



Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamas projektas  
Nr. 09.2.1-ESFA-V-726-03-0001  
„Skaitmeninio ugdymo turinio kūrimas ir diegimas“

## NACIONALINIO SAUGUMO IR KRAŠTO GYNYBOS BENDROSIOS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO REKOMENDACIJOS

Nacionalinio saugumo ir krašto gynybos vidurinio ugdymo bendrosios programos įgyvendinimo rekomendacijas rengė: Nerijus Navickas, Liudas Zdanavičius.

### Turinys

1. DALYKO NAUJO TURINIO MOKYMO REKOMENDACIJOS .....	1
2. VEIKLŲ PLANAVIMO IR KOMPETENCIJŲ UGDYMO PAVYZDŽIAI .....	3
3. SKAITMENINĖS MOKYMO PRIEMONĖS, SKIRTOS ĮGYVENDINTI BP .....	11
4. LITERATŪROS IR ŠALTINIŲ SĄRAŠAS .....	13
5. UŽDUOČIŲ AR MOKINIŲ DARBŲ, ILIUSTRUOJANČIŲ PASIEKIMŲ LYGIUS, PAVYZDŽIAI ...	17

### 1. DALYKO NAUJO TURINIO MOKYMO REKOMENDACIJOS

Šiame skyrelyje aptariami metodai ir būdai, kuriais rekomenduojama mokyti mokinius pagal atnaujintą Nacionalinio ir krašto saugumo bendrąją programą (toliau BP).

Nacionalinio saugumo ir krašto gynybos programa skiriasi nuo daugelio kitų mokykloje mokomų dalykų, kadangi joje suteikiamos ir teorinės žinios ir praktiniai įgūdžiai.

Šiuo metu nėra parengtas naujas nacionalinio saugumo ir krašto gynybos vadovėlis (jis turėtų atsirasti vėliau), todėl mokymas vyksta remiantis daugeliu skirtingų šaltinių (teisės aktų, įvairių ataskaitų, akademinėlių straipsnių, mokomųjų priemonių, oficialių institucijų internetinių puslapių medžiaga ir kt.).

Mokant teorinių žinių rekomenduojama mokytojams kuo aktyviau naudoti interaktyvius mokymo metodus, kuo daugiau naudoti šiuolaikinių, patrauklios formos mokymo šaltinių (pavyzdžiui, mokomųjų vaizdo klipų).

Rekomenduojama mokiniams organizuoti debatus įvairiais probleminiais klausimais (pavyzdžiui, “kodėl mums nepakanka narystės ES užtikrinant savo nacionalinį saugumą?”, “kas prasmingiau: privalomoji karinė tarnyba ar alternatyvioji tarnyba?”).

Svarbus mokymo komponentas - nacionalinio saugumo ir gynybos institucijų (o taip pat Lietuvos Šalių Sąjungos) įtraukimas į mokymo procesą. Rekomenduojama organizuoti Lietuvos kariuomenės, Šalių Sąjungos, VRM institucijų, STT, žvalgybos institucijų atstovų vizitus mokyklose arba dalyvauti bendruose šių institucijų atstovų susitikimuose su kelių mokyklų mokiniais. Taip pat rekomenduojama organizuoti bent vienos dienos vizitą Lietuvos kariuomenės daliniuose ir/arba VRM institucijose (PAGD, Policija, VST. Minėtų

susitikimų ar vizitų metu prasmingiausia organizuoti praktinių įgūdžių mokymus (pavyzdžiui, pirmosios medicininės pagalbos pratybas kartu su kariuomenės paramedikais).

Taip pat siekiant įgyti praktinius įgūdžius rekomenduojama organizuoti dienos išvykas (stovyklas) arba vykti į keleto dienų stovyklas (pavyzdžiui, su Lietuvos Šaulių Sąjungos pagalba). Priklausomai nuo pasirinkto sprendimo būdo - ateityje praktinių žinių įgijimas bus sukoordinuotas su Lietuvos Šaulių Sąjungos stovyklų devintųjų klasių mokiniams programa. Nacionalinio saugumo ir krašto saugumo dalyke bus gilinamos žinios, gautos minėtų stovyklų metu, ir mokoma naujų temų, kurios nebuvo padengtos šiame formate.

## 2. VEIKLŲ PLANAVIMO IR KOMPETENCIJŲ UGDYMO PAVYZDŽIAI

Šiame skyrelyje pateikiami ilgalaikių ir veiklų planavimo, kompetencijų ugdymo pavyzdžiai su nuorodomis į šaltinius ir patarimais mokytojams.

Ugdymo proceso kokybė didele dalimi priklauso nuo kokybiško edukacinių veiklų planavimo, todėl svarbu jas planuojant pasitelkti integracinius ryšius, įvairius šaltinius, netradicines aplinkas įgalinti mokinius įvairiapusiam ir motyvuojančiam mokymuisi. Įgyvendinimo rekomendacijose planavimo aspektai pateikiami kaip darbo įrankis, kuris paskatintų ieškoti naujų idėjų, netradicinių ugdymo proceso organizavimo formų, kurios sudaro galimybes kartu su mokiniais kurti lankstų, besimokančiųjų poreikius ir mokymosi galimybes atitinkantį mokymosi „kelią“ ir siekti Bendrojoje programoje apibrėžtų mokinių pasiekimų.

III -IV gimnazijos klasių ilgalaikio plano variantas.

### NACIONALINIO SAUGUMO IR KRAŠTO GYNYBOS BENDROSIOS PROGRAMOS ILGALAIKIS PLANAS

Mokymosi turinio skyrius	Tema	Val. sk.	Galimos mokinių veiklos
III gimnazijos klasė			
<b>18.1. Nacionalinis saugumas ir jo komponentai</b>	18.1.1. Nacionalinio saugumo apibrėžimas ir komponentai	1	Nagrinėja nacionalinio saugumo apibrėžimą. Aptaria kas yra valstybių nacionalinio saugumo politika ir kokios sritys į ją įeina. Diskutuoja kaip įvertinti valstybės nacionalinio saugumo lygį.
	18.1.2. Grėsmės Lietuvos nacionaliniam saugumui	1	Analizuoja grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui ir, nagrinėdami aktualijas medijose, diskutuoja apie jų poveikį Lietuvos nacionaliniam saugumui.
<b>18.2. Globalios saugumo sistemos kaitos tendencijos ir pavojai Lietuvos nacionaliniam saugumui</b>	18.2.1. Globalios saugumo sistemos istorinė raida ir aktualijos	2	Apibūdina tarptautinės saugumo architektūros istorinę raidą ir dabarties pokyčius: Šaltasis karas, Vakarų dominavimas, naujųjų galių iškilimas ir su tuo susiję iššūkiai.
	18.2.2. Globalinių iššūkių poveikis pasaulio ir nacionaliniam saugumui	2	Analizuoja globalizacijos poveikį pasaulio saugumui, klimato kaitos poveikį nacionaliniam saugumui, demografijos ir migracijos iššūkius,

