

ZWIĄZEK POLSKICH SPADOCHRONIARZY

MŁODZIEŻOWA SEKCJA WOJSKOWA

PROGRAM SZKOLENIA

Komandosi Generacji Z

**dofinansowanie serii szkoleń spadochronowo - rozpoznawczych
dla osób spełniających kryteria na kandydatów do służby
w wojskach specjalnych, aeromobilnych
lub w innych organach bezpieczeństwa państwa**

Ł Ó D Ź

2 0 2 4

HARMONOGRAM SZKOLENIA SPADOCHRONOWO - ROZPOZNAWCZEGO (Sz.Spad.-Rozp.)

Dzień 1 wcielenie				Dzień 2 szkolenie teoretyczne				Dzień 3 szkolenie praktyczne				Dzień 4 szkolenie praktyczne																					
1.	2.	3.	4.	1.	2.	3.	4.	1.	2.	3.	4.	1.	2.	3.	4.																		
06:00	Przejazd uczestników	n/d	n/d	06:00	Działania indywidualne w obozowisku	n/d	ZPS	06:00	Działania indywidualne w obozowisku	n/d	ZPS	06:00	Działania indywidualne w obozowisku	n/d	ZPS																		
06:30				06:30				06:30																									
07:00				07:00				07:00																									
07:30				Praca administracyjna magazynu - przygotowanie wydawki	1 x 45"		ZPS	07:30	Blok 4 Ewidencja uczestników kursu spadochronowego		2 x 45"	Aeroklub	07:30		Blok 7 SZKOL. NAZIEMNE Odprawa do skoków spadochronowych szkol.	2 x 45"	Aeroklub	07:30	Blok 13 Odprawa do skoków spadochronowych - doskonalących	2 x 45"	Aeroklub												
08:00								08:00					08:00																				
08:30								08:30					08:30																				
09:00								Praca administracyjna koordynatora					2 x 45"					ZPS				09:00	Blok 5 SZKOL. NAZIEMNE Kurs spadochronowy teoretyczny	12x 45"	Aeroklub	09:00	Blok 8 Szkolenie lotnicze - spadochronowe - szkolne	8 x 45"	Aeroklub	09:00	Blok 14 Szkolenie lotnicze - spadochronowe - doskonalące	8 x 45"	Aeroklub
09:30																						09:30				09:30							
10:00																						10:00				10:00							
10:30																						10:30				10:30							
11:00																						11:00				11:00							
11:30	11:30	11:30																															
12:00	12:00	12:00																															
12:30	12:30	12:30																															
13:00	13:00	13:00																															
13:30	13:30	13:30																															
14:00	14:00	14:00																															
14:30	14:30	14:30																															
15:00	Praca administracyjna - public relations	1 x 45"	ZPS	15:00	Blok 6 SZKOL. NAZIEMNE Kurs spadochronowy praktyczny	4 x 45"	Aeroklub	15:00	Zapoznanie z wojskowym sprzętem desantowym Blok 9	1 x 45"	Aeroklub	15:00	spotkanie z autorytetem	Blok 15 Odprawa podsumowująca skoki - doskonalące	1 x 45"	Aeroklub																	
15:30				15:30				15:30																									
16:00				16:00				16:00																									
16:30				16:30				16:30																									
17:00				17:00				17:00																									
17:30				17:30				17:30																									
18:00				18:00				18:00																									
18:30				18:30				18:30																									
19:00				19:00				19:00																									
19:30				19:30				19:30																									
20:00				20:00				20:00																									
20:30	20:30	20:30																															
21:00	Praca administracyjna magazynu - wydanie umundurowania	1 x 45"	ZPS	21:00	Test wiedzy dopuszczający do skoków	n/d	ZPS	21:00	Działania indywidualne w obozowisku	n/d	ZPS	21:00	Działania indywidualne w obozowisku	n/d	ZPS																		
21:30				21:30				21:30																									
22:00				22:00				22:00																									
22:30				22:30				22:30																									
23:00				23:00				23:00																									
23:30				23:30				23:30																									
23:30				23:30				23:30																									
23:30				23:30				23:30																									
23:30				23:30				23:30																									
23:30				23:30				23:30																									
23:30				23:30				23:30																									

Opracował: Filip WALCZAK - Związek Polskich Spadochroniarzy oddział w Łodzi - s1@mswzps.pl, 605 554 596

- realizowane przez Związek Polskich Spadochroniarzy
 - realizowane przez Aeroklub

Załączniki do ogłoszenia Nr 1
Prezesa Urzędu Lotnictwa Cywilnego
z dnia 9 marca 2015 r.

