

2.1. Szkolenie ratownika wodnego - Moduł I

Szkolenie na poziomie modułu I ratownika wodnego obejmuje 5 zagadnień dydaktycznych (jednostka dydaktyczna równa 60 min):

I moduł szkoleniowy

ZAGADNIENIA	Tematyka zagadnień	Σ	W	Ćw
Test wstępny		1	0	1
Zagadnienie I	Organizacja ratownictwa wodnego – podstawy prawne	1	1	0
Zagadnienie II	Organizacja pracy ratowników wodnych	4	4	0
Zagadnienie III	Sprzęt wykorzystywany w ratownictwie wodnym	7	2	5
Zagadnienie IV	Pierwsza pomoc	3	1	2
Zagadnienie V	Pływanie i techniki ratownictwa wodnego	12	2	10
Egzamin sprawdzający rozwój kursanta		2	1	1
		30	11	19

Legenda: W – wykłady, Ćw – zajęcia praktyczne

Weryfikacja nabywanych umiejętności odbywa się w trakcie szkolenia, w oparciu o zaliczenia częściowe:

- 200 m sposobem dowolnym w czasie poniżej 5'
- 100 m kombinacja (t < 3'00")
- 200 m kraul – żabka (zal. lub nzal.)
- Akcja ratownicza z pasem ratowniczym „węgorz” (t < 2'00")
- Akcja ratownicza z boją „SP” (t < 2'00")
- Rzut rzutką rękawową do celu na odległość 12m (max 3 rzuty lub t < 1'45")
- WBLS

SZCZEGÓŁOWY OPIS ZALICZEŃ

200 m sposobem dowolnym w czasie poniżej 5'

Próba polega na przepłynięciu 200m dowolnym sposobem.

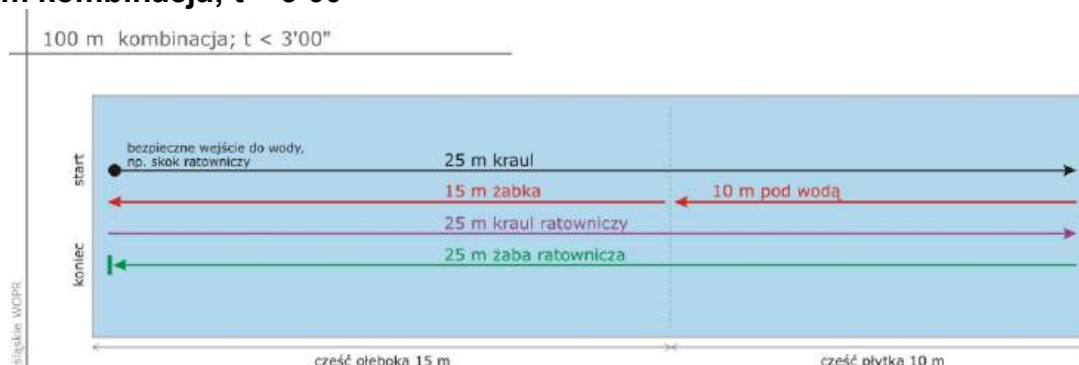
Kryteria zaliczenia:

t < 5'00"	ocena dostateczna (3,0)
t < 4'30"	ocena dostateczna plus (3,5)
t < 4'00"	ocena dobra (4,0)
t < 3'30"	ocena dobra plus (4,5)
t < 3'00"	ocena bardzo dobra (5,0)

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- a) przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby wynoszącego 5'00".