			resursų trūkumą, masinio naikinimo ginklų plėtrą, terorizmą ir organizuoto nusikalstamumo reiškinių.
<b>18.3. Autoritarinių valstybių keliamos grėsmės</b>	18.3.1. Pagrindiniai demokratinių ir autokratiškos valstybių užsienio ir gynybos politikos skirtumai	2	Analizuoja pagrindinius demokratinių ir autokratiškos valstybių užsienio ir gynybos politikos skirtumus.
	18.3.2. Rusijos užsienio ir nacionalinio saugumo politikos prioritetai ir veikla Baltijos jūros regione	2	Diskutuoja kaip istorinės dabartinės Rusijos politikos ištakos (Rusijos imperija, SSRS) veikia jos užsienio ir nacionalinio saugumo politikos prioritetus. Nagrinėja autoritarizmo stiprėjimą ir militarizaciją Rusijoje, agresyvią Rusijos politiką pavyzdžius ("užšaldytų konfliktų" kūrimas, karai prieš Gruziją ir Ukrainą). Parengia prezentaciją apie įvairius Rusijos veikimo Baltijos jūros regione aspektus .
	18.3.3. Baltarusijos užsienio ir nacionalinio saugumo politikos prioritetai ir poveikis Lietuvos nacionaliniam saugumui	1	Analizuoja Baltarusijos užsienio ir saugumo politikos prioritetus, Rusijos-Baltarusijos politinę ir karinę integraciją bei jos poveikį Lietuvos nacionaliniam saugumui.
	18.3.4. Kinijos užsienio ir nacionalinio saugumo politikos prioritetai ir veikla Baltijos jūros regione	2	Aptaria Kinijos ekonominę, politinę, karinę ir technologinę ekspansiją, jos poveikį tarptautiniam saugumui. Pristato Kinijos veikimą Baltijos jūros regione, jo poveikį Lietuvos nacionaliniam saugumui.
<b>18.4. Karai ir kiti konfliktai</b>	18.4.1. Karų rūšys ir technologijų įtaka karybai	2	Apibūdina karų rūšis (konvenciniai karai ir jų istorinė raida; etniniai konfliktai ir genocidas; netiesioginiai (proxy) karai). Vertina technologijų įtaką karybai.
	18.4.2. Hibridinis karas ir jo elementai	1	Analizuoja hibridinio karo sąvoką ir pavyzdžius. Nagrinėdami atvirus informacijos šaltinius, identifikuoja hibridinio karo elementus.
<b>18.5. Ekstremalios situacijos ir krizės</b>	18.5.1. Gamtos nelaimės ir jų poveikis	1	Aptaria ir vertina gamtinio (potvyniai, uraganai, sausros, ekstremalūs snygiai ir kt.) pobūdžio situacijas ir jų poveikį piliečių saugumui.

	18.5.2. Techninės nelaimės ir pavojai	2	Analizuoja techninio (cheminiai incidentai, radiaciniai incidentai, avarijos branduolinėse elektrinėse, didelio masto gaisrai, automobilių, geležinkelių ir aviakatastrofos) situacijas ir jų poveikį piliečių saugumui.
	18.5.3. Socialinės nelaimės ir jų poveikis	1	Pristato socialinio pobūdžio (epidemijos, pandemijos, socialiniai neramumai ir kt.) pobūdžio situacijas ir jų poveikį saugumui.
<b>18.6. Grėsmių ir pavojų vertinimas</b>	18.6.1. Grėsmių ir pavojų vertinimas	2	Atlieka praktinį darbą, kuriame įvertina pasirinktos srities grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui ir, nagrinėdami aktualijas medijose, diskutuoja apie jų poveikį Lietuvos nacionaliniam saugumui.
<b>18.7. Pasirengimo ekstremalioms situacijoms, krizėms ir karui praktinės žinios ir įgūdžiai</b>	18.7.1. Maisto ir kitų atsargų kaupimo principai. Išvykimo krepšio sudėties sąrašas. Šeimos evakuacijos planas.	2	<p>Paaškina maisto ir kitų atsargų kaupimo principus. Parengia išvykimo krepšio sudėties sąrašą ir paaškina jo sudėtį. Parengia ir pristato šeimos evakuacijos planą.</p> <p>Kita aktuali informacija, skirta pasiruošti galimai ekstremaliajai situacijai:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maisto atsargos: <a href="https://www.lt72.lt/?page_id=2052">https://www.lt72.lt/?page_id=2052</a>.</li> <li>• Išvykimo krepšys: <a href="https://www.lt72.lt/?page_id=3048">https://www.lt72.lt/?page_id=3048</a>.</li> <li>• Šeimos planas: <a href="https://www.lt72.lt/?page_id=3054">https://www.lt72.lt/?page_id=3054</a>.</li> </ul>
	18.7.2. Saugaus judėjimo ir evakavimo principai, maršrutai, orientavimosi vietovėje pagrindai.	4	<p>Nagrinėja saugaus judėjimo ir evakavimo principus. Diskusija apie evakavimo maršrutų pasirinkimą, susitikimo vietų nustatymo, orientavimosi vietovėje pagrindus. Pristato darbo su žemėlapiu, atstumo nustatymo, pagrindinių orientyrų identifikavimo principus. Pristato saugaus judėjimo keliais, urbanizuotose ir gamtinėse vietovėse ypatybes. Taiko šiuos įgūdžius praktinio evakavimo simuliacijos sąlygomis, t.y., suplanuoja evakavimo maršrutą, o vėliau juda juo miesto ir/arba gamtinėje aplinkoje.</p> <p>Ekskursijos į Lietuvos kariuomenės padalinius, KASP, LŠS, Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentą prie LR VRM, Atominį bunkerį (Raudondvario pl. 164A Kaunas).</p> <p>Daugiau informacijos:</p>

