

SKYTEKURS NIVÅ 2



SKYTEKURS NIVÅ 2

*NROF'S UTDANNING
FOR AKTIVE SKYTTERE
NIVÅ 2*

UNDERVISNINGSPLAN FOR AKTIVE SKYTTERE NIVÅ 2

1 INNLEDNING

Dagens krav til sikkerhet krever at skyttere har inngående kjennskap til våpenbehandling, regler og bestemmelser. Derfor skal kurs for NIVÅ 2 skyttere i NROF ha den hensikt å fremskaffe dyktige skyttere som gjennomfører skytingene på en sikker måte med høy presisjon.

Utdanningen baserer seg på hittil kjente erfaringer, men den vil ha en vedvarende utvikling etter de erfaringer som blir innhentet, og de krav samfunnet og Forsvaret setter. Erfaringsutveksling med andre skyttere, skytterorganisasjoner i Norge, Norden og verden for øvrig vil være av betydning.

2 MÅLGRUPPE OG LÆREFORUTSETNINGER

2.1. MÅLGRUPPE

Målgruppen er medlemmer av NROF som ønsker å bli aktive skyttere, og som vil praktisere skyting på et lokalt plan, og som vil delta på NROFs Vårkonkurranse og NROF-Mesterskapet i skyting.

2.2. LÆREFORUTSETNINGER

Det er en forutsetning for deltagelse på kurset at deltageren har:

- er NIVÅ 1 skytter og har fullført Sikkerhetskurs
- vist seg egnet

3. LÆREPROSESSEN

- Undervisningen foregår som teoretisk og praktisk instruksjon.
- De teoretiske emnene blir gjennomført som klasseromsundervisning eller ute på standplasser/baner med instruktør. Teoridelen kan også gjennomgås som egenstudie men da med oppfølging av instruktør. Oppfølgingen kan være en skriftlig prøve.
- Praksisdelen foregår på skytefelt.

4

RAMMEFAKTORER

Tid: • 4 timer (1 time teori, 3 timer på skytebane). Dersom teoridelen gjennomføres som egenstudie med prøve, kan teoritiden reduseres.

Deltagere: • 1 - 5

Personell: • 1 hovedinstruktør

Rombehov: • 1 klasserom

Øvingsareal: • 1 pistolbane

• 1 feltbane

• 1 skytebane

• 1 feltvogn

Materiell/utstyr Eget opplegg

5.

FORBEREDELSE

6.

HOVEDMÅL

Hovedmålet for undervisningen er at den enkelte deltager skal kunne gjennomføre og mestre de grunnleggende øvelser og kravspesifikasjoner som fagplanen skisserer.

6.3.

INNHold

- Skytereglement
- Skyteprogrammer
- Sikkerhet
- Våpenbehandling
- Skytebaneregler og instruksjoner
- Førstehjelp
- Etikk

6.4. FERDIGHETSMÅL

Skytereglement

Etter undervisningen er avsluttet skal eleven kunne:

- vise at han har kjennskap til generelle regler
- vise at han har inngående kjennskap til ordensreglene
- vise at han har kjennskap til regler om våpen, utstyr og ammunisjon
- vise at han har kjennskap til regler for skytestillinger
- vise at han har inngående kjennskap til regler for standplass og ordrer på standplass
- vise at han har kjennskap til regler for funksjoneringsfeil, feil- og omskyting
- vise at han har kjennskap til anvisning

Sikkerhet

Etter undervisningen er avsluttet skal elevene kunne:

- vise at de har inngående kjennskap til sikkerhetsregler

Våpenbehandling

Etter undervisningen er avsluttet skal elevene kunne:

- vise at de kan behandle pistol, MP og rifler på en optimal måte for treff og sikkerhet for NIVÅ 2 skytinger

Skytebaneregler og instruksjoner

Etter undervisningen er avsluttet skal elevene kunne:

- vise at de har kjennskap til stedlige skytebaneregler og instruksjoner
- vise at de har kjennskap til aktuelle punkter i UD 2-1

Førstehjelp

Etter undervisningen er avsluttet skal elevene kunne:

- vise at de har inngående kjennskap til livbergende førstehjelp

Etikk

Etter undervisningen er avsluttet skal elevene kunne:

- forstå viktigheten av gode holdninger og sunne verdier

- forstå viktigheten av å fremstå som gode forbilder

7.

