujące się w okolicy (np. w gminie lub powiecie) rezerваты przyrody, parki krajobrazowe i wybrane pomniki przyrody. Wyjaśnił/a cele, dla których je utworzono.
2. Uczestniczył/a w wycieczce do rezerwatu przyrody lub parku narodowego. Zachowywał/a się zgodnie z obowiązującym tam regulaminem.
3. Brał/a udział w pracy na rzecz środowiska naturalnego, np. w parku, na szlaku turystycznym, podczas imprezy ekologicznej.
4. W swoim domu oszczędza wodę i energię elektryczną, dba o wykorzystanie surowców wtórnych.

Włóczęga górski **

1. Zdobyła/ył 5 szczytów wybranego pasma górskiego.
2. Spędziła/ił 10 dni na całodniowych wycieczkach górskich.
3. Potrafi prawidłowo wypełnić książeczkę GOT.
4. Zapoznała/ał się z publikacjami dotyczącymi atrakcji turystycznych swojego regionu (np. przewodniki, strony internetowe). Zachęcił harcerki/harcerzy z drużyny do zwiedzenia proponowanych atrakcji.

Wspinacz **

1. Zna zasady bezpiecznego wspinania się i asekuracji.
2. Zna fachową terminologię wspinaczkową (nazewnictwo sprzętu, komendy, slang wspinaczkowy).
3. Poznała/ał biografię wybitnego alpinisty i przedstawiła/ił jej/jego sylwetkę na zbiorce zastępu.
4. Regularnie uczestniczy w zajęciach na ścianie wspinaczkowej.
5. Pod opieką instruktora pogłębia swoje umiejętności pokonując coraz trudniejsze trasy.

Przewodnik/Przewodniczka po... * *

mieście, okolicy, miejscach pamięci narodowej, muzeach itp.

Kanon wymagań sprawności:

1. Poznał/a historię swojego regionu. W sposób szczególny interesuje się wybranym okresem lub miejscem.
2. Opracował/a trasę kilkugodzinnej wycieczki i wykonał/a projekt folderu turystycznego o niej.
3. Nawiązał/a niezbędne kontakty z gospodarzem terenu oraz obiektów i placówek ujętych w opracowaniu propozycji trasy wycieczkowej.
4. Przeprowadził/a dla kolegów/koleżanek ze swojego środowiska lub przyjezdnych wycieczkę opracowaną przez siebie trasą.

Leśny człowiek **

(Praca nad sobą)

1. Odbił(-a) wędrowkę po lesie, dochodząc do określonego miejsca według znaków przyrody.
2. Dokonał(-a) leśnego zwiadu, znajdując ciekawe miejsca i zapoznając z nimi zastęp.
3. Spędził(-a) samotnie dzień w lesie (od świtu do zmroku), opowiadając potem o swoich przeżyciach na ognisku.

Miłośniczka przyrody-Miłośnik przyrody **

(Przyrodnicze)

1. Wskazał(-a) na mapie polskie parki narodowe oraz rezerваты przyrody w swojej okolicy.
2. Bezpiecznie rozpałił(-a) ognisko w lesie i zgasił(-a) je bez pozostawiania śladów.
3. Uczestniczył(-a) w pracach na rzecz zieleni, np. w parku, na szlaku turystycznym, w imprezie ekologicznej.
4. Przygotował(-a) gawędę na ognisko lub pogadankę na lekcję o znaczeniu przyrody dla zdrowia człowieka oraz o potrzebie ochrony przyrody przed zagrożeniami cywilizacji.

Tramp **

(Społeczne, etnograficzne)

1. Odbił(-a) co najmniej 5 wypraw samodzielnych w promieniu kilku kilometrów od miejsca zamieszkania.
2. Poznał(-a) zasady bezpiecznego marszu (tempo, odpoczynek, obciążenie, przepisy ruchu drogowego).
3. Nocował(-a) w lesie bez namiotu oraz w nieznannej miejscowości korzystając ze schroniska PTSM.
4. Zorganizował(-a) biwak zastępu (drużyny), rozbijając go i likwidując bez pozostawiania śladów.

Terenoznawca **

(Techniki harcerskie)

1. Oceniał(-a) prawidłowo odległość do wyznaczonego punktu nie posługując się przyrządami.
2. Trafił(-a) do wyznaczonego miejsca w nieznanym terenie na podstawie szkicu.
3. Poprowadził(-a) patrol w terenie posługując się busolą i bezbłędnie docierając do miejsca oznaczonego na mapie.
4. Wytypował(-a) w nowym terenie miejsce na biwak drużyny, rozplanowując jego rozbięcie.