			<a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/ka%CC%A8-turime-z%CC%8Cinoti-rimti-patarimai-linksmi-2022.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/ka%CC%A8-turime-z%CC%8Cinoti-rimti-patarimai-linksmi-2022.pdf</a> <a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/lietuvos-kareivio-knyga-2020-spaudai.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/lietuvos-kareivio-knyga-2020-spaudai.pdf</a>
	18.7.3. Apsisaugojimas nuo cheminių, biologinių, radiologinių ir branduolinių pavojų.	2	Atlieka praktines užduotis imituojant apsaugą nuo cheminių, biologinių, radiologinių ir branduolinių pavojų. Parengia savo ir artimųjų veiksmų planą galimos Astravo branduolinės elektrinės avarijos atveju. Atpažįsta gyventojų perspėjimo ir informavimo signalus, tinkamai reaguoja į perspėjimo signalus, randa informaciją neveikiant ryšiui. Paaiškina, kur slėptis iškilus grėsmei. Skiria priedangas, kolektyvinės apsaugos slėptuves ir slėptuves. Apibūdina kitas galimas laikinas saugias vietas. Aptaria elgesį bombardavimo atveju. Demonstruoja cheminių, biologinių ir kitų apsaugos priemonių naudojimo įgūdžius.
	18.7.4. Išgyvenimo miesto ir gamtinėse vietovėse principai.	2	Paaiškina išgyvenimo miesto ir gamtinėse vietovėse principus. Pristato efektyvius savitarpio pagalbos būdus. Diskutuoja kaip reikia išgyventi be elektros, vandens ir šilumos tiekimo, apsirūpinti maistu ir vandeniu, palaikyti asmeninę higieną. Demonstruoja kaip krizinėse situacijose išgauti ugnį, įrengti laikiną nakvynės vietą, apsisaugoti nuo pavojingų gyvūnų. Taiko sąveikos principus bendraujant su draugiškais ir nedraugiškais asmenimis.
	18.7.5. Sveikatai ir gyvybei pavojingos būklės atpažinimas ir pirmoji medicinos pagalba	5	Apibūdina sužeidimų ir kitų sveikatai bei gyvybei pavojingos būklės nustatymo principus, elgesį su nukentėjusiuoju šoko būsenoje. Demonstruoja kraujavimo stabdymo (panaudojant turniketą ir kitas priemones), pradinio gaivinimo, lūžusios galūnės imobilizavimo, žaizdų tvarstymo įgūdžius. Demonstruoja kaip suteikti pirmąją medicininę pagalbą užspringus, nušalimo, nudegimo ar cheminio pažeidimo, apsinuodijimo atvejais.
IV gimnazijos klasė			
<b>19.1. Lietuvos nacionalinio saugumo ir gynybos sistema.</b>	19.1.1. Lietuvos nacionalinio saugumo principus reglamentuojantys dokumentai	1	Apibūdina pagrindinius Lietuvos nacionalinio saugumo principus reglamentuojančius dokumentus: Lietuvos Konstitucija, Nacionalinio saugumo pagrindų įstatymas, Nacionalinio saugumo

		strategija, Lietuvos Respublikos piliečių rengimo pilietiniam pasipriešinimui strategija ir kiti teisės aktai.
19.1.2. Lietuvos Respublikos visuotinės gynybos sistema ir atsakingų institucijų funkcijos	4	Nagrinėja visuotinės gynybos sistemą. Apibūdina pagrindinių Lietuvos valstybės institucijų vietą ir funkcijas nacionalinio saugumo ir gynybos sistemoje: LR Prezidentas, LR Seimas, LR Vyriausybė (ir atskiros ministerijos bei pavaldžios institucijos).
19.1.3. LR nacionalinio saugumo teisiniai režimai	2	Pristato nacionalinio saugumo teisinius režimus: ekstremalioji situacija, nepaprastoji padėtis, mobilizacija, karo padėtis.
19.1.4. Lietuvos Kariuomenės struktūra ir funkcijos taikos ir karo metu	4	Aptaria Lietuvos Kariuomenės funkcijas taikos ir karo metu. Lankydami kariniuose daliniuose susipažįsta su Lietuvos kariuomenės struktūra (Sausumos pajėgos, Karinės jūrų pajėgos, Karinės oro pajėgos, Specialiųjų operacijų pajėgos ir kiti vienetai), jų ypatybėmis ir naudojama ginkluote bei technika. Argumentuotai diskutuoja apie kariuomenės ir visuomenės santykį demokratinėje valstybėje.
19.1.5. Piliečių įsitraukimo į valstybės saugumo užtikrinimą galimybės ir būdai	2	Analizuoja piliečių įsitraukimo galimybes ir būdus į valstybės saugumo užtikrinimą: Nuolatinė privalomoji karo tarnyba, Jaunesniųjų karininkų vadų mokymai, profesionali karo tarnyba, tarnyba Krašto apsaugos savanorių pajėgose (KASP), dalyvavimas Lietuvos Šaulių Sąjungos veikloje, studijos Lietuvos Karo Akademijoje. Diskutuoja apie visuotinį šaukimą. Įvertina alternatyvios karo tarnybos privalumus ir trūkumus. Įsivertina ir pagrindžia, kurie prisidėjimo prie valstybės gynybos būdai jiems yra tinkamiausi.
19.1.6. Teisėsaugos institucijų ir Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo tarnybos funkcijos užtikrinant Lietuvos nacionalinį saugumą ir gynybą	2	Nagrinėja teisėsaugos institucijų vietą užtikrinant Lietuvos nacionalinį saugumą ir gynybą (Policija, Valstybės sienos apsaugos tarnyba, Viešojo saugumo tarnyba ir kitos institucijos). Nagrinėja Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo tarnybos funkcijas. Esant galimybei, lankosi šiose institucijose arba į mokyklas atvyksta jų atstovai.

	19.1.7. Specialiųjų tyrimų tarnybos funkcijas kovoje su korupcija	2	Nagrinėja Specialiųjų tyrimų tarnybos funkcijas kovoje su korupcija. Pasitelkdami pavyzdžius argumentuotai diskutuoja apie kovos su korupcija svarbą užtikrinant valstybės nacionalinį saugumą.
	19.1.8. Žvalgybos institucijų funkcijos užtikrinant Lietuvos nacionalinį saugumą	2	Analizuoja žvalgybos institucijų funkcijas ir jų vieta užtikrinant Lietuvos nacionalinį saugumą. Skiria žvalgybą ir kontržvalgybą. Paaškina pagrindinius žvalgybos institucijų naudojamus metodus.
	19.1.9. Lietuvos narystė Šiaurės Atlanto Sutarties Organizacijoje, NATO veikimo principai. Europos Sąjungos bendroji saugumo ir gynybos politika	2	Analizuoja Euroatlantinės integracijos svarbą Lietuvos nacionaliniam saugumui. Nagrinėja Šiaurės Atlanto Sutarties Organizacijos veikimo principus ir Lietuvos vietą joje. Paaškina Šiaurės Atlanto Sutarties svarbą ir jos pagrindinius straipsnius. Simuliuoja NATO sprendimų priėmimo procesą. Esant galimybei lanko arba kviečia į mokyklą NATO partnerių pajėgas Lietuvoje (NATO priešakinių pajėgų batalionas, Oro policijos misija, Rotacinės amerikiečių pajėgos). Diskutuoja apie Europos Sąjungos bendrąją saugumo ir gynybos politiką.
<b>19.2. Praktiniai įgūdžiai ir žinios reikalingos stiprinant pilietinį atsparumą ir pasirengimą ekstremalioms situacijoms, krizės ir karo atvejais.</b>	19.2.1. Kibernetinio saugumo principai	2	Ugdosi kibernetinio saugumo įgūdžius. Nagrinėja saugaus elgesio kibernetinėje erdvėje principus. Paaškina kas yra informacinė higiena, kompiuteriniai virusai ir kita kenkėjiška programinė įranga. Aptaria įsilaužėlių veikimo principus ir metodus. Analizuoja savo ir artimųjų elgesį kibernetinėje erdvėje bei pristato šio elgesio tobulinimo būdus.
	19.2.2. Informacinis saugumas, kenkėjiškos veiklos atpažinimas	4	Diskutuoja, kas yra informacinis saugumas. Nagrinėja dezinformacijos, informacinio karo, „giliųjų padirbinių“ ir kitas sąvokas. Praktinių užsiėmimų metu nagrinėdami viešąją erdvę atpažįsta informacines atakas prieš Lietuvą ir identifikuoja galimus jų pagrindinius tikslus ir naudojamus naratyvus. Nagrinėja patikimų ir nepatikimų informacijos šaltinių identifikavimo principus, atpažįsta informacines manipuliacijas. Parengia pranešimą dalyko tema, paaškina šaltinių pasirinkimo, atmetimo ir vertinimo kriterijus.