Załącznik nr 1



**PROGRAM SZKOLENIA DO UZYSKANIA ŚWIADECTWA
KWALIFIKACJI SKOCZKA SPADOCHRONOWEGO (PJ) Z
UPRAWNIENIEM KLASY WYSZKOLENIA B.
SZKOLENIE METODĄ NA LINĘ (SL)**

**POŚWIADCZENIE
WPROWADZENIA PROGRAMU DO UŻYTKU**

Niniejszy PROGRAM SZKOLENIA
został wprowadzony do stosowania w podmiocie szkolącym
o nazwie,
w dniu

.....
(data i podpis Kierownika Szkolenia)

1. SPIS TREŚCI

	Strona
DZIAŁ 1 – ADMINISTROWANIE PROGRAMEM	1
1. Spis treści	1
DZIAŁ 2 – ZASADY OGÓLNE	2
1. Zasady Ogólne	2
DZIAŁ 3 – SZKOLENIE TEORETYCZNE	4
1. Program szkolenia teoretycznego	4
DZIAŁ 4 – SZKOLENIE PRAKTYCZNE	6
1. Program szkolenia praktycznego	6
DZIAŁ 5 – ZAŁĄCZNIKI	16
1. Karta szkolenia praktycznego	16
2. Karta szkolenia teoretycznego	17

DZIAŁ 2 – ZASADY OGÓLNE

Po wyszkoleniu teoretycznym kandydat ma wykazać się znajomością przedmiotów wymienionych w DZIALE 3, a szkolenie może być realizowane metodą stacjonarną, zaoczną lub elektroniczną.

Szkolenie teoretyczne może być prowadzone w nieprzekraczalnym czasie: 8 godzin w ciągu jednego dnia.

1. Wymagania stawiane kandydatom przed przystąpieniem do szkolenia:
 - wiek - według uznania i oceny instruktora szkolącego ,w przypadku osób nieposiadających 18 lat, wymagana jest zgoda rodziców lub prawnych opiekunów;
 - orzeczenie lotniczo-lekarskie, jeżeli jest ono wymagane;
 - ubezpieczenie OC dla osób eksploatujących statki powietrzne (wg zał.7 rozporządzenia wyłączającego), wymagane przed pierwszym skokiem.
2. Nauczanie umiejętności praktycznych musi obejmować:
 - wykonanie co najmniej 50 skoków z opóźnionym otwarciem spadochronu w łącznym czasie swobodnego spadania nie krótszym niż 30 minut;
 - naukę układania spadochronu głównego do skoku, ocena jego zdatności, wykonanie przeglądu spadochronu i regulacji (dopasowania) uprząży przed skokiem bez prawa wykonywania napraw i regulacji;
 - naukę sterowania położeniem ciała podczas swobodnego spadania we wszystkich płaszczyznach;
 - naukę lądowania w określonym miejscu oraz określania miejsca zrzutu.

EGZAMIN TEORETYCZNY

Osoba ubiegająca się o świadectwo kwalifikacji PJ z wpisanym uprawnieniem podstawowym klasy wyszkolenia B musi wykazać podczas egzaminów, że posiada wiedzę teoretyczną w zakresie następujących przedmiotów:

- prawo lotnicze;
- człowiek – możliwości i ograniczenia;
- ogólne bezpieczeństwo skoków;
- ogólna wiedza o spadochronie;
- teoria skoku spadochronowego;
- zasady skoku spadochronowego.

EGZAMIN PRAKTYCZNY

Osoba ubiegająca się o świadectwo kwalifikacji PJ z wpisanym uprawnieniem podstawowym klasy szkolenia B musi ukończyć 16 lat oraz wykazać podczas egzaminu praktycznego, że jako skoczek spadochronowy osiągnęła umiejętności określone w pkt. 2 (Nauczanie umiejętności praktycznych).