GJENNOMFØRING

Teoridelen er felles for både pistol/revolver og rifle. Det er 1 time praksis for pistol/revolver, og 1 time praksis for rifle. 4. time er praksis for alle våpentyper.

Teori 1 time i undervisningsrom (kan også gjennomføres på skytebane)

Gjennomføring og innhold av teoridelen kan justeres etter lokale behov. Men kravet er at elevene etter endt kurs skal være tilført de kunnskaper som Fagplanen dekker.

2 min ***Innledning, mål og hensikt***

3 min ***Etikk***

➤ Forsvarlig sikkerhetsmessig holdning

Forsvarlig sikkerhetsmessig holdning

Dagens krav til sikkerhet krever at skyttere og skyteledere har inngående kjennskap til våpenbehandling, regler og bestemmelser. Likeledes i konkurranseøyemed at deltakerne har like og blir stilt like krav.

Kravene skal stiger med ansvaret og hvilket program som skal gjennomføres.

Med det menes at til vanlig merkeskyting trenger en ikke de samme kravene til ledere og skytter som ved en mer praktisk skyting som krever mye av lederne i form av kontroll, og av utøveren i form av konsentrasjon og selvdisciplin. Derfor må det vektlegges på sikkerhet og sikker våpenbehandling på alle nivåer.

De generelle krav for alle som driver skyting i en eller annen form, fra skyttere på laveste nivå til medlemmer av Skyteutvalget, har gode etiske og personlige egenskaper. I dette ligger at personene har holdninger som det brede lag av befolkningen, så som lovlidighet, ikke har ekstreme politiske holdninger, er positiv innstilt til Forsvaret og NROFs formålsparagraf.

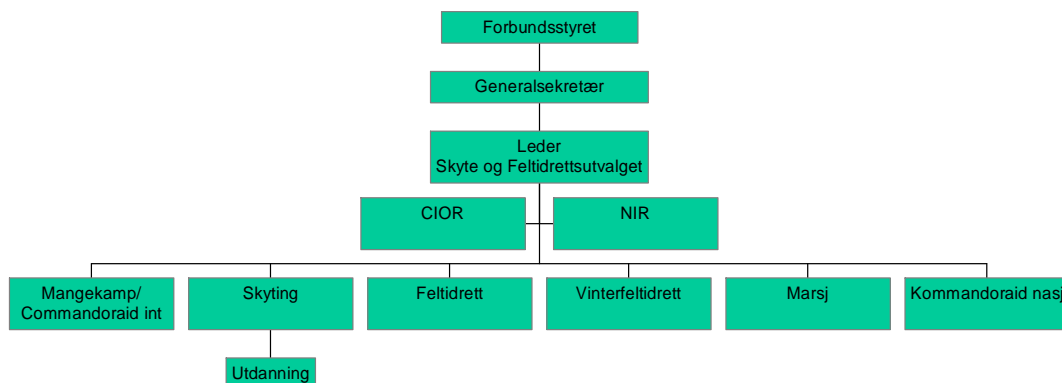
Videre må personene ikke ha psykiske eller fysiske lidelser som gjør at de kan være en sikkerhetsrisiko for seg selv eller andre.

” Diskuter hvilke Krav til opptreden og Aktsomhet som bør settes, hvorfor og hva dersom brudd på slike krav og regler oppstår. Hva kan resultatet bli?

20 min *Skytereglement*

ORGANISSASJON:

➤ Aktiv Skytter – hva er det?



Skyte og Feltidrettsutvalg

Høyeste organ i NROF som har med NROF som skytterorganisasjon å gjøre. Ansvar for å ivareta NROF som skytterorganisasjon og utvikle denne. Ansvarlig ovenfor FS (Forbundsstyret). Utformer regler og bestemmelser. Kommer med endringsforslag som godkjennes av FS. Det skal lage kurspakker med leksjonsopplegg.

Gjennomfører kurs og utdanner instruktører. Har veilednings og instruksjonsplikt. Rådgivende i saker som har med NROF som skytterorganisasjon å gjøre.

Underutvalg Skyting består av 5 medlemmer. Her er det viktig at medlemmene er aktive skyttere og har en lang fartstid innen denne grenen i NROF - sentralt eller lokalt. Erfaring fra ledelse i skytebanetjeneste som skyteledere eller standplassledere innad i NROF og fra Forsvaret er essensielt. Det er også en stor fordel at medlemmene har erfaring fra ledelse i DFS, NFPS, m.v.

