

KOULUTUSOHJELMA – NOVA

SUORITUS		KORKEUS	VAPAA	KOMMENTTI		8.2.2019
Alkeiskurssi: tason I kulun hallinta, teoriakoe, terveydentilavakuutus, UH-, VV- ja kaatumisnäyte → ALKEISOPPILAS						
<i>t6: NOVA-alkeiskoulutuksen suoritukset; hyppyjen etenemisen mukaisesti</i>						
1	Tasohyppy 1	2700–4000		RADIO	t10.1. Hyvä UH, tarkkailukehä, 3xHV, stabiili vapaapudotusasento, korkeuden tarkkailu, itsenäinen varjon avaus. Avaustoimenpiteet 1600 m (±300 m). Radio väh. 3 ensimmäisellä hypyllä. VV:n käyttönäyte voimassa 2 kk. Varjon käsittelyn arviointi jokaisella hypyllä.	ALKEISKOULUTUS
2	Tasohyppy 2	2700–4000			t10.2. HV kunnes OK, liike eteen, 2x90° käännös, itsenäinen varjon avaus. Avaustoimenpiteet 1600 m (±300 m).	
3	Tasohyppy 3	2700–4000			HV kunnes OK, stabiili itsenäinen vapaapudotusasento suunnassa pysyen, itsenäinen varjon avaus. Avaustoimenpiteet 1600 m (±150 m).	
4	Tasohyppy 4	2700–4000			3x3-tarkistus (t2.6). Yksi HM tästä lähtien. UHP-tarkastus, varusteiden tarkistus tästä eteenpäin, 90° käännöksiä (±20°). Avaustoimenpiteet 1500 m (±150 m).	
5	Tasohyppy 5	2700–4000			UHP-tarkastus, 360° käännöksiä (±45°), varjon ohjausharj. Avaustoimenpiteet 1500 (±150 m).	
6	Tasohyppy 6	2700–4000			t3.4 ja t9.2.3 sekä t10.5 ja t10.6. UHP-tarkastus, suora UH itsenäisesti, tynnyri, takavoltti. Avaustoimenpiteet 1400 m (±150 m).	
7	Tasohyppy 7	2700–4000			t9.3 sekä t10.4. UHP-tarkastus, sukellusUH itsenäisesti, etu- ja takavoltti, 2x360° käännökset. Avaustoimenpiteet 1400 m (±150 m).	
8	Tasohyppy 8	1800–2500	15		t10.8 Vaaratilanteet vapaassa sekä HÄTÄHYPPY MUUTTUU → KOULUTUS molempiin! Ensimmäinen lyhyt vapaa, suora UH, stabilointi, korkeuden tarkkailu, stabiili asento ja avaus. HM ei ole mukana vapaapudotuksen aikana. Avaustoimenpiteet 1400 m ja avaus.	
TOTUTTELUHYPPY 30 vrk jälkeen tasot 2–4: edellinen tasohyppy. Tasot 5–7: edellinen taso tai kouluttajan päätöksellä muu aiempi taso, ei tasoja 1 tai 2. Taso 8 on hypättävä neljätoista vuorokauden sisällä tasohypystä 7, muuten uusia taso 7.						
<i>t8: Yhteenveto: Peruskoulutus, t9: UH-tyylit, t10.3: Selkäleno, t10.7: Liuku ja FS-liuku, t11: Sääoppi, t12: UHP:n määrittäminen; t13: Varusteiden tarkistus (kuittaus koulutuskorttiin –kkk), t14: NOVA-peruskoulutuksen suoritukset; Vaaratilanteiden ja VV-toimien kertaus; Pakkaustaidonnäyte</i>						
Peruskoulutusvaiheen kirjallinen teoriakoe → PERUSKOULUTUS						
9	Stabiili, mittari, lasku, PM	1600–1800	8	5 UHP:n MÄÄRITYSTÄ, JOILLA LASK. KOULUTTAJAN MÄÄRÄMÄLLE ALUEELLE	HÄTÄHYPPY MUUTTUU tasohyppyjen jälkeen! Tottuminen matalampaan hyppykorkeuteen. Tasokoulutuksessa opitut asiat: suora UH, asennon stabilointi, korkeuden tarkkailu ja stabiili asento. Avaustoimenpiteet aloitetaan 1300 m ja avaus.	PERUSKOULUTUS
10	Stabiili, mittari, lasku, PM	1300–1500	5			
11	Stabiili, mittari, lasku, PM	1300–1500	5			
12	Selkäleno, PM	2400–4000	25–60			
13	Liuku, PM	2400–4000	25–60			
14	FS-liuku, PM	3000–4000	40–60			
TOTUTTELUHYPPY 30 vrk jälkeen: 15” tai muu tai muitakin kouluttajan määräämiä						