Po spełnieniu powyższych warunków kandydat może ubiegać się o świadectwo kwalifikacji PJ z wpisanym uprawnieniem podstawowym klasy szkolenia B.

Po ukończeniu szkolenia teoretycznego, praktycznego oraz zdaniu egzaminu wewnętrznego, kandydat do uzyskania świadectwa PJ, z uprawnieniem podstawowym klasy szkolenia B, otrzymuje stosowne zaświadczenie.

1. Posiadacz Świadectwa kwalifikacji skoczka spadochronowego (PJ) z uprawnieniem podstawowym klasy szkolenia B uprawniony jest do:

- wykonywania skoków bez nadzoru instruktora;
- samodzielnego układania czaszy głównej;

DZIAŁ 3 – SZKOLENIE TEORETYCZNE

Szczegółowy program szkolenia teoretycznego

1. Prawo lotnicze - czas 30'

- przepisy licencjonowania odnoszące się do świadectw kwalifikacji PJ;
- przepisy wykonywania skoków spadochronowych;
- ubezpieczenie OC osób eksploatujących statki powietrzne.

2. Człowiek - możliwości i ograniczenia - czas 30'

- wpływ chorób, alkoholu i środków psychoaktywnych na kondycję skoczka spadochronowego;
- najczęstsze urazy w spadochroniarstwie – profilaktyka;
- wpływ zmian temperatury i ciśnienia na organizm.

3. Ogólne bezpieczeństwo skoków - czas 1 h

- poruszanie się po lotnisku;
- zbliżanie się do statków powietrznych;
- znaki i sygnały stosowane podczas skoków;
- zasady zachowania na pokładzie statku powietrznego wywołującego skoczków;
- sytuacje awaryjne na pokładzie samolotu, zasady postępowania;
- zapoznanie z przeszkodami w rejonie lądowania skoczków.

4. Ogólna wiedza o spadochronie - 1 h

- budowa systemu spadochronowego uprzęży - pokrowiec;
- podstawowe części spadochronu i ich współdziałanie;
- czasza główna - budowa, proces otwarcia i wypięcia;
- systemy otwarcia spadochronu głównego LD, stabilizacja, uchwyt i miękki pilocik;
- zasady działania i obsługa automatu AAD oraz wysokościomierza analogowego i akustycznego;
- inne systemy zabezpieczające proces otwarcia spadochronu zapasowego RLS; Skyhook i podobne;
- kontrola gotowości spadochronu do skoku.

5. Teoria skoku spadochronowego - 1 h

- opór powietrza;
- droga skoczka po oddzieleniu się od samolotu;
- obliczanie utraty wysokości w czasie spadania;
- otwarcie spadochronu;
- określenie położenia skoczka względem rzeźby terenu, elementów zabudowy urbanistycznej i słońca;

- określenie kierunku i prędkości wiatru;
- opadnie na otwartym spadochronie;
- lądowanie skoczka.

6. Zasady skoku spadochronowego - 4 h

- zasady sterowania spadochronem;
- zajmowanie miejsca w statku powietrznym;
- oddzielanie od statku powietrznego;
- czynności skoczka po oddzieleniu się od statku powietrznego;
- postępowanie w sytuacjach awaryjnych;
- przypadki użycia noża;
- lot na otwartym spadochronie;
- lądowanie skoczka;
- lądowanie na przeszkody terenowe;
- określanie miejsca zrzutu;
- wpływ prędkości statku powietrznego w chwili wysoku;
- wpływ planowanego opóźnienia otwarcia spadochronu;
- wpływ prędkości i kierunku wiatru;
- współpraca z załogą statku powietrznego - zaznajomienie się z sygnałami przekazywanymi załodze.

DZIAŁ 4 – SZKOLENIE PRAKTYCZNE

Szczegółowy program szkolenia praktycznego

1. Szkolenie naziemne

Uprząż

Ćwiczenie obejmuje następujące czynności:

- czynności skoczka po otwarciu spadochronu głównego, sterowanie;
- wypinanie spadochronu głównego i otwieranie spadochronu zapasowego;
- pozycja skoczka do przyziemienia, symulacja hamowania do lądowania.

