

**MINISTÉRIO DA DEFESA
COMANDO DA AERONÁUTICA**



ENSINO

MCA 37-276

**PLANO DE UNIDADES DIDÁTICAS DO
CURSO DE PARAQUEDISTA MILITAR DA
AERONÁUTICA (CPMA)**

2021

MINISTÉRIO DA DEFESA
COMANDO DA AERONÁUTICA
COMANDO DE PREPARO



ENSINO

MCA 37-276

**PLANO DE UNIDADES DIDÁTICAS DO CURSO
DE PARAQUEDISTA MILITAR DA
AERONÁUTICA (CPMA)**

2021



MINISTÉRIO DA DEFESA
COMANDO DA AERONÁUTICA
COMANDO DE PREPARO

PORTARIA COMPREP Nº 404/COMPREP, DE 21 DE SETEMBRO DE 2021.

Aprova o MCA 37-276 "Plano de Unidades Didáticas do Curso de Paraquedista Militar da Aeronáutica (CPMA)".

O COMANDANTE DE PREPARO, no uso de suas atribuições e de acordo com o que lhe confere o Artigo 9º, inciso I do ROCA 20-13, "Regulamento do Comando de Preparo", aprovado pela Portaria nº 1.799/GC3, de 7 de novembro de 2018, publicada no Boletim do Comando da Aeronáutica nº 198, de 13 de novembro de 2018, resolve:

Art. 1º Aprovar o MCA 37-276 "Plano de Unidades Didáticas do Curso de Paraquedista Militar da Aeronáutica (CPMA)", que com esta baixa.

Art. 2º Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação.

Art. 3º Fica revogada a ICA 37-655, aprovada pela Portaria II FAE nº 14/A6, de 10 de junho de 2015, publicada no Boletim do Comando da Aeronáutica nº 131, de 15 de julho de 2015 e a Portaria 343/COMPREP, de 30 de agosto de 2021, publicada no Boletim do Comando da Aeronáutica nº 167, de 10 de setembro de 2021.

Ten Brig Ar SERGIO ROBERTO DE ALMEIDA
Cmt do COMPREP

(Publicado no BCA nº 186, de 7, de outubro de 2021.)

SUMÁRIO

1 DISPOSIÇÕES PRELIMINARES	8
1.1 FINALIDADE	8
1.2 ÂMBITO	8
1.3 PREMISSA ESPECÍFICA	8
2 LISTA DE ABREVIATURAS	9
3 ATIVIDADES COMPLEMENTARES	10
3.1 ATIVIDADES ADMINISTRATIVAS	10
3.2 COMPLEMENTAÇÃO DA INSTRUÇÃO	11
3.3 FLEXIBILIDADE DA PROGRAMAÇÃO	11
4 DETALHAMENTO DAS UNIDADES DIDÁTICAS	12
5 AVALIAÇÃO	26
5.1 ATIVIDADES AVALIATIVAS	26
5.2 DESDOBRAMENTO DAS DISCIPLINAS/UNIDADES AVALIADAS	26
6 DISPOSIÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS	28

PREFÁCIO

Esta publicação estabelece o Plano de Unidades Didáticas para o Curso de Paraquedista Militar da Aeronáutica (CPMA).

Este Plano de Unidades Didáticas complementa o Currículo Mínimo do CPMA e contém a previsão de atividades que o instruendo realizará durante o curso ministrado pelo Esquadrão Aeroterrestre de Salvamento, sob a supervisão do Comando de Preparo, para atingir os objetivos da atividade de ensino em que está matriculado.

Contém os dados relativos ao desenvolvimento das unidades didáticas, que compõem as disciplinas do Curso em pauta.

1 DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

1.1 FINALIDADE

Esta publicação tem por finalidade desdobrar, detalhadamente, os conteúdos das unidades didáticas das disciplinas que compõem o Curso de Paraquedista Militar da Aeronáutica, ministrado pelo Esquadrão Aeroterrestre de Salvamento (EAS).

1.2 ÂMBITO

A presente publicação, de observância obrigatória, aplica-se ao Comando de Preparo (COMPREP).

1.3 PREMISSA ESPECÍFICA

Em conformidade com o estabelecido no Currículo Mínimo do CPMA, os alunos que possuírem o Curso de Comandos de Força Aérea (CCFA) ou curso equivalente ministrado por outra Força Singular realizarão somente a Fase Técnica (Disciplinas 3 a 5) e a Fase de Saltos (Disciplina 6).

