

PLAN SZKOLENIA STRZELECKIEGO I PROOBRONNEGO	
Liczba uczestników szkolenia	<p>96 osób podzielonych na 3 trzydziestodwuosobowe grupy.</p> <p>Każda z trzydziestodwuosobowych grup podzielona jest na 4 ośmioosobowe sekcje</p> <p>Szkolenie strzeleckie każdej grupy będzie odbywało się w 8 osobowych sekcjach (poza szkoleniem teoretycznym, które zostanie przeprowadzone dla całej grupy – 32 osoby)</p> <p>Każdy sekcja będzie ćwiczył na innej osi z jednym instruktorem.</p> <p>Szkolenie proobronne będzie odbywało się w 32 osobowych grupach.</p>
Czas szkolenia	<p>04.listopada - 20 listopada 2024 r.</p> <p>Każda podgrupa odbędzie łącznie 24 godziny szkolenia w tym :</p> <p>a) 2 h zajęć teoretycznych obejmujących podstawowe zagadnienia prawne i teoretyczne dotyczące posługiwania się bronią palną oraz zasady bezpiecznego posługiwania się bronią palną</p> <p>b) 4 h treningu bezstrzałowego (w tym: 1 h z pistoletem, 2 z karabinkiem, 1 h ze strzelbą)</p> <p>c) 12 h treningu strzeleckiego (w tym: 4 h pistoletem, 4h z karabinkiem, 4 h ze strzelbą)</p> <p>d) 2h zajęć na temat historii, roli oraz znaczenia Polski w NATO</p> <p>e) 2h szkolenie proobronne w zakresie: Podstawy terenoznawstwa i topografii wojskowej</p> <p>d) 2h Sztuka przetrwania w terenie (survival).</p> <p>Każda z 32 osobowych podgrup będzie miała przypisany stały dzień tygodnia (od poniedziałku do środy), w którym będą odbywały się zajęcia.</p>
Liczba i rodzaj amunicji przewidziana na jednego uczestnika szkolenia	<p>a) 80 sztuk 22LR (40 szt. pistolet, 40 szt. karabinek),</p> <p>b) 40 szt. 9 mm (pistolet)</p> <p>c) 60 szt. 5,56 mm (karabinek)</p> <p>d) 10 szt. 12/76 (strzelba)</p>
Rodzaj broni planowanej do wykorzystania podczas szkolenia przez jednego uczestnika szkolenia:	<p>a) pistolet - 8 godzin (w tym 4 h trening bez strzałowy i 4 h trening strzelecki),</p> <p>b) karabinek – 8 godzin (w tym 4 h trening bezstrzałowy i 4 h trening strzelcki)</p> <p>c) strzelba – 8 godzin (w tym 4 h trening bezstrzałowy i 4 h trening strzelecki)</p> <p>Na każdy 8 osobowy skład zostaną udostępnione 2 sztuki broni zgodnie z tematyką szkolenia</p>
Stopień zawansowania szkolenia strzeleckiego i proobronnego	Szkolenie od podstaw.
Sposób zabezpieczenia materiałowo-technicznego:	<p>Instruktorzy prowadzący szkolenie strzeleckie i proobronne:</p> <p>Część realizacji zadania będzie wykonana w ramach wolontariatu przez członków Klubu, Część będzie sfinansowana z pozyskanej dotacji.</p> <p>Broń, amunicja, obiekt szkoleniowy (strzelnica):</p> <p>Broń wraz z amunicją zostanie wynajęta od Strzelnicy Taktycznej Pawłów Sp.Zo.o.</p> <p>Najem osi strzeleckich od Strzelnicy Taktycznej Pawłów Sp.Zo.o.</p>

Szkolenie strzeleckie łącznie 18h:

2 h zajęć teoretycznych obejmujących podstawowe zagadnienia prawne i teoretyczne dotyczące posługiwania się bronią palną oraz zasady bezpiecznego posługiwania się bronią palną :

- Podstawy prawne posiadania broni: Omówienie przepisów prawnych regulujących posiadanie i użytkowanie broni palnej w Polsce, z uwzględnieniem wymagań dotyczących uzyskania pozwoleń.

- Użytkowanie broni przez służby mundurowe: Specyfika przepisów dotyczących funkcjonariuszy służb mundurowych oraz zasady użytkowania broni służbowej.
- Odpowiedzialność cywilna i karna: Zasady odpowiedzialności w przypadku nieuprawnionego użycia broni oraz omówienie konsekwencji prawnych wynikających z niewłaściwego posługiwania się bronią.
- Ustawa z dnia 21 maja 1999r. o broni i amunicji.
- Zapoznanie z regulaminem strzelnicy.

