

# SPORTOWIEC



1. Przez okres jednego sezonu brał udział jako członek drużyny w rozgrywkach zespołowych jak np:

koszykówka	pływanie
siatkówka	polo wodne
hockey	wioślarstwo
piłka nożna	tenis
rugby	bieg na przełaj

2. Brał udział jako zawodnik w przynajmniej dwóch spotkaniach indywidualnych jak np:

nurek	szermierz
ping-pong	hipik
dżudo	wędkarz
zapaśnik	lekko atleta
gimnastyk	

3. Zna przepisy sportu swego zainteresowania. Wskaże właściwe ćwiczenia gimnastyczne, wyrysuje plan boiska/trasy, opisze sprzęt, umie sędziować.

4. Wykaże się znajomością techniki w wybranym sporcie, wskaże właściwą formę, poprawi błędy.

5. Opisze cechy dobrego kapitana drużyny sportowej i dobrego członka drużyny. Powie jakie cechy charakteru sport kształci.

## **WSKAZÓWKI**

*Nie wymienione zainteresowania indywidualne nie powinny być wykluczone z próby, pod warunkiem że komisja prób uzna że podlegają ogólnym warunkom.*

ZHP

Chorągiew Harcerzy w .....

Hufiec .....

Drużyna .....

## KARTA PRÓBY NA SPRAWNOŚĆ

### „SPORTOWCA”

Dopuszczam druha .....do próby.

Wyznaczam termin ukończenia próby do dnia.....

Czuwaj !

.....

Podpis rzeczoznawcy

Data .....

Próba

Zadanie	Data	Ocena	Podpis Instruktora
1. Przez okres jednego sezonu brał udział w rozgrywkach zespołowych			
2. Brał udział jako zawodnik w dwóch spotkaniach indywidualnych			
3. Zna przepisy sportu swego zainteresowania			
4. Wykaże się znajomością techniki w wybranym sporcie			
5. Brał udział w rozgrywkach jako reprezentant drużyny lub klubu			
6. Opisze cechy dobrego kapitana drużyny sportowej i dobrego członka			

Sprawność przyznano Rozkazem Hufca z dnia.....

.....

Podpis hufcowego

Data .....