



REGULAMIN

Kursy w zakresie specjalności przydatnych w wojsku dla najlepszych uczestników mistrzostw i zawodów sportowo-obronnych rozgrywanych w 2015 roku

**Projekt sfinansowany ze środków
Ministerstwa Obrony Narodowej**

POSTANOWIENIA OGÓLNE

1) Termin: 17-21 lipiec 2016 roku.

2) Nazwa i miejsce prowadzenia kursów:

- a) Podstawowy kurs spadochronowy - Strefa skoków spadochronowych (lotnisko Rudniki aeroklub Częstochowa),
- b) Wspinaczkowy kurs skałkowo – linowy - Jura Krakowsko-Częstochowska, trenażer wysokościowy JWK,
- c) Kurs Ratownictwa medycznego w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy (KPP) – Ośrodek Silesiana w Kokotku.
- d) Kurs na odznakę strzelecką w konkurencji pistolet centralnego zapłonu– strzelnica garnizonowa JWK, wideo-strzelnica JWK, strzelnica myśliwska Lubliniec,
- e) Kurs na patent sternika motorowodnego – kompleks PORAJ
- f) Podstawowy Kurs Nurkowy (Open Water Diver PADI) – kompleks PORAJ

3) Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego:

Prezes Fundacji Byłych Żołnierzy i Funkcjonariuszy Sił Specjalnych SZTURMAN

4) Komisja Egzaminacyjna:

- a) Prowadzący zajęcia
- b) Kierownik kursu

5) Komisja Odwoławcza:

- a) Przewodniczący komisji
- b) Członkowie komisji (3 osoby - reprezentujące Komitet Organizacyjny i komisję sędziowską)

6) Uczestnicy:

W kursie mogą uczestniczyć:

- a) osoby, skierowane na kurs przez organizację prowadzącą zawody w 2015 roku, które złożyły oświadczenie o niekaralności.
- b) posiadają zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w wybranym kursie.
- c) posiadają odpowiednie przygotowanie fizyczne do udziału w kursie.





7) Wyposażenie kursantów:

A. Umundurowanie i sprzęt

- Ubiór: sportowy i wojskowy mundur polowy lub ćwiczebny służb mundurowych;
- Buty sportowe oraz (typu wojskowego, traperskiego, harcerskiego, itp.) pełne na podeszwie z protektorem sznurowane powyżej kostki;
- Strój kąpielowy;

B. Wymagana dokumentacja

- Zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w wybranym przez uczestnika kursie
- Dokument tożsamości
- osoby niepełnoletnie - pisemna zgoda rodziców do udziału w wybranym kursie
- Oświadczenie o niekaralności

Uwaga: Osoby nie posiadające w/wym. dokumentów nie zostaną dopuszczone do udziału w kursie

8) Uzgodnienia organizacyjne:

- a) Zgłoszenie należy przesłać **do 30 czerwca 2016 r.** do Komitetu Organizacyjnego na adres: Fundacja Byłych Żołnierzy i Funkcjonariuszy Sił Specjalnych Szturman 42 -700 Lubliniec, ul. Sobieskiego 35 lub na [e-mail: biuro@fundacjaszturman.pl](mailto:biuro@fundacjaszturman.pl) lub do czasu wyczerpania miejsc.
- b) W kursie może uczestniczyć nie więcej niż 130 osób. O zakwalifikowaniu się do udziału decyduje kolejność zgłoszeń. Karta zgłoszeniowa stanowi załącznik do niniejszego regulaminu.
- c) Przyjazd kursantów odbywa się na koszt własny uczestnika lub instytucji kierujących.
- d) Komitet Organizacyjny zapewnia bezpłatne wyżywienie i nocleg.
- e) Szczegółowy harmonogram kursu oraz mapka dojazdu zostaną przesłane uczestnikom po zakończeniu zapisów do dnia 08 lipca 2016 r. oraz opublikowane na stronie internetowej www.fundacjaszturman.pl

Uwaga:

Komitet Organizacyjny nie ponosi odpowiedzialności za skutki następstw nieszczęśliwych wypadków podczas kursu, przejść i przejazdów oraz pobytu w rejonie zakwaterowania.





9. PROGRAM KURSU

Szkolenia prowadzone będą w formie 5- dniowych obozów w ośrodkach przydzielonych odpowiednio do rodzaju szkolenia specjalistycznego.