Medlemmene skal inneha instruktørutdanning og må besitte utvidede pedagogiske kunnskaper foruten å inneha gode etiske holdninger. De må også ha en god geografisk spredning for å ivareta de forskjellige landsdeler. Økonomisk er dette også viktig ved gjennomføring av kurser ute i landsdelene.

Skyteinstruktør.

Skyteinstruktør er et kompetansenivå innen NROF, og de blir utdannet av NROF sentralt av SKYTEUTVALGET, og skal dersom kurset består, godkjennes som instruktører for 3 år. Dette kompetansenivået er det høyeste innen skyting i NROF. Det blir leid inn instruktører nasjonalt og internasjonalt som besitter så gode kvalifikasjoner at ved å utdanne våre instruktører, så vil disse få et høyt nasjonalt nivå som igjen understreker og fremhever NROF som skytterorganisasjon.

Instruktørene skal utdanne SKYTELEDERE, STANDPLASSLEDERE og SKYTTERE primært på NIVÅ 3 i henhold til de forskjellige kurspakker. Dette i samarbeid med andre instruktører fra naboavdelinger eller NROF sentralt.

Aktuelle instruktørkandidater søker på utlyste kurs i NROF regi, og blir plukket ut av SKYTEUTVALGET som kommer med innstilling til FS (Forbundsstyret) som godkjenner søkerne.

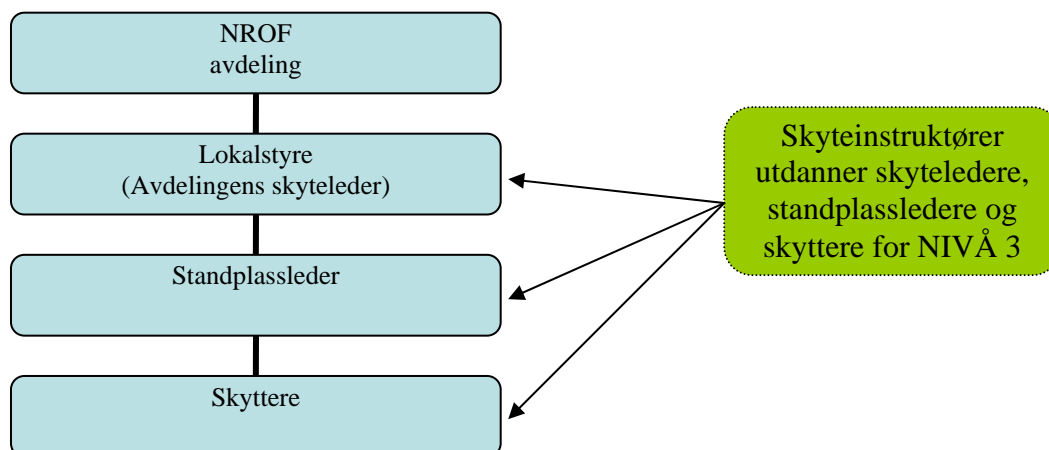
Krav til søkere er at de er aktive skyttere og har vært det de siste 3 år, samt har deltatt på flere nasjonale stevner. Lang erfaring som skyteleder/standplassleder er vesentlig, og at vedkommende er villig til å binde seg som instruktør for en periode på 3 år.

At søker har vært eller er aktiv som skytter, leder eller tillitsmann i andre skytterorganisasjoner er en fordel. Videre krav er at vedkommende har lederegenskaper og at tilhørende avdeling har funnet søkeren skikket og har anbefalt søknaden. Søker bør også besitte pedagogiske kunnskaper, enten fra Forsvaret eller det sivile.

Instruktørene skal regodkjennes hvert tredje år. Dette kan skje sentralt eller lokalt for flere avdelinger. Slike regodkjenningskurs skal være av inntil en helgs lengde og skal inneholde en oppdatering innen sikkerhet, skyteteknikker, regler og bestemmelser.

Utgifter til utdanning og regodkjenning av instruktørene skal dekkes av avdelingene med tilskudd fra NROF. Størrelsen på tilskudd bestemmes av FS.

NROF avdeling



Skyteleder.