Znawczyni własnej miejscowości/znawca własnej miejscowości * *

1. Na podstawie wywiadów z mieszkańcami ustaliła/ił najważniejsze wydarzenia w swojej miejscowości w XX wieku.
2. Dowiedziała/ał się, czy istnieje w jej/jego miejscowości lista honorowa mieszkańców. Kto jest na tej liście i dlaczego?
3. Przedstawiła/ił historię swojej miejscowości w formie pisanej (artykuł w gazecie) lub ustnej (gawęda na zbiórce).
4. Zorganizowała/ał wraz z zastępem grę miejską dla drużyny.
5. Dowiedziała/ał się, jak przedstawia się aktualna sytuacja mieszkańców (z czego się utrzymują, jak spędzają czas wolny, co robią najmłodsi mieszkańcy itd.).

Przewodniczka po regionie/przewodnik po regionie **

1. Wzięła/ał udział w zwiadzie etnograficznym zastępu w wybranej okolicy. Dokonała/ał obserwacji stylu budownictwa, elementów sztuki ludowej, języka mieszkańców.
2. Na ognisku drużyny zaprezentowała/ał swoje spostrzeżenia, zdjęcia, szkice oraz co najmniej jeden przedmiot będący wyrobem rzemiosła ludowego z wybranej okolicy.
3. Skompletowała/ał biblioteczkę zawierającą pozycje opisujące interesujący ją/go region.
4. Poznała/ał co najmniej jeden taniec lub piosenkę, przyśpiewkę ludową z wybranego regionu.



Znawczyni regionu/znawca regionu ***

1. Zwiedziła/ił wraz z zastępem muzeum regionalne lub skansen.
2. Potrafi wskazać atuty kulturowe swojego regionu. Zna zagrożenia dla jego rozwoju.
3. Poznała/ał główne problemy ochrony środowiska swojego regionu. Podejmuje wraz z drużyną działania zmierzające do ich rozwiązania.
4. Dowiedziała/ał się, jaki jest adres internetowy własnego województwa. Śledzi na bieżąco informacje tam się ukazujące.
5. Nawiązała/ał kontakt z redakcją lokalnego radia lub gazety, pomogła/pomógł w przygotowaniu cyklu artykułów o ciekawostkach regionu.

Ekolog ***
(Przyrodnicze)

1. Zna zagrożenia środowiska naturalnego występujące w różnych regionach Polski oraz instytucje zajmujące się jego ochroną.
2. Brał(-a) udział w zalesieniu i akcji ratowania środowiska.
3. Przeczytał(-a) kilka książek i wydawnictw o tematyce ekologicznej, opowiedział(-a) o tym w zastępie lub drużynie.
4. Umie zabezpieczyć teren obozu (biwaku) przed zniszczeniem.
5. Nauczył(-a) harcerzy segregowania śmieci oraz ich likwidowania bez szkody dla środowiska.

Etnograf ***
(Społeczne, etnograficzne)

1. Poznał gwarę regionu, w którym mieszka, język mniejszości zamieszkującej na tym terenie.
2. Przedstawił(-a) swoje zbiory opowieści i pieśni ludowych oraz publikacji o działalności twórców ludowych, zespołów folklorystycznych.
3. Zwiedził(-a) przynajmniej jeden skansen.
4. Zaznaczył(-a) na mapie tereny, z których przybyła ludność zamieszkująca w tym regionie.

Turystka-Turysta ***
(Społeczne, etnograficzne)

1. Poznał(-a) tereny wycieczkowe w promieniu 50 km od miejsca swojego zamieszkania.
2. Wskazał(-a) najpiękniejsze regiony turystyczne w Polsce, uzasadniając swój wybór w sposób przekonujący.
3. Odbił(-a) kilkanaście wycieczek w różnym terenie (po lesie, po górach, na wodzie) i w czasie różnej pogody.
4. Zorganizował(-a) dla drużyny wycieczki o różnej tematyce, m.in.: krajoznawcze, przyrodnicze, historyczne.

Wędrowiec ***
(Społeczne, etnograficzne)

1. Uczestniczył(-a) w kilkudniowych wyprawach - rajdach z nocowaniem w schroniskach, namiotach i pod gołym niebem.
2. W czasie obozów wędrownych zainteresował(-a) się historią poznawanych miejsc i ludzi tam żyjących.
3. Zachęcił(-a) innych do wędrowki tym samym tropem, przedstawiając swoje spostrzeżenia w ciekawej formie.
4. Zorganizował(-a) rajd wg opracowanego przez siebie programu i nieznanego dla uczestników trasy.

Wyga górski ***

1. Zdobyła/ył 3 szczyty wybranych 2 pasm górskich.
2. Ukończyła/ył kurs pierwszej pomocy. Stosuje zasady racjonalnego uprawiania turystyki górskiej, umie obliczyć czas marszu, zna niebezpieczeństwa gór.
3. Ma ekwipunek turystyczny, niezbędny do wędrówki po górach i umie go konserwować.
4. Wykonała/ał kronikę jednej lub więcej kilkudniowych wędrówek w wybranym paśmie górskim, uzupełniła/ił ją o dane z fachowej literatury i przedstawiła/ił ją na forum drużyny.
5. Była/ył na dwóch obozach wędrownych w górach.

Wspinacz doskonały ***

1. Skompletowała/ał podstawowy sprzęt wspinaczkowy (uprząż, przyrząd asekuracyjny, karabinek, buty wspinaczkowe, karabinek, ewentualnie lina).
2. Przeczytała/ał wybraną pozycję dotyczącą wspinaczki skałkowej.
3. Przeprowadziła/ił zbiórkę dla zastępu lub drużyny przybliżającą techniki wspinaczki oraz asekuracji.
4. Systematycznie podnosi swoją sprawność fizyczną uprawiając wybraną dyscyplinę sportu. Regularnie trenuje na ścianie wspinaczkowej.
5. Pod opieką doświadczonego instruktora wspinaczki pokonała/ał trasę skalną o trudności minimum VI.

Sprawność mistrzowska lub odznaka/uprawnienie: karta wspinacza, karta taternika

Kartograf *** (Techniki harcerskie)

1. Wykonał(-a) z pamięci szkic sytuacyjny terenu.
2. Dokonał(-a) pomiaru terenu nadającego się na urządzenie zgrupowania obozów lub dziecięcego placu zabaw.
3. Przygotował(-a) trasę imprezy na orientację i biegu terenowego z przeszkodami.
4. Przeprowadził(-a) w drużynie (szczepie) szkolenie z zakresu terenoznawstwa.

Krajoznawca *** (Zaradność życiowa)

1. Zebrał(-a) materiały na temat turystyki krajowej i zagranicznej, udostępniając je chętnym koleżankom i kolegom w szkole lub mieszkańcom okolicy.
2. Zaplanował(-a) cykl wycieczek dla dzieci do najciekawszych miejsc w Polsce.
3. Zorganizował(-a) kilkudniową wycieczkę drużyny (szczepu) wg własnej trasy i programu.
4. Opracował(-a) folder turystyczny swego regionu lub uczestniczył(-a) w jego tworzeniu przez fachowców.

Leśnik ***
(Zaradność życiowa)

1. Poznał zagrożenia występujące w polskich lasach i dotyczące drzew, ptaków i zwierząt.
2. Przedstawił w interesującej formie bogactwo polskich lasów, z którego może korzystać każdy człowiek i gospodarka narodowa.
3. Zorganizował w zastępie lub drużynie szkolenie o znaczeniu lasów dla człowieka na ziemi.
4. Wykonał kalendarz życia lasu, zaznaczając w nim okresy ochronne i dozwolone dla polowań na różną zwierzynę.
5. Odbił z leśniczym obchód lasu i wykazał się znajomością drzew, rozpoznając je po korze i nasionach.

Znawca Przyrody * * *

1. Skompletował/a biblioteczkę (książki, artykuły, foldery, adresy stron internetowych) o tematyce ekologicznej.
 2. Poznał/a zasady ekologicznego obozowania. Zastosował/a je w praktyce.
 3. Wziął/ęła udział w akcji na rzecz ratowania lub ochrony środowiska naturalnego.
 4. Przygotował/a i przeprowadził/a zbiórkę na temat znaczenia przyrody dla zdrowia człowieka oraz o potrzebie jej ochrony przed zagrożeniami cywilizacji.
- Zapoznał/a się z celami i działaniami kilku wybranych organizacji ekologicznych

Funkcje sprawności mistrzowskich pełnią:

Uprawnienia PTTK:

- przewodnik po obiekcie - np. po pałacu w Wilanowie, kopalni soli w Wieliczce
- przewodnik miejski - np. po Krakowie
- przewodnik terenowy - np. po regionie
- przewodnik górski - po danym paśmie
- przewodnik turystyki pieszej
- przewodnik turystyki górskiej

ZNAKI SŁUŻB



Znak służby Turystyke

Harcerskie życie jest nieustanną wędrówką. Nasze wędrowanie to nie tylko pokonywanie przestrzeni. To przede wszystkim OTWARCIE NA ŚWIAT: ciekawość i umiejętność szukania przygody. Chęć dotarcia tam gdzie znajdziemy coś interesującego i wartego poznania. Czegoś, co pogłębi naszą wiedzę i wzbogaci nas wewnętrznie. Jest odkrywanie nieznanych dotąd miejsc i spotkania nowych ludzi. Wyruszajcie więc na szlak z otwartymi oczyma, a to, co zobaczycie, wzbogaci ścieżkę waszego własnego rozwoju.

Aby móc w pełni korzystać z poznania nowych krajów, społeczeństw i kultur, należy harcerską wędrówkę zacząć od swojego otoczenia - miejsca, w którym żyjemy. Od odkrycia wszystkich jego walorów - historii i tradycji, kultury i dorobku przeszłych pokoleń, przyrody i piękna krajobrazu, spotkania ludzi tam żyjących, poznania ich spraw i problemów.

Wędrówka jest okazją do wykazania się harcerskimi umiejętnościami - znajomością zasad obowiązujących na szlaku, samodzielnością, sprawnością organizacyjną, wiedzą zaczerpniętą ze wszystkich technik harcerskich. Wędrówka łączy, umacnia harcerskie bractwo, jednoczy nas wobec zadania dotarcia do wspólnego celu. Wędrówka to także odpoczynek. Niewiele rzeczy daje tyle odprężenia, co kontakt z przyrodą. Dlatego musimy dbać, by ciągle mieć gdzie wędrować. Jest to więc także służba tym, tym którzy przyjdą po nas, tak, by i oni mogli wyruszyć na swój szlak, by mieli szansę zobaczyć i poznać nowe rzeczy.

Taka jest idea tej służby - przez turystykę i krajoznawstwo otworzyć się na świat, wędrować, poznawać i odkrywać to, co przynosi szlak i przecierać nowe ścieżki dla innych. Zachęcać do takiego właśnie sposobu spędzania czasu, pomóc zrozumieć innym, co daje wędrówka.

Wypełniać tę wędrowniczą służbę i zdobyć znak można na przykład:

- organizując innym - zaprzyjaźnionej drużynie, koleżankom i kolegom ze szkoły, młodszym dzieciom, rodzicom, znajomym i nieznanym - wędrówki do wybranego celu, na wybranej trasie, na wybrany temat (np. wyprawy etnograficzne, historyczne, społeczne, przyrodnicze);
- uczestnicząc w inwentaryzacji zabytków, obiektów przyrody, obejmując je stałą opieką;
- nawiązując współpracę i podejmując wspólne przedsięwzięcia turystyczne z PTTK, SKKF, TKKF, PTSM i innymi organizacjami (np. sportowymi);
- uprawiając turystykę kwalifikowaną, zdobywając odznaki turystyczne (np. OTP, GOT) i krajoznawcze własnego miasta, regionu, Polski;
- zdobywając uprawnienia PTTK: Organizatora Turystyki (OT), Młodzieżowego Organizatora Turystyki (MOT);
- porządkując, znakując lub konserwując trasy turystyczne, opracowując mini-przewodniki, popularyzując wędrówkę (wystawy, audycje w radiowęźle szkolnym, artykuły w piśmiskach szkolnych i prasie młodzieżowej);

- prowadząc stanicę, bazę turystyczną i organizując dla korzystających z niej program turystyczny;
- organizując obozy, złazy, tematyczne obozy wędrowne etc.;
- organizując rajdy prezentując folklor, kulturę, historię i współczesność różnych regionów Polski;
- organizując harcerskie muzeum etnograficzne;
- nawiązując współpracę z Państwową Służbą Ochrony Zabytków;
- zbierając legendy, opowiadania, podania ludowe z różnych regionów Polski;
- nawiązując współpracę za skautami z innych krajów i organizując i organizując wspólnie wyprawy zagraniczne;
- opracowując folder, informator, album o swojej miejscowości (także w języku obcym, z przeznaczeniem dla zaprzyjaźnionej drużyny skautowej).

Znak służby Kulturze

Kto chce żyć pełnią życia, musi umieć czerpać z wartości niesionych przez kulturę. Człowiek, który to potrafi, staje się silniejszy, bogatszy wewnętrznie. Kultura tworzy fundament naszego ROZWOJU INTELEKTUALNEGO I DUCHOWEGO. Obcowanie z nią pozwala wiedzieć więcej, patrzeć szerzej i czuć głębiej. Kultura, z którą mamy kontakt na co dzień, to nie tylko wyprawa do muzeum, kina, opery lub teatru. To także czytana książka i dbałość o czystość swojego języka, to kultura wzajemnych stosunków pomiędzy ludźmi. To również kultura wyrażająca się w dbałości o estetykę naszego, często tak bardzo zaniedbanego otoczenia. W takim osobistym wymiarze każdy z nas może być prawdziwym twórcą kultury.

Wszystkie społeczeństwa przez wieki budowały swoje dziedzictwo kulturowe. Znajomość naszej kultury narodowej - polskiej historii i tradycji, dorobku przeszłych pokoleń, dawnej i współczesnej sztuki, jest warunkiem zachowania naszej narodowej tożsamości. Naród istnieje tak długo jak istnieje jego kultura. Współczesna cywilizacja ułatwia dostęp do kultury. Pozwala utrwać znajomość własnej i pomaga w poznaniu kultur innych narodów i społeczeństw. Dlatego zawsze warto dzielić się swym dorobkiem i wzajemnie czerpać z posiadanego dziedzictwa, gdyż poznanie osiągnięć kulturalnych innych narodów pozwoli na lepsze zrozumienie otaczającego nas świata.

To jest idea tego znaku służby - przez kontakt z kulturą przyczyniać się do rozwoju intelektualnego i duchowego swoich społeczności, będąc otwartym na dorobek innych kultur codziennie budować ją wokół siebie, utrwać znajomość kultury narodowej, uczestniczyć w życiu kulturalnym i artystycznym, wzbogacić życie innych ludzi, pomagać im w estetycznym, pięknym kształtowaniu swojego otoczenia, rozwijać wrażliwość na piękno.

Wypełniać tę wędrowniczą służbę i zdobyć znak można na przykład:

- organizując w drużynie, szczepie, hufcu, szkole spotkania ze sztuką;
- organizując bibliotekę drużyny, wieczory z książką, dyskusje poświęcone ciekawej lekturze;
- organizując wyprawy do kina, teatru, opery, filharmonii, spotkania z ludźmi sztuki i kultury;
- organizując harcerskie ogniska, kominki, wieczornice poetyckie, turnieje żywego słowa, konkursy czytelnicze, festiwale piosenki, poezji, teatrów amatorskich, odczyty, harcerskie teatrzyki podwórkowe dla dzieci, poradnie językowe;

- organizując wieczór kultury europejskiej (lub kultury jakiegoś kraju) w oparciu o materiały i wiadomości zdobyte podczas kontaktów skautowych;
- przeprowadzając zwiad dotyczący krajobrazu kulturowego waszego regionu;
- organizując obozy etnograficzne, zbierając wytwory sztuki i kultury ludowej, zabytkowe narzędzia pracy i organizując ich wystawy, współpracując z muzeami;
- wydając pismo szkolne, organizując radiowęzeł, letnie kino, kiermasz książek, obrazów, płyt, etc.;
- prowadząc klub lub zespół artystyczny prezentujący swój dorobek w środowisku działania,
- upowszechniając kulturę i sztukę, prowadząc np. Kulturalny Portal Harcerski;
- dbając o estetykę otoczenia, organizując akcje porządkowe, etc.;
- organizując ognisko teatralne, plenery plastyczne dla dzieci ze szkół, w których działacie, zakończone wernisażem, wystawami;
- przeprowadzając wędrówki intelektualne śladami: filozofów, artystów, polityków, wybitnych postaci historycznych;
- organizując wędrówki tematyczne dotyczące sfery polityki, świata teatru, kina, etc.;
- próbując swoich pisarskich umiejętności, pisząc do prasy harcerskiej;
- tworząc wakacyjny objazdowy teatr uliczny;
- troszcząc się o sztukę ludową - zepchnięta na margines życia społecznego, egzystuje już tylko w małych wioskach, zbierając i opiekując się obiektami sztuki i kultury ludowej, zbierając i dokumentując zapomniane legendy, piosenki, zwyczaje i obrzędy.

Znak służby Nauce

“Patrz szeroko, i nawet kiedy wydaję ci się, że patrzysz szeroko, wciąż patrz szerzej” - mawiał Robert Baden-Powell. We współczesnym świecie zachodzą szybkie zmiany. Są one skutkiem rozwoju naszej cywilizacji. Zmiany w środowisku naturalnym, postęp techniczny, przemiany ekonomiczne, społeczne, polityczne i kulturowe dotyczą wszystkich mieszkańców Ziemi. Są nieuniknione, wiążą się bowiem z każdą dziedziną życia człowieka i społeczeństwa. Globalizacja gospodarki, wyścig technologiczny, zmiany struktury społecznej, ewolucja postaw i systemów wartości, nowe modele zarządzania pogłębiają te procesy. Współczesna cywilizacja musi sobie poradzić z wieloma problemami: ekologicznym, energetycznym, demograficznym, społecznymi i gospodarczymi.

Jesteśmy odpowiedzialni z przyszłość naszej planety. To my stanowimy jej najcenniejszy zasób. Od troski o nasz własny ROZWÓJ INTELEKTUALNY, od naszej wiedzy, umiejętności i wyobraźni zależeć będzie, czy w gwałtownie zmieniającym się otoczeniu, wobec wielości problemów, którym musimy sprostać, odpowiemy na wyzwanie przyszłości.

Taka właśnie jest idea wędrowniczej służby nauce: przygotować się do tego wyzwania, rozwijać się intelektualnie, pogłębiać swoją wiedzę, budować wyobraźnię ludzi, kreować twórcze postawy, dążyć do poszukiwania rozwiązań różnych problemów, z jakimi boryka się człowiek, pobudzać zainteresowanie nauką i nowinkami technicznymi, otwierać innym oczy na problemy współczesnego świata.

Wypełniać tę wędrowniczą służbę i zdobyć znak można na przykład:

- organizując w drużynie, szkole, hufcu, domu kultury grupy samokształceniowe oferujące pomoc w nauce języków obcych, obsłudze komputera, zajęciach sprawiających wam trudność w szkole;
- pogłębiając swą wiedzę, poznając nowe lektury, dyskutując, spotykając się ze specjalistami z różnych dziedzin, uczestnicząc w olimpiadach wiedzy, organizując konkursy, turnieje;
- organizując harcerski klub naukowy, zajmując się różnymi dziedzinami nauki, szukając własnych rozwiązań problemów naszej małej planety;
- prowadząc dyskusję i wymieniając się wiadomościami w gronie skautowym (np. za pomocą Internetu);
- nawiązując kontakt z różnymi instytucjami naukowymi i technicznymi, organizując we współpracy z nimi harcerskie sesje naukowe, odczyty, dyskusje, festiwale nauki;
- myśląc globalnie działając lokalnie, podejmując próbę lokalnego rozwiązania któregoś z globalnych problemów;
- organizując harcerskie obozy naukowe;
- organizując wędrowki tematyczne, dotyczące różnych zagadnień naukowych lub technicznych;
- organizując Harcerski Klub Internetowy, w którym będzie można nauczyć się korzystać z zasobów sieci;
- zapewniając wsparcie hufcom, szczepom i drużyn pod względem obsługi informatycznej-technicznej (prowadzenie stron www, pisanie programów ułatwiających pracę, itp.).

Znak służby Przyrodzie

Współczesna cywilizacja zrobiła już wiele, aby zdegradować życie na Ziemi. Każdego dnia zatruwamy i zaśmiecamy środowisko naturalne. Każdego dnia giną kolejne gatunki fauny i flory. Czy musimy żyć na betonowej pustyni, wśród kikutów wymarłego lasu, dymiących kominów, zatrutych mórz, jezior i rzek?

Przyroda to świat naszych harców. Harcerz miłuje przyrodę i stara się ją poznać. Wśród przyrody przeżywamy harcerską przygodę. W naturze szukamy równowagi ducha. Mamy świadomość, że jesteśmy jej częścią. EKOLOGIA jest naszym sposobem na życie.

Ludzki brak wyobraźni, beztroska, bezmyślność, nieświadomość skutków swego działania są winne tragedii środowiska naturalnego. Zaczniemy chronić przyrodę od zmiany naszych postaw i nawyków, od stosowania zasad ekologii w codziennym życiu i harcerskim działaniu. Zawsze i wszędzie, wykorzystując swoje możliwości, brońmy przyrody, przeciwstawiając się jej niszczeniu. Poszerzajmy swoją wiedzę, aby skutecznie to robić. Pomóżmy ratować Ziemię - oto idea tego znaku wędrowniczej służby.

Wypełniać tę wędrowniczą służbę i zdobyć znak można na przykład:

- organizując stałą opiekę nad wybranym obszarem leśnym, parkiem miejskim, pomnikiem przyrody, jeziorem, stawem, rzeką, organizując opiekę nad zwierzętami;
- nawiązując współpracę z dyrekcją parku narodowego i wykonując zlecone przez nią prace, podejmując się organizacji patroli przeciwpożarowych i porządkowych, etc.;
- nawiązując współpracę z lokalną prasą, radiem, telewizją, wspólnie przyczyniając się do usuwania zagrożeń w waszym regionie;
- nawiązując współpracę z leśnictwem, nadleśnictwem, administracyjną jednostką ochrony środowiska i wykonując zlecone przez nią prace;