4 h treningu bezstrzałowego (w tym: 1 h z pistoletem, 2 z karabinkiem, 1 h ze strzelbą) obejmujący :

a) Prawidłowe przyjmowanie postaw strzeleckich oraz prawidłowy chwyt broni:

- Ćwiczenia postaw: Regularne ćwiczenia przyjmowania różnych postaw strzeleckich (stojąca, klęcząca, leżąca) z bronią w rękach, bez oddawania strzałów.
- Chwyt broni: Praktyka prawidłowego chwytu broni w różnych postawach, ze szczególnym uwzględnieniem stabilności i kontroli nad bronią.

b) Sprawne dobywanie broni i składanie się do strzału:

- Dobywanie broni: Ćwiczenia sprawnego dobywania broni z kabury, zarówno z pozycji stojącej, jak i w ruchu.
- Składanie się do strzału: Trening szybkiego i precyzyjnego składania się do strzału, w tym przenoszenie broni z pozycji spoczynkowej do strzeleckiej.

c) Celowanie i ściąganie języka spustowego:

- Ćwiczenia celowania: Ćwiczenia celowania z wykorzystaniem przyrządów celowniczych, z naciskiem na precyzję i szybkość.
- Praca na języku spustowym Regularny trening pracy na języku spustowym, z naciskiem na kontrolę i minimalizację drgań podczas oddawania strzału.

d) Kontrola oddechu:

- Techniki oddechowe: Nauka technik kontroli oddechu w celu stabilizacji ciała i broni przed oddaniem strzału.
- Synchronizacja oddechu: Trening synchronizacji oddychania z procesem celowania i ściągania języka spustowego.

e) Kontrola celu / kontrola broni / kontrola otoczenia:

- Świadomość sytuacyjna: Ćwiczenia w zakresie rozwijania świadomości sytuacyjnej, identyfikacji zagrożeń i oceny otoczenia przed i po oddaniu strzału.
- Kontrola broni: Regularne sprawdzanie stanu broni podczas ćwiczeń, w tym kontrola magazynka, mechanizmu spustowego i bezpieczeństwa.

f) Wymiana magazynka:

- Ćwiczenia wymiany magazynka: Praktyka szybkiej i efektywnej wymiany magazynka w różnych postawach strzeleckich i sytuacjach.

g) Usuwanie niesprawności broni:

- Rozwiązywanie awarii: Nauka i ćwiczenia w zakresie usuwania zacięć i innych niesprawności broni, takich jak niewypały, zacięcia magazynka czy problemy z mechanizmem spustowym.

h) Wykorzystanie celowników optoelektronicznych oraz celowników laserowych:**

- Trening z celownikami: Regularne ćwiczenia z użyciem celowników optoelektronicznych i laserowych, z naciskiem na precyzyjne celowanie w różnych warunkach oświetleniowych.

i) (Opcjonalnie) Wykorzystanie lunet i powiększalników:

- Trening z lunetami: Ćwiczenia z lunetami celowniczymi oraz powiększalnikami, rozwijanie umiejętności precyzyjnego celowania na większych odległościach.

j) (Opcjonalnie) Wykorzystanie celowników noktowizyjnych oraz termowizyjnych:

- Trening w nocy: Ćwiczenia z użyciem celowników noktowizyjnych i termowizyjnych, rozwijanie umiejętności operowania bronią w warunkach ograniczonej widoczności.

k) (Opcjonalnie) Wykorzystanie strzeleckich systemów treningowych (trenażerów strzeleckich)

- trening z trenażerami: Wykorzystanie nowoczesnych systemów treningowych, takich jak trenażery strzeleckie, które pozwalają na doskonalenie technik strzeleckich bez użycia amunicji, w symulowanych warunkach.

12 h treningu strzeleckiego (w tym: 4 h pistoletem, 4h z karabinkiem, 4 h ze strzelbą) w tym :

a) Nauka techniki prowadzenia ognia z pistoletu:

- Amunicja: Każdy uczestnik treningu będzie miał do dyspozycji 80 sztuk amunicji (40 sztuk kal. .22LR oraz 40 sztuk kal. 9mm), opcjonalnie dodatkowo 100 sztuk śrutu do broni pneumatycznej.