2 LISTA DE ABREVIATURAS

AE - Aula Expositiva

An - Nível Análise

Ap - Nível Aplicação

Apt - Aula Prática

Av - Nível Avaliação

Avl - Avaliação

Ce - Cerimônia

CH - Carga Horária

Cn - Nível Conhecimento

Cp - Nível Compreensão

Ctc - Crítica

DCC - À Disposição da Coordenação de Curso

Ext - Atividade Externa

EI - Estudo Individual

Ot - Orientação

Pal - Palestra

POT - Prática Orientada

Rc - Nível Resposta Aberta Complexa

Rm - Nível Resposta Mecânica

Ro - Nível Resposta Orientada

Sau - Inspeção Médica

Sí - Nível Síntese

Soc - Sociograma

TTP - Táticas, Técnicas e Procedimentos

Va - Nível Valorização

VP - Vista de prova

3 ATIVIDADES COMPLEMENTARES

3.1 ATIVIDADES ADMINISTRATIVAS

ATIVIDADES	FINALIDADES	CH	TÉC
Abertura do Curso	- realizar a abertura formal do curso, com a presença do Comandante da Base Aérea de Campo Grande (BACG) e do EAS.	01	Ce
<i>Briefing</i> do Coordenador do Curso	- apresentar a metodologia de ensino e o Plano de Avaliação do curso; - apresentar os procedimentos e condutas a serem adotados durante o curso; e - brifar sobre a crítica final do curso.	01	Ot
Conferência de documentos e Preenchimento de Fichas	- receber as Atas de Inspeção de Saúde e preenchimento de Fichas.	02	Sau
Crítica Final	- realizar a crítica final do curso.	01	Ot
Orientação para a solenidade de encerramento	- apresentar e treinar os procedimentos a serem seguidos no encerramento do curso.	01	Ot
Encerramento do curso	- realizar o encerramento formal, com a entrega dos certificados de conclusão, brevetação dos formandos e premiação ao Aluno destaque do curso.	01	Ce
TOTAL		07	

3.2 COMPLEMENTAÇÃO DA INSTRUÇÃO

ATIVIDADES	FINALIDADES	CH	TÉC
Palestra sobre Suplementação Alimentar e Rabdomiólise	- identificar as características da Rabdomiólise.	02	Pal
Reforço de Aprendizagem	- reforçar o aprendizado de alguma habilidade para um ou mais Alunos.	08	DCC
Inspeção de Uniforme e Equipamento	- valorizar a importância do aprestamento individual na atividade aeroterrestre (Va).	04	DCC
TOTAL		14	

3.3 FLEXIBILIDADE DA PROGRAMAÇÃO

ATIVIDADES	FINALIDADES	CH	TÉC
À disposição da coordenação do curso *	- prover flexibilidade à programação do curso, em caso de necessidade de alteração das atividades programadas.	48	DCC
TOTAL		48	

(*) Os tempos colocados à disposição da Coordenação de Curso destinam-se a atender às necessidades desta, bem como prover flexibilidade curricular.

4 DETALHAMENTO DAS UNIDADES DIDÁTICAS

CAMPO: MILITAR		ÁREA: CIÊNCIAS DA SAÚDE	
DISCIPLINA 1: TREINAMENTO FÍSICO MILITAR			
Carga horária para instrução: 22 horas		Carga horária para avaliação: 13 horas	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:			
a) demonstrar que possui o condicionamento físico necessário para executar o salto semiautomático como integrante de uma fração aeroterrestre (Rc);			
b) demonstrar que possui a maneabilidade necessária para executar o salto semiautomático como integrante de uma fração aeroterrestre (Rc); e			
c) identificar a técnica correta de execução dos exercícios funcionais atrelados à preparação aeróbica e neuromuscular da tropa aeroterrestre (Rm).			
UNIDADES DIDÁTICAS			
UNIDADE 1.1	CORRIDA RÚSTICA		
Carga horária para instrução: 04 horas		Carga horária para avaliação: 01 hora	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA UNIDADE:			
a) demonstrar que possui o condicionamento físico necessário para executar o salto semiautomático como integrante de uma fração aeroterrestre (Rc).			
SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
1.1.1 CORRIDA 5 KM	a) correr 5km em 25 minutos (Rm).	04	POt
UNIDADE 1.2	TREINAMENTO FUNCIONAL		
Carga horária para instrução: 12 horas		Carga horária para avaliação: 12 horas	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA UNIDADE:			
a) demonstrar que possui a maneabilidade necessária para executar o salto semiautomático como integrante de uma fração aeroterrestre (Rc).			
b) identificar a técnica correta de execução dos exercícios funcionais atrelados à preparação aeróbica e neuromuscular da tropa aeroterrestre (Rm); e			
c) demonstrar persistência, resiliência e determinação na execução dos exercícios, atrelados à preparação aeróbica e neuromuscular da tropa aeroterrestre (Cv).			

