

# SPIS TRESCI:

|                                                                                                                                                                 | strona  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Przedmowa czyli informacja o informatorze . . . . .                                                                                                             | 3       |
| Informujemy o adresach władz harcerskich — prasie harcerskiej, placówkach Centralnej Składnicy Harcerskiej . . . . .                                            | 8       |
| Nasz kraj — Godło i barwy PRL — Ustrój Polski Ludowej — Podział administracyjny — ludność większych miast — granice — rzeki i jeziora — kanały — góry . . . . . | 19—26   |
| Telegraficzne wiadomości o świecie . . . . .                                                                                                                    | 27      |
| Bratnie organizacje młodzieżowe — Zrzeszenie Studentów Polskich . . . . .                                                                                       | 28      |
| Związek Socjalistycznej Młodzieży Polskiej . . . . .                                                                                                            | 29      |
| Związek Młodzieży Wiejskiej . . . . .                                                                                                                           | 30      |
| Nasze wojsko! . . . . .                                                                                                                                         | 31      |
| Historia Skautingu . . . . .                                                                                                                                    | 33      |
| Historia Harcerstwa . . . . .                                                                                                                                   | 41      |
| Związek Harcerstwa Polskiego w czasie wojny 1939—1945 . . . . .                                                                                                 | 60      |
| Organizacja — Wydawnictwa — Udział w powstaniu warszawskim — Straty — Historyczny zapis po drugiej wojnie światowej . . . . .                                   | 61—90   |
| Dzieje Czerwonego Harcerstwa . . . . .                                                                                                                          | 91      |
| Andrzej Małkowski . . . . .                                                                                                                                     | 93      |
| Olga Małkowska . . . . .                                                                                                                                        | 96      |
| Harcerstwo Polskie na obczyźnie . . . . .                                                                                                                       | 102     |
| Z dziejów Harcerstwa Krakowskiego . . . . .                                                                                                                     | 114     |
| Informacja o drużynach „Nieprzetartego Szlaku” Seniorzy . . . . .                                                                                               | 139     |
| Związek Harcerstwa Polskiego . . . . .                                                                                                                          | 141     |
| Hymn — Przysiężenie Harcerskie . . . . .                                                                                                                        | 143     |
| Prawo Harcerskie . . . . .                                                                                                                                      | 144     |
| Zobowiązanie Instruktorskie . . . . .                                                                                                                           | 146     |
| Mundur i odznaki . . . . .                                                                                                                                      | 147     |
| Regulamin stopni harcerskich . . . . .                                                                                                                          | 148—168 |
| Zuchy — Obietnica Zuchowa — Prawo Zucha . . . . .                                                                                                               | 169—188 |
| Musztra harcerska . . . . .                                                                                                                                     | 189—198 |
| Musztra pojedynczego harcerza . . . . .                                                                                                                         | 199     |
| Musztra pojedynczego harcerza . . . . .                                                                                                                         | 201     |