Finnes kun på avdeling. Skyteleder er avdelingens ansvarlige når det gjelder skyterelaterte disipliner, og alt som berører våpen og ammunisjon. Denne person er ansvarlig for avdelingens våpenoversikt og avdelingens ammunisjonsregnskap, jfr. Avtale med Forsvaret. Han/hun må ajourføre *Min side* vedrørende avdelingens medlemmers påføring av aktivitet og kvalifikasjon. Han/hun bør også ha instruktørutdanning, og må kunne lede NROFs Vårkonkurranse og NROF-Mesterskap. I tillegg skal kravene til underliggende nivåer besittes.

Skyteleder skal være skikket for denne oppgave og valgt på avdelingens årsmøte. Skyteleder bør ha funksjon som tillitsvalgt i avdelingen.

Av personlige krav så skal Skyteleder ha tilfredsstillende etiske og personlige egenskaper samt besitte lederegenskaper. Han/hun skal være aktiv skytter, ha kunnskaper om og stadig være oppdatert på NROFs Skytterelement og skyteprogrammer. Han/hun skal ha solid kunnskap om sikkerhet og våpenbehandling, og kjenne de stedlige skytebaneregler og instruksjoner for de

baner som avdelingen bruker i sine skytinger. Skyteleder må besitte alle de nivåer som avdelingen administrerer. Dette omfatter standplassledelse og skytenivåer.

Standplassleder.

STANDPLASSLEDER er avdelingens ansvarlige på standplass. Han/hun er også ansvarlig på skytebanen når SKYTELEDER ikke er til stede på skytebanen.

STANDPLASSLEDER er ansvarlig for sikkerheten på standplass og i grav.

Han/hun er ansvarlig for at skytingen skjer innenfor de vedtatte sikkerhetsbestemmelser og etter Skytebaneinstruks og NROFs Skytereglement med vedlegg.

STANDPLASSLEDER er utpekt av avdelingens styre etter forslag fra SKYTELEDER.

Av personlige krav så skal han/hun ha tilfredsstillende etiske og personlige egenskaper samt besitte lederegenskaper. Han/hun skal være aktiv skytter, ha kunnskaper om og stadig være oppdatert på NROFs Skytereglement og skyteprogrammer. Vedkommende skal ha solid kunnskap om sikkerhet og våpenbehandling, og kunne de stedlige skytebaneregler og instruksjoner for de baner som avdelingen bruker i sine skytinger.

STANDPLASSLEDER for NIVÅ 3 skytinger skal ha gjennomført INSTRUKTØRKURS, samt være egnet.

For å kunne være standplassleder for NIVÅ 2 skyttere og på NROFs Vårkonkurranse og NROF- Mesterskap, må vedkommende besitte kravene for NIVÅ 2 skyttere, samt at han/hun har deltatt på minst 8 stevner lokalt/sentralt de siste 2 år i NIVÅ 2. Han/hun må også i løpet av det siste året ha fungert som elev STANDPLASSLEDER under oppsyn og innlæring av STANDPLASSLEDER på NIVÅ 2 skytinger på minst 4 stevner.

For ledelse av standplass for NIVÅ 1 skyttere så skal STANDPLASSLEDER

besitte kravene for STANDPLASSLEDER NIVÅ 2.

STANDPLASSLEDER alle nivåer kan også være avdelingens SKYTEINSTRUKTØR, eller SKYTELEDER som har instruktørutdanning. Egnethet på alle nivåer er av aller største betydning.

For å opprettholde sine kvalifikasjoner som STANDPLASSLEDER på de forskjellige nivåer, må de vedlikeholde kravene til å bli STANDPLASSLEDER.

➤ **KURS FOR INSTRUKTØRER, STANDPLASSLEDERE OG AKTIVE SKYTTERE**

Det er svært viktig for NROF å få høynet nivået på SKYTELEDERE, STANDPLASSLEDERE og SKYTTERE. Dette for å møte dagens krav til sikkerhet og våpenbehandling, og for å gjennomføre skytinger på et høyt nivå med hensyn til hurtighet, presisjon, mentalitet.

Det opprettes følgende kurser i regi av NROF:

- *SKYTEINSTRUKTØRKURS*
- *KURS FOR AKTIVE SKYTTERE NIVÅ 3*
- *KURS FOR AKTIVE SKYTTERE NIVÅ 2*
- *SIKKERHETSKURS*
- *OPPDATERINGSKURS*

Kursinnhold er:

Standplass-/skytteledelse Skyteprogrammer Sikkerhet og våpenbehandling
Etikk Skytebaneregler og instruksjoner Skytterelement
Førstehjelp

At det stilles etiske og personlige krav på alle nivåer er en selvfølge, og at utvelgelse og påmelding til kurser skjer i nært samarbeid med avdelingene. Avdelingene vil i de fleste forhold være de som er ansvarlig for at de rette personer plukkes ut til kurs. Likeså vil det påligge avdelingene et stort ansvar for

at skyttere har de etiske og personlige kvalifikasjoner.