1.2.1 GINÁSTICA BÁSICA	a) usar a técnica correta de execução de exercícios neuromusculares (ginástica básica) utilizados no preparo da tropa aeroterrestre (Ro).	04	POt
1.2.2 GINÁSTICA COM TOROS	a) usar a técnica correta de execução de exercícios neuromusculares (ginástica com toros) utilizados no preparo da tropa aeroterrestre (Ro).	03	POt
1.2.3 PISTA DE CORDAS	a) usar as técnicas corretas para transposição dos obstáculos da Pista de Cordas (Rm); e b) transpor 100% dos obstáculos da Pista de Cordas empregando as técnicas corretas (Rm).	08	POt
1.2.4 PISTA DE TREINAMENTO EM CIRCUITO	a) usar a técnica correta de execução de exercícios neuromusculares (pista de treinamento em circuito) utilizados no preparo da tropa aeroterrestre (Ro).	03	POt
RECOMENDAÇÕES METODOLÓGICAS			
<p>O instrutor da matéria deverá ser Orientador do Treinamento Físico ou possuir habilitação em Cursos similares/superiores na área de Educação Física.</p> <p>Para a unidade “Corrida Rústica” faz-se necessária à presença de uma ambulância e equipe de pronto atendimento seguindo à retaguarda da tropa durante todo o percurso. A atividade deverá ser realizada em pista plana, sempre com um Instrutor (Oficial ou Sargento) como guia, e auxiliares conduzindo bandeiras à frente, nas laterais e à retaguarda do grupamento. Os Alunos realizarão a atividade com 10º Uniforme, busto nu (com calça e coturno).</p> <p>Para a unidade “Pista de Cordas” faz-se necessária à presença de uma ambulância e equipe de pronto atendimento nas proximidades da área em que o exercício estiver sendo executado. A sequência dos exercícios deve ser: corda vertical, rede de abordagem, passeio do Tarzan, falsa baiana, preguiça, rede de abordagem com rolamento e jacaré; entre os exercícios poderá ser aplicado o repouso ativo, por meio de canguru, rosca direta e polichinelo. Os Alunos executarão duas passagens na pista de cordas a cada sessão. Deve haver Instrutores/Auxiliares à frente de cada aparelho, para cadenciar o ritmo dos exercícios e verificar sua correta execução. Os Alunos realizarão a atividade com 10º Uniforme completo e capacete.</p> <p>Para a unidade “Treinamento Funcional” faz-se necessária à presença de uma ambulância e equipe de pronto atendimento nas proximidades da área em que o exercício estiver sendo executado. Os Alunos realizarão a atividade com 10º Uniforme, busto nu (com calça e coturno).</p> <p>Na subunidade “Ginástica Básica” deverão ser executados: exercícios de vivacidade (sentado e de pé), tesoura, flexão de braços, sugado e meio-sugado, canguru (quatro e oito tempos), alá, abdominal (supra/infra/cruzado) e polichinelos. A atividade deverá ser realizada em séries de no máximo 25 (vinte e cinco) repetições, com um instrutor (Oficial ou Sargento) como guia e auxiliares verificando a correta execução dos exercícios pelos Alunos; recomenda-se a contagem alternada entre o guia e os executantes, visando dar maior ritmo e atratividade à sessão.</p>			

Na subunidade “Ginástica com Toros” deverão ser executados: desenvolvimento de ombros, agachamentos em quatro ou oito tempos, abdominal (supra), supino e polichinelos. Cada toros será utilizado por 04 (quatro) Alunos e deve ter as seguintes especificações: confeccionado em madeira, ferro ou PVC; 0,15 m de diâmetro, 3 metros de comprimento e pesando 40 kg; pintados em duas cores alternadas, delimitando o espaço de cada homem.

Na subunidade “Pista de Treinamento em Circuito” deverão ser executados: barra fixa, tira prosa, rosca direta, cordas e abdominal; Entre os exercícios haverá repouso ativo por meio de exercícios de canguru, flexão, meio-sugado e polichinelo. Os Alunos executarão a maior quantidade de repetições possível. Deve haver instrutores (Oficial ou Sargento) à frente de cada aparelho, para cadenciar o ritmo dos exercícios e auxiliares verificando a correta execução pelos alunos; o tempo máximo de permanência dos alunos nos aparelhos será de 3 (três) minutos, deve haver um instrutor responsável por controlar o tempo e o revezamento dos Alunos nos aparelhos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando Geral de Pessoal. *Treinamento Físico-Profissional Militar no Comando da Aeronáutica*: **NSCA 54-5**. Brasília, 2019.

BRASIL. Comando do Exército. Estado-Maior do Exército. *Manual de Campanha - Treinamento Físico Militar*: **EB20-MC-10.350**, Brasília, 2015.