- Techniki strzeleckie: Nauka podstawowych technik prowadzenia ognia z pistoletu, w tym strzelanie z różnych postaw, na różne odległości, zarówno celowane, jak i dynamiczne.

- Ćwiczenia precyzyjne: Trening precyzyjnego strzelania do celów statycznych na krótkim i średnim dystansie.

b) Nauka techniki prowadzenia ognia z karabinka:

- Amunicja: Każdy uczestnik będzie miał do dyspozycji 100 sztuk amunicji (40 sztuk kal. .22LR oraz 60 sztuk kal. 5,56mm/7,62mm lub innej).

- Techniki strzeleckie: Nauka prowadzenia ognia z karabinka, w tym strzelanie z różnych postaw (stojąca, klęcząca, leżąca), na różne odległości.

- Strzelanie dynamiczne: Trening strzelania w ruchu oraz zmiany pozycji, z naciskiem na szybkość i precyzję.

c) Nauka techniki prowadzenia ognia ze strzelb powtarzalnych oraz samopowtarzalnych: - Amunicja: Każdy uczestnik będzie miał do dyspozycji 10 sztuk amunicji.

- Techniki strzeleckie: Nauka obsługi i prowadzenia ognia ze strzelb, w tym strzelanie do celów ruchomych oraz statycznych, na krótkim dystansie.

- Strzelanie taktyczne: Trening strzelania taktycznego, z uwzględnieniem dynamicznej wymiany magazynków i reakcji na awarie broni.

SZKOLENIE PROOBRONNE, łącznie 6h

2h zajęć na temat historii, roli oraz znaczenia Polski w NATO w tym :

1. Wprowadzenie (10 minut)

- Powitanie uczestników i wprowadzenie do tematu wykładu.
- Znaczenie NATO: Krótkie przypomnienie czym jest NATO (Sojusz Północnoatlantycki) - jego cel, misja i podstawowe zasady działania.
- Cel wykładu: Przedstawienie historii, wyzwań oraz korzyści wynikających z 25-letniej obecności Polski w NATO.

2. Polska przed wejściem do NATO (15 minut)

- Kontekst historyczny: Polska po upadku komunizmu, transformacja polityczna i gospodarcza w latach 90.
- Dążenie do integracji z Zachodem: Polityka zagraniczna Polski po 1989 roku, aspiracje do członkostwa w strukturach euroatlantyckich.
- Pierwsze kroki w kierunku członkostwa: Inicjatywy takie jak „Partnerstwo dla Pokoju” (1994) jako preludium do członkostwa.

3. Proces akcesji Polski do NATO (20 minut)

- Formalne kroki: Proces akcesji, negocjacje i wymagania stawiane Polsce.
- Traktat waszyngtoński i zaproszenie do członkostwa: Podpisanie dokumentów akcesyjnych, rola USA i innych państw członkowskich w procesie przyjmowania nowych członków.
- Data akcesji: 12 marca 1999 roku - symboliczny dzień przystąpienia Polski do NATO.

4. Polska w NATO: 25 lat doświadczeń (25 minut)

- Udział w misjach wojskowych i pokojowych: Zaangażowanie Polski w misje NATO, takie jak ISAF w Afganistanie, KFOR na Bałkanach.
- Wkład Polski w struktury NATO: Rola Polski w dowództwach i strukturach operacyjnych NATO, udział w planowaniu strategicznym.
- Współpraca wojskowa i modernizacja: Jak członkostwo w NATO wpłynęło na modernizację polskich sił zbrojnych i rozwój przemysłu obronnego.

5. Wyzwania i zagrożenia dla NATO i Polski (20 minut)

- Zmieniające się zagrożenia bezpieczeństwa: Rosnące znaczenie cyberbezpieczeństwa, hybrydowe zagrożenia, terroryzm.
- Rosja i polityka bezpieczeństwa: Kryzys ukraiński, aneksja Krymu, reakcje NATO, wzmocnienie wschodniej flanki.
- Wewnętrzne wyzwania dla NATO: Wzrost populizmu, zmniejszające się budżety obronne, różnice w podejściu do zagrożeń wśród państw członkowskich.

6. Polska jako ważny sojusznik w NATO (15 minut)

- Polityka obronna Polski: Dążenie do zwiększenia wydatków na obronność, tworzenie nowych jednostek wojskowych (Wojska Obrony Terytorialnej).
- Relacje bilateralne w ramach NATO: Współpraca z USA, Wielką Brytanią i innymi kluczowymi partnerami.
- Rola Polski w kształtowaniu polityki NATO: Inicjatywy polityczne, udział w ćwiczeniach wojskowych, hosting konferencji i szczytów.

