

STOWARZYSZENIE JEDNOSTKA STRZELECKA 4008 ŁÓDŹ

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM SZKOLENIA
„Wojsko to MY”

ŁÓDŹ

KWIECIEŃ 2025 r.

I. PRZEBIEG SZKOLENIA:

Lp.	CZAS (h szkoleniowe)	TEMAT / ZAGADNIENIA	FORMA
DZIEŃ 1			
SZKOLENIE Z BUDOWANIA ZESTAWU WYPOSAŻENIA INDYWIDUALNEGO			
1.	1800-1930 (2x45min)	1. Linie wyposażenia - zasady budowania zestawu: - osobistego (przenoszonego na sobie - do przetrwania), - do walki (przenoszony w oporządzeniu, np. kamizelki taktyczne, pasy taktyczne, pasoszelki itd., służącego do walki), - do bytowania (przenoszonego w plecaku, służącego do utrzymania zdolności bojowej),	wykład
DZIEŃ 2			
SZKOLENIE STRZELECKIE - MODUŁ TEORETYCZNY			
2.	0800-0845 (1x45min)	2. Wybrane zagadnienia prawne w zakresie posiadania broni palnej; 3. Zagadnienia kk i kw w zakresie broni;	wykład

Lp.	CZAS (h szkoleniowe)	TEMAT / ZAGADNIENIA	FORMA
3.	0845-1015 (2x45min)	4. Teoria strzału; 5. Balistyka zewnętrzna i wewnętrzna pocisku;	wykład
SZKOLENIE STRZELECKIE - TRENING BEZSTRZAŁOWY			
4.	1100-1145 (1x45min)	1. Budowa i eksploatacja wybranych egzemplarzy broni palnej i amunicji; 2. BLOS; 3. Zasady strzelania z broni palnej;	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
5.	1145-1315 (2x45min)	4. Postawy strzeleckie, chwyt broni, praca na języku spustowym; 5. Dobywanie broni i skład; 6. Zasady celowania – ściąganie języka spustowego, praca na oddechu, postawa, zgrywanie przyrządów celowniczych;	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
6.	1315-1445 (2x45min)	7. Kontrole celu, otoczenia i broni; 8. Wymiana magazynka; 9. Usuwanie niesprawności broni;	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
SZKOLENIE STRZELECKIE - TRENING STRZELECKI			
7.	1530-1700 (4x45min)	1. Nauka techniki prowadzenia ognia z broni krótkiej - cel stały tarcza/popper, postawa stojąca, ogień pojedynczy, odległość 15 m, 60 szt. nabojów/osobę. 2. Zasady obsługi i konserwacji broni krótkiej	zajęcia praktyczne na strzelnicy

Lp.	CZAS (h szkoleniowe)	TEMAT / ZAGADNIENIA	FORMA
8.	1700-2000 (4x45min)	3. Nauka techniki prowadzenia ognia z broni długiej - cel stały tarcza/popper, postawa stojąca, ogień pojedynczy, odległość 25 m, 80 szt. nabojów/osobę (40 szt. .223 rem; 40 szt. 7,62x39 mm) 4. Zasady obsługi i konserwacji broni długiej	zajęcia praktyczne na strzelnicy
DZIEŃ 3			
SZKOLENIE Z UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ			
9.	0800-0845 (1x45min)	1. Zagadnienia teoretyczne związane z algorytmem BLS i AED. 2. Rozpoznanie poszkodowanego w stanie zagrożenia życia.	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
10.	0845-1015 (2x45min)	3. Przyczyny zatrzymania krążenia z szczególnym uwzględnieniem nagłych zagrożeń krążeniowych i oddechowych. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa u dorosłych. 4. BLS – resuscytacja (ocena poszkodowanego, udrożnienie dróg oddechowych, ocena oddechu, wezwanie pomocy, ocena oznak krążenia, postępowanie przy niedrożności dróg oddechowych, wentylacja zastępcza, postępowanie w przypadku obecności ciała obcego w drogach oddechowych, uciskanie klatki piersiowej, ułożenie pacjenta w pozycji bocznej).	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
11.	1015-1130 (2x45min)	5. Obsługa automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) wraz z elementami BLS. 6. Postępowanie przy masywnych krwotokach.	zajęcia praktyczne na punktach nauczania

Lp.	CZAS (h szkoleniowe)	TEMAT / ZAGADNIENIA	FORMA
SZKOLENIE Z PROWADZENIA DZIAŁAŃ TAKTYCZNYCH			
12.	1200-1630 (8x45min)	1. Omówienie podziału działań taktycznych, 2. Przygotowanie do działania, 3. Nauka pokonywania terenu i przeszkód terenowych, 4. Nauka poruszania się w terenie otwartym i zurbanizowanym, 5. Nauka reakcji na kontakt ogniowy, Nauka zrywania kontaktu ogniowego.	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
SZKOLENIE Z OBRONY PRZED BRONIĄ MASOWEGO RAŻENIA			
13.	1700-1830 (2x45min)	1. Posługiwanie się sprzętem i środkami ochrony przed skażeniami znajdującymi się na indywidualnym wyposażeniu. 2. Działanie na sygnał uprzedzenia o zagrożeniu skażeniami i alarmu o skażeniach. 3. Sprawdzenie szczelności i dopasowania filtracyjnych masek przeciwgazowych w atmosferze skażonej.	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
SZKOLENIE ZE SZTUKI PRZETRWANIA W TERENIE Z NOCOWANIE W OBOZOWISKU			
14.	1845-2100 (3x45min)	1. Budowa obozowiska; 2. Rozpalanie ognia za pomocą krzesiwa;	zajęcia praktyczne na punktach nauczania

Lp.	CZAS (h szkoleniowe)	TEMAT / ZAGADNIENIA	FORMA
15.	2100-2230 (2x45min)	3. Uzdatnianie wody 4. Wykorzystanie wyposażenia osobistego w SURVIVALU	zajęcia praktyczne na punktach nauczania
16.	2230-0000 (2x45min)	5. Nocowanie w obozowisku (odpoczynek)	zajęcia praktyczne
DZIEŃ 4			
17.	0000-0645 (9x45min)	6. Nocowanie w obozowisku (odpoczynek)	zajęcia praktyczne
SZKOLENIE Z TOPOGRAFII			
18.	0730-0900 (2x45min)	1. Ogólna budowa busoli-kompasu 2. Rodzaje i skale map topograficznych 3. Podstawowe znaki topograficzne	zajęcia teoretyczne
19.	0900-1115 (3x45min)	4. Posługiwanie się busolą magnetyczną 5. Czytanie treści mapy 6. Orientowanie się w terenie bez mapy oraz ocena odległości	zajęcia praktyczne na punktach nauczania

Lp.	CZAS (h szkoleniowe)	TEMAT / ZAGADNIENIA	FORMA
20.	1115-1415 (4x45min)	7. Marsz na azymut	zajęcia praktyczne
21.	1415-1430	Podsumowanie szkolenia	nie dotyczy