<i>t13: Varusteiden tarkistus, t16: Yhteenveto jatkokoulutuksesta, t17: FS, t18: Freehyppääminen, t19: Kuvunkäsittely oppilaana, t20: Omiin varusteisiin siirtyminen, t28: Jatkokoulutuksen suoritukset; t9–t12: Kertaus; Vaaratilanteiden ja VV-toimien kertaus</i>						
Varusteiden tarkistuskoe ja jatkokoulutusvaiheen kirjallinen teoriakoe → JATKOKOULUTUS						
15	Ryhmähyppy, PM	3000–4000	40–60	OMA VARJO KP:n/AKP:n LUVALLA, t21 (kkk) JA KR-HYPPYT VOI OLLA ILMAN KOULUTTAJAA KONEESSA	Ensimmäinen ryhmähyppy. Asennon opettelu. Korkeuden tarkkailu, purku (1800 m / 1600 m) ja liuku. t17.	JATKOKOULUTUS
16	Ryhmähyppy, PM	3000–4000	40–60			
17	Ryhmähyppy, PM	3000–4000	40–60			
18	Ryhmähyppy, PM	3000–4000	40–60			
19	Ryhmähyppy, PM	3000–4000	40–60			
20	Valinnainen, PM	3000–4000	40–60	5 UHP:n MÄÄRITYSTÄ, JOILLA LASKUTUNNIN ENNEN ALLE 25 m SÄTEELLE KOULUTTAJAN MÄÄRÄMÄSTÄ PISTEESTÄ	Ryhmähyppy valittavissa FS-hyppyohjelman mukaan. Kuten 1. ryhmähyppy (suoritus 15), mutta painotetaan myös hyppysuunnitelman onnistumista. Kaikki 2-FS-suorituksina. Merkintä ohjelman mukaisen hypyn numerosta hypypäiväkirjaan.	
21	Valinnainen, PM	3000–4000	40–60		Freehyppy freehyppyohjelman mukaan edeten. Merkintä hypyn numerosta hypypäiväkirjaan. FS: hyvä vapaapudotusasento, paikallaan pysyminen, käsimerkit, liikkuminen vaakatasossa, ylöspäin ja alaspäin, käännökset, liikkuminen sivuttain, otteiden ottaminen, kuviossa lentäminen, purku, liuku, avaus ja turvallisuus. Painopiste turvallisuusasioissa. Purku ainakin ensimmäisellä 1800 m, sitten väh. 1600 m. FS-hyppyohjelman mukaan edeten riippuen taidoista ja edellisistä hypyistä. Hypätyn ohjelmahypyn numero merkitään hypypäiväkirjaan. Arvioinnissa pääpaino turvallisuudessa (korkeuden tarkkailu, purku, liuku), mutta painotetaan myös hyppysuunnitelman onnistumista.	
22	Kuvunkäsittely	2000–4000			Kuvunkäsittelyhyppy hypätään oppaan hyppyohjelman mukaisesti. Hypätyn suorituksen numero merkitään hypypäiväkirjaan. Kuvunkäsittelyhyppyillä ei tehdä muita vapaapudotussuorituksia ja omalla varjolla peräkkäin. Jos UH- korkeus on suurempi kuin 2000 m, avaus ohjelman mukaisesti.	
23	Kuvunkäsittely	2000–4000			Koko hyppytilanteen hallitseminen käytännössä; t24 ennen hyppyä. Olosuhteet huomioon ottaen.	
24	Kuvunkäsittely	2000–4000			KP:n/AKP:n tai KP:n valtuuttaman NHM:n tai PLHM:n kanssa. Suoritusta ei hyväksytä, jos kouluttaja joutuu puuttumaan tilanteen kulkuun.	
25	Koehyppy	tilanteen mukaan				
TOTUTTELUHYPPY 30 vrk jälkeen: 15” tai muu tai muitakin kouluttajan määräämiä						
<i>t21: Kaluston tarkistus ja huolto, t22: Pakkaustarkistus, t23: Määräykset lait ja ohjeet, t24: Hyppytoiminnan järjestäminen, t25: Erikoishyppy, t26: Fysiologia, t27: Riskitekijät, toiminta onnettomuustilanteissa ja ensiapu; t9–t13 ja t17–t20: Kertaus; Vaaratilanteet ja VV-toimenpiteet (kertaus)</i>						
Oppilaspäavarjon pakkaus- ja tarkistuskoe, kirjallinen teoriakoe ja hypymäärät 12kk/kok. → A-lisenssin vaatimusten täytyminen todettu (KP/AKP/NHM/PLHM) → HPK on itsenäisen hyppääjän KOULUTUSTODISTUS → ITSENÄINEN HYPPÄÄJÄ → A-lisenssin hakeminen SIL ry:ltä erillisellä lomakkeella						