Uansett godkjent gjennomføring av kurser så må vedkommende være funnet skikket.

Det er et fast SKYTEINSTRUKTØRKURS i regi av NROF sentralt. Det er SKYTE-/ OG IDRETTSUTVALGET som administrerer og gjennomfører dette. Det er SKYTE-/ OG IDRETTSUTVALGET som i all vesentlighet er instruktører på kurset.

For de avdelinger som ønsker NIVÅ 3 skytinger skal skyteledere, standplassledere og skyttere gjennomføre NIVÅ 3 kurs. Det er SKYTEINSTRUKTØRENE som instruerer på slike kurs.

Det er SKYTE-/og IDRETTSUTVALGET som utarbeider FAGPLANER og kurspakker.

Kurs for Skyteinstruktører

Dette kurset går i regi av NROF sentralt over høyst tre dager. Dette kurset inneholder etikk, alt vedrørende Skytereglement, sikkerhetsbestemmelser og instruksjoner, våpenbehandling i teori og praksis, gjennomgang av skyteprogram, oppbygging av skyteprogram og baner. Avvikling av stevner med tanke på sikkerhet og flyt vil være et viktig moment i opplæringen.

Det er medlemmer av Skyteutvalget som holder disse kurs. Her kan en også bruke andre egne og eksterne instruktører eller foredragsholdere fra sivile skytterorganisasjoner, Norges Idrettshøyskole, Forsvaret og andre. Kurset går sentralt eller regionalt, og krever tilgang til baner og feltområder.

SKYTEUTVALGET skal ha ansvaret for at kurspakker og leksjonsopplegg blir laget.

Standplassledere

For disse er det ikke egne kurs, men de skal gjennomføre kravene som er beskrevet under STANDPLASSLEDERE.

Dette vil si at STANDPLASSLEDER for NIVÅ 3 skytinger skal ha gjennomført INSTRUKTØRKURS.

GENERELLE REGLER:

➤ Skytebaner

Skyteleder skal forvise seg om at de skyteanlegg som avdelingen benytter er godkjent for de våpentyper og den ammunisjon som avdelingen benytter, og at skyteanlegget tilfredsstillende de krav som godkjenningen innebærer.

➤ Vedlikehold og kontroll av utlånte våpen

Etter hver skytesesong skal lokalt styre evaluere samtlige medlemmer som har fått utlevert våpen mot følgende kriterier (deltakelse og skikkethet).

- Medlemmet er aktiv, jfr. 2.2.
- Medlemmet er fortsatt medlem av den lokale avdelingen og bor i området.
- Medlemmet har på en tilfredsstillende måte fulgt opp de pålegg og retningslinjer for teknisk kontroll og vedlikehold som er gitt av Forsvarets logistikkorganisasjon (FLO) ved Regional støtte funksjon (RSF) og Heimevernsdistriktet.
- Medlemmer som beholder betegnelsen aktive NROF-medlemmer oppføres på ajourført liste som attesteres og oversendes RSF og Sjef Heimevernsdistrikt. En slik oversikt skal også oversendes det lokale Våpenkontor hos Politiet.

Registre

Lokalavdelingen skal til enhver tid holde et ajourført register over aktive medlemmer og de våpen som er utlevert av Forsvaret. Registeret skal minimum inneholde informasjon om medlemsnummer, medlemmets navn, medlemmets

fødselsnummer, våpentype, våpennummer, utleverende avdeling og utleveringsdato. Kopi av listen over utleverte våpen skal etter hver endring sendes til NROFs sekretariat.

Klarering av personell – mulig samarbeid med politiet

Det bør søkes etablert et samarbeid mellom lokalt politi og NROFs lokale avdeling for om mulig få til solide rutiner for klarering av et evt utlån av våpen til aktive medlemmer.