7. Przyszłość Polski w NATO (10 minut)

- Perspektywy rozwoju NATO: Plany na przyszłość, adaptacja do nowych wyzwań, rola Polski w przyszłych strategiach.
- Rola Polski jako lidera regionalnego: Współpraca w ramach Inicjatywy Trójmorza, format B9 (Bukaresztańska Dziewiątka).

2h szkolenie proobronne w zakresie: Podstawy terenoznawstwa i topografii wojskowej w tym :

1. Wprowadzenie do zajęć (10 minut)

- Powitanie uczestników.
- Przedstawienie celu zajęć oraz krótki opis planowanych aktywności.
- Wyjaśnienie znaczenia terenoznawstwa i topografii w działaniach wojskowych oraz codziennym życiu.

2. Podstawowe pojęcia i definicje (15 minut)

- Terenoznawstwo: Co to jest terenoznawstwo? Znaczenie w kontekście wojskowym.
 - Topografia wojskowa: Definicja topografii wojskowej, różnice między topografią a geografią.
 - Mapa topograficzna: Czym jest mapa topograficzna, rodzaje map (skala, typy map: turystyczne, wojskowe itp.).
 - Orientacja w terenie: Pojęcie orientacji, dlaczego jest ważna.
3. Budowa i interpretacja mapy topograficznej (20 minut)
- Elementy mapy: Legenda, siatka współrzędnych, linie poziomice, oznaczenia kartograficzne (drogi, rzeki, lasy, zabudowania).
 - Skala mapy: Zrozumienie skali (np. 1:25 000) i jej zastosowanie.
 - Linie poziomice: Co to są, jak je interpretować, zrozumienie różnic w wysokościach terenu.
 - Symbole na mapach wojskowych: Znaczenie podstawowych symboli używanych na mapach wojskowych (obiekty militarne, przeszkody terenowe itp.).
4. Podstawy orientacji w terenie (15 minut)
- Metody orientacji: Przy użyciu mapy, kompasu oraz naturalnych punktów orientacyjnych.
 - Wyznaczanie kierunków świata: Praca z kompasem, ustalanie północy, wschodu, południa, zachodu.
 - Orientowanie mapy: Dopasowywanie mapy do rzeczywistego terenu, orientacja na podstawie widocznych punktów (np. góry, budynki, rzeki).
5. Ćwiczenia praktyczne: praca z mapą i kompasem (30 minut)
- Ćwiczenie 1: Orientowanie mapy w terenie przy użyciu kompasu. Uczniowie pracują w parach, próbując zorientować mapę w terenie.
 - Ćwiczenie 2: Odczytywanie współrzędnych i wyznaczanie pozycji na mapie. Wskazywanie na mapie określonych punktów, takich jak najbliższa droga, wzgórze, budynek itp.
 - Ćwiczenie 3: Wyznaczanie azymutu - uczniowie uczą się, jak obliczać azymut i jak go używać do nawigacji.
6. Znaczenie i zastosowanie terenoznawstwa w wojskowości (15 minut)
- Zastosowania terenoznawstwa: Jak terenoznawstwo wpływa na planowanie operacji wojskowych, logistyki i manewrów.
 - Studium przypadku: Przykład historyczny, gdzie umiejętność czytania map i znajomość terenu miała kluczowe znaczenie (np. bitwa pod Monte Cassino, działania w Afganistanie).
 - Współczesne technologie: Krótkie omówienie nowoczesnych narzędzi wspomagających terenoznawstwo, takich jak GPS, drony, systemy GIS.
7. Ćwiczenie końcowe: mini-zadanie nawigacyjne (20 minut)
- Scenariusz: Uczniowie otrzymują mapę fragmentu terenu, na którym muszą odnaleźć zaznaczone punkty orientacyjne. Korzystają z mapy i kompasu, aby odnaleźć poszczególne miejsca.
 - Cel: Zastosowanie wiedzy zdobytej podczas zajęć, współpraca w grupie, rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji w oparciu o dane terenowe.
8. Podsumowanie zajęć (10 minut)
- Omówienie wyników ćwiczeń praktycznych, wyjaśnienie ewentualnych problemów i niejasności.
 - Podkreślenie znaczenia ciągłego doskonalenia umiejętności związanych z orientacją w terenie.
 - Odpowiedzi na pytania uczniów.
 - Podziękowanie za udział i zakończenie zajęć.

