

# MODEL SZKOLENIA SZKÓŁ CN-B



**ETAP I**

**KLASA I**

**SZKOLENIE PODSTAWOWE**

**KSZTAŁCENIE  
OGÓLNE**

**SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

# ETAP I

## KSZTAŁCENIE OGÓLNE

### ZAKRES PODSTAWOWY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- JĘZYK NIEMIECKI
- FILOZOFIA
- HISTORIA
- WIEDZA O SPOŁECZEŃSTWIE
- GEOGRAFIA
- BIOLOGIA
- CHEMIA
- FIZYKA
- MATEMATYKA
- INFORMATYKA
- WYCHOWANIE FIZYCZNE
- EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA
- ZAJĘCIA Z WYCHOWAWCĄ
- RELIGIA/ETYKA
- WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE

### ZAKRES ROZSZERZONY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- GEOGRAFIA

### ZAKRES DODATKOWY

- PRZYGOTOWANIE WOJSKOWE
- SAMOOBRONA. TECHNIKI  
INTERWENCYJNE

**ETAP I  
SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

**PRZYGOTOWANIE  
WOJSKOWE**

**WYCHOWANIE  
FIZYCZNE**

**SAMOOBRONA.  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**OBOZY, SZKOLENIE, KURSY**

# ETAP I

## PRZYGOTOWANIE WOJSKOWE

### PODSTAWY WYCHOWANIA WOJSKOWE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
REGULAMINY WOJSKOWE	1	
WIEDZA O SPZR	1	
PROFILAKTYKA I DYSCYPLINA WOJSKOWA	1	
MUSZTRA		4

### SZKOLENIE BOJOWE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
TAKTYKA	1	4
SZKOLENIE STRZELECKIE	1	4
TERENOZNAWSTWO	1	2
ZAJĘCIA SPRAWNOŚCIOWIE	1	2
SZKOLENIE MEDYCZNE	1	2

### SZKOLENIE LOGISTYCZNE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
BUDOWA I EKSLOATACJA UZBROJENIA I SPRZĘTU WOJSKOWEGO		2
PROFILAKTYKA POŻAROWA I BHS	1	

# ETAP I

## WYCHOWANIE FIZYCZNE

### PROGRAM WŁASNY

**ROZWÓJ FIZYCZNY I  
SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -12 H

**AKTYWNOŚĆ  
FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -73 H

**BEZPIECZEŃSTWO W  
AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ**

REALIZACJA GODZINOWA -3 H

**EDUKACJA  
ZDROWOTNA**

REALIZACJA GODZINOWA -2 H

#### BLOKI TEMATYCZNE

**LEKKOATLETYKA**

**GRY  
REKREACYJNE**

**GRY  
ZESPOŁOWE**

**TRENING  
SIŁOWY**

**GIMNASTYKA**

**RYTM, MUZYKA,  
TANIEC**

**SPRAWDZIANY OGÓLNEJ  
SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ,  
TORY PRZESZKÓD**

**ETAP I**  
**OBOZY, KURSY, SZKOLENIA**

**WYJAZD  
INTERGACYJNY –  
UROCZYSTE  
ŚLUBOWANIE  
W SOPOCIE**

**OBÓZ KONDYCYJNO –  
SPRAWNOŚCIOWY**

**KURS SAMOOBRONY  
I STOPIEŃ**

# **SAMOOBRONA TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**- NAUKA TECHNIK  
BEZPIECZNEGO  
UPADANIA**

**- PORUSZANIE SIĘ  
W WALCE;  
-TECHNIKI UDERZEŃ  
I KOPNIĘĆ**

**- TECHNIKI  
OSWOBODZEŃ  
Z CHWYTÓW  
KRĘPUJĄCYCH  
RUCHY;  
- PODSTAWY  
OBALEŃ  
PRZECIWNIKA**



# **ETAP II**

**KLASA II**

**SZKOLENIE INDYWIDUALNE**

**KSZTAŁCENIE  
OGÓLNE**

**SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

# ETAP II

## KSZTAŁCENIE OGÓLNE

### ZAKRES PODSTAWOWY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- JĘZYK NIEMIECKI
- HISTORIA
- WIEDZA O SPOŁECZEŃSTWIE
- PODSTAWY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI
- GEOGRAFIA
- BIOLOGIA
- CHEMIA
- FIZYKA
- MATEMATYKA
- INFORMATYKA
- WYCHOWANIE FIZYCZNE
- ZAJĘCIA Z WYCHOWAWCĄ
- RELIGIA/ETYKA
- WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE

### ZAKRES ROZSZERZONY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- GEOGRAFIA

### ZAKRES DODATKOWY

- PRZYGOTOWANIE WOJSKOWE
- SAMOOBRONA. TECHNIKI  
INTERWENCYJNE

**ETAP II  
SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

**PRZYGOTOWANIE  
WOJSKOWE**

**WYCHOWANIE  
FIZYCZNE**

**SAMOOBRONA.  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**OBOZY, SZKOLENIE, KURSY**

# ETAP II

## PRZYGOTOWANIE

### WOJSKOWE

#### PODSTAWY WYCHOWANIA WOJSKOWE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
REGULAMINY WOJSKOWE	1	
WIEDZA O SPZR	1	
PROFILAKTYKA I DYSCYPLINA WOJSKOWA	1	
MUSZTRA		4