Ajourhold av register over utleverte våpen

Det bør søkes etablert et greit og effektivt samarbeid til RSF og Heimevernsdistriktet slik at utleverende avdeling - RSF - bekrefter utlånet til medlemmet når dette finner sted. Lokalavdelingen må ha oversikt over saker som er under behandling. Oversikten må ajourføres i samsvar med tilbakemelding fra utleverende avdeling. NROF-avdelingen har et ansvar for å etterlyse saker som måtte bli eldre enn 1 måned, ved henvendelse til RSF eller Heimevernsdistriktet.

Revisjon og kontroll

NROF-avdelingen, Heimevernsdistriktet og RSF skal minimum 1 gang i året kontrollere samsvar mellom respektive registre. Dette kan fortrinnsvis skje samtidig med fremsendelse av oppdatert liste over aktive medlemmer.

ORDENSREGLER FOR SKYTTERNE:

Forstyrrelse av gudstjenester

Avdelingene må søke å ordne sine skytterstevner på søn- og helligdager slik at gudstjenester ikke blir forstyrret.

Skyting på hellig- og høytidsdager.

Skyting skal ikke finne sted eller arrangeres, 1. juledag, langfredag, 1. påskedag og 1. pinsedag.

SKIVEMATERIELL:

Arrangøren bestemmer hvilke skiver/figurer som skal nyttes.

Alle skiver skal være utstyrt med nøytral kant eller festet til bakskive for å unngå tvil om kanttreff (tolkekant). Tøking gjøres etter vanlige regler. Tipper og fallfigurer kan nyttes. De skal monteres på en slik måte at de faller for cal. 9 mm. De skal overmales mellom hvert skytterlag for å fastslå eventuelle treff. Treff i fallfigurer og tipper godkjennes selv om figuren blir stående.

STANDPLASS:

Generelt

Skytingen skal foregå fra standplass, og hvor forholdene gir likhet for alle skyttere. Målene skal være like synlige for alle.

På hver standplass skal det være en ansvarlig skyteleder for skytingen.

Den som ikke er til stede ved opprop, eller ikke er ferdig til å skyte når vedkommende skyting skal begynne, kan miste retten til å delta i denne skyting. Stevneledelsen skal treffe den endelige avgjørelse om dette.

På standplassen skal skytteren ta plass på tilvist sted. Skiver og figurer er alltid nummerert fra venstre. Linkskyttene bør plasseres på høyre fløy.

Like konkurranseforhold.

Stevnearrangøren og ledere må alltid ha for øye den hovedregel at alle skyttere skal konkurrere under så like forhold som mulig. Skyttere som har aksje i samme vandrepremie, skal om mulig skyte på samme tid, i samme lag.

SKYTELEDELSE:

Standplassleders kompetanse og myndighet.

På hver standplass skal det være en standplassleder som har ansvaret for sikkerheten og ledelse av skytingen. Alle skal rette seg etter hans ordrer og anvisninger.

Standplassleder har det fulle ansvaret for at skytereglement og gjeldende bestemmelser for konkurranseskyting innen NROF blir overholdt.

På standplassen skal ingen andre enn standplasslederen, hans medhjelpere og de som skal skyte oppholde seg. Dessuten kan representanter fra skyteledelsen ta opphold, på standplassen, samt personer med spesiell tillatelse fra skyteledelsen.

Standplasskontrollører.

Ved større stevner hvor det nyttes standplasskontrollører og assistenter, skal standplasslederen forvise seg om at disse kjenner gjeldende regler og bestemmelser, om nødvendig sette dem inn i deres oppgaver.

FUNKSJONERINGSFEIL:

Funksjoneringsfeil på våpen gir ingen rett til omskyting. Når brekkasje eller annen feil ved våpenet oppstår under skyting, kan annet godkjent våpen nyttes selv om programmet har startet. Men en får ikke omskyting av den øvelse hvor brekkasje eller feil oppsto.

Det gis omskyting av hele øvelsen når det er klikk med patron, anslaget på patron må da være godt, ellers ikke, standplassleder avgjør.

Det er tillatt å rette funksjoneringsfeil innen skytetiden. Dette innebærer at det også er tillatt å erstatte feilet ammunisjon eller ammunisjon som mistes under feilretting, med ny ammunisjon (løs eller i magasin) så lenge skytteren begrenser antall skudd til det øvelsen omfatter. Forsøk på å rette funksjoneringsfeil medfører at rett til omskyting ved klikk som angitt over, bortfaller.