100m kombinacja; t < 3'00"



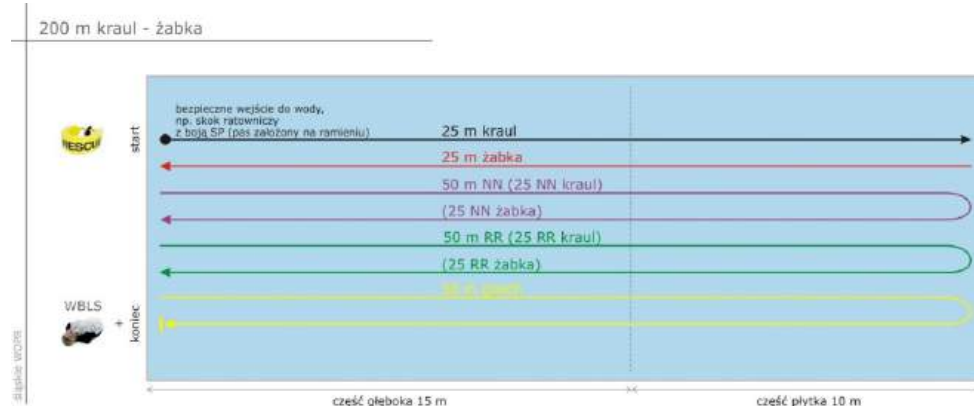
Ratownik po oswojeniu się z wodą wchodzi bezpiecznie do wody (skok ratowniczy lub inny sposób bezpiecznego wejścia do wody, uzależniony od warunków na

akwenu) po czym przepływa 25m kraulem, następnie schodzi pod powierzchnię wody, gdzie przepływa pod jej lustrem 10m, a po wypłynięciu przepływa 15m „żabką”. W dalszej kolejności Ratownik przepływa 50m technikami ratowniczymi – odpowiednio 25m kraulem oraz 25 „żabką” ratowniczą.

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- wynurzenie się na powierzchnię wody podczas pływania 10m pod wodą
- przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby wynoszącego 3'00”.

200m kraul –żabka



25m kraul – 25m żabka (pełny styl), 25m kraul – 25m żabka (same NN), 25m kraul – 25m żabka (same RR), 50 glaiach.

- bezpieczne wejście do wody (oswojenie się z wodą, skok ratowniczy lub inny sposób bezpiecznego wejścia do wody, uzależniony od warunków),
- przeplnięcie z boją SP dystansu 50m (25m kraulem + 25m żabką),
- przeplnięcie dystansu 50m samymi nogami (25m NN do kraula + 25m NN do żabki),
- przeplnięcie dystansu 50m samymi ramionami (25m RR do kraula + 25m RR do żabki [stopy zaczepione o uchwyty boji]),
- przeplnięcie dystansu 50m glaiachem.

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- próba oceniana jest w kategoriach „zał” lub „nzal”. Nie ma limitu czasowego.
- brak umiejętności wykonania jakiegokolwiek elementu skutkuje nie zaliczeniem próby.

Akcja ratownicza z pasem ratowniczym „węgorz”; t < 2'00”



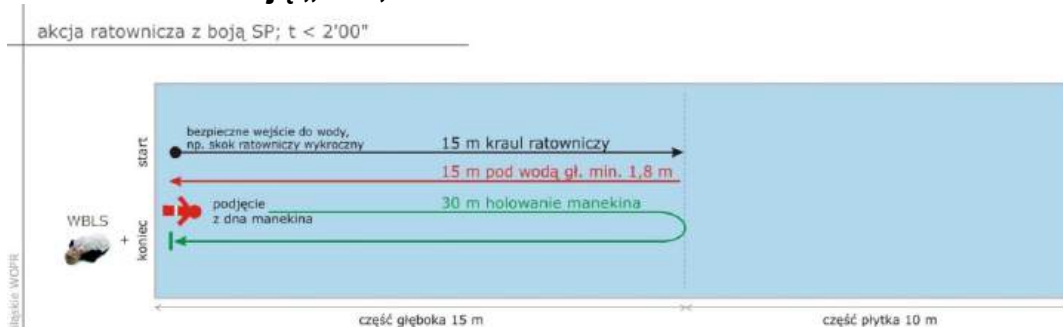
- skok ratowniczy (rozkroczny), (jeśli na pływalni krytej – start z brzegu od strony płytkiej części pływalni),
- 20m kraul ratowniczy,

- 3) scyzoryk (zejście pod wodę na głębokość co najmniej 1,8m),
- 4) podjęcie manekina z dna i wypłynięcie z nim na powierzchnię wody,
- 5) 20m holowanie manekina opasanego „węgorzem”,
- 6) wyjście na brzeg, prezentacja algorytmu WBLS na fantomie do RKO.