DANTAS, Estélio M. A Prática da Preparação Física. Rio de Janeiro, Sprint.

HOLLMANN, Wildor & HETTINGER, Theodor. Medicina do Esporte. São Paulo.

MATHEWS, Donald e FOX, Edward. Bases Fisiológicas da Educação Física e dos Desportos. 3 Ed., Rio de Janeiro, Interamericana.

MATVEIEV, Lev P. Fundamentos do Treino Desportivo. Lisboa, Livros Horizonte.

ROCHA, Paulo Sérgio de Oliveira. Treinamento Desportivo. Brasília, MEC.

MOREIRA, Sérgio Bastos. Equacionando o Treinamento. Rio de Janeiro, Shape.

PERFIL DE RELACIONAMENTO

Esta disciplina integra a Fase Básica estabelecida no Currículo Mínimo do CPMA. Deverá ser executada antes do início das instruções técnico-especializadas.

Os Alunos que possuírem o Curso de Comandos de Força Aérea (CCFA) ou curso equivalente ministrado por outra Força Singular estão dispensados dessa disciplina.

CAMPO: MILITAR		ÁREA: CIÊNCIAS MILITARES	
DISCIPLINA 2: NATAÇÃO UTILITÁRIA			
Carga horária para instrução: 08 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:			
a) demonstrar condicionamento físico e psicológico para o cumprimento de salto em massa d'água (Rc); e			
b) aplicar a técnica correta de execução dos saltos em massa d'água (Rc).			
UNIDADES DIDÁTICAS			
UNIDADE 2.1	NATAÇÃO UTILITÁRIA		
Carga horária para instrução: 10 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA UNIDADE:			
a) demonstrar condicionamento físico e psicológico para o cumprimento de salto em massa d'água (Rc); e			
b) aplicar a técnica correta de execução dos saltos em massa d'água (Rc).			
2.1.1 FLUTUAÇÃO	a) demonstrar a técnica correta de flutuação necessária para os saltos de paraquedas em massa d'água (Rc).	02	POt
2.1.2 NATAÇÃO ESTILO PEITO MODIFICADO	a) demonstrar a técnica correta de nado utilitário necessária para os saltos de paraquedas em massa d'água (Rc).		
2.1.3 NADO SUBMERSO	a) demonstrar a técnica correta de nado submerso necessária para os saltos de paraquedas em massa d'água (Rc).		
2.1.4 ADAPTAÇÃO AO EQUIMANETO DE MERGULHO LIVRE	a) identificar as técnicas e os procedimentos acerca do uso de nadadeira, máscara, snorkel e peça flutuante nos saltos sobre massa d'água (Ap).	08	POt
RECOMENDAÇÕES METODOLÓGICAS			
O Instrutor da matéria deverá ser Orientador do Treinamento Físico ou possuir habilitação em Cursos similares/superiores na área de Educação Física.			
Na unidade “Natação Utilitária”, é necessária a presença de uma equipe médica durante a realização de todo o exercício, dotada de 01 Médico, 02 Enfermeiros 01 Motorista para ambulância, 01 ambulância com equipamentos para suporte básico à vida.			

REFERÊNCIAS

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando Geral de Pessoal. *Treinamento Físico-Profissional Militar no Comando da Aeronáutica*: **NSCA 54-5**. Brasília, 2019.

BRASIL. Comando do Exército. Estado-Maior do Exército. *Manual de Campanha - Treinamento Físico Militar*: **EB20-MC-10.350**, Brasília, 2015.

DANTAS, Estélio M. A Prática da Preparação Física. Rio de Janeiro, Sprint.

HOLLMANN, Wildor & HETTINGER, Theodor. Medicina do Esporte. São Paulo.

MATHEWS, Donald e FOX, Edward. Bases Fisiológicas da Educação Física e dos Desportos. 3 Ed., Rio de Janeiro, Interamericana.

MATVEIEV, Lev P. Fundamentos do Treino Desportivo. Lisboa, Livros Horizonte.

ROCHA, Paulo Sérgio de Oliveira. Treinamento Desportivo. Brasília, MEC.

MOREIRA, Sérgio Bastos. Equacionando o Treinamento. Rio de Janeiro, Shape.

PERFIL DE RELACIONAMENTO

Esta disciplina integra a Fase Básica estabelecida no Currículo Mínimo do CPMA. Deverá ser executada antes do início das instruções técnico-especializadas.

Os Alunos que possuem o Curso de Comandos de Força Aérea (CCFA) ou curso equivalente ministrado em outra Força Singular estão dispensados dessa disciplina.