ANVISERSJEF:

Det skal være en anvisersjef i hver anvisergrav. Vedkommende skal ha grundig kjennskap til skytereglement, regler for anvisning og de bestemmelser som gjelder for anvisersjefens tjeneste i anvisergraven. Anvisersjefen er ansvarlig for at verdiene blir riktig notert, anvisningen riktig utført og kulehullene lappet for hvert skudd eller serie.

Bedømming av tvilsomme skudd.

Anvisersjefen skal være utstyrt med tolk. Tolken brukes for å bestemme antall skudd og ved tvil ved avgjørelse av verdi. Når tolkens flens tangerer delelinjen regnes det som treff innenfor denne linje. Anvisersjefen skal avgjøre tvilsspørsmål.

Ved for mange treff i skiven anvises alle. Før anvisning skal anvisersjefen forvise seg om at ingen av treffpunktene er fra tidligere skyting.

Rikosjett-treff teller ikke. Rikosjett er kuler som slår mer eller mindre skrått

gjennom skiven. Når kulehullet er større enn dobbelt så stort som vedkommende kules diameter, blir det å regne som rikosjett. Tilsvarende bestemmelse gjelder for treff i vendefiguren idet denne dreies, og kulen av den grunn går skrått gjennom figuren. To skudd i så å si samme hull må ikke forveksles med rikosjett.

Bom skal ikke anvises før to personer har undersøkt skiven nøyaktig. Er det ellers en god skive, skal anviseren signere for det resultat som blir notert. Sitter bommen i skiven, skal treffpunkt anvises. Skiven skal ikke lappes før det er gikk beskjed fra standplassen.

5 min ***Sikkerhet***

Repetisjon på Sikkerhetsregler:

- Ta eller overta aldri et våpen, ditt eget eller andres, uten straks å forvise deg om våpenet er ladd eller ikke.
- Legg (sett) aldri fra deg et ladd våpen.
- Sikt eller pek aldri på noen, våpenet ladd eller ikke ladd.
- Tro ikke at et sikret våpen kan behandles som om det ikke er ladd.
- Husk at kulen har stor gjennomslagskraft selv ut til 3500—4000 m og kan drepe på dette hold.
- Vådeskudd er unødvendig. Det finnes ingen unnskyldning.

Pipens retning

Avtrekkerfingerens plassering

Betjening av omstiller

Hurtighet kontra sikkerhet

5 min ***Skytebaneregler og instruksjer***

Repetisjon på aktuelle stedlige skytebaneregler og instruksjer.

10 min ***Førstehjelp***

REPETISJON PÅ OPPTREDEN PÅ SKADESTED:

- Ta ledelsen
- Sikre skadestedet
- Få oversikt over situasjonen
- Gi melding
- Vurdering av skadede og syke:

- Se på pasienten
- Ta på pasienten
- Snakk med pasienten
- Vurdering åndedrettsproblemer, sirkulasjonsproblemer

Den første livreddende hjelp:

- Pasienten er bevisstløs
- Pasienten puster ikke
- Pasienten har hjertestans
- Pasienten blør
- Pasienten har sirkulasjonssvikt
- Overvåking

Gjenoppliving:

- Ved bevisstløshet
- Ved åndedrettsstans

Akutte sykdomstilstander:

- Hjerteinfarkt
- Hjerneslag
- Fremmedlegeme i halsen

Praksis 3 timer på skyteområde

Gjennomføring og innhold av praksisdelen kan justeres etter lokale behov. Men kravet er at elevene skal være tilført de kunnskaper som Fagplanen dekker.

PISTOL/REVOLVER

1. TIME

Repetisjon av sikkerhet:

- Kjennskap til eget våpen (håndteringssikkerhet)
- Sikkerhetssone
- Tøm våpen – kontroller – spenn ned.
- Hvordan tømme et skarpladd våpen (med patron i kammer)
- Gjør klar til visitasjon
- Tilstrebe bruk av hylster (vi har ikke benk å legge våpen på)
- Pistol i hylster: nedspent, uten magasin (alltid)
- Pistol på benk: oppspent, med åpningen opp, uten magasin (alltid)

Repetisjon av grep

- Beste og dårligste hånd, plassering i hånd
- Begge hender
- Plassering av avtrekksfinger
- Plassering av tommelfinger.
- Plassering av støttehåndens fingre
- Bruk av muskler i hånd/armen, rekyloptak
- Avtrekkets faser, etterhold, analyse, pekefingers plassering (tilpassing)