2h Sztuka przetrwania w terenie (survival).

1. Wprowadzenie do zajęć (10 minut)

- Powitanie uczestników i przedstawienie tematu zajęć.
- Omówienie celu zajęć i znaczenia sztuki przetrwania w kontekście działań wojskowych oraz codziennego życia.
- Krótkie wprowadzenie do pojęcia "survival" – co to jest i dlaczego jest ważne dla osób w mundurach.

2. Podstawowe zasady survivalu (15 minut)

- **Reguła trójkę:** Zasada przetrwania – 3 minuty bez powietrza, 3 godziny bez schronienia w trudnych warunkach, 3 dni bez wody, 3 tygodnie bez jedzenia.
- **Bezpieczeństwo:** Zasady bezpieczeństwa podczas przebywania w terenie – jak unikać zagrożeń.
- **Ocena sytuacji:** Jak ocenić swoje otoczenie, identyfikować potencjalne zagrożenia i zasoby.
- **Priorytety przetrwania:** Powietrze, schronienie, woda, ogień, sygnalizacja, jedzenie, pomoc medyczna.

3. Schronienie i ogień (30 minut)

- **Budowa schronienia:**
 - Różne typy schronień w zależności od dostępnych materiałów (szałas, ziemianka, schronienie z wykorzystaniem naturalnych elementów).
 - Wybór odpowiedniego miejsca na schronienie – teren suchy, osłonięty przed wiatrem, z dala od potencjalnych zagrożeń.
- **Rozpalanie ognia:**
 - Znaczenie ognia w survivalu: ogrzewanie, gotowanie, odstraszenie dzikich zwierząt, sygnalizacja.

- Metody rozpalania ognia: użycie krzesiwa, zapalek, zapalniczki, metody alternatywne (soczewki, tarcie drewna).
- Zasady bezpieczeństwa przy rozpalaniu i utrzymywaniu ognia.

4. Zdobywanie i uzdatnianie wody (20 minut)

- **Znaczenie wody w przetrwaniu:** Jak długo można przeżyć bez wody, objawy odwodnienia.
- **Źródła wody:** Gdzie szukać wody w terenie (rzeki, strumienie, kałuże, zbieranie wody deszczowej).
- **Uzdatnianie wody:** Metody oczyszczania wody – gotowanie, filtrowanie, użycie tabletek do uzdatniania wody, metody naturalne (filtr piaskowy).

5. Znalezienie pożywienia (15 minut)

- **Podstawowe zasady:** Rola pożywienia w przetrwaniu, jak długo można przeżyć bez jedzenia.
- **Zbieranie:** Rośliny jadalne – rozpoznawanie i identyfikacja, zasady bezpieczeństwa przy zbieraniu dzikich roślin.
- **Łowiectwo i rybolówstwo:** Podstawowe metody łapania zwierząt i ryb – pułapki, improwizowane narzędzia do połowu.

6. Nawigacja i sygnalizacja (20 minut)

- **Orientacja w terenie:** Użycie naturalnych metod (słońce, gwiazdy, mech), podstawowe umiejętności czytania mapy i używania kompasu.
- **Sygnalizacja o pomoc:** Jak skutecznie sygnalizować swoją obecność – znaki SOS, użycie lusterka, ognia, gwizdka, improwizowane metody sygnalizacji.

7. Podstawowe umiejętności medyczne (10 minut)

- **Pierwsza pomoc w terenie:** Postępowanie w przypadku urazów, krwotoków, hipotermii, odwodnienia.
- **Improwizowane opatrunki i bandaże:** Użycie dostępnych materiałów do udzielania pierwszej pomocy.

8. Ćwiczenia praktyczne: Scenariusz survivalowy (20 minut)

- **Scenariusz:** Uczniowie w małych grupach muszą znaleźć odpowiednie miejsce na schronienie, zdobyć wodę i rozpaść ogień.
- **Cel:** Zastosowanie w praktyce wiedzy zdobytej podczas zajęć, współpraca w grupie, podejmowanie decyzji w warunkach ograniczonych zasobów.

9. Podsumowanie zajęć (10 minut)

- Omówienie wyników ćwiczeń praktycznych, wyjaśnienie ewentualnych problemów i niejasności.
- Podkreślenie znaczenia umiejętności survivalowych dla osób w mundurach i w życiu codziennym.
- Odpowiedzi na pytania uczestników.
- Podziękowanie za udział i zakończenie zajęć.