Liczba ćwiczeń - do pełnego opanowania.

Wózek

Ćwiczenie obejmuje następujące czynności:

- prawidłowe ułożenie ciała w czasie wolnego spadania;
- reagowanie na zakłócenia równowagi w postaci wahań i obrotów;
- przyjmowanie prawidłowej pozycji do otwarcia spadochronu.

Liczba ćwiczeń - do pełnego opanowania.

UWAGA! Ćwiczenia na uprzęży i wózku należy powtarzać przez cały okres szkolenia podstawowego i w miarę potrzeb w czasie treningu skoczków, doskonaląc w ten sposób elementy techniki skoków.

Statek powietrzny lub jego makieta

Ćwiczenia należy prowadzić na statku powietrznym, z którego będą wykonywane skoki lub na makiecie tego statku powietrznego. Ćwiczenie obejmuje następujące czynności:

- wchodzenie do statku powietrznego i zajmowanie miejsca;
- zachowanie na pokładzie statku powietrznego;
- zaznajomienie z gestami i poleceniami skoczka wyrzucającego lub instruktora;
- prawidłowe oddzielenie się od statku powietrznego przy skokach na LD, stabilizację, uchwyt i miękki pilocik.

Liczba ćwiczeń - do pełnego opanowania

Skocznia

Ćwiczenie przygotowuje do prawidłowego lądowania. Obejmuje właściwe ustawienie nóg podczas lądowania przodem, bokiem i tyłem. Uodparnia stawy skokowe na zetknięcie z podłożem.

UWAGA! Zaleca się przeprowadzenie treningu w kaskach, podczas zajęć w samolocie lub na jego makiecie, a także na skoczni.

Szkolenie na przyrządach naziemnych należy prowadzić podczas szkolenia teoretycznego.

Układanie spadochronów głównych

Ćwiczenie obejmuje następujące czynności:

- przygotowanie spadochronu do układania;
- układanie czaszy i linek nośnych;
- sprawdzenie ułożenia czaszy i linek nośnych;
- włożenie czaszy do osłony;
- zaplatanie linek nośnych;
- zapięcie pokrowca;
- dopasowanie uprząży, regulacja;
- przygotowanie i kontrola gotowości do użycia AAD - automatu spadochronowego, systemów RSL, Skyhook i podobnych;
- przygotowanie spadochronu do transportowania po skoku;
- układanie magazynowe spadochronu.

Pierwsze pokazowe układanie może wykonać:

- instruktor;
- mechanik spadochronowy;
- układacz spadochronowy;
- skoczek spadochronowy wyznaczony przez instruktora.

Uczniowie układają spadochrony pod nadzorem w/w osób, w trakcie całego szkolenia.

Liczba ćwiczeń - do pełnego opanowania.

2. Szkolenie w powietrzu

Podczas szkolenia w powietrzu, według zadania I, Ćwiczenie 1 - nadzór nad uczniami skoczkami pełnić mogą TYLKO instruktorzy spadochronowi z uprawnieniami INS(SL). Po ukończonym zadaniu I ćw.1, nad kolejnymi etapami szkolenia ucznia w powietrzu i na ziemi, nadzór mogą pełnić instruktorzy INS, INS(SL), INS/AFF, INS/TANDEM oraz INS(G) z ziemi.

Podczas szkolenia można korzystać z pomocy jednostronnej łączności radiowej. Każdy nowy element skoku powinien zostać wcześniej dokładnie omówiony przez instruktora i powtórzony przez ucznia przed skokiem.

Ćwiczenia można łączyć, realizując więcej niż jedno, w pojedynczym skoku.

Ćwiczenie 1 – Skoki z samoczynnym otwarciem spadochronu (LD)

Ćwiczenie obejmuje naukę:

- prawidłowego oddzielenia od statku powietrznego;
- przybierania prawidłowej pozycji do otwarcia spadochronu;
- czynności po otwarciu;
- prawidłowego manewrowania spadochronem;
- poprawnego lądowania.

Sposób odejścia od samolotu zależy od decyzji instruktora.

Liczba skoków na LD – według uznania instruktora – nie mniej niż 3 przy dalszym wykorzystaniu stabilizacji i nie mniej niż 5 na LD, przy dalszym szkoleniu na wolne otwarcie.