Våpenhåndtering

- Trekk fra hylster
- Magasinbytte
- Skifte av skytehånd

Stillinger for pistol/revolver:

- Utgangsstilling – likebent trekant
- Vending
- Knestående
- Huksittende
- Liggende
- Mental nullstilling (hvilestilling, men ikke slappe helt av)
- Løft av våpen (innretting, finjustering)

Skyting:

- Samlingskyting (Et antall prøveskudd med innlagt våpenhåndtering - magasinbytte)
- Enkeltskudd, foretar "Tøm våpen - kontroller" på kommando (før man er ferdig)
- Duellskyting (enkeltskudd/dobbeltskudd) fra hver stilling, (starter alltid med fullt magasin - ingen tidsbegrensning, men så fort man kan)
- Øyeblikkskuddet fra hver stilling (definisjon, sett i forhold til duellskyting,

presse egne grenser)

- Praktisk trening fra alle stillinger med makker. Fra forskjellige utgangsstillinger til skytestillinger og avgir ild, innbefatter også løp til ildstilling hvor magasin i settes og ild avgis. Starter med fullt magasin. Dobbeltskudd (2 skudd, mag. bytte, 2 skudd), flere ganger, men stopper før man har skutt tomt. Gir kommandoen "Tøm våpen" mens det er en skarp patron i kammeret.. Makker kontroller utførelsen og coacher. Viktig å løfte riktig ("treffe" egen skive, fokus på skiva, siktebildet, avtrekket, etterhold)

RIFLE

2. TIME

Repetisjon av sikkerhet:

- Kjennskap til eget våpen (håndteringssikkerhet)
- Fomlesone
- Tøm våpen – kontroller – spenn ned.
- Hvordan tømme et skarpladd våpen (med patron i kammer)
- Visitasjon

Repetisjon av grep

- Begge hender
- Plassering av avtrekksfinger
- Bruk av muskler i hånd/armen, rekyloptak
- Avtrekkets faser, etterhold, analyse, pekefingers plassering (tilpassing)

Generell skyteteknikk

- Gjennomgang av kulebanetabellen for AG3 og hvordan denne kan benyttes f.eks under feltskyting (forlegge)
- Feltskyting, Avstandsbedømmelse (bruk av siktet som redskap for avstandsbedømmelse).

Stillinger for rifle

- Repetisjon på liggende-, knestående-, og stående skytestilling
- Utgangsstilling i stående, knestående, huksittende og liggende

- Stillinger med bruk av ” skytebukkk”
- Huksittende skytestilling
- Vending

Skyting:

- Sikte, fokus på stolpe når det smeller
- Samlingskyting (Et antall prøveskudd med innlagt våpenhåndtering - magasinbytte)
- Enkeltskudd, foretar "Tøm våpen - kontroller" på kommando (før man er ferdig)
- Skyter enkeltskudd/dobbeltskudd fra hver stilling, (starter alltid med fullt magasin - ingen tidsbegrensning, men så fort man kan)
- Øyeblikkskuddet fra hver stilling, presse egne grenser
- Praktisk trening fra alle stillinger med og uten makker. Fra forskjellige utgangsstillinger til skytestillinger og avgir ild. Magasin i våpen og våpen ladd fra ildstilling til ildstilling. Innbefatter også løp til ildstilling hvor magasin settes i og ild avgis. Starter med fullt magasin. 2 skudd, mag. bytte, 2 skudd flere ganger, men stopper før man har skutt tomt. Gir kommandoen "Tøm våpenmens det er en skarp patron i kammeret. Makker kontroller utførelsen og coacher. Fokus på å treffe egen skive, fokus på skiva, siktebildet, avtrekket, etterhold

3. TIME

- Skyter til Skarpskyttermerket for AG 3 m/bukk.
- Skyter til NROFs mesterskapsprogram

8. VURDERING

Instruktører og deltagere foretar fortløpende vurdering av læreprosessen.

Instruktør foretar den endelige sluttvurdering.

Vurderingen etter endt utdanning er med og danner grunnlag for fremtidige kurs/oppdateringer.

9. LITTERATUR

Følgende skriftlige materiell/ litteratur legges til grunn for undervisningen:

- NROF Skytereglement
- UD 2-1 Sikkerhetsbestemmelser for Hæren
- UD 4-1-4 Førstehjelp (tilsv.)