Zagadnienia programowe dla kursów specjalistycznych:

1. Podstawowy Kurs spadochronowy:

Celem tego kursu jest przygotowanie osób biorących w nim udział do samodzielnego wykonywania skoków spadochronowych w Siłach Zbrojnych RP.

Program kursu:

Teoria (ogólna wiedza o spadochronach, podstawy fizjologii lotniczej, podstawy psychologii lotniczej, obciążenia skoczka przy otwarciu spadochronu i przy lądowaniu, podstawy meteorologii, podstawy aerodynamiki, przygotowanie skoczka do skoku, oddzielanie się od statku powietrznego i czynności w powietrzu, czynności skoczka po otwarciu spadochronu, manewrowanie spadochronem i przygotowanie do lądowania, lądowanie, planowanie miejsca lądowania, postępowanie w sytuacjach awaryjnych, posługiwanie się spadochronem zapasowym, lądowanie w trudnym terenie - zapoznanie z lotniczymi przeszkodami w rejonie lotniska).

Praktyka - naziemne zajęcia (układanie spadochronu, trening opuszczanie statku powietrznego, czynności skoczka po otwarciu spadochronu, czynności awaryjne, trening lądowania)

- desantowanie z pokładu statku powietrznego za pomocą spadochronu metodą na linę,
- skok egzaminacyjny i egzamin teoretyczny.

Po kursie:

Kurs zakończony jest egzaminem teoretyczno-praktycznym i wydaniem zaświadczenia o ukończeniu podstawowego kursu spadochronowego przez Certyfikowany Ośrodek Szkolenia Lotniczego.

2. Wspinaczkowy kurs skałkowo – linowy.

Celem kursu skałkowo-linowego jest kompleksowe szkolenie wspinaczkowe od podstaw do wspinaczek na skałkach jurajskich w jednym cyklu. Przygotowuje do samodzielnego i bezpiecznego uprawiania wspinaczki w górach pozbawionych pokrywy śnieżnej .

Program kursu:

Teoria (Sprzęt i wyposażenie wspinacza, Asekuracja: różne rodzaje asekuracji, obsługa przyrządów asekuracyjnych, Stanowiska - budowa różnych typów stanowisk, Prowadzenie wyciągu - taktyka prowadzenia wyciągu, prowadzenie jedno- i dwutorowe, Operacje linowe, autoratownictwo: zjazdy - budowa stanowisk zjazdowych, wychodzenie po linie - różne metody wychodzenia, zasady poręczowania i poruszania się na poręczówkach, Style wspinania i skałe trudności, autoratownictwo, pierwsza pomoc - udzielanie pierwszej pomocy z uwzględnieniem specyficznych sytuacji wypadków górskich, udział w akcjach ratunkowych - zachowanie w sytuacji usłyszenia sygnału pomocy, zasady współpracy z pogotowiem górskim, zasady zachowania się w akcji z użyciem śmigłowca.).

Praktyka (wiązanie się liną z zastosowaniem uprząży i bezpośrednio;- praktyczna znajomość węzłów: kluczka, ósemka, taśmowy (równoległy), podwójny zderzakowy, półwyblinka,





wyblinka, flagowy, prusik, bloker, stoper taśmowy; zwijanie liny; samodzielne zakładanie punktów asekuracyjnych; budowanie stanowisk asekuracyjnych dolnych, górnych i pośrednich; obsługa 2 przyrządów asekuracyjnych w zakresie podawania, wybierania, hamowania liny oraz jej blokowania i odblokowania; asekuracja poprzez ciało; zakładanie stanowisk zjazdowych; przygotowanie liny i sprzętu do zjazdu; zjazd w przyrządzie wysokim i niskim wraz z odpowiednią autoasekuracją; rozwiązywanie prostych sytuacji awaryjnych w trakcie zjazdu; wychodzenie po linie (prusikowanie); opuszczanie partnera na linie; technika wspinania: wykorzystanie chwytów i stopni, ustawienia ciała - pozycja frontalna i boczna, wspinaczka statyczna i dynamiczna; droga prowadząca granią - w tym fragmenty z asekuracją lotną; droga prowadząca kominem; droga prowadząca ścianą)

- Egzamin teoretyczny i praktyczny

Po kursie:

Kurs zakończony jest egzaminem teoretyczno-praktycznym i wydaniem certyfikatu o ukończeniu wspinaczkowego kursu skałkowo – linowego.

