

ZATWIERDZAM



**ZBIORCZY PLAN ZAJĘĆ**  
**KLAS O PROFILU MUNDUROWYM NA ROK SZKOLNY 2015/2016**  
**w Gimnazjum nr 5 w Grudziądzu**

L. P.	DATA	KLASA I - D		KLASA II - D		KLASA III - D		UWAGI
		Temat	Odpowiedzialny	Temat	Odpowiedzialny	Temat	Odpowiedzialny	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	7.09.15 8.00-9.40	Zapoznanie z zasadami regulaminu ucznia klasy o profilu mundurowym oraz warunkami bhp podczas szkolenia.	Wychowawca	Przypomnienie zasad regulaminu ucznia klasy o profilu mundurowym oraz warunków bhp podczas szkolenia.	Wychowawca	Przypomnienie zasad regulaminu ucznia klasy o profilu mundurowym oraz warunków bhp podczas szkolenia.	Wychowawca	
2	14.09.15 8.00-9.40	Zasady ogólne: - zadania musztry, rodzaje ugrupowań, - rozkazy i komendy, miejsce w szyku.	kpt. rez. J.Januszewski	Doskonalenie umiejętności. Sytuacje zagrażające życiu, ocena sytuacji i zabezpieczenie zdarzenia. Zasady udzielanie pierwszej pomocy/PP/: osoba nieprzytomna, zatrzymanie oddechu, zatrzymanie krążenia.	Ratownik Grzegorz Jendraszek ----- Adam Grus	Budowa schronu i zapór inżynierskich. Wykonywanie konstrukcji schronu i jego maskowanie. Pokonywanie zapór inżynierskich.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	III-d m-ce szkol. J.W. 1109

1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	21.09.15 8.00-9.40	Rola i zadania Policji jako organu powołanego do zapewnienia bezpieczeństwa obywateli. Odpowiedzialność prawna osób nieletnich za popełnione czyny karalne.	nadkom. H.Hydzik asp. szt. S. Lewandowski ----- Grus Adam	Przeprowadzenie zajęć z uczniami klasy mundurowej nt. Orientowanie się w terenie, oraz ocena odległości.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	II-d m-ce szkol. J.W. 1109
4	28.09.15 8.00-9.40	Musztra indywidualna: - postawa zasadnicza, - postawa swobodna, - zwroty.	kpt. rez. J.Januszewski	Doskonalenie stania na rękach z zamachem jednonóż z asekuracją.	Szymon Tobolski	Zasady naboru do służby przygotowawczej, szkolenia wojskowego oraz zawodowej służby wojskowej	Wykładowca Przedstawiciel WKU ----- Piotr Jamka	
5	5.10.15 8.00-9.40	Musztra indywidualna. Zachowanie się żołnierzy w szyku: - żołnierz przed którym przechodzi przełożony, - żołnierz wywołany z pierwszego, drugiego i trzeciego szeregu, - na komendę „wstąp”, „wystąp”, „do mnie”, „czapkę – zdejmij”.	kpt. rez. J.Januszewski	Nauka wypadu. Łączenie kroków i wypadu z ruchem uzbrojonej ręki. Nauka pozycji 4,5,6,2.1 ----- Doskonalenie pozytywnych elementów gimnastycznych na torze przeszkód.	Irena. Mulson / dziewczęta / ----- Szymon Tobolski / chłopcy /	Upadek Rzeczypospolitej. 1. Konfederacja barska. 2. Reformy wojska w XVIII wieku. 3.Wojna w obronie Konstytucji 3 maja. 4.Schyłek polskiej potęgi militarnej.	Adam Grus	
6	12.10.15 8.00-9.40	Musztra indywidualna. - marsz /krok zwykły, defiladowy, w miejscu i w marszu/.	kpt. rez. J.Januszewski	Nauka i doskonalenie padów; - pad w przód, - pad w tył, - pad w bok na prawą i lewą stronę, - pad z przewrotem w przód.	Piotr Jamka	Święto Niepodległości 11.listopada, - Powrót Grudziądza do Macierzy 23.01, - Święto Konstytucji 3 Maja.	Aleksandra Maćkiewicz	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	19.10.15 8.00-9.40	Musztra zespołowa /pluton/. 1.W ugrupowaniu rozwiniętym: - szereg, dwuszereg, trójszereg, 2.W ugrupowaniu marszowym: - rząd, - kolumna dwójkowa, - kolumna trójkowa, - kolumna czwórkowa.	kpt. rez. J.Januszewski	Nauka wypadu. Łączenie kroków i wypadu z ruchem uzbrojonej ręki. Nauka pozycji 4,5,6,2,1. ----- Doskonalenie pozytywnych elementów gimnastycznych na torze przeszkód.	Irena. Mulson / chłopcy / ----- Szymon Tobolski / dziewczęta /	Oznakowanie rejonów skażonych i skażonego sprzętu. Wykorzystanie właściwości ochronnych sprzętu bojowego i infrastruktury terenowej w celu ochrony przed czynnikami oddziaływania broni masowego rażenia i toksycznych środków przemysłowych.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	III-d m-ce szkol. J.W. 1109
