

# REGULAMIN SZKOLEŃ MILITARNYCH DLA MŁODZIEŻY

## Projekt dofinansowany ze środków Ministerstwa Obrony Narodowej

### POSTANOWIENIA OGÓLNE

- a) **Czas trwania szkolenia:** 3 dni
- b) **Miejsce mistrzostw:** Obiekty szkoleniowe Jednostki Wojskowej Komandosów: oraz dukty leśne Nadleśnictw Lubliniec i Koszęcin
- c) **Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego:**  
Prezes Fundacji Byłych Żołnierzy i Funkcjonariuszy Sił Specjalnych  
SZTURMAN
- d) **Uczestnicy:**  
Każdy kursant jest zobowiązany do posiadania: aktualnego ubezpieczenia NW, zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w szkoleniu sportowo - obronnym oraz:  
- osoby niepełnoletnie - legitymacji szkolnej i pisemnej zgody rodziców (potwierdzona przez Dyрекcję Szkoły lub Urząd Gminy/Miasta) do udziału w szkoleniach sportowo - obronnych;  
- osoby pełnoletnie – dowód tożsamości ze zdjęciem;
- e) **Wyposażenie kursantów:**
- **Umundurowanie i sprzęt**  
Ubiór: wojskowy mundur polowy lub ćwiczebny służb mundurowych; buty (typu wojskowego, traperskiego, harcerskiego, itp.) pełne na podeszwie z protektorem sznurowane powyżej kostki; śpiwór i karimata lub mata samopompująca.
  - **Wymagana dokumentacja**
    - Aktualne ubezpieczenie NW;
    - Zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w zajęciach sportowo-obronnych (akceptowane są karty zawodnicze z aktualnymi badaniami lekarskimi).
    - Dokument tożsamości
- Uwaga: Osoby nie posiadające w/wym. dokumentów nie zostaną dopuszczone do udziału w kursie**
- f) **Uzgodnienia organizacyjne:**
- Zgłoszenie należy przesłać 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)
  - O zakwalifikowaniu się do udziału w kursie decyduje kolejność zgłoszeń. Arkusze zgłoszeniowe stanowi załącznik do niniejszego regulaminu.
  - Przyjazd kursantów odbywa się na koszt własny instytucji kierujących.

- Całkowity koszt kursu wynosi 90,00 zł za osobę, cena obejmuje 3 x nocleg, 3 dniowe wyżywienie, pozostałe koszty szkolenia.

**Uwaga:**

- **Dokładny program szkolenia zawierający harmonogram czasowy, miejsca przeprowadzenia poszczególnych zajęć i oficjalnych uroczystości a także innych przedsięwzięć towarzyszących zostanie przedstawiony podczas odprawy technicznej o godz. 8.00 w pierwszym dniu szkolenia.**
- **Komitet Organizacyjny nie ponosi odpowiedzialności za skutki następstw nieszczęśliwych wypadków podczas zawodów, przejść i przejazdów oraz pobytu w rejonie zakwaterowania.**

## **RAMOWY PROGRAM SZKOLENIA**

### **Zagadnienia programowe:**

- 1. Zajęcia strzeleckie**
  - teoria strzału i podstawy szkolenia strzeleckiego ( wykład)
  - nauka i doskonalenie strzelania z pistoletu, pistoletu maszynowego i strzelby gładkolufowej
- 2. Trening samoobrony w systemie KRAV MAGA**
  - uwalnianie się z dźwigni, duszeń i trzymań
  - obrona przed zagrożeniem niebezpiecznym narzędziem (pistolet)
- 3. Taktyka – pokonywanie terenu różnymi sposobami, podstawowe ugrupowania w szyku pieszym, drużyna piechoty w obronie i w natarciu**
- 4. OPBMR – broń masowego rażenia, podział - czynniki rażenia broni jądrowej, podział BŚT, odzież ochronna- zasady użytkowania**
- 5. Terenoznawstwo – orientowanie się w terenie bez mapy i z mapą, mapa, podstawowe pojęcia- skala, znaki, siatka. Busola, budowa, posługiwanie się, marsz według azymutu**
- 6. Szkolenie medyczne- pierwsza pomoc w nagłych przypadkach, samopomoc przy urazach na polu walki, pomoc koleżeńska, zasady zaopatrywania urazów i ran**
- 7. Techniki linowe – podstawowe węzły, techniki improwizowane, pokonywanie przeszkód terenowych za pomocą technik linowych**
- 8. Bytowanie i przetrwanie w różnych warunkach terenowych i w różnych porach roku (niezbędne wyposażenie, organizacja bytowania, budowa szałasów, organizacja żywienia, sposoby pozyskiwania żywności)**