	19.2.3. Užsienio žvalgybų veiklos keliami pavojai	2	Remdamiesi faktais ir argumentais diskutuoja apie apsisaugojimą nuo užsienio žvalgybų veiklos keliamų pavojų. Paaiškina kaip atpažinti verbavimo, ardomąją ir kitas pavojingas veiklas. Paaiškina kokie yra apsisaugojimo nuo jų būdai, kaip saugiai elgtis su asmenine ir kita informacija. Nagrinėja kaip atpažinti nusikalstamų, radikalių, teroristinių ir kitų pavojingų organizacijų veikimą.
	19.2.4. Pilietinio pasipriešinimo pagrindai	4	Susipažįsta su pilietinio pasipriešinimo pagrindais. Aptaria kolaboravimo ir nekolaboravimo sąvokas. Įvardija pagrindinius pilietinio pasipriešinimo būdus. Remdamiesi šiuolaikiniais ir istoriniais pavyzdžiais pristato sėkmingo ir nesėkmingo pilietinio pasipriešinimo atvejus. Analizuoja šių atvejų privalumus ir trūkumus.

### VEIKLŲ PLANAVIMO PAVYZDŽIAI

Pamokos tema /problematika/ klausimas:	<b>Krašto gynybos ir pilietinio pasipriešinimo institucijos.</b> Valstybės gynimo principai, numatyti LR konstitucijoje. Lietuvos kariuomenės uždaviniai, karinių pajėgų rūšys ir funkcijos taikos ir karo metu.
Mokymosi uždavinys:	Mokiniai, remdamiesi įvairiais informacijos šaltiniais susipažins su krašto gynybos sistema, analizuos savo dalyvavimo valstybės gynime galimybes.
Ugdomosios kompetencijos:	<b>Pažinimo:</b> Nagrinėdami įvairius informacijos šaltinius susipažįsta su Lietuvos gynimo principais, Lietuvos kariuomenės uždaviniais, karinių pajėgų struktūra ir funkcijomis taikos ir karo metu. <b>Pilietiškumo:</b> analizuoja savo dalyvavimo valstybės gynime galimybes, suvokia valstybės gynimo svarbą. <b>Kūrybiškumo:</b> kurią mąstymo žemėlapi. <b>Komunikavimo:</b> pristato mąstymo žemėlapi, diskutuoja valstybės gynimo klausimais, išklauso kito nuomonę, pateikia savąją, ją argumentuoja. Mokosi spręsti problemas bendradarbiaudami. <b>Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos:</b> atsakingas sprendimų priėmimas ir elgesys. <b>Skaitmeninė kompetencija:</b> mokosi rinkti informacija internete, kuria mąstymo žemėlapi, naudojant skaitmenines programas.

Tarpdalykiniai ryšiai ir temos:	Integracija su istorija (Lietuvos kariuomenės istorija). Lietuvių kalba ir IT (informacijos rinkimas, mąstymo žemėlapių kūrimas ir pristatymas). Dorinis ugdymas (vertybinių nuostatų formavimas) Geografija (kariniai konfliktai).
<b>PROCESAS . PIRMOJI PAMOKA</b>	
Mokinių sudominimas, jų patirties išsiaiškinimas, pamokos uždavinių skelbimas	1. Mokiniai, naudodamiesi praeitą pamoką sukurtais pristatymais, prisimena, ką sužinojo apie vidines ir išorines grėsmes Lietuvos nacionaliniam saugumui. 2. Formuluojamas probleminis klausimas: kas turi užtikrinti Lietuvos gyventojų saugumą? Mokinių prašoma trumpai pristatyti savo mintis (minčių lietaus metodas). 3. Pamokos temos, mokymosi uždavinių skelbimas.
Mokymo(si) veikla	1. Dirbdami grupėmis, naudodamiesi LR Konstitucija ir Pilietiškumo pagrindų vadovėliu (S. Bitlieriūtė, A. Jakubčionis, Šviesa, 2012, 74 psl.) mokiniai suranda, aptaria ir pristato Lietuvos Respublikos gynimo principus ir nacionalinio saugumo sistemą 2. Atrenka tas institucijas, kurios daugiausiai rūpinasi nacionaliniu saugumu taikos sąlygomis, o kurios – karo atveju. Paaiškina savo pasirinkimą. 3. Mokiniai, dirbdami grupėse, pasirenka 1-2 informacijos šaltinius iš interneto ( <b>www.karys.lt</b> : <a href="https://www.kariuomene.lt/musu-misija/kariuomenes-uzduotis/18">https://www.kariuomene.lt/musu-misija/kariuomenes-uzduotis/18</a> , <a href="https://www.kariuomene.lt/pajegos-ir-kariniai-vienetai/3">https://www.kariuomene.lt/pajegos-ir-kariniai-vienetai/3</a> ; <b>https://kam.lt</b> <a href="https://kam.lt/lt/moksleiviams/kariuomenes_diena_mokyklose_2046.html">https://kam.lt/lt/moksleiviams/kariuomenes_diena_mokyklose_2046.html</a> , kuria mąstymo žemėlapi „Lietuvos kariuomenė (uždaviniai, karinių pajėgų rūšys ir funkcijos) taikos ir karo metu“. Pagal gebėjimus mokiniai pasirenka mąstymo žemėlapi kurti „Mindomo“ ar kita programa, pildo paruoštą elektroninį arba popierinį variantą. Grupės pristato parengtus darbus.
<b>PAMOKOS REFLEKSIJA</b>	
	Mokiniai pagal pateiktus kriterijus aptaria pamokos metu parengtus ir pristatytus darbus. Įsivertina, kaip pavyko įgyvendinti pamokos uždavinius. Voratinklio metodu įsivertina bendravimo gebėjimus.

<b>ANTROJI PAMOKA (integracija su neformaliuoju švietimu)</b>	
	Mokiniai susitinka su Lietuvos kariuomenės atstovu iš Mobilizacijos ir pilietinio pasipriešinimo departamento prie Krašto apsaugos ministerijos. Mokiniai praplečia žinias apie Lietuvos kariuomenę, vyksta pokalbiai ir diskusijos. Specialistų kontaktai:
<b>REFLEKSIJA</b>	
	Mokiniai aptaria: Aš supratau, kad Lietuvos kariuomenė... Kariui reikalingos savybės... Norint užtikrinti Lietuvos nacionalinį saugumą, būtina... Mano nuomonė, ar reikalinga Lietuvai profesionali kariuomenė...

### 3. SKAITMENINĖS MOKYMO PRIEMONĖS, SKIRTOS ĮGYVENDINTI BP

III-IV gimnazijos klasė.

Nr.	Pavadinimas	Trumpa anotacija	Nuoroda
1.	LT72	Detali informacija apie įvairias ekstremalias situacijas ir pasirengimą joms	<a href="http://www.lt72.lt">www.lt72.lt</a>
2.	Draugiškas internetas	Medžiaga skirta informacinio ir kibernetinio saugumo tematikos pamokoms	<a href="https://www.draugiskasinternetas.lt/">https://www.draugiskasinternetas.lt/</a>
3.	Karys.lt	Informacija apie Lietuvos kariuomenę ir įvairius tarnybos joje būdus.	<a href="http://www.karys.lt">www.karys.lt</a>
4.	Krašto apsaugos ministerija	Lietuvos gynybos politikos pagrindai, informacija apie kariuomenę, NATO ir kitus klausimus.	<a href="https://kam.lt/">https://kam.lt/</a>

5.	Mobilizacijos ir pilietinio pasipriešinimo departamento prie KAM Youtube paskyra	Video pamokos išgyvenimo, elgesio krizių ir ekstremalių situacijų metu bei kitomis temomis	<a href="https://www.youtube.com/channel/UCrGL0k3NITAls59huULHv1g/videos">https://www.youtube.com/channel/UCrGL0k3NITAls59huULHv1g/videos</a>
6.	Dokumentinis filmas "Karas 2020"	Dokumentinis filmas apie informacinius karus	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=SGK9CzsEWcw">https://www.youtube.com/watch?v=SGK9CzsEWcw</a>
7.	Mūšio laukas	LRT laida apie gynybą, Lietuvos kariuomenę, ginkluotę ir kitus susijusius klausimus	<a href="https://www.lrt.lt/mediateka/video/musio-laukas">https://www.lrt.lt/mediateka/video/musio-laukas</a>
8.	Crisiswatch tarptautinis konfliktų žemėlapis	Žemėlapis, kuriame galima rasti pagrindinius šiuo metu vykstančius konfliktus ir karus	<a href="https://www.crisisgroup.org/crisiswatch">https://www.crisisgroup.org/crisiswatch</a>
9.	Global conflict tracker	Tarptautinė konfliktų duomenų bazė	<a href="https://www.cfr.org/global-conflict-tracker">https://www.cfr.org/global-conflict-tracker</a>
10.	Fragile states index	Valstybių pažeidumo indeksas	<a href="https://fragilestatesindex.org/">https://fragilestatesindex.org/</a>
11.	What is NATO, why does it still exist, and how does it work? [2020 version]	Trumpas mokomasis filmas apie NATO	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=snXhtOpSXI">https://www.youtube.com/watch?v=snXhtOpSXI</a>
12.	NATO istorija -- chronologija vaizdais (NATO video timeline LITHUANIAN)	Trumpa NATO istorija iki 2014 metų	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=TrkynuXvkhM">https://www.youtube.com/watch?v=TrkynuXvkhM</a>
13.	Rusijos dezinformacija apie karą. Kaip apsaugoti protus ir širdis?	Video paskaita apie Rusijos informacinę agresiją	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ax97Fap7kxg">https://www.youtube.com/watch?v=Ax97Fap7kxg</a>
14.	Serija "Priešiškų žvalgybų taikinyje"	VSD vaizdo klipai apie užsienio žvalgybų veiklos metodus	<a href="https://www.youtube.com/channel/UCDoikX7W5mzmfjJm0_TStng/videos">https://www.youtube.com/channel/UCDoikX7W5mzmfjJm0_TStng/videos</a>
15.	Specialiųjų tyrimų tarnybos vaizdinė medžiaga (įskaitant	Vaizdo klipai apie neigiamas korupcijos pasekmes	<a href="https://www.youtube.com/channel/UCjFCWRLIsxcmu1fu03Np7qw/videos">https://www.youtube.com/channel/UCjFCWRLIsxcmu1fu03Np7qw/videos</a>

	“Skaidrumo akademijos” serijos vaizdo įrašus)		
16.	Specialusis interviu: kaip ekstremalios situacijos atveju turėtų elgtis civiliai?	Patarimai remiantis Ukrainos patirtimi.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=t-fPCYnE5jo">https://www.youtube.com/watch?v=t-fPCYnE5jo</a>

#### 4. LITERATŪROS IR ŠALTINIŲ SĄRAŠAS

Nr.	Pavadinimas	Trumpa anotacija	Nuoroda
1.	Lietuvos nacionalinio saugumo strategija (2021)	Vienas pagrindinių šalies nacionalinio saugumo ir gynybos dokumentų	<a href="https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.167925/asr">https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.167925/asr</a>
2.	LIETUVOS RESPUBLIKOS PILIEČIŲ RENGIMO PILIETINIAM PASIPRIEŠINIMUI STRATEGIJA	Nacionalinės darbotvarkės „Lietuvos Respublikos piliečių rengimo pilietiniam pasipriešinimui strategija“ (toliau – Darbotvarkė) paskirtis – numatyti pilietinio pasipriešinimo vietą valstybės gynyboje, Lietuvos Respublikos piliečių (toliau – piliečiai) rengimo pilietiniam pasipriešinimui tikslus, uždavinius ir jų įgyvendinimo kryptis.	<a href="https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/98b7d3a0db3011ecb1b39d276e924a5d?jfwid=upva3von9">https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/98b7d3a0db3011ecb1b39d276e924a5d?jfwid=upva3von9</a>
3.	Nacionalinio saugumo pagrindų įstatymas	Vienas pagrindinių šalies nacionalinio saugumo ir gynybos dokumentų	<a href="https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/bc73f113c56011ecb69ea7b9ba9d787b">https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/bc73f113c56011ecb69ea7b9ba9d787b</a>
4.	Metiniai bendri VSD ir AOTD grėsmių vertinimai	Šiuose kasmetiniuose dokumentuose identifikuojamos svarbiausios (žvalgybos institucijų vertinimų) grėsmės šalies nacionaliniam saugumui	<a href="https://www.vsd.lt/gresmes/metiniai-gresmiu-vertinimai/">https://www.vsd.lt/gresmes/metiniai-gresmiu-vertinimai/</a>
5.	Evgen Dykyi. Hibridinis Rusijos karas: Ukrainos patirtis Baltijos šalims	Rusijos hibridinio karo prieš Ukrainą patirtis	<a href="https://kam.lt/leidiniai/evgen-dykyi-hibridinis-rusijos-karas-ukrainos-patirtis-baltijos-salims/">https://kam.lt/leidiniai/evgen-dykyi-hibridinis-rusijos-karas-ukrainos-patirtis-baltijos-salims/</a>

6. Česnakas, Giedrius; Statkus, Nortautas (ed.). Lithuania in the global context: national security and defense policy dilemmas. Lietuvos karo akademija. Vilnius. 2020	Išsamus leidinys apie iššūkius Lietuvos nacionaliniam saugumui.	<a href="https://www.lituanistika.lt/content/91092">https://www.lituanistika.lt/content/91092</a>
7. Zdanavičius, Liudas, and Nortautas Statkus. 2020. “Strengthening Resilience of Lithuania in an Era of Great Power Competition: The Case for Total Defence.” Journal on Baltic Security 0 (0).	Straipsnis apie visuotinės gynybos sistemos formavimą Lietuvoje	<a href="https://vb.lka.lt/object/elaba:80489800/">https://vb.lka.lt/object/elaba:80489800/</a>
8. LIETUVOS KAREIVIO KNYGA	Lietuvos kareivio knyga parengta pagal Bazinio kario kurso (toliau – BKK) programos mokomąją medžiagą ir yra šio kurso metu suteikiamų žinių santrauka. Nors knyga pirmiausia skirta nuolatinės privalomosios pradinės karo tarnybos (toliau – NPPKT) kariams ir naudojama kaip kurso vadovėlis, joje labai daug informacijos tinkamos ir nacionalinio saugumo ir krašto gynybos dalyką besimokantiems mokiniams	<a href="https://kam.lt/leidiniai/lietuvos-kareivio-knyga/">https://kam.lt/leidiniai/lietuvos-kareivio-knyga/</a>
9. „Ką turime žinoti apie pasirengimą ekstremaliosioms situacijoms ir karo metui: rimti patarimai linksmi“ (2022 m. redakcija)	Šiame leidinyje rasite apie 30 išsamiai aprašytų patarimų, kaip elgtis įvairių nelaimių ar karo atveju.	<a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/Katurime-zinoti-rimti-patarimai-linksmi-2022.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/Katurime-zinoti-rimti-patarimai-linksmi-2022.pdf</a>

10.	Pilietinio pasipriešinimo abėcėlė	Šios knygelės tikslas – supažindinti su pilietinio (neginkluoto) pasipriešinimo tikslais, strategijomis, taktika, „ginklais“ bei jų „šaudmenimis“. Tai atmintinė tiems, kurie baigė MPPD organizuojamą Pilietinio pasipriešinimo kursą Nr. 1 arba Lietuvos šaulių sąjungos organizuojamus nesmurtinės kovos kursus. Ši atmintinė lengvai suprantama ir bet kuriam kitam piliečiui, nes teorinėje dalyje gausu pavyzdžių, o pagrindinę turinio dalį sudaro patarimai, iliustruoti piešiniais. Knygelėje esantys piešiniai skirti ne tik suaugusiems skaitytojams nagrinėti, bet ir vaikams spalvinti. Siekiame, kad ir mažiausieji mūsų šalies piliečiai pamažu prisijaukintų suvokimą, jog priešintis galime visi.	<a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/pilietinio-pasipriesinino-abc.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/pilietinio-pasipriesinino-abc.pdf</a>
11.	Ričardas Savukynas. KAIP NUGALĖTI PROPAGANDĄ. TRUMPA MĄSTYMO KLAIĐŲ APŽVALGA	Ramūno Vaitkaus iliustruotame leidinyje analizuojamos 12 pagrindinių mąstymo klaidų, pateikiami pavyzdžiai ir klaidų taisymo būdai. Brošiūra parengta pagal anksčiau išleistą to paties autoriaus leidinį „Kaip nugalėti propagandą. Mąstymo spąstai arba mąstymo klaidų naudojimas propagandoje“.	<a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/kaip-nugaleti-propaganda.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/kaip-nugaleti-propaganda.pdf</a>
12.	KĄ TURIME ŽINOTI APIE PASIPRIEŠINIMĄ: AKTYVIŲ VEIKSMŲ GAIRĖS	Leidinio tema – aktyvus piliečių, atsidūrusių agresoriaus okupuotoje teritorijoje, pasipriešinimas. Aptariami galimi potencialaus agresoriaus veikimo būdai, pateikiami argumentai, kokiems potencialaus agresoriaus veiksmams reikia būti pasiruošus. Skaitytojai čia taip pat galės susipažinti su dalyvavimo šalies ginkluotoje gynyboje principais renkantis tiesioginę ginkluotą kovą, o taip pat ir kitais pasipriešinimo būdais, kai kovojama ne tiesiogiai ginklu, kt. Daug dėmesio knygelėje skirta išgyvenimo temai.	<a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/2018-aktyviu-veiksmu-gaires-.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/2018-aktyviu-veiksmu-gaires-.pdf</a>

13.	KARIO PIRMOSIOS PAGALBOS ATMINTINĖ	Šią atmintinę parengta pagal pažangiausią pirmosios pagalbos teikimo karinėje aplinkoje metodiką, patikrintą realiose kovose. Leidinys turėtų tapti nuolatiniu karių palydovu ir nelaimės atveju padės prisiminti kaip tinkamai suteikti pagalbą sau ar šalia esančiam žmogui.	<a href="https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/kario-pirmosios-pagalbos-atmintine.pdf">https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/kario-pirmosios-pagalbos-atmintine.pdf</a>
14.	Ką turime žinoti apie pasirengimą ekstremaliosioms situacijoms ir karo metui. Krašto apsaugos ministerija Vilnius, 2014	Jau pakankamai seniai išleista, bet vis dar ganėtinai aktuali brošiūra apie pagrindines elgsenos taisykles karo ir ekstremalių situacijų atveju	<a href="https://vilnius.lt/wp-content/uploads/2018/03/leidinys%20ka%20turime%20zinoti.pdf">https://vilnius.lt/wp-content/uploads/2018/03/leidinys%20ka%20turime%20zinoti.pdf</a>



## **5. UŽDUOČIŲ AR MOKINIŲ DARBŲ, ILIUSTRUOJANČIŲ PASIEKIMŲ LYGIUS, PAVYZDŽIAI**

18.7.1. Paaiškina maisto ir kitų atsargų kaupimo principus. Parengia išvykimo krepšio sudėties sąrašą ir paaiškina jo sudėtį. Parengia ir pristato šeimos evakuacijos planą. Pasirengimo ekstremalioms situacijoms, krizėms ir karui praktinės žinios ir įgūdžiai.