#### SZKOLENIE BOJOWE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
TAKTYKA	2	9
SZKOLENIE STRZELECKIE	2	12
TERENOZNAWSTWO	1	2
ZAJĘCIA SPRAWNOŚCIOWIE		2
SZKOLENIE MEDYCZNE	1	4
ROZPOZNANIE WOJSKOWE	1	2
SZKOLENIE INŻYNIERYJNO - SAPERSKIE	2	2
OPBMR	2	2
POPL	1	
ŁĄCZNOŚĆ	2	2
OCHRONA I OBRONA OBIEKTÓW	1	1

# ETAP II

## WYCHOWANIE FIZYCZNE

### PROGRAM WŁASNY

**ROZWÓJ FIZYCZNY I  
SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -14 H

**AKTYWNOŚĆ  
FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -69 H

**BEZPIECZEŃSTWO W  
AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ**

REALIZACJA GODZINOWA -5 H

**EDUKACJA  
ZDROWOTNA**

REALIZACJA GODZINOWA -2 H

#### BLOKI TEMATYCZNE

**LEKKOATLETYKA**

**GRY  
REKREACYJNE**

**GRY  
ZESPOŁOWE**

**TRENING  
SIŁOWY**

**GIMNASTYKA**

**RYTM, MUZYKA,  
TANIEC**

**SPRAWDZIANY OGÓLNEJ  
SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ,  
TORY PRZESZKÓD**

**ETAP II**  
**OBOZY, KURSY, SZKOLENIA**

**BYTOWANIE  
W TERENIE  
PRZYGODNYM**

**KURS  
SAMOOBRONY  
II STOPIEŃ**

**OBÓZ KONDYCYJNO  
–  
SPRAWNOŚCIOWY**

**SZKOLENIE  
SPADOCHRONOWE**

**SAMOOBRONA  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**- ROZSZERZENIE  
UMIEJĘTNOŚCI O  
WALKĘ W RÓŻNYCH  
PŁASZCZYZNACH**

**- ZAKŁADANIE  
DŹWIGNI**

**- OBRONA PRZED  
ATAKIEM NOŻEM  
I KIJEM**

**ETAP III**  
**KLASA III**  
**SZKOLENIE SPECJALISTYCZNE**

**KSZTAŁCENIE  
OGÓLNE**

**SZKOLENIE  
WOJSKOWE**



# ETAP III

## KSZTAŁCENIE OGÓLNE

### ZAKRES PODSTAWOWY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- JĘZYK NIEMIECKI
- HISTORIA
- PODSTAWY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI
- GEOGRAFIA
- BIOLOGIA
- CHEMIA
- FIZYKA
- MATEMATYKA
- INFORMATYKA
- WYCHOWANIE FIZYCZNE
- ZAJĘCIA Z WYCHOWAWCĄ
- RELIGIA/ETYKA
- WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE

### ZAKRES ROZSZERZONY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- GEOGRAFIA

### ZAKRES DODATKOWY

- PRZYGOTOWANIE WOJSKOWE
- SAMOOBRONA. TECHNIKI  
INTERWENCYJNE

**ETAP III  
SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

**PRZYGOTOWANIE  
WOJSKOWE**

**WYCHOWANIE  
FIZYCZNE**

**SAMOOBRONA.  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**OBOZY, SZKOLENIE, KURSY**

# ETAP III

## PRZYGOTOWANIE

### WOJSKOWE

#### PODSTAWY WYCHOWANIA WOJSKOWE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
REGULAMINY WOJSKOWE	1	
WIEDZA O SPZR	1	
PROFILAKTYKA I DISCYPLINA WOJSKOWA	1	
MUSZTRA		5

#### SZKOLENIE BOJOWE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
TAKTYKA	2	12
SZKOLENIE STRZELECKIE	2	12
TERENOZNAWSTWO		3
ZAJĘCIA SPRAWNOŚCIOWIE	1	6
SZKOLENIE MEDYCZNE	2	4
ROZPOZNANIE WOJSKOWE		2
SZKOLENIE INŻYNIERYJNO - SAPERSKIE		4
OPBMR		2
POPL	1	2
ŁĄCZNOŚĆ	2	3
OCHRONA I OBRONA OBIEKTÓW	1	2
ZAJĘCIA PODSUMOWUJĄCE	2	6

#### SZKOLENIE LOGISTYCZNE

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
BUDOWA I EKSPLOATACJA UZBROJENIA I SPRZĘTU WOJSKOWEGO		2
ZABEZPIECZENIE LOGISTYCZNE	2	
OCHRONA ŚRODOWISKA	2	
PROFILAKTYKA POŻAROWA I BHS	1	