CAMPO: TÉCNICO- ESPECIALIZADO		ÁREA: CIÊNCIAS AERONÁUTICAS	
DISCIPLINA 3: ATERRAGENS			
Carga horária para instrução: 30 horas		Carga horária para avaliação: 04 horas	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:			
a) demonstrar, a partir de plataformas de salto, as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc);			
b) demonstrar, a partir de simulador de aterragens (balanço), as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc); e			
c) aplicar as técnicas e os procedimentos previstos para o salto sobre uma massa d’água (Ap).			
UNIDADES DIDÁTICAS			
UNIDADE 3.1	PLATAFORMA E BALANÇO		
Carga horária para instrução: 30 horas		Carga horária para avaliação: 04 horas	
OBJETIVO ESPECÍFICO DA UNIDADE:			
a) demonstrar, a partir de plataformas de salto, as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc); e			
b) demonstrar, a partir de simulador de aterragens (balanço), as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc).			
SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
3.1.1 ATERRAGEM A PARTIR DO SOLO	a) demonstrar, a partir do solo, as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc).	04	POt
3.1.2 ATERRAGEM A PARTIR DE PLATAFORMA DE 0,60M	a) demonstrar, a partir da plataforma de 0,6 Metros, as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc).	07	POt

3.1.3 ATERRAGEM A PARTIR DE PLATAFORMA DE 1,20M	a) demonstrar, a partir da plataforma de 1,2 Metros, as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc).	10	POt
3.1.4 ATERRAGEM A PARTIR DE BALANÇO	a) demonstrar, a partir de simulador de aterragens (balanço), as técnicas para a aterragem de frente (esquerda e direita), lateral (esquerda e direita) e de costas (esquerda e direita), observando os cinco pontos de contato com o solo (Rc).	14	POt
RECOMENDAÇÕES METODOLÓGICAS			
<p>Deverá ser feita uma demonstração da técnica adequada de aterragem, por um auxiliar da equipe de instrução.</p> <p>As aterragens deverão ser realizadas de maneira progressiva, primeiramente no solo, seguido do bloco de 0,60 m, posteriormente no bloco de 1,20 m até a execução no balanço.</p> <p>Os Alunos realizarão a atividade com 10º uniforme completo e capacete.</p> <p>Deverá haver ambulância e equipe de pronto atendimento nas proximidades da área em que o exercício estiver sendo executado.</p> <p>A instrução deve ser distribuída ao longo de duas semanas, de forma a não haver descontinuidade entre as práticas de aterragem e os saltos com paraquedas.</p> <p>Na segunda semana de treinamento os Alunos serão avaliados quanto as práticas de aterragem, cujos parâmetros serão estabelecidos em plano de avaliação.</p>			
REFERÊNCIAS			
BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando de Preparo. <i>Salto Semiautomático: Boletim Operacional nº 02 do EAS</i> . Campo Grande, 2021.			
PERFIL DE RELACIONAMENTO			
Esta instrução deverá ser ministrada antes da disciplina “ <i>Salto com Paraquedas</i> ”.			

CAMPO: TÉCNICO-ESPECIALIZADO		ÁREA: CIÊNCIAS AERONÁUTICAS	
DISCIPLINA 4: EQUIPAMENTO DE SALTO			
Carga horária para instrução: 05 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS: a) demonstrar a correta equipagem do paraquedas empregado no salto semiautomático (Rc); b) reproduzir os procedimentos de recolhimento do paraquedas empregado no salto semiautomático (Rc); e c) demonstrar a correta equipagem do paraquedas, mochila, capacete e peças empregadas nos saltos semiautomáticos especiais (Rc).			
UNIDADES DIDÁTICAS			
UNIDADE 4.1	EQUIPAGEM E RECOLHIMENTO		
Carga horária para instrução: 04 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA UNIDADE: a) demonstrar a correta equipagem do paraquedas empregado no salto semiautomático (Rc); e b) reproduzir os procedimentos de recolhimento do paraquedas empregado no salto semiautomático (Rc).			
SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
4.1.1 EQUIPAGEM	a) demonstrar a correta equipagem do paraquedas empregado no salto semiautomático (Rc).	02	POt
4.1.2 RECOLHIMENTO	a) reproduzir os procedimentos de recolhimento do paraquedas empregado no salto semiautomático (Rc).	02	POt
UNIDADE 4.2	SALTOS ESPECIAIS		
Carga horária para instrução: 03 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVO ESPECÍFICO DA UNIDADE: a) demonstrar a correta equipagem para os saltos especiais (Ro).			

SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
4.2.1 SALTO ARMADO E MOCHILADO	a) demonstrar a correta preparação da mochila para o salto semiautomático (Ro); e b) demonstrar a correta equipagem para o salto armado e mochilado (Rm).	03	POt
4.2.2 SALTO NOTURNO	a) demonstrar a correta equipagem para o salto noturno (Rm).		POt
4.2.3 SALTO SOBRE MASSA D’ÁGUA	a) demonstrar a correta equipagem para o salto sobre massa d’água (Rm).		POt
RECOMENDAÇÕES METODOLÓGICAS			
<p>Enquanto o Instrutor explica detalhadamente cada procedimento, seus Auxiliares os executam para visualização dos Alunos.</p> <p>Os Alunos executarão os procedimentos, a comando dos Instrutores, até atingirem os níveis de resposta pretendidos.</p> <p>Os Alunos realizarão a atividade com 10º uniforme completo e capacete.</p>			
REFERÊNCIAS			
<p>BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando de Preparo. <i>Salto Semiautomático: Boletim Operacional nº 02 do EAS</i>. Campo Grande, 2021.</p> <p>BRASIL. Comando da Aeronáutica. Esquadrão Aeroterrestre de Salvamento. <i>Mestre de Salto Precursor: Apostila Operacional do EAS</i>. Campo Grande, 2016.</p>			
PERFIL DE RELACIONAMENTO			
<p>As unidades e respectivas subunidades estão em uma sequência que possibilita a compreensão gradual e adequada da instrução.</p>			

CAMPO: TÉCNICO-ESPECIALIZADO		ÁREA: CIÊNCIAS AERONÁUTICAS	
DISCIPLINA 5: TÉCNICAS E PROCEDIMENTOS DO SALTO COM PARAQUEDAS			
Carga horária para instrução: 15 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS: a) reproduzir as técnicas e os procedimentos a bordo da aeronave, assim como de abandono da aeronave, em cumprimento aos comandos do Mestre de Salto- MS (Rc) e b) demonstrar a capacidade de reconhecer panes e anormalidades e executar procedimentos de emergência (Rc).			
UNIDADES DIDÁTICAS			
UNIDADE 5.1	FALSO AVIÃO		
Carga horária para instrução: 14 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA UNIDADE: a) reproduzir os procedimentos a bordo da aeronave, sob comando do MS: preparar, levantar, enganchar, verificar equipamento e contar (Rm); b) aplicar as principais técnicas de posicionamento e deslocamento a bordo, antes de abandonar a aeronave (Ap); e c) demonstrar a correta execução de entrega do gancho e abandono da aeronave (Rm).			
SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
5.1.1 AERONAVE C-95	a) reproduzir os procedimentos a bordo de aeronave C-95, sob comando do MS: preparar, levantar, enganchar, verificar equipamento e contar (Rc); b) aplicar as principais técnicas de posicionamento e deslocamento a bordo antes de abandonar a aeronave (Ap); e c) demonstrar a correta execução de entrega do gancho e abandono da aeronave pela porta lateral (Rc).	06	POt
5.1.2 AERONAVE C-105	a) reproduzir os procedimentos a bordo de aeronave C-105, sob comando do MS: preparar, levantar, enganchar, verificar equipamento e contar (Rc); b) aplicar as principais técnicas de posicionamento e deslocamento a bordo antes de abandonar a aeronave (Ap); e c) demonstrar a correta execução de entrega do	04	POt

	gancho e abandono da aeronave pela porta carga (Rc).		
5.1.3 AERONAVE C-130/KC-390	a) reproduzir os procedimentos a bordo de aeronave C-130 e/ou KC-390, sob comando do MS: preparar, levantar, enganchar, verificar equipamento e contar (Rc); b) aplicar as principais técnicas de posicionamento e deslocamento a bordo antes de abandonar a aeronave (Ap); e c) demonstrar a correta execução de entrega do gancho e abandono da aeronave, tanto pela lateral, quanto pela porta carga (Rc).	04	POt
UNIDADE 5.2	JEB E NAVEGAÇÃO		
Carga horária para instrução: 02 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVO ESPECÍFICO DA UNIDADE: a) reproduzir as técnicas e os procedimentos de abandono da aeronave (Rc); b) aplicar as principais técnicas de posicionamento e deslocamento a bordo, antes de abandonar a aeronave (Ap); e c) demonstrar a correta execução de entrega do gancho e abandono da aeronave (Rc).			
SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
5.2.1 JEB	a) demonstrar corretamente as técnicas de abandono da aeronave – <i>Jump Exit Basic</i> (JEB), executando a contagem de forma cadenciada e verificando o velame após a abertura (Rc).	01	POt
5.2.2 NAVEGAÇÃO	a) demonstrar as técnicas de navegação com o paraquedas, identificando a direção do vento (Rc).	01	POt
UNIDADE 5.3	EMERGÊNCIAS COM O PARAQUEDAS		
Carga horária para instrução: 09 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVO ESPECÍFICO DA UNIDADE: a) demonstrar a capacidade de reconhecer panes e anormalidades e executar procedimentos de emergência (Rc); b) aplicar as principais técnicas de posicionamento e deslocamento a bordo, antes de abandonar a aeronave (Ap).			

SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
5.3.1 EMERGÊNCIA NA SAÍDA DA AERONAVE	a) reproduzir corretamente os procedimentos do homem preso à aeronave (Rc).	01	POt
5.3.2 EMERGÊNCIAS NO PROCESSO DE ABERTURA DE PARAQUEDAS	a) identificar as panes totais (charuto ou secção de fita) e parciais (Mae West, Cigarrete ou Bandeira) (Ap); b) demonstrar os procedimentos adequados para as panes parciais (Rm); e c) demonstrar os procedimentos adequados para as panes totais (Rm).	02	POt
5.3.3 ANOMALIAS E SITUAÇÕES ANORMAIS	a) demonstrar os procedimentos para anular oscilações e giros (Rc); e b) demonstrar os procedimentos adequados para as situações de entrelaçamento entre paraquedistas (Rm).	01	POt
5.3.4 EMERGÊNCIAS NAS ATERAGENS	a) reproduzir os procedimentos para aterragens nos seguintes locais: massa d'água, árvore, alta-tensão, telhado e laje (Rm).	01	POt
5.3.5 ARRASTO	a) reproduzir os procedimentos para anular o arrasto do paraquedas nos casos de vento forte após a aterragem (Rc).	04	POt
RECOMENDAÇÕES METODOLÓGICAS			
<p>Enquanto o Instrutor explica detalhadamente cada procedimento, seus auxiliares os executam para visualização dos Alunos.</p> <p>Os Alunos executarão os procedimentos, a comando dos Instrutores, até atingir os níveis de resposta pretendidos.</p> <p>Os Alunos realizarão a atividade com 10º uniforme completo e capacete.</p>			
<p style="text-align: center;">REFERÊNCIAS</p> <p>BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando de Preparo. <i>Salto Semiautomático: Boletim Operacional n° 02 do EAS</i>. Campo Grande, 2021.</p> <p>BRASIL. Comando da Aeronáutica. Esquadrão Aeroterrestre de Salvamento. <i>Mestre de Salto Precursor: Apostila Operacional do EAS</i>. Campo Grande, 2016.</p>			
PERFIL DE RELACIONAMENTO			
Esta disciplina deverá ser ministrada antes da disciplina Salto com Paraquedas.			

CAMPO: TÉCNICO-ESPECIALIZADO		ÁREA: CIÊNCIAS AERONÁUTICAS	
DISCIPLINA 6: SALTO COM PARAQUEDAS			
Carga horária para instrução: 31 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVO ESPECÍFICO: a) saltar com paraquedas de aeronave militar, empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc).			
UNIDADES DIDÁTICAS			
UNIDADE 6.1	SALTO COM PARAQUEDAS		
Carga horária para instrução: 31 horas		Carga horária para avaliação: 0	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA UNIDADE: a) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período diurno, empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc); b) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período diurno, portando armamento e mochila e empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc); c) saltar com o paraquedas de aeronave militar, sobre massa d’água, no período diurno, empregando corretamente as técnicas de navegação e amerrissagem (Rc). d) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período noturno, empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc); e e) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período noturno, portando armamento e mochila e empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc).			
SUBUNIDADES	OBJETIVOS OPERACIONALIZADOS	CH	TÉC
6.1.1 SALTO DIURNO	a) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período diurno, empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc).	16	POt
6.1.2 SALTO DIURNO ARMADO E MOCHILADO	a) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período diurno, portando armamento e mochila e empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc).	03	POt