3. Kurs Ratownictwa medycznego w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy (KPP)

Celem tego kursu jest przygotowanie osób biorących bezpośredni udział w akcjach ratowniczych do udzielania kwalifikowanej pomocy medycznej poszkodowanym w stanie bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia. Kurs KPP prowadzony jest zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 19 marca 2007r. w sprawie kursu w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy, przygotowanego na podstawie art.13 ust. 8 ustawy z dnia 8 września o Państwowym Ratownictwie Medycznym.

Program kursu:

- organizacja ratownictwa medycznego - podstawy prawne
- Bezpieczeństwo własne, poszkodowanego, miejsca zdarzenia
- zestawy ratownicze, dezynfekcja sprzętu
- Poszkodowany nieprzytomny
- Resuscytacja krążeniowo-oddechowa bezprzyrządowa i przyrządowa (dorosły, dziecko, niemowlę, sytuacje szczególne)
- Zasady defibrylacji poszkodowanego
- Wstrząs
- inne stany nagłe - drgawki, cukrzyca, zawał mięśnia sercowego, udar mózgowy, zatrucia, podtopienie
- urazy mechaniczne i obrażenia - złamania, zwichnięcia, skarcenia, krwotoki, obrażenia klatki piersiowej, brzucha,
- kręgosłupa, głowy i kończyn
- urazy chemiczne, termiczne, elektryczne i obrażenia, zagrożenia środowiskowe
- taktyka działań ratowniczych - zdarzenie masowe, mnogie, pojedyncze, triage, segregacja wstępna, karta udzielonej
- pomocy, logistyka
- udzielanie kwalifikowanej pierwszej pomocy w sytuacjach symulowanych
- psychologiczne aspekty wsparcia poszkodowanych
- zajęcia do dyspozycji prowadzących





Po kursie:

Kurs zakończony jest egzaminem teoretyczno-praktycznym i wydaniem zaświadczenia o ukończeniu kursu w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy i uzyskaniem tytułu „ratownika”. Daje on najwyższe uprawnienia dla osób nie mających wykształcenia medycznego.

4. Kurs na odznakę strzelecką w konkurencji pistolet centralnego zapłonu:

Celem tego kursu jest opanowanie podstawowych umiejętności strzeleckich z broni palnej centralnego zapłonu.

Program kursu:

Teoria (Warunki bezpiecznego obchodzenia się z bronią; Przepisy regulujące uprawianie strzelectwa sportowego; Przepisy bezpieczeństwa obowiązujące w strzelectwie sportowym; Obrona konieczna i stan wyższej konieczności; Przepisy sportowe ISSF : pojęcie – konkurencja strzelecka; zawody strzeleckie – zasady organizowania i rozgrywania; opisy podstawowych konkurencji; klasyfikacja zawodników; Balistyka, Celowanie, Klasyfikacja broni, Budowa broni i amunicji – opis, działanie części i urządzeń).

Praktyka (Postawy strzeleckie, Rozkładanie i składanie broni, Celowanie, Strzelanie z różnych postaw i na różne odległości)

- Egzamin praktyczny

Po kursie:

Po jego ukończeniu, szkoleni otrzymają Odznakę Strzelecką, bez stopniowania kolejności rodzajów odznaki.

5. Kurs na patent sternika motorowodnego – kompleks PORAJ

Celem tego kursu jest opanowanie umiejętności prowadzenia jachtów motorowodnych po wodach śródlądowych i morskich wewnętrznych.

Program kursu:

Teoria (Wiadomości ogólne; Przepisy; Budowa jachtów; Silniki i urządzenia napędowe; Prace bosmańskie; Loża śródlądowa; Meteorologia; Ratownictwo; Ochrona środowiska, etykieta i etyka wodniacka; Licencje motorowodne).

Praktyka (Manewrowanie jachtem motorowym na silniku: odchodzenie i dochodzenie do pomostu, pływanie kursem prostym i cyrkulacja, stawanie na boji i na kotwicy, podejście do przedmiotu pływającego na wodzie (manewr “człowiek za burtą”), Cumowanie jachtu i klarowanie na postój, Praca w charakterze członka załogi; Mijanie i wyprzedzanie dużych jednostek, Przechodzenie śluz i jazów.

- Egzamin praktyczny

Po kursie:

Po jego ukończeniu, szkoleni otrzymają uprawnienia do:

- Prowadzenie jachtów motorowych po wodach śródlądowych,
- Prowadzenie jachtów motorowych o długości kadłuba do 12 m po morskich wodach wewnętrznych oraz pozostałych wodach morskich w strefie do 2 Mm od brzegu, w porze dziennej,
- Osoby w wieku poniżej 16 roku życia mogą realizować swoje uprawnienia na jachtach





motorowych o mocy silnika do 60 kW.

6. Podstawowy Kurs Nurkowy (Open Water Diver PADI)– kompleks PORAJ:

Celem tego kursu jest opanowanie podstawowych umiejętności nurkowych tj. posiadać wiedzę teoretyczną i umiejętności praktyczne umożliwiające bezpieczne użytkowanie sprzętu nurkowego na małych głębokościach oraz umiejętność bezpiecznego nurkowania.

Program kursu:

Teoria (PODSTAWOWE WYPOSAŻENIE PŁETWONURKA, SYGNALIZACJA W NURKOWANIU, ZALEŻNOŚĆ POMIĘDZY CIŚNIENIEM I OBJĘTOŚCIĄ, NIEZALEŻNY POWIETRZNY APARAT ODDECHOWY DO NURKOWANIA, PODSTAWY FIZJOLOGII, PŁYWALNOŚĆ PŁETWONURKA, KAMIZELKI RATOWNICZO - WYPORNOŚCIOWE, SKAFANDRY NURKOWE I SPRZĘT DODATKOWY, PRZECHOWYWANIE I KONSERWACJA SPRZĘTU, RATOWNICTWO NURKOWE, BEZPIECZEŃSTWO NURKOWANIA, ŚRODOWISKO WODNE - MORZA I WODY ŚRÓDLĄDOWE, WYBÓR MIEJSCA NURKOWANIA).

Praktyka (ZASADY POSŁUGIWANIA SIĘ SPRZĘTEM PODSTAWOWYM, ĆWICZENIA W SPRZĘCIE PODSTAWOWYM, ĆWICZENIA Z UŻYCIEM KOMPLETNEGO SPRZĘTU PŁETWONURKA, ĆWICZENIA Z UŻYCIEM SPRZĘTU PODSTAWOWEGO ORAZ POWIETRZNEGO, ĆWICZENIA Z UŻYCIEM KOMPLETNEGO SPRZĘTU PŁETWONURKA, ĆWICZENIA RATOWNICZE W KOMPLETNYM SPRZĘCIE PŁETWONURKA, ĆWICZENIA POWTÓRKOWE, NURKOWANIA W TRAKCIE KURSU, ĆWICZENIA SPRAWDZAJĄCE NABYTE UMIEJĘTNOŚCI PRAKTYCZNE)

Po kursie:

Po jego ukończeniu, szkoleni otrzymają uznawany na całym świecie wydany przez PADI certyfikat Open Water Diver PADI uprawniający do samodzielnego nurkowania do głębokości 18 metrów.

Fundacja SZTURMAN

ul. Sobieskiego 35, 42-700 Lubliniec

tel. 531 99 99 63

e-mail: biuro@fundacjaszturman.pl

www.fundacjaszturman.pl





KARTA ZGŁOSZENIA

Kursy w zakresie specjalności przydatnych w wojsku dla najlepszych uczestników mistrzostw i zawodów sportowo-obronnych rozgrywanych w 2015 roku.

NAZWA ORGANIZACJI DELEGUJĄCEJ KURSANTA:.....

.....

NAZWA ZAWODÓW W KTÓRYCH UCZESTNICZYŁ KURSANT W 2015 :

....., ZAJĘTE MIEJSCE:

MIEJSCOWOŚĆ

.....

TELEFON:....., E-MAIL:.....

Lp.	Imię i nazwisko	Data urodzenia uczestnika	Numer dokumentu tożsamości	Nazwa wybranego kursu
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

Oświadczam, że osoby zgłoszone do udziału w Kursie zostały zapoznane z jego regulaminem.

Data, czytelny podpis i pieczęć osoby zgłaszającej