Wysokość skoku 800 –1500 m AGL

Opóźnienie – LD

Zapis skoku – **SL-1**

W kolejnych skokach na LD należy wprowadzić markowanie samodzielnego otwarcia spadochronu głównego.

Ćwiczenie 2 – Skoki ze stabilizacją lub z samodzielnym otwarciem spadochronu

Ćwiczenie obejmuje:

- naukę prawidłowego oddzielenia od statku powietrznego;
- opanowanie spadania w płaskiej sylwetce w ciągu nakazanego opóźnienia;
- naukę kontroli wyznaczonego opóźnienia;
- naukę otwierania spadochronu;
- naukę prawidłowego manewrowania i poprawnego lądowania.

Liczba skoków na stabilizację –nie mniej niż 3.

Liczba skoków – do pełnego opanowania

Wysokość skoku 1200 – 1800 m AGL
Opóźnienie 3 – 15 sek.
Zapis skoku – **SL-2**

Ćwiczenie 3 – Skoki ze zmienną sylwetką w czasie spadania

Do wykonania tego ćwiczenia dopuszcza się ucznia, który opanował ćwiczenie nr 2 wraz z utrzymaniem stabilnej sylwetki w kontrolowanym czasie opóźnienia, min.10 sek.

Ćwiczenie obejmuje:

- hamowanie prędkości poziomej po oddzieleniu się od statku powietrznego;
- rozpędzanie;
- zmiany sylwetki w czasie spadania;
- utrzymywanie kierunku;
- hamowanie prędkości przed otwarciem spadochronu.

Liczba skoków – do pełnego opanowania

Wysokość skoku ustala instruktor (nie mniej niż 1500 m AGL)

Opóźnienie – w zależności od wysokości

Zapis skoku – **SL-3**

Ćwiczenie 4 – Skoki na opanowanie obrotów poziomych

Do wykonania tego ćwiczenia dopuszcza się ucznia, który opanował ćwiczenia nr 2 oraz 3.

Ćwiczenie obejmuje naukę:

- kontrolowanego spadania „na kierunku”;
- kontrolowanych obrotów w płaszczyźnie poziomej (w obie strony).

Wszystkie elementy ćwiczenia powinny być przećwiczone na ziemi (utrata stabilności oraz techniki szybkiego powrotu do stabilnej sylwetki).

Liczba skoków - do pełnego opanowania

Wysokość wyskoku ustala instruktor (nie mniej niż 1500 m AGL)

Opóźnienie - w zależności od wysokości

Zapis skoku – **SL-4**

Ćwiczenie 5 – Skoki na opanowanie obrotów pionowych i poprzecznych

Do wykonania tego ćwiczenia dopuszcza się ucznia, który opanował ćwiczenie 3 i 4.

Ćwiczenie obejmuje naukę:

- kontrolowanego spadania „na kierunku”;
- kontrolowanych obrotów w płaszczyźnie pionowej (salta w obie strony);
- kontrolowanych obrotów w płaszczyźnie poprzecznej (beczka w obie strony).

Wszystkie elementy ćwiczenia powinny być przećwiczone na ziemi (nauka utraty stabilności oraz techniki szybkiego powrotu do stabilnej sylwetki).

Liczba skoków – do pełnego opanowania

Wysokość skoku ustala instruktor (nie mniej niż 1500 m AGL)

Opóźnienie – w zależności od wysokości

Zapis skoku – **SL-5**

Ćwiczenie 6 – Skoki doskonalące na swobodne spadanie

Celem ćwiczenia jest doskonalenie umiejętności uzyskanych w trakcie powyższych ćwiczeń, a także naukę i opanowanie obrotów w poziomie (spirale), w pionie (salta) oraz w płaszczyźnie poprzecznej (beczki), niezbędnych przed egzaminem wewnętrznym, dopuszczającym do egzaminu na świadectwo kwalifikacji PJ.

