



## ZAKRES WYMAGAŃ SZKOLENIOWYCH I WYTYCZNE EGZAMINACYJNE NA CERTYFIKAT KOMPETENCJI PZZ W ŻEGLARSTWIE LODOWYM – STERNIKA LODOWEGO PZZ

Zakres wymagań minimalnych powinien uwzględniać wybrane przez Instruktora Egzaminatora elementy wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych z zintegrowanego programu szkolenia (załącznik nr 1) wpływających przede wszystkim na bezpieczeństwo kandydata i innych użytkowników ślizgów lodowych oraz jego świadomość odpowiedzialności prawnej i etycznej wynikającej z uprawiania żeglarstwa lodowego.

### Egzamin teoretyczny

1. Wiedza o ślizgach lodowych (historia i budowa)
2. Bezpieczeństwo (przepisy, ratownictwo, meteorologia)
3. Teoria żeglugi na ślizgu lodowym

### Egzamin praktyczny

1. Uruchamianie ślizgu lodowego,
2. Zwrot na wiatr,
3. Zwrot z wiatrem,
4. Zatrzymywanie ślizgu lodowego.

## PROPONOWANE OGÓLNE WYTYCZNE PRZEPROWADZENIA DOBROWOLNYCH SZKOLEŃ NA STOPIEŃ STERNIKA LODOWEGO PZZ

1. Stopień Sternika Lodowego PZZ nadaje Polski Związek Żeglarski na wniosek i na podstawie dokumentacji przesłanej przez OZZ nadzorujący szkolenie przez uprawnione w okręgu podmioty szkoleniowe takie jak:

- kluby sportowe,
- uczelnie wychowania fizycznego,
- ośrodki szkolenia żeglarskiego/lodowego,
- inne podmioty szkoleniowe spełniające warunki określone przez PZZ (licencja, zaplecze dydaktyczne, sprzęt szkoleniowy, kadrę instruktorską, ubezpieczenie kursantów itd.).

2. Zaleca się, aby dobrowolne szkolenie obejmowało cały zakres programu szkolenia teoretycznego i praktycznego na stopień Sternika Lodowego w wymiarze minimum 54 godzin

3. Organizator dobrowolnego szkolenia zobowiązany jest do zapewnienia bezpiecznego sprzętu w takiej ilości, aby zapewniała optymalne warunki szkoleniowe kursantom (1 osoba na jednym ślizgu powinna szkolić się przez minimum 16 godzin tj. np. 8x2 godziny dziennie).

4. Organizator szkolenia może wystawiać zaświadczenia (podpisane przez szkolącego instruktora PZZ) po zakończeniu dobrowolnego kursu na stopień Sternika Lodowego PZZ.