Gresiant ar susidarius ekstremaliajai situacijai, maisto ir vandens atsargos gali būti ribotos ir jų tiekimas gali būti sutrikęs, todėl reikia turėti pasiruošus maisto atsargų bent 72 valandoms, kol bus pradėta teikti pagalba.

Kaip šeimai pasirengti nelaimės atvejams:

Pakalbėkite su šeimos nariais apie galimas nelaimes, išsiaiškinkite, kokių nelaimių gali nutikti. Pasitarkite, ką darytumėte kiekvienos galimos nelaimės atveju. Išsiaiškinkite su visais šeimos nariais, kurios vietos namuose saugiausios, kokiais atvejais reikėtų slėptis kuo toliau nuo langų, kokiais atvejais slėptis negalima. Maisto produktus suskirstysime į kelias grupes: vanduo, mėsa, kruopos, vaisiai ir daržovės. Vienam žmogui paprastai užtenka vienos įprasto dydžio konservų dėžutės. Labai svarbu maisto įvairovė ir saldėsiai jie pakelia nuotaiką ir turi labai daug kalorijų. Gerai turėti šokolado ir riešutų.

Pagrindiniai daiktai:

1. Vanduo (ne mažiau kaip 3 litrai vandens kiekvienam šeimos nariui);
2. Pirmosios medicinos pagalbos reikmenys;
3. Nuolat vartojamų vaistų atsargos;
4. Pinigai (grynieji ir kreditinės kortelės);
5. Dokumentai (pasas ir (ar) asmens tapatybės kortelė, socialinio draudimo pažymėjimas, draudimo polisai, gimimo ir mirties liudijimai, nuosavybės dokumentai);
7. Degtukai (įpakuoti į vandeniui atsparią pakuotę), žiebtuvėliai;
8. Negendančios maisto atsargos trims dienoms (mėsos, žuvies,
9. Daržovių ir vaisių konservai, konservuotos sultys, pienas, sausos

### **PRAKTINIAI PATARIMAI**

sriubos, vyntas ir džiovintas maistas, cukrus, druska, makaronai,

kruopos, riešutai, džemas, sausainiai, ledinukai, šokoladas, kava, arbata ir pan.);

Maistas kūdikiams, senyvo amžiaus arba turintiems laikytis specialios dietos žmonėms;

Nešiojamas radijo imtuvas, įkrovikliai, Power bankai.

Nešiojamas žibintas su atsarginiais elementais;

Atsarginis automobilio raktų komplektas;

Signalinės priemonės;

PASIRŪPINKITE VANDENS ATSARGOMIS (vienam asmeniui 72 valandoms – 12 litrų vandens). Išpilstykite vandenį į mažos talpos buteliukus – taip vanduo ilgiau išliks švarus. Šeimoje arba namų ūkyje paskirkite už maistą atsakingą asmenį.

**Kita aktuali informacija, skirta pasiruošti galimai ekstremaliajai situacijai:**

Maisto atsargos: [https://www.lt72.lt/?page\\_id=2052](https://www.lt72.lt/?page_id=2052).

Išvykimo krepšys: [https://www.lt72.lt/?page\\_id=3048](https://www.lt72.lt/?page_id=3048).

Šeimos planas: [https://www.lt72.lt/?page\\_id=3054](https://www.lt72.lt/?page_id=3054).

### **Ekskursijos į Lietuvos kariuomenės padalinius, KASP ir LŠS**

18.7.2. Nagrinėja saugaus judėjimo ir evakavimo principus.

Paaškina evakavimo maršrutų pasirinkimą, susitikimo vietų nustatymo, orientavimosi vietovėje pagrindus.

Pristato evakuacijos būdus:

Informacija, teikiama paskelbus gyventojų evakavimą:

per kiek laiko privalote išvykti iš nesaugios teritorijos;

kaip bus evakuojami gyventojai, neturintys savo transporto;

kur yra jų evakavimo punktai (gyventojų surinkimo punktai);

kur yra tarpiniai gyventojų evakavimo punktai (jeigu reikia);

kur reikia evakuotis ir kur yra gyventojų priėmimo punktai (tiems, kurie evakuojasi savo transportu);

ką pasiimti;

kokių saugumo priemonių imtis prieš paliekant namus;

kokiais keliais (evakavimosi maršrutais) vykti.

Ką daryti, jeigu pareigūnai nurodė evakuotis ar jūs nusprendėte, kad likti namuose nesaugu.

Pasiimkite būtiniausias reikmenis, kurių jums gali prireikti evakuojantis ir apsistojus kitoje vietoje. Persirenkite drabužiais, kurie suteiks tam tikrą apsaugą (ilgos kelnės, neperšlampama striukė, guminiai batai, kepurė). Išvažiuoti pasirinkite rekomenduojamus kelius, nebandykite sutrumpinti kelio, nes kiti keliai gali būti užblokuoti. Būkite atsargūs važiuodami tiltais ir viadukais, nesustokite po aukštos įtampos elektros laidais.

Praktiniai patarimai:

Jeigu pavėlavote išvykti automobiliu – eikite pėsčiomis.

Žinokite, kad išvykti geriau per anksti negu per vėlai.

Jeigu turite automobilį, vykite vienu automobiliu, tai sumažins galimybę šeimos nariams pasimesti (išvykimo keliai turi būti apgalvoti iš anksto).

Jeigu neturite galimybių saugiai apsistoti pas draugus ar giminaičius, vykite į pareigūnų nurodytas vietas, kur jums bus suteiktas prieglobstis ir būtina pagalba.

Vykite tik nurodytais maršrutais.

Jeigu neturite galimybių išvykti savo automobiliu, sužinokite iš anksto, kur artimiausi evakavimo punktai, iš kurių gyventojai, ištikus didelei nelaimei, bus evakuojami organizuotai.

Prieš išvykdami apsaugokite savo namus (užsukite vandens ir dujų sklendes, išjunkite (ištraukite iš elektros lizdų) visu elektros

prietaisus, išimkite produktus iš šaldytuvų ir šaldiklių, uždarykite.

<https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/ka%CC%A8-turime-z%CC%8Cinoti-rimti-patarimai-linksmi-2022.pdf>

Ekskursijos į Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas prie LR VRM

Pristato darbo su žemėlapiu, kompasu, atstumo nustatymo, pagrindinių orientyrų identifikavimo principus. Pristato saugaus judėjimo keliais, urbanizuotose ir gamtinėse vietovėse ypatybės. Taiko šiuos įgūdžius praktinio evakavimo simuliacijos sąlygomis, t.y., suplanuoja evakavimo maršrutą, o vėliau juda juo miesto ir/arba gamtinėje aplinkoje.

Pristatyti tapografinės temas.

Lietuvos kareivio knyga - LR Krašto apsaugos ministerija

<https://kam.lt/wp-content/uploads/2022/03/lietuvos-kareivio-knyga-2020-spaudai.pdf>

Ekipuotės paruošimas ir jos priežiūra .....	93
Laužo įkūrimo, vandens išgavimo ir paruošimo vartojimui būdai .....	98
Higienos laikymasis ir maitinimasis lauko sąlygomis .....	101
Maskuotė ir maskavimasis .....	106
Individuali maskuotė ir maskavimasis vietovėje .....	108
Apsauga nuo kritulių ir saulės .....	112
Triukšmo mažinimo ir šviesos naudojimo reikalavimai .....	114
Atstumų nustatymas .....	116
Žemėlapis .....	273
Sutartiniai ženklai ir reljefas .....	276
Topografinė liniuotė. Koordinačių nustatymas .....	280
Atstumų matavimas žemėlapyje .....	283
Kompasas. Azimutų matavimas žemėlapyje topografinė liniuote ir kompasu .....	284
Žemėlapio šiaurės nukreipimas į magnetinę šiaurę ir savo buvimo vietos nustatymas.....	289
Maršruto kortelės sudarymas .....	293
Orientavimasis pagal gamtos požymius. Krypties išlaikymas naktį .....	295
Pirmosios pagalbos tikslai, bendrosios taisyklės ir priemonės .....	325
Pagalba sužeistiesiems taktinėje aplinkoje .....	327
Šokas .....	34
Išorinio kraujavimo stabdymas .....	343
Pradinis gaivinimas .....	346
Pagalba esant atvirai žaizdai .....	348
Nukentėjusiųjų transportavimas .....	355
Šalčio sukelti sužalojimai .....	361
Perkaitimo priežastys ir požymiai .....	364
Nudegimai, klasifikacija, priežastys ir PP.....	366
Apsinuodijimo maistu priežastys, požymiai ir profilaktika .....	369
Individualių profilaktinių medicinos priemonių taikymas .....	382

Pristato darbo su žemėlapiu, kompasu, atstumo nustatymo, pagrindinių orientyrų identifikavimo principus.

Pristato saugaus judėjimo keliais, urbanizuotose ir gamtinėse vietovėse ypatybės. Taiko šiuos įgūdžius praktinio evakavimo simuliacijos sąlygomis, t.y., suplanuoja evakavimo maršrutą, o vėliau juda juo miesto ir/arba gamtinėje aplinkoje.

Demonstruoja individuali maskuotės ir maskavimosi vietovėje pagrindus.

Pristato individualaus maskuotės ir maskavimosi vietovėje būdus.

<https://www.merkinekreses.varena.lm.lt/sauliai/dokumentai/Individuali%20maskuote%20ir%20maskavimasis%20vietoveje.pdf>

Ekskursijos į Lietuvos kariuomenės padalinius, KASP, LŠS, VST

18.7.8. Apibūdina sužeidimo ir kitų sveikatos sutrikimų pavojingumo nustatymo principus, elgesį su nukentėjusiu šoko būsenoje. Demonstruoja pirminio gaivinimo įgūdžius. Pristato pagalbos esant įvairaus pobūdžio žaizdoms (įskaitant šautines) principus. Demonstruoja įgūdžius stabdyti kraujavimą (turniketai ir kitos priemonės), atlikti dirbtinį kvėpavimą. Demonstruoja kaip suteikti pirmąją medicininę pagalbą nušalimo, nudegimo ar cheminio pažeidimo, apsinuodijimo atvejais, taip pat kaulo lūžių atveju.

Psichologinė ir emocinė pagalba

Karas Ukrainoje yra kritinė situacija, kurios metu gali būti sunku valdyti emocijas ar nuraminti natūraliai kylančią paniką. Bendruomenėms, organizacijoms ir šeimoms, susiduriančioms su krizėmis dėl šiuo metu pasaulyje vykstančių neramumų, pagalbą gali suteikti Mobilioji psichologinių krizių įveikimo komanda. Daugiau informacijos: <https://krizesiveikimas.lt/>.

Sveikatos apsaugos ministerija yra sukūrusi svetainę [www.pagalbasau.lt](http://www.pagalbasau.lt). Šioje svetainėje galima rasti patarimus ir pagalbą įvairiais emocinės sveikatos klausimais. Čia taip pat skelbiama ir dabartinės situacijos metu aktuali informacija apie:

- veiksmus dėl emocinių išgyvenimų karo metu: <https://pagalbasau.lt/karas/>;
- emocinės pagalbos gavimą: <https://pagalbasau.lt/gaukpagalba/>;
- nemokamas emocinės pagalbos linijas: <https://pagalbasau.lt/pagalbos-linijos/>.

Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento prie Vidaus reikalų ministerijos parengti streso valdymo patarimai.

**PIRMOJI PAGALBA** (Kaip suteikti skubią pirmąją pagalbą mokykloje ir namie)

<https://www.rsveikata.lt/wp-content/uploads/2020/04/PP.pdf>

[http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/mo/kurybine\\_laboratorija/kaip\\_isvengti\\_traumu\\_sportuojant/,scenario.11.position.2,info.1](http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/mo/kurybine_laboratorija/kaip_isvengti_traumu_sportuojant/,scenario.11.position.2,info.1)

Pirmoji pagalba: kaip stabdyti kraujavimą ir tvarstyti žaizdą

<https://www.vilniussveikiau.lt/pirmoji-pagalba-kaip-stabdyti-kraujavima-ir-tvarstyti-zaizda-2/>

Praktinė pamoka kaip tvarstyti žaizdas

<https://www.alksniukas.lt/wp-content/uploads/2021/04/Praktin%C4%97-pamoka-kaip-tvarstyti-%C5%BEaizdas-2021m.-balandis.pdf>

Pirmoji pagalba nušalus

<https://www.alksniukas.lt/wp-content/uploads/2021/05/Pirmoji-pagalba-nu%C5%A1alus-1.pdf>

Kaulų lūžių požymiai

<http://www.svarbuszingsnis.lt/kaulu-luziai>