Liczba skoków – według uznania instruktora

Wysokość skoku ustala instruktor (nie mniej niż 1500 m AGL)

Opóźnienie – w zależności od wysokości

Zapis skoku – **szkolny**

Ćwiczenie 7 – Nauka skoków na akrobację zespołową - skok para

Ćwiczenie ma na celu naukę prawidłowego odejścia od statku powietrznego zespołu dwóch skoczków, utrzymywania poziomu, dochodzenia przód – tył, obrotów, przemieszczania na boki, chwytania partnera, kontroli opóźnienia i wysokości, sygnalizacji rozejścia się, rozejścia się przez obrót o 180°, przejścia do strzały lub „tracka”, sygnalizacji przed otwarciem spadochronu i otwarciem spadochronów. Prowadzącym w zespole może być skoczek wyznaczony przez instruktora prowadzącego posiadający Świadectwo Kwalifikacji klasy „C” i umiejętność wykonywania skoków na RW. Zaleca się aby skoczek prowadzący skakał z kamerą. Skoczek prowadzący odpowiada za wysokość rozejścia - min. 1200 m AGL, nie zwalnia to ucznia-skoczka z kontroli wysokości.

Liczba skoków – do pełnego opanowania

Wysokość skoku ustala instruktor (nie mniej niż 1800 m AGL)

Opóźnienie – w zależności od wysokości

Zapis skoku – **RW-2 szk.**

Ćwiczenie 8 – Nauka skoków w ograniczonym terenie

Skoki poprzedzić należy wykładami z zakresu zasad skoku. Decyzję o wykonywaniu skoków w ograniczonym terenie przez ucznia podejmuje instruktor szkolący.

Liczba skoków – do pełnego opanowania

Wysokość skoku ustala instruktor (nie mniej niż 1000 m AGL)

Opóźnienie – w zależności od wysokości

Zapis skoku – **celność szk.**

Zaleca się aby pierwsze skoki w terenie ograniczonym były wykonywane w wyznaczonym miejscu, na lotnisku lub lądowisku. W następnych skokach może być to teren przygodny. Decyzję o wyznaczeniu miejsca podejmuje instruktor prowadzący.

Ćwiczenie 9 – Nauka określania miejsca zrzutu

Celem szkolenia jest nauczenie ucznia-skoczka prawidłowego określania miejsca zrzutu podczas skoków ze statków powietrznych.

Przed przystąpieniem do ćwiczeń przeprowadzić należy przygotowanie teoretyczne oraz trening naziemny ze szczególną uwagą na zagadnienia:

- znaki i sygnały używane w czasie skoków;
- współdziałanie z załogą;
- znajomość sygnałów przekazywanych załodze statku powietrznego;
- zasady postępowania w sytuacjach awaryjnych na pokładzie samolotu.

Uczeń-skoczek dokonuje określenia miejsca zrzutu pod bezpośrednim nadzorem instruktora, wyrzucającego, skoczka z uprawnieniami świadectwa kwalifikacji C lub D, znajdującego się na pokładzie statku powietrznego (wyznaczonego przez instruktora prowadzącego).

Liczba skoków – do pełnego opanowania

Wysokość skoku ustala instruktor (nie mniej niż 1000 m AGL)

Opóźnienie – w zależności od wysokości

Zapis skoku – **zrzut szk.**

UWAGA! *Podczas wykonywania ćwiczeń 1-9 należy również:*

1. Zapoznać ucznia z właściwościami lotnymi czaszy i zalecić mu przyswajanie umiejętności (ćwicząc na wysokości powyżej 500 metrów) w zakresie:

- unikania kolizji na otwartych spadochronach po otwarciu i w czasie lotu;
- zasady poruszania się w chmurach;
- wykonywania zakrętów przy użyciu linek sterowniczych o 90° , 180° , 270° , 360° ;
- lotów małą prędkością i wykonywania „płaskich” zakrętów przy zahamowanej czaszy na około 50 do 70% prędkości postępowej;

- umiejętności przeciągnięcia czaszy, minimalna wysokości 600 m AGL;
 - jeżeli to możliwe wykonywania zakrętów przy użyciu tylnych taśm nośnych (z jednoczesnym trzymaniem uchwytów sterowniczych) o 90° , 180° , 270° , 360° ;
 - kontroli utraty wysokości w trakcie wykonywania zakrętów.
2. Ćwiczyć podejścia do lądowania z wykonaniem rundy i płaskich zakrętów o 90° , na wysokości około 300, 200 i 100 m, prosta do lądowania.
 3. Ćwiczyć wyrównanie podczas lądowania przy pełnej prędkości danej czaszy.
 4. Ćwiczyć wyrównanie do lądowania z lotu z małą prędkością.
 5. Ćwiczyć prawidłowe podejście do lądowania i przyziemienie w odległości nie większej niż 50 m od wyznaczonego celu, przy różnej sile wiatru.