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- a) brak kontaktu wzrokowego z tonącym podczas skoku,
- b) pozostawienie sprzętu na brzegu podczas rozpoczynania akcji,
- c) niezgodne ze sztuką ratowniczą podjęcie z dna manekina,
- d) przytapienie manekina podczas holowania,
- e) przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby wynoszącego 2',
- f) popełnienie jakiegokolwiek błędu w algorytmie WBLS.

Akcja ratownicza z boją „SP”; $t < 2'00''$

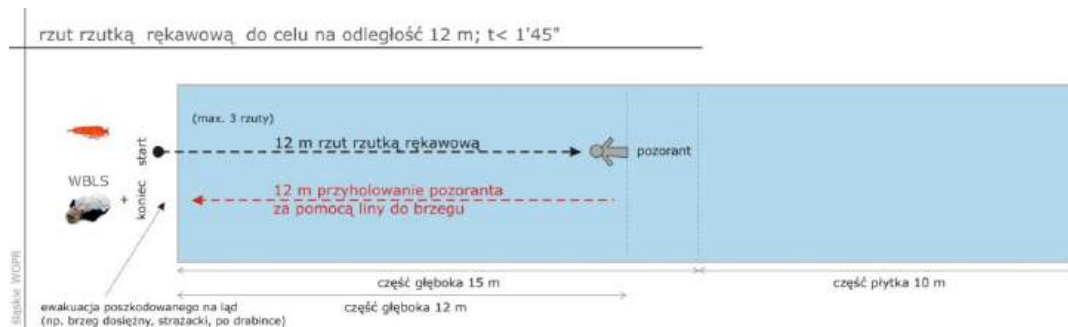


- 1) skok ratowniczy (wykroczny), (jeśli na pływalni krytej – start z brzegu od strony głębszej części pływalni),
- 2) 15m kraul ratowniczy,
- 3) zejście pod wodę, nurkowanie na odległość 15m do manekina leżącego na dnie przy ścianie startowej (głęb. co najmniej 1,6m),
- 4) podjęcie manekina z dna, wypłynięcie z nim na powierzchnię wody,
- 5) holowanie na dystansie 30m,
- 6) wyjście na brzeg, prezentacja algorytmu WBLS na fantomie do RKO.

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- a) brak kontaktu wzrokowego z tonącym podczas skoku,
- b) pozostawienie sprzętu na brzegu podczas rozpoczynania akcji,
- c) wynurzenie się na powierzchnię wody podczas płynięcia 15m pod wodą,
- d) przytapienie tonącego podczas holowania,
- e) przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby wynoszącego 2',
- f) popełnienie jakiegokolwiek błędu w algorytmie WBLS.

Rzut rzutką rękawową do celu na odległość 12m



- 1) oddanie celnego rzutu do pozoranta znajdującego się 12m od brzegu,
- 2) przyholowanie pozoranta za pomocą linki do brzegu,
- 3) ewakuacja poszkodowanego na ląd (wybranie odpowiedniego sposobu ewakuacji w zależności od warunków: pływalnia (wyciąganie na dosiężny brzeg), plaża (chwyt Rauteka, strażacki, biodrowy),
- 4) prezentacja na pozorancie algorytmu BLS (losowo: dorosły, dziecko, niemowlę).

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- a) przekroczenie dopuszczalnej liczby rzutów (max. 3 rzuty) lub przekroczenie dopuszczalnego czasu (1'45''),
- b) stwarzanie niebezpieczeństwