



WYZWANIA STARSZOHARCERSKIE

Wyzwania są nowym elementem Systemu Instrumentów Metodycznych. Powstały, aby wspierać przede wszystkim rozwój emocjonalny, duchowy oraz siłę woli wychowanków w ramach ich indywidualnej pracy. Zgodnie z ujętą wśród cech metody pozytywnością, powinny się opierać bardziej na wzmacnianiu mocnych stron wychowanka niż na pracy nad jego słabościami. Przedstawione poniżej przykłady są tylko inspiracją jak wyzwanie może wyglądać. Wyzwania powinny być bardzo indywidualne, a co za tym idzie, nie zawsze podane poniżej przykłady będą wystarczające - należy wtedy wymyślić własne wyzwanie na podstawie poniższych wskazówek.

Główną osią wyzwań ma być Prawo i Przyrzeczenie Harcerskie. Warto również posiłkować się ideą stopnia, jeśli wyzwania będą realizowane w ramach próby na stopień. Przy układaniu wyzwań możecie skorzystać z dostępnych komentarzy do Prawa Harcerskiego albo bezpośrednio z zamieszczonych poniżej opisów sfer rozwoju, na które wyzwania mają głównie wpływać. Należy pamiętać, że poza tymi dwiema sferami wyzwania mogą wpływać również na inne (fizyczną, intelektualną oraz społeczną), jednak główny akcent należy stawiać na poniższe sfery:

Rozwój duchowy – sfera rozwoju obejmująca poddawanie refleksji wyznawanych wartości i dążenie do posiadania spójnego światopoglądu, a w konsekwencji dbałość o życie w zgodzie z nimi - honorowe przestrzeganie zasad i obowiązujących przepisów, dbanie o czystość myśli i języka. W przypadku osób religijnych obejmuje także pogłębianie wiary oraz praktykowanie jej zgodnie ze swoją religią. Dotyka też kwestii siły woli w codziennych wyborach odnośnie do zdrowego trybu życia, wolności od wszelkich nałogów, dotrzymywania danych obietnic, postanowień i odpowiedzialności za swoje czyny oraz słowa.

Rozwój emocjonalny - sfera rozwoju obejmująca poznanie i radzenie sobie z emocjami, w tym pogodę ducha wobec trudności, niedogodności i porażek, dbanie o równowagę emocjonalną swoją i innych.

Zalecany czas realizacji wyzwania przez harcerza starszego to maksymalnie 3-4 miesiące. Minimalny czas realizacji wyzwania nie jest określony (wyzwania mogą być jednorazowe bądź ciągłe).



Przykładowe wyzwania:

	Rozwój	Prawo Harcerskie	Treść wyzwania
1	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Odkryję i poszerzę wiedzę na temat mojego autorytetu, przemyślę swoje poglądy względem niej/niego lub poszukam/odkryję osobę, która może stać się moim autorytetem. Zainspiruję zastęp do poszukiwania autorytetów w wybrany przez siebie sposób (np. dyskusja, film itp.)
2	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Nawiążę kontakt z min. 2 osobami o innym wyznaniu lub obrządku, przeprowadzę z nimi wywiad. Zastanowię się nad różnicami i podobieństwami między naszymi wyznaniem/obrzędami. Podzielę się wynikami z zastępem lub drużyną.
3	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	W ramach poznania różnych światopoglądów przeczytam przynajmniej 1-2 książki z tematyki filozoficznej/religijnej/etycznej. W wybrany przez siebie sposób (np. recenzja, gawęda) podzielę się refleksjami z drużyną.
4	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Przeczytam różne komentarze do Prawa Harcerskiego (min. 3), porównam je i wyciągnę wnioski. Porównam je ze swoimi refleksjami, a wnioskami podzielę się z drużyną/zastępem.



5	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Zapoznam się z życiorysem jednego uznanego w świecie autorytetu, np. ks. phm. bł Wincenty Frelichowski, Jadwiga Falkowska, Anna Zawadzka, hm. Mariusz Zaruski, Jan Paweł II. Wypiszę trzy rzeczy, które chciałabym naśladować. Porozmawiam o tym z zaufaną osobą.
6	Emocjonalny	8. Harcerz jest zawsze pogodny.	Przez 3 miesiące będę codziennie zapisywał(a) w dzienniku/pamiętniku/zeszycie po trzy dobre rzeczy, które mnie spotkały i jedną nieprzyjemną, dzięki której czegoś się nauczyłem(am). Na koniec próby przeanalizuję moje notatki i wspólnie z opiekunem wyciągnę wnioski z obserwacji.
7	Emocjonalny	8. Harcerz jest zawsze pogodny.	Przez minimum 2 tygodnie ani razu nie będę niekonstruktywnie narzekać. Towarzyszące tej sytuacji emocje przekuję w konstruktywną krytykę lub, jeśli mi się to nie uda, zastanowię się, jaka była przyczyna moich emocji.
8	Emocjonalny	4. Harcerz w każdym widzi bliźniego, a za brata uważa każdego innego harcerza. 8. Harcerz jest zawsze pogodny.	Rozpocznę akcję „Podaj dalej” – wykonam 3 dobre uczynki dla osób wokół mnie i przekonam je, aby zrobiły to samo dla kolejnych 3 osób.
9	Emocjonalny	8. Harcerz jest zawsze pogodny.	Przez miesiąc będę udzielał/a wyłącznie konstruktywnej "informacji zwrotnej", czyli takiej, która przyczynia się do rozwoju drugiej osoby nie godząc w jej poczucie własnej wartości (informując o zachowaniu, nie oceniając osoby). Będę zapisywał/a takie sytuacje wraz z odnotowaniem moich emocji towarzyszących danej sytuacji.



10	Emocjonalny, duchowy (praca z siłą woli - czystość języka)	10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	Przez 6 tygodni ograniczę przeklinanie. Zastanowię się, dlaczego używam wulgaryzmów i w jakim celu, popracuję nad swoim słownictwem.
11	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Przez miesiąc w wybranym dniu tygodnia przeczytam i przemyślę fragment ekumenicznego Pisma Św. i porównam go do fragmentu z Pisma Św. swojego wyznania.
12	Duchowy (praca z siłą woli - zdrowy tryb życia)	10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	Zainteresuję się nową dla mnie dyscypliną sportową i będę ją uprawiał/a przez okres minimum 2 miesięcy.
13	Duchowy (praca z siłą woli - zdrowy tryb życia)	10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	Będę jeść regularnie 5 zdrowych posiłków dziennie przez miesiąc. Spiszę swoje przemyślenia (bądź przedstawię je w innej formie) na temat diety oraz mojego samopoczucia: przed, w trakcie i po.
14	Duchowy (praca z siłą woli)	1. Harcerz sumiennie spełnia swoje obowiązki wynikające z Przyrzeczenia Harcerskiego.	Zapoznam się z różnymi (przynajmniej trzema) metodami zarządzania czasem i wypróbuję je. Wybiorę spośród nich taką, która najbardziej mi odpowiadała i będę z niej systematycznie korzystał/a przez minimum 2 miesiące.



		10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	
15	Duchowy (praca z honorowością)	Całe Prawo Harcerskie	Przeanalizuje moje działania w trakcie ostatniego miesiąca i zastanowię się czy i w jakich sytuacjach świadomie złamałem/am lub nagiąłem/naciągnęłam prawo (zarówno harcerskie, jak i polskie). Przeanalizuje konsekwencje swoich działań i zastanowię się nad celem istnienia praw i norm społecznych. Napiszę pracę na temat „Świat bez zasad”/„Co by było, gdybyśmy nie przestrzegali prawa?” bądź zorganizuję dyskusję dla zastępu/drużyny o tej tematyce.
16	Duchowy (praca z siłą woli - wolność od nałogów)	10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	Przeanalizuję moje życie pod kątem uzależnień (od np. komputera, telefonu, mediów społecznościowych, zakupów, jedzenia, używek, pornografii). Wybiorę jedno, ustalę z opiekunem cel, jaki chcę osiągnąć i działania, jakie muszę podjąć, aby dane uzależnienie zniwelować.
17	Duchowy (praca z siłą woli)	10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	Przeanalizuję swoje słabe i mocne strony. Wybiorę jedną słabość i dwie mocne strony, nad którymi będę pracować. Wspólnie z opiekunem ustalę cel, jaki chcę osiągnąć oraz termin realizacji.



18	Duchowy (praca z siłą woli - wolność od nałogów)	10. Harcerz pracuje nad sobą, jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; jest wolny od nałogów.	Pójdę na spotkanie i nie będę korzystał podczas niego z urządzeń elektronicznych z dostępem do Internetu. Ilość i rodzaj spotkań określe z opiekunem Wskazówka dla drużynowego: rekomendowana liczba spotkań to 5.
19	Duchowy (praca z siłą woli)	Całe Prawo Harcerskie	MILCZEK. W celu przemyślenia Prawa Harcerskiego przez 24 godziny będę milczeć, biorąc czynny udział w życiu drużyny i środowiska. Zastanowię się, czy moje postępowanie jest z nim zgodne i co mogę poprawić. Opiszę drużynie moje refleksje związane z byciem niemym. Wskazówka dla drużynowego: wyzwanie realizuje się na obozie, zimowisku lub biwaku.
20	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Wezmę udział w tygodniu modlitw o jedność chrześcijan.



21	Duchowy (praca z wartościami)	Całe Prawo Harcerskie	Wybiorę się na rekolekcje harcerskie bądź organizowane dla wspólnoty.
----	-------------------------------	-----------------------	---