6.1.3 SALTO DIURNO SOBRE MASSA D'ÁGUA	a) saltar com o paraquedas de aeronave militar, sobre massa d'água, no período diurno, empregando corretamente as técnicas de navegação e amerissagem (Rc).	04	POt
6.1.4 SALTO NOTURNO	a) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período noturno, empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc).	03	POt
6.1.5 SALTO NOTURNO ARMADO E MOCHILADO	a) saltar com o paraquedas de aeronave militar, no período noturno, portando armamento e mochila e empregando corretamente as técnicas de navegação e aterragem (Rc).	03	POt
RECOMENDAÇÕES METODOLÓGICAS			
<p>É desejável que os Alunos executem oito saltos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 04 saltos diurnos; - 01 salto diurno armado e mochilado; - 01 salto diurno sobre massa d'água; - 01 salto noturno; e - 01 salto noturno armado e mochilado. <p>Na impossibilidade de realizar os oito saltos, os Alunos deverão cumprir um mínimo de cinco saltos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 02 saltos diurnos; - 01 salto diurno armado e mochilado; - 01 salto noturno; e - 01 salto noturno armado e mochilado. <p>Deverá haver ambulância e equipe de pronto atendimento nas proximidades da área em que o exercício estiver sendo executado.</p>			
REFERÊNCIAS			
<p>BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando de Preparo. <i>Salto Semiautomático: Boletim Operacional nº 02 do EAS</i>. Campo Grande, 2021.</p> <p>BRASIL. Comando da Aeronáutica. Esquadrão Aeroterrestre de Salvamento. <i>Mestre de Salto Precursor: Apostila Operacional do EAS</i>. Campo Grande, 2016.</p>			

5 AVALIAÇÃO

5.1 ATIVIDADES AVALIATIVAS

As atividades avaliadas abordarão temas inerentes a cinco aspectos da instrução e serão detalhadas no Plano de Avaliação do CPMA.

A seguir, está disposto o desdobramento com a Carga Horária das avaliações somativas e formativas para o CPMA.

5.2 DESDOBRAMENTO DAS DISCIPLINAS/UNIDADES AVALIADAS

AVALIAÇÃO	CARÁTER	CONTEÚDO, DISCIPLINA OU UNIDADES	CH
1º Teste de Verificação Final (Prático)	Somativo	- Teste aplicado ao término da disciplina 1, que servirá para verificar se o Aluno tem condição física de prosseguir no CPMA.	18
2º Teste de Aterragem a partir de plataforma de 1,2 metros (Prático)	Formativo	- Teste executado a partir da plataforma de 0,60 metros e 1,20 metros, com a finalidade de verificar se o Aluno sabe executar corretamente as técnicas e procedimentos de aterragem.	01
3º Teste de Aterragem a partir de balanço (Prático)	Somativo	- Teste executado no simulador de aterragens (balanço), com a finalidade de verificar se o Aluno sabe executar corretamente as técnicas e procedimentos de aterragem.	01
4º Teste de Técnicas Aeroterrestres (Prático)	Somativo	- Teste para medir a retenção de conhecimento acerca da correta equipagem dos paraquedas, peças e acessórios, da correta execução dos procedimentos a bordo da aeronave, antes e durante o abandono da aeronave em voo e da correta execução dos procedimentos, após o abandono da aeronave em voo. Ocorrerá todos os dias durante as inspeções dos instrutores e no decorrer das instruções técnicas específicas.	-

6 DISPOSIÇÕES FINAIS

Esta Instrução entra em vigor na data da publicação da Portaria de Aprovação, no Boletim do Comando da Aeronáutica.

Os casos não previstos neste PUD serão submetidos ao Comandante de Preparo.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Departamento de Ensino da Aeronáutica. *Elaboração de Plano de Unidades Didáticas*: **ICA 37-457**. [Brasília - DF], 2010.

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Comando de Preparo. *Currículo Mínimo do Curso de Paraquedista Militar da Aeronáutica*: **ICA 37-653**. [Brasília], 2020.

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Departamento de Ensino da Aeronáutica. *Objetivos de Ensino e Níveis a Atingir na Aprendizagem*: **ICA 37-521**. [Brasília], 2012.

BRASIL. Comando da Aeronáutica. Estado-Maior da Aeronáutica. *Procedimentos Gerais de Segurança Aplicáveis aos Treinamentos, Cursos e Estágios*: **ICA 205-42**. [Brasília], 2011.

ÍNDICE

MILITAR	12
TREINAMENTO FÍSICO MILITAR.....	12
CORRIDA RÚSTICA.....	12
PISTA DE CORDAS.....	12
TREINAMENTO FUNCIONAL.....	13
NATAÇÃO UTILITÁRIA.....	15
TÉCNICO ESPECIALIZADO.....	17
ATERRAGENS.....	17
ATERRAGEM A PARTIR DE PLATAFORMA.....	17
ATERRAGEM A PARTIR DE BALANÇO.....	18
EQUIPAMENTO DE SALTO.....	19
EQUIPAGEM E RECOLHIMENTO.....	19
SALTOS ESPECIAIS.....	19
TÉCNICAS E PROCEDIMENTOS DO SALTO COM O MC1-1C.....	21
FALSO AVIÃO.....	21
JEB E NAVEGAÇÃO.....	22
EMERGÊNCIAS COM O MC1-1C.....	23
SALTO COM O PARAQUEDAS MC1-1C.....	24
SALTO COM O PARAQUEDAS MC1-1C.....	24