- upowszechniając w swojej gminie, mieście, ideę segregacji śmieci i będąc rzecznikiem tej sprawy w kontaktach z lokalnymi władzami;
- przeprowadzając kampanię na rzecz ekologicznych środków czystości;
- organizując w waszym mieście obchody Międzynarodowego Dnia Wody (23 marca) lub Międzynarodowego Dnia Ziemi (24 kwietnia);
- organizując w hufcu akcję “Sprzątania Świata”;
- podejmując zadania “Gry w zielone”;
- likwidując dzikie wysypiska śmieci;
- przeprowadzając w hufcu kursy ekologicznego obozowiska;
- organizując “ekologiczny biwak”, na których będziecie pokazywać, jak współżyć z przyrodą, nie degradując jej;
- organizując “ekologiczne” stanice, pola namiotowe, campingi, hoteliki obozowe;
- organizując społeczne akcje protestacyjne przeciwko tym, którzy lekceważą sprawy ochrony przyrody i zanieczyszczają środowisko;
- organizując kluby ekologiczne, koła Ligi Ochrony Przyrody, patrole ochrony przyrody;
- przeprowadzając mikrokursy przyrodoznawstwa;
- organizując obozy naukowe poświęcone sprawom ochrony środowiska;
- sporządzając raporty o stanie zagrożeń ekologicznych waszego regionu i przedstawiając je odpowiednim władzom, nawiązując kontakty z instytucjami badawczymi, klubami ekologicznymi.

KRÓTKA CHARAKTERYSTYKA NAJPOPULARNIEJSZYCH ODZNAK TURYSTYCZNYCH I KRAJOZNAWCZYCH



Dla działalności turystycznej charakterystyczne jest to, że towarzyszy jej zdobywanie odznak. Odznak PTTK jest mnóstwo i nie jesteśmy w stanie wymienić wszystkich. Ale można wyróżnić ich dwa typy: odznaki turystyki kwalifikowanej oraz odznaki krajoznawcze. Poniżej przedstawiamy krótki opis każdego typu odznak i zachęcamy do ich zdobywania. Bardziej szczegółowe informacje, jak regulaminy poszczególnych odznak można znaleźć na stronie <http://pttk.pl/pttk/odznaki/>

Odznaki turystyki kwalifikowanej

Te odznaki są udokumentowaniem zdobytych umiejętności, wiedzy i przeżyć podczas wycieczek pieszych (Odznaka Turystyki Pieszej), górskich (Górska Odznaka Turystyczna), kajakowych (Turystyczna Odznaka Kajakowa), kolarskich (Kolarska Odznaka Turystyczna), żeglarskich (Żeglarska Odznaka Turystyczna), jeździeckich (Jeździecka Odznaka Turystyki Górskiej), narciarskich (Górska Odznaka Narciarska, Nizinna Odznaka Narciarska), motorowych (Motorowa Odznaka Turystyczna), na orientację (Odznaka Imprez na Orientację) oraz podwodnych (Odznaka Turystyki Podwodnej). Zasady ogólne są podobne dla wszystkich typów odznak. Za odbyte wycieczki przyznawane są punkty, których liczba - mniejsza lub większa - pozwala zdobyć określony stopień odznaki. W przypadku stopnia popularnego dla GOT i OTP wystarczą cztery wycieczki jednodniowe lub jedna wielodniowa. Dla większości z nich określono wiek, od którego można zdobywać odznaki np. 8 lat w przypadku OTP i GOT, a przy ŻOT - 12 lat, MOT i OT Podwodnej - 16 lat. Przy odznakach InO nie ma ograniczeń wiekowych. Dlatego też w przypadku niektórych typów odznak, aby umożliwić ich zdobywanie najmłodszymi ustanowiono Narciarską Odznakę Młodzieżową, Młodzieżową Odznakę "Turysta Motorowy", Dziecięcą Odznakę Narciarską, "Kiełbik" (kajakowa), czy odznakę "Siedmiomilowe buty".

Kiedy celem jest więc zdobycie odznaki turystyki kwalifikowanej, to również efektem staje się zdobycie określonych kwalifikacji, jak umiejętności narciarskie, jeździeckie, żeglarskie itd.

Odznaki krajoznawcze

Najpopularniejsza się Regionalna Odznaka Krajoznawcza (stopień brązowy i srebrny) i Odznaka Krajoznawcza Polski (stopień brązowy, srebrny, złoty i złoty z szafirem).

Regionalna Odznaka Krajoznawcza pozostawia zwiedzającemu pewną dowolność w wyborze zwiedzanych obiektów, jednocześnie zachęca do poznawania, najbliższej miejsca zamieszkania, okolicy. Ważne jest również to, że osoby posiadające jakąkolwiek odznakę regionalną obowiązującą w regionie zamieszkania mogą automatycznie otrzymać odznakę ROK w stopniu brązowym. Taki zapis propaguje ideę zdobywania regionalnych odznak krajoznawczych, czyli jak w reklamie "dwa w jednym".

Odznakę Krajoznawczą Polski zdobywa się zwiedzając miejsca wyszczególnione w Kanonie Krajoznawczym Polski, zawierającym wykaz miejsc ciekawych krajoznawczo, gdzie turysta powinien koniecznie trafić.