UWAGA! Ćwiczenia te należy dostosować do umiejętności skoczka i spadochronu, na jakim wykonuje skok.

Zakres ćwiczeń na poszczególne skoki określa instruktor prowadzący.

UWAGI DO SZKOLENIA PRAKTYCZNEGO

Podczas wszystkich ćwiczeń uczeń ma wykonać poprawnie:

- prawidłowe podejście do drzwi, ustawienie sylwetki do skoku i skok na komendę;
- stabilne spadanie;
- kontrolę wysokości;
- ćwiczenie orientacji przestrzennej;
- prawidłowe wykonanie symulacji oraz otwarcia spadochronu głównego;
- poprawne otwarcie spadochronu głównego na określonej wysokości;
- prawidłowe manewrowanie spadochronem;
- poprawne lądowanie według wskazówek instruktora.

W przypadku wykonywania ucznia-skoczek skoków : na nowym lotnisku/lądowisku , z nowego dla niego statku powietrznego, na nowym dla niego typie pokrowca lub czaszy, powinny być przeprowadzone odpowiednie zajęcia lub ćwiczenia.

Powrót do skoków ucznia-skoczek, który ma przerwę większą niż 14 dni, powinien być poprzedzony przeszkoleniem przypominającym .

Zakres szkolenia przypominającego realizowany fakultatywnie w oparciu o poziom wyszkolenia ucznia-skoczek i długość przerwy w skokach (decyzje podejmuje instruktor prowadzący):

- sprawdzenie wiedzy teoretycznej
- sprawdzenie znajomości postępowania w sytuacjach awaryjnych;
- przeprowadzenie na uprząży treningu procedury awaryjnej wypięcia czaszy głównej i otwierania spadochronu zapasowego;
- przeprowadzenie ćwiczeń praktycznych z wyjścia ze statku powietrznego;
- przećwiczenie prawidłowej pozycji
- przypomnienie lotu na otwartym spadochronie i budowania rundy;
- przeprowadzenie treningu lądowania na skoczni (zalecany kask);
- inne zajęcia/ćwiczenia wg uznania instruktora prowadzącego

O rodzaju pierwszego ze skoków po przerwie decyduje instruktor prowadzący w oparciu o zaawansowanie procesu szkolenia ucznia-skoczek.

Powrót do skoków ucznia-skoczka, w nowym sezonie lotnym powinien być poprzedzony szkoleniem doskonalącym.

Minimalny zakres szkolenia doskonalącego obejmuje:

- sprawdzenie wiedzy teoretycznej i znajomości postępowania w sytuacjach awaryjnych;
- przeprowadzenie na uprząży treningu procedury awaryjnej wypięcia czaszy głównej i otwierania spadochronu zapasowego;
- przeprowadzenie ćwiczeń praktycznych z wyjścia ze statku powietrznego;
- przećwiczenie prawidłowej pozycji spadania;
- przypomnienie lotu na otwartym spadochronie i budowania rundy;
- przeprowadzenie treningu lądowania na skoczni (zalecany kask);
- inne zajęcia/ćwiczenia wg uznania instruktora prowadzącego;
- poddanie ucznia-skoczka szkoleniu w pełnym zakresie teorii i praktyki, jeżeli instruktor uzna za stosowne.

O rodzaju pierwszego ze skoków w nowym sezonie decyduje instruktor prowadzący w oparciu o zaawansowanie procesu szkolenia ucznia-skoczka.

Konwersja między szkoleniem SL i na Stabilizację a AFF.