8	26.10.15 8.55-9.40	Charakterystyka, sylwetki i znaki rozpoznawcze podstawowych typów środków napadu powietrznego.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Adam Grus	II wojna światowa we wspomnieniach naszych babć i dziadków. Żołnierze wyklęci.	Aleksandra Maćkiewicz	Wielokrotne zmiany pozycji połączone z pracą nóg. Krótkie walki.  ----- Nauka i doskonalenie dźwigni; - na nadgarstek, - na staw łokciowy, - na staw barkowy.	Irena Mulson / dziewczęta / ----- Piotr Jamka / chłopcy /	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
9	2.11.15 8.00-9.40	Twierdza Grudziądz. 1. Obiekty fortyfikacyjne Grudziądza. 2. Charakterystyka jednostek wojskowych stacjonujących w Grudziądzu. 3. Historia CWK.	Adam Grus	Gry i zabawy na materacach z czołganiem , mocowaniem i wspinaniem.	Szymon Tobolski	Wielokrotne zmiany pozycji połączone z pracą nóg. Krótkie walki.  ----- Nauka i doskonalenie dźwigni; - na nadgarstek , - na staw łokciowy, - na staw barkowy.	Irena Mulson / chłopcy / ----- Piotr Jamka / dziewczęta /	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	9.11.15 8.00-9.40	Zapoznanie z regulaminem strzelania z broni pneumatycznej w Z.Sz.O nr 5. Nauka celowania.	kpt. rez. J.Janusze- wski	Nauka sunięcia i rzutu. Nauka zmian pozycji.  ----- Nauczanie bezpiecznego upadku w bok ,w tył i w przód.	Irena. Mulson / dziewczę- ta /  ----- Szymon Tobolski / chłopcy /	Spotkanie z ciekawymi ludźmi /kombatantami, pracownikami IPN-u/.	Aleksandra Maćkiewicz	
11	16.11.15 8.00-9.40	Przeznaczenie, rodzaje i ogólna budowa broni strzeleckiej (kbk AK, P-83).	Wykłado- wca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	1.Początki polskiego rycerstwa. 2.Konflikt z zakonem krzyżackim. 3.Sobór w Konstancji. 4. Klęska zakonu krzyżackiego.	Adam Grus	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Janusze- wski	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
12	23.11.15 8.00-9.40	Posługiwanie się sprzętem i środkami ochrony przed skażeniami znajdującymi się na indywidualnym wyposażeniu żołnierza.	Wykłado- wca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Janusze- wski	Wojna totalna. 1. Sukcesy niemieckie z lat 1939-1941. 2. Walki na froncie wschodnim. 3. Walki w Afryce. 4. Front zachodni w latach 1943-1945. 5. Wojna na Dalekim Wschodzie. 6. Na czym polega wojna totalna. 7. Rozwój techniki podczas II wojny światowej.	Adam Grus	I-d m-ce szkol. J.W. 1109



1	2	3	4	5	6	7	8	9
18	4.01.16 8.00-9.40	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Janusze- wski	Organizacja i zadania Narodowych Sił Rezerwy.	Przedsta- wiciel WKU ----- Piotr Jamka	Wizje totalnej zagłady. 1.Broń atomowa. 2.Terroryzm. 3.Wizje zagłady świata.	Adam Grus	
19	11.01.16 8.00-9.40	Rozwijanie sieci polowej z wykorzystaniem aparatów polowych AP-82. Nawiązanie łączności.	Wykłado- wca J.W. 1109 ----- Adam Grus	Nauka uników odległością i ciałem. Nauka prostych cięć i pchnięć. ----- Nauka i doskonalenie dźwigni; - na nadgarstek, - na staw łokciowy, - na staw barkowy.	Irena Mulson / chłopcy / ----- Piotr Jamka / dziewczę- ta /	Doskonalenie umiejętności z musztry. Musztra zespołowa /drużyna/ - odstępowanie, - łączenie, - przesunięcie szyku.	kpt. rez. J.Janusze- wski	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
20	18.01.16							Ferie zim.
21	25.01.16							Ferie zim.
22	1.02.16 8.00-9.40	Zajęcia organizacyjne. Rodzaje broni, zasady walki. Zasady bezpiecznego posługiwania się bronią. Zasady bezpiecznego zachowania się podczas treningów.	Irena. Mulson	Struktura, organizacja jednostki KMP. Wyposażenie oraz prezentacja sprzętu. Kryminalistyka badań miejsc zdarzeń.	nadkom. H.Hydzik asp. szt. S.Lewando- wski ----- Adam Grus	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Janusze- wski	II-d m-ce szkol. K.M.P.
23	8.02.16 8.00-9.40	Sylwetka patrona szkoły rtm. Witolda Pileckiego; -historia nadania imienia rtm. W. Pileckiego w naszej szkole. Lokalne miejsca upamiętniające postać rtm. W. Pileckiego.	Aleksandra Maćkiewicz	Koniec epoki rycerstwa. 1. Wojna stuletnia. 2. Zmierzch rycerstwa. 3. Początki broni palnej.	Adam Grus	Nauka zamachowych cięć z łokcia i ramienia. Krótkie walki. ----- Gry i zabawy na materacach z czołganiem , mocowaniem i wspinaniem.	Irena. Muson / dziewczę- ta / ----- Szymon Tobolski / chłopcy /	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
24	15.02.16 8.00-9.40	Posługiwanie się mapą z systemem meldunkowym UTM.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	Nauka sunięcia i rzutu. Nauka zmian pozycji.  ----- Nauczanie bezpiecznego upadku w bok ,w tył i w przód.	Irena Mulson / chłopcy / ----- Szymon Tobolski / dziewczęta /	Doskonalenie umiejętności z musztry. Musztra zespołowa /pluton/: a - w ugrupowaniu rozwiniętym: - w szeregu, - w dwuszeregu, - w trójszeregu. b - w ugrupowaniu marszowym: - w rzędzie, - w kolumnie dwójkowej. - w kolumnie trójkowej, - w kolumnie czwórkowej.	kpt. rez. J.Januszewski	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
25	22.02.16 8.00-9.40	Sytuacje zagrażające życiu, ocena sytuacji i zabezpieczenie zdarzenia. Zasady udzielanie pierwszej pomocy/PP/: osoba nieprzytomna, zatrzymanie oddechu, zatrzymanie krążenia.	Ratownik Grzegorz Jendraszek ----- Piotr Jamka	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	Ogólne zasady bezpieczeństwa imprez masowych. Pojęcie przedmiot i zadania kryminalistyki.	Przedstawiciel M.K.P. ----- Grus Adam	
26	29.02.16 8.00-9.40	Zapoznanie uczniów ze stopniami ; - żołnierzy wojsk lądowych - żołnierzy wojsk marynarki wojennej, - strażaków Państwowej Straży Pożarnej.	kpt. rez. J.Januszewski	Budowa, przeznaczenie oraz posługiwanie się busolą AK.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Grus Adam	Obrona przed atakiem nożem.	Piotr Jamka	II-d m-ce szkol. J.W. 1109
27	7.03.16 8.00-9.40	Zasady udzielania pierwszej pomocy/PP/: krwotok zewnętrzny i wewnętrzny, atak serca, oparzenia odmrożenia, urazy kręgosłupa.	Ratownik Grzegorz Jendraszek ----- Adam Grus	Nauka prostego natarcia, prostej zasłony i odpowiedzi. Próbné krótkie walki.  ----- Ćwiczenia siłowe z wykorzystaniem drążka i drabinek.	Irena Mulson / dziewczęta / ----- Szymon Tobolski / chłopcy /	Musztra plutonu. Ćwiczenia - wydawanie oraz wykonywanie komend.	kpt. rez. J.Januszewski	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
28	14.03.16 8.00-9.40	Przeznaczenie, budowa oraz dopasowanie masek przeciwgazowych i ubieranie odzieży ochronnej.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	Nauka prostego natarcia, prostej zasłony i odpowiedzi. Próbné krótkie walki.  ----- Ćwiczenia siłowe z wykorzystaniem drążka i drabinek.	Irena Mulson / chłopcy /  ----- Szymon Tobolski / dziewczęta /	Lekcje inne niż wszystkie. - lekcje w muzeum, - lekcja w Urzędzie Miasta, - wycieczka edukacyjna na Cytadelę Grudziądzką.	Aleksandra Maćkiewicz	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
29	21.03.16 8.00-9.40	Nauka postawy szermierczej i pracy nóg; krok w przód i w tył, odskok i doskok. Nauka trzymania szabli w pozycji wyjściowej – trzeciej.  ----- Nauka i doskonalenie padów; pad w przód, w tył, w bok na prawą i lewą stronę, przewrotem w przód.	Irena. Mulson / dziewczęta /  ----- Piotr Jamka /chłopcy /	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	Zachowanie się osób po ogłoszeniu alarmu lotniczego.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Grus Adam	III-d m-ce szkol. J.W. 1109
30	28.03.16							Wielkanoc
31	4.04.16 8.00-9.40	Zasady strzelania na тренаżerach i nauka przyjmowania postaw strzeleckich. Sposób celowania – zgrywanie przyrządów celowniczych z celem.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	Doskonalenie umiejętności z musztry. Musztra indywidualna. Zachowanie się żołnierzy w szyku: - żołnierz przed którym przechodzi przełożony, - żołnierz wywołany z pierwszego, drugiego i trzeciego szeregu, - na komendę „wstąp”, „wystąp”, „do mnie”, „czapkę – zdejmij”.	kpt. rez. J.Januszewski	Doskonalenie stania na rękach z zamachem jednonóż z asekuracją.	Szymon Tobolski	I-d m-ce szkol. J.W. 1109



1	2	3	4	5	6	7	8	9
32	11.04.16 8.00-9.40	Nauka postawy szermierczej i pracy nóg; krok w przód i w tył, odskok i doskok. Nauka trzymania szabli w pozycji wyjściowej – trzeciej. ----- Nauka i doskonalenie padów; pad w przód, w tył, w bok na prawą i lewą stronę, przewrotem w przód.	Irena. Mulson / chłopcy / ----- Piotr Jamka / dziewczęta /	Ceremoniał. a) poczet sztandarowy – udział w uroczystościach patriotycznych szkolnych i na terenie miasta.	Aleksandra Maćkiewicz	Doskonalenie umiejętności z musztry. Musztra zespołowa /drużyna/ w ugrupowaniu rozwiniętym: - szereg, dwuszereg; w ugrupowaniu marszowym: - rząd, kolumna dwójkowa, trójkowa.	kpt. rez. J.Januszewski	
33	18.04.16 8.00-9.40	Rodzaje sprzętu gaśniczego. Sposoby użycia sprzętu w zależności od rodzaju pożaru.	Przedstawiciel P.S.P. ----- Adam Grus	Cięcie w głowę, bok, rękę. Zasłony – odpowiedzi. ----- Doskonalenie skoku kucznego przez skrzynię.	Irena. Mulson / dziewczęta / ----- Szymon Tobolski / chłopcy/	Doskonalenie umiejętności z musztry. Musztra zespołowa; - zwroty, bieg i zatrzymanie, - krok zwykły i defiladowy.	kpt. rez. J.Januszewski	I-d m-ce szkol. P.S.P
34	25.04.16 8.00-9.40	Przeznaczenie, dane taktyczno-techniczne oraz posługiwanie się radiostacją RRC – 9200.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Grus Adam	Cięcie w głowę, bok, rękę. Zasłony – odpowiedzi. ----- Doskonalenie skoku kucznego przez skrzynię.	Irena. Mulson / chłopcy/ ----- Szymon Tobolski / dziewczęta /	Doskonalenie umiejętności z musztry. Musztra zespołowa /pluton/: - wykonywanie zbiórek, - marsz.	kpt. rez. J.Januszewski	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
35	2.05.16 8.00-9.40	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	Obrona przed atakiem nożem.	Piotr Jamka	Kształtowanie wytrzymałości siłowej metodą strumieniową z wykorzystaniem przyrządów gimnastycznych.	Szymon Tobolski	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
36	9.05.16 8.00-9.40	Zasady udzielania pierwszej pomocy/PP/:złamania, urazy brzucha, klatki piersiowej, sposoby ewakuacji poszkodowanych.	Ratownik Grzegorz Jendraszek ----- Piotr Jamka	Praca na radiostacji małej mocy.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Grus Adam	Doskonalenie umiejętności z musztry. Zasady ogólne: - zadania musztry, rodzaje ugrupowań, - rozkazy i komendy, miejsce w szyku.	kpt. rez. J.Januszewski	II-d m-ce szkol. J.W. 1109
37	16.05.16 8.00-9.40	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	Nauka prostych działań taktycznych; fałszywe natarcie, zaczepki bronią, itp. Krótkie walki. ----- Ćwiczenia równoważne w parach, piramidy dwójkowe.	Irena. Mulson / dziewczęta / ----- Szymon Tobolski / chłopcy	Nigdy więcej wojny; 1.Początki ruchu pacyfistycznego. 2. Pacyfizm w XX w. 3. Wojna w Wietnamie. 4. Wojna bez broni.	Adam Grus	
38	23.05.16 8.00-9.40	Marsz na azymut.	Wykładowca J.W. 1109 ----- Piotr Jamka	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	Nauczanie bezpiecznego upadku w bok ,w tył i w przód.	Szymon Tobolski	I-d m-ce szkol. J.W. 1109
39	30.05.16 8.00-9.40	Kształtowanie wytrzymałości siłowej metodą strumieniową z wykorzystaniem przyrządów gimnastycznych.	Szymon Tobolski	Strzelanie z karabinka /wiatrówki/ pneumatycznego.	kpt. rez. J.Januszewski	Zasady udzielania pierwszej pomocy/PP/: krwotok zewnętrzny i wewnętrzny, atak serca, oparzenia odmrożenia, urazy kręgosłupa.	Ratownik Grzegorz Jendraszek ----- Piotr Jamka	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
40	6.06.16 8.00-9.40	Imperium Aleksandra Wielkiego: - podporządkowanie Grecji, - podboje Aleksandra Wielkiego, - strategia władcy wobec podbitych obszarów, - rozpad imperium Aleksandra.	Adam Grus	Nauka prostych działań taktycznych; fałszywe natarcie, zaczepki bronią, itp. Krótkie walki. ----- Ćwiczenia równoważne w parach, piramidy dwójkowe.	Irena. Mulson / chłopcy/  ----- Szymon Tobolski / dziewczęta /	Musztra zespołowa plutonu; - zaginanie i odginanie skrzydeł, - przejście w marszu z kolumny czwórkowej w kolumnę dwójkową i odwrotnie, - przejście z trójszeregu w kolumnę trójkową.	kpt. rez. J.Januszewski	
41	13.06.16 8.00-9.40	Zabawy i gry z mocowaniem.	Szymon Tobolski	Powtórzenie wiadomości /egzamin/; -broń strzelecka -sprzęt chemiczny, -sprzęt łączności, -sprzęt inż.-sap..	Komisja J.W.1109 ----- kpt. rez. J.Januszewski Adam Grus	Ćwiczenia siłowe z wykorzystaniem drążka i drabinek.	Piotr Jamka	
42	20.06.16 8.00-9.40	Powtórzenie wiadomości /egzamin/; -broń strzelecka -sprzęt chemiczny, -sprzęt łączności, -sprzęt inż.-sap..	Komisja J.W.1109 ----- kpt. rez. J.Januszewski Adam Grus	Zasady udzielania pierwszej pomocy/PP/: krwotok zewnętrzny i wewnętrzny, atak serca, oparzenia, odmrożenia, urazy kręgosłupa.	Ratownik Grzegorz Jendraszek ----- Piotr Jamka	Powtórzenie wiadomości /egzamin/; -broń strzelecka -sprzęt chemiczny, -sprzęt łączności, -sprzęt inż.-sap..	Komisja J.W.1109 ----- kpt. rez. J.Januszewski Adam Grus	

OPRACOWAŁ

Jan Januszewski