Regionalne Odznaki Krajoznawcze powstawały i powstają w różnych regionach. Regulaminy tych odznak są tak skonstruowane, aby poznać większy lub mniejszy kawałek ziemi. Przykładem z naszego regionu jest „Przyjaciel Cieszyna” czy „Wiślańska Odznaka Turystyczna”.

Celem odznaki „**Przyjaciel Cieszyna**” jest zachęcenie społeczeństwa do uprawiania turystyki, poznania piękna miast Cieszyna i Czeskiego Cieszyna, historii, zabytków, pomników przyrody oraz popularyzacji znakowanych szlaków spacerowych. Posiada 3 stopnie (brązowy, srebrny, złoty). Natomiast celem **Wiślańskiej Odznaki Turystycznej (WOT)** jest poznanie terytorium Wisły poprzez przejście wszystkich znakowanych tras wycieczkowych na terenie Wisły. Ta jednostopniowa odznaka wykonana jest z metalu, ma srebrny kolor. Opiera się na herbie Wisły, gdzie pod pięcioma kępkami trawy symbolizującymi pięć wiślańskich dolin znajduje się napis „WOT”.

BAZA LINKÓW ZWIĄZANYCH Z TURYSTYKĄ



www.gory.wyd.pl/

W serwisie informacje o wspinaczce, alpinizmie i turystyce górskiej, ponadto porady, szpej, archiwum,...

www.naszegory.republika.pl/

przegląd najciekawszych polskich gór i miejscowości górskich.

www.321gory.pl/

strona o tatrach i nie tylko

www.e-gory.pl/

GÓRY - portal górski e-gory.pl - najwyższy poziom górski. Wszystko dla turysty górskiego: pogoda, porady, newsy, imprezy, rozkłady, noclegi, bezpieczeństwo, ...

www.npm.pl/

Magazyn Turystyki Górskiej - oficjalna strona npm - turystyka górska, trekking, turystyka kwalifikowana, góry. Informacje, zdjęcia, przewodniki - turystyka ...

www.gopr.pl/

Aktualności, historia i organizacja ratownictwa górskiego, vademecum turysty, pierwsza pomoc, jak...

www.gopr.babiagora.iap.pl/

Strona sekcji babiogórskiej grupy beskidzkiej GOPR

www.gopr-beskidy.pl/

strona grupy beskidzkiej GOPR działającej na naszym terenie. Aktualności, warunki pogodowe i ostrzeżenia, profilaktyka.

www.kilimanjaro.cc/kukuczka/kukuczka.htm

Jerzy Kukuczka, Polish mountaineer, temporary exhibition of photographs.

www.poland.gov.pl/

Jerzy Kukuczka na 11 szczytów z Korony Himalajów poprowadził nowe drogi, ... Jerzy Kukuczka włączył się do rywalizacji. W 1985 r. polski himalaista zdobył ...

www.everestnews.com/kw.htm

strona o ekspedycjach na najwyższy szczyt świata i nie tylko. Zawiera opis zdobyczy m.in. Krzysztofa Wielickiego

www.szczyty.pl/

Internetowy serwis turystyczny, poświęcony szczytom i górom. Zawiera dokładnie scharakteryzowane szczyty wchodzące do korony Gór Polskich - zachęcamy do zdobywania!! jest ich tylko 28 :)

www.pttk.pl

Oficjalna strona Polskiego Towarzystwa Turystyczno - Krajoznawczego. Można tam znaleźć wszystko co dotyczy PTTK jako organizacji: historię, regulaminy, bazę noclegów itd.

www.adrenalina.onet.pl

serwis sportów ekstremalnych

www.turystyka.specjalnosci.zhp.pl

strona inspektoratu turystycznego ZHP

<http://www.turystyka-gorska.pl/>

Portal Górski turystyka-gorska.pl

<http://piosenka-turystyczna.w.interia.pl/>

Śpiewnik

<http://www.e-gory.pl/>

Portal e-gory - najwyższy poziom górski

<http://www.gory.pl/>

www.gory.pl - Górski Portal Turystyczny

<http://www.gory.ibc.pl/>

Przewodnik po górach on-line

<http://www.gory.com.pl/>

Serwis turystyczny

<http://www.grappa.pl/>

Grappa - Sklep Internetowy

<http://www.wycieczki.za.pl/>

Górski serwis informacyjny dla każdego turysty

<http://www.gorskie-forum.prv.pl/>

Górskie Forum

<http://gorskimszlakiem.webpark.pl/>

Górskim Szlakiem

<http://zbww.tech.us.edu.pl/~cywil/02/>

Góry i Jura

www.ox.pl

Portal śląska Cieszyńskiego

AUTORZY:

phm. Danuta Huczała

pwd. Łucja Cieślar

ochot. Anna Bardoń

mł. Paweł Pollok

trop. Magdalena Bregin