|                                                                                                                                                                                       |         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Chwyty sztandarem . . . . .                                                                                                                                                           | 204     |
| Zachowanie się harcerza w szyku . . . . .                                                                                                                                             | 205     |
| Oddawanie honorów . . . . .                                                                                                                                                           | 206     |
| Musztra zespołowa zastępu . . . . .                                                                                                                                                   | 207     |
| Musztra zespołowa drużyn i szerepu . . . . .                                                                                                                                          | 209     |
| Harcujemy w polu — wycieczka — „wykapka” —                                                                                                                                            |         |
| Obóz harcerski . . . . .                                                                                                                                                              | 212     |
| Strój wycieczkowy . . . . .                                                                                                                                                           | 214     |
| Ekwipunek wycieczkowy . . . . .                                                                                                                                                       | 215     |
| Zawartość plecaka i tornistra . . . . .                                                                                                                                               | 216     |
| Wycieczki specjalne — Obóz stały — ekwipujemy zastęp . . . . .                                                                                                                        | 219     |
| Zywność — Sztuka pakowania plecaka i tornistra                                                                                                                                        | 220     |
| Rollujemy koc . . . . .                                                                                                                                                               | 223     |
| Chlebak — Jak ustalamy program wycieczki . . . .                                                                                                                                      | 224     |
| Czas marszu — Odpoczynki marszowe . . . . .                                                                                                                                           | 225—228 |
| Rady, które winny być rozkazem . . . . .                                                                                                                                              | 228     |
| Gotowanie — Na biwaku . . . . .                                                                                                                                                       | 230—232 |
| Pionierka obozowa — Szalasy . . . . .                                                                                                                                                 | 236     |
| Budujemy obóz — Stawianie masztu — Meble obo-<br>we — „Kuchnia z patelnią” — Budujemy obozowe<br>WC — Ognisko — Świetlica obozowa — Boisko spor-<br>towe — Likwidacja obozu . . . . . | 237—251 |
| Niby to takie proste... . . . .                                                                                                                                                       | 253—258 |
| W terenie z mapą i bez... . . . .                                                                                                                                                     | 259     |
| Na co może się przydać słońce, zegarek i księżyc                                                                                                                                      | 261     |
| Gwiazdy świecą dla nas... . . . .                                                                                                                                                     | 263     |
| Kompas i jego obsługa . . . . .                                                                                                                                                       | 265     |
| Mapa i jej tajemnice . . . . .                                                                                                                                                        | 266     |
| Orientowanie mapy . . . . .                                                                                                                                                           | 271     |
| Szkice . . . . .                                                                                                                                                                      | 276     |
| Gdy zabłądzisz . . . . .                                                                                                                                                              | 284     |
| Jak nie zabłądzić . . . . .                                                                                                                                                           | 285     |
| Umiejętność ocenianie odległości . . . . .                                                                                                                                            | 288     |
| Oceniamy odległość przy pomocy widocznych przed-<br>miotów i mierzenie odległości krokami . . . . .                                                                                   | 287     |
| Mierzymy długości małe . . . . .                                                                                                                                                      | 288     |
| Oceniamy odległości w nocy i mgie . . . . .                                                                                                                                           | 289     |
| Pomiary kciukiem — W jaki sposób mierzymy wy-                                                                                                                                         |         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| sokość przedmiotów w terenie . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 290     |
| Szerokość rzeki mierzymy w następujący sposób . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 291     |
| Tabela przeciętnych szybkości . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 292     |
| Tabela pomocnicza w ocenianiu widoczności . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 294     |
| Jednostki miar najczęściej używanych . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 295     |
| Łączność — Plan alarmowy . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 297—299 |
| Sygnalizacja . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 300     |
| O patrolach i stacjach sygnalizacyjnych . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 302     |
| Tarcze i chorągiewki sygnalizacyjne . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 303     |
| Sygnalizacja świetlna — Sygnalizacja semaforowa . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 304—305 |
| Znaki — znaki . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 306—308 |
| Telefon polowy . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 309     |
| Radiotelefon . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 311     |
| Harcerska łączność radiotelefoniczna . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 313—321 |
| O promieniach laserowych . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 323     |
| Węzły — „Pracujemy liną i głową” . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 324—337 |
| Alarm! Pali się! . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 338     |
| Zdrowie i pierwsza pomoc . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 341     |
| Oto człowiek . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 342     |
| Oddychanie — Praca serca — Zęby — Chronimy<br>szlachetne zdrowie — 14 „przykazań zdrowotnych” —<br>5... i więcej minut ciężkiej fizycznej — Odżywianie<br>i witaminy — Torba z czerwonym krzyżem — Po-<br>moc w nagłych wypadkach — Zranienie — złama-<br>nia — Sposoby bandażowania — Złamanie kręgo-<br>słupa — Padaczka — Omdlenie — Wstrząs mózgu —<br>Oparzenia — Odmrożenie — Zatrucie gazem — Uką-<br>szenie przez psa — Ukąszenie przez żmije — Uszko-<br>dzenie oka — Ukąszenie przez owady — Utonię-<br>cie — Porażenie piorunem — Otrucia — Porażenie<br>słoneczne — Skład apteczki polowej . . . . . | 343—369 |
| Alkoholizm i nikotynizm . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 369     |
| Dobre rady nie od parady . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 371     |
| Usuwanie plamy mleka — wosku — krwi — tra-<br>wy — atramentu — tłuszczu — rdzy — smoły — ka-<br>wy, kakao, cukru — plamy różne . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 372—373 |
| Jak oczyszczamy metale . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 374     |
| Impregnujemy tkaniny — Suszymy buty — Mokre<br>ubranie . . . . .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 375     |

|                                                        |         |
|--------------------------------------------------------|---------|
| Farby można znaleźć w lesie — Czy można znaleźć        |         |
| w lesie złoto . . . . .                                | 376     |
| Zbieramy grzyby i zioła . . . . .                      | 377     |
| Idziemy „na ziółka“... . . . .                         | 379     |
| Rośliny zielarskie chronione . . . . .                 | 384     |
| Bezpieczeństwo w ruchu drogowym . . . . .              | 386     |
| Tematy zbiorów dla uczniów — zadania zespołowe         |         |
| dla zastępów — Zasady ruchu pieszych — Motory-         |         |
| zacja w Polsce — Karta rowerowa. Prawo jazdy —         | 387—397 |
| Tablice rejestracyjne dla oznaczania pojazdów . . .    | 398     |
| Międzynarodowe znaki rozpoznawcze pojazdów me-         |         |
| chanicznych . . . . .                                  | 403     |
| Objaśnienia do wzorów znaków i sygnałów drogo-         |         |
| wych . . . . .                                         | 404     |
| Wkładka kolorowa zawiera:                              |         |
| Flagi i godło PRL                                      |         |
| Tablice stopni wojskowych — wojska lądowego, lotnictwa |         |
| i marynarki wojennej.                                  |         |
| Znaki i sygnały drogowe                                |         |