Musi zostać poprzedzona przeszkoleniem w zakresie:

- sprawdzenia wiedzy teoretycznej oraz przeszkolenia w zakresie różnic w metodach szkolenia na SL i na Stabilizację a AFF;
- sprawdzenia wiedzy teoretycznej sytuacji awaryjnych z uwzględnieniem sytuacji awaryjnych w metodzie AFF;
- przeprowadzenia ćwiczeń praktycznych z wyjścia ze statku powietrznego;
- przećwiczenia prawidłowej pozycji, sygnałów i procedur występujących w metodzie szkolenia AFF;
- lotu na spadochronie i budowania rundy;
- przeprowadzenia treningu lądowania na skoczni (zalecany kask);
- wykonanie przez ucznia-skoczka skoku na poziomie ćwiczenia według decyzji instruktora;
- poddanie ucznia-skoczka szkoleniu w pełnym zakresie teorii i praktyki, jeżeli instruktor uzna za stosowne.

Decyzję o konwersji w szkoleniu podejmuje instruktor prowadzący wraz z instruktorem przejmującym szkolenie.

DZIAŁ – 5 ZAŁĄCZNIKI

KARTA SZKOLENIA PRAKTYCZNEGO

W zakresie: **Szkolenia spadochronowego metodą na linę (SL)**

wg: **Programu Szkolenia do Świadectwa Kwalifikacji skoczka spadochronowego PJ(B)**

Imię i nazwisko ucznia-skoczka:

W okresie:

Zadanie ćwiczenie	Treść zadania/ćwiczenia	Planowano/wykonano		Instr. prowadzący	Uwagi	Data Podpis
		planowana ilość skoków	wykonana ilość skoków			
Przeprowadzono pełne przygotowanie do realizacji zadania/ćwiczenia SL zgodnie z wymaganiami Programu Szkolenia Spadochronowego do Świadectwa Kwalifikacji Skoczka Spadochronowego PJ(B)						
SL-1	Skoki z samoczynnym otwarciem spadochronu (LD)	wg uznania instruktora (nie mniej niż 3-Stab i 5-wolne)				
SL-2	Skoki ze stabilizacją lub z ręcznym otwarciem spadochronu	wg uznania instruktora (nie mniej niż 3) do opanowania				
SL-3	Skoki ze zmienną sylwetką w czasie spadania	do opanowania				
SL-4	Skoki na opanowanie obrotów poziomych	do opanowania				
SL-5	Skoki na opanowanie obrotów pionowych i poprzecznych	do zaliczenia				
szkolny	Skoki doskonalące na swobodne spadanie	do uzyskania ŚK				
RW-2 szk.	nauka skoków na akrobację zespołową, skok parą	do opanowania				
celność szk.	Nauka skoków w ograniczonym terenie	do opanowania				
zrzut szk.	Nauka określania miejsca zrzutu	do opanowania				

ZATWIERDZAM:

.....
Instruktor prowadzący

KARTA SZKOLENIA TEORETYCZNEGO I NAZIEMNEGO

W zakresie: *Szkolenia spadochronowego metodą na linę (SL)*

wg: *Programu Szkolenia do Świadectwa Kwalifikacji skoczka spadochronowego PJ(B)*

Imię i nazwisko ucznia-skoczka:

W okresie:

Lp.	Zagadnienie (przedmiot)	czas	Ocena	Data Podpis	Uwagi
1.	Prawo lotnicze	30'			
2.	Człowiek – możliwości i ograniczenia	30'			
3.	Ogólne bezpieczeństwo skoków	1 h			
4.	Ogólna wiedza o spadochronach	1 h			
5.	Teoria skoku spadochronowego	1 h			
6.	Zasady skoku spadochronowego	4 h			
Szkolenie naziemne SL					
1.	<i>Uprząż – sterowanie spadochronem, lądowanie</i>	wg uznania instruktora			
2.	<i>Uprząż – wypinanie zamków, otwieranie spad. zapas.</i>	wg uznania instruktora			
3.	<i>Statek powietrzny – zajmowanie miejsca, sygnały, oddzielanie</i>	wg uznania instruktora			
4.	<i>Wózki – trening sylwetki płaskiej, otwarcie</i>	wg uznania instruktora			
5.	<i>Skocznia – nauka lądowania</i>	wg uznania instruktora			
6.	<i>Układanie spadochronu głównego</i>	do uzyskania ŚK			

ZATWIERDZAM:

.....

Instruktor prowadzący