#### SZKOLENIE Z WYBRANYCH PRZEPISÓW PRAWA

	REALIZACJA GODZINOWA	
	TEORIA	PRAKTYKA
PRZEPISY OGÓLNE DOTYCZĄCE SŁUŻBY WOJSKOWEJ	3	
OCHRONA INFORMACJI NIEJAWNYCH	1	

# ETAP III

## WYCHOWANIE FIZYCZNE

### PROGRAM WŁASNY

**ROZWÓJ FIZYCZNY I  
SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -12 H

**AKTYWNOŚĆ  
FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -71 H

**BEZPIECZEŃSTWO W  
AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ**

REALIZACJA GODZINOWA -5 H

**EDUKACJA  
ZDROWOTNA**

REALIZACJA GODZINOWA -3 H

#### BLOKI TEMATYCZNE

**LEKKOATLETYKA**

**GRY  
REKREACYJNE**

**GRY  
ZESPOŁOWE**

**TRENING  
SIŁOWY**

**GIMNASTYKA**

**RYTM, MUZYKA,  
TANIEC**

**SPRAWDZIANY OGÓLNEJ  
SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ,  
TORY PRZESZKÓD**

**ETAP III**  
**OBOZY, KURSY, SZKOLENIA**

**KURS  
PŁETWONURKA**

**KURS  
SAMOOBRONY  
III STOPIEŃ**

**KURS  
KWALIFIKOWANEJ  
PIERWSZEJ  
POMOCY**

**OBÓZ  
KONDYCYJNO –  
SPRAWNOŚCIOWY**

**SZKOLENIE  
STRZELECKIE**

**SAMOOBRONA  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**- OBRONA PRZED  
ATAKIEM BRONIĄ**

**- NAUKA TECHNIK  
INTERWENCYJNYCH**

**- DOSKONALENIE  
WSZYSTKICH  
WCZEŚNIEJ  
POZNANYCH  
ELEMENTÓW**

**ETAP IV**  
KLASA IV  
**SZKOLENIE ZGRYWAJĄCE**

**KSZTAŁCENIE  
OGÓLNE**

**SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

# ETAP IV KSZTAŁCENIE OGÓLNE

## ZAKRES PODSTAWOWY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- JĘZYK NIEMIECKI
- HISTORIA
- GEOGRAFIA
- MATEMATYKA
- WYCHOWANIE FIZYCZNE
- ZAJĘCIA Z WYCHOWAWCĄ
- RELIGIA/ETYKA
- WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE

## ZAKRES ROZSZERZONY

- JĘZYK POLSKI
- JĘZYK ANGIELSKI
- GEOGRAFIA

## ZAKRES DODATKOWY

- PRZYGOTOWANIE WOJSKOWE
- SAMOOBRONA. TECHNIKI  
INTERWENCYJNE



**ETAP IV  
SZKOLENIE  
WOJSKOWE**

**PRZYGOTOWANIE  
WOJSKOWE**

**WYCHOWANIE  
FIZYCZNE**

**SAMOOBRONA.  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**OBOZY, SZKOLENIE, KURSY**

**ETAP IV  
PRZYGOTOWANIE  
WOJSKOWE**

**OBÓZ SZKOLENIOWY**

**50 GODZIN ZAJĘĆ PRAKTYCZNYCH Z ZAKRESU  
SZKOLENIA BOJOWEGO I SZKOLENIA  
LOGISTYCZNEGO**

# ETAP IV

## WYCHOWANIE FIZYCZNE

### PROGRAM WŁASNY

**ROZWÓJ FIZYCZNY I  
SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -11 H

**AKTYWNOŚĆ  
FIZYCZNA**

REALIZACJA GODZINOWA -64 H

**BEZPIECZEŃSTWO W  
AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ**

REALIZACJA GODZINOWA -8 H

**EDUKACJA  
ZDROWOTNA**

REALIZACJA GODZINOWA -7 H

#### BLOKI TEMATYCZNE

**LEKKOATLETYKA**

**GRY  
REKREACYJNE**

**GRY  
ZESPOŁOWE**

**TRENING  
SIŁOWY**

**GIMNASTYKA**

**RYTM, MUZYKA,  
TANIEC**

**SPRAWDZIANY OGÓLNEJ  
SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ,  
TORY PRZESZKÓD**

**ETAP IV**  
**OBOZY, KURSY, SZKOLENIA**

**KURS  
PŁETWONURKA**

**KURS  
KWALIFIKOWANEJ  
PIERWSZEJ  
POMOCY**

**KURS  
UKŁADACZA  
SPADOCHRONU**

**SZKOLENIE  
STRZELECKIE**

**SAMOOBRONA  
TECHNIKI INTERWENCYJNE**

**- WOJSKOWE  
SYSTEMY WALKI W  
BLISKIM KONTAKCIE**

**- TECHNIKI  
INTERWENCYJNE**

**- DOSKONALENIE  
WSZYSTKICH  
WCZEŚNIEJ  
POZNANYCH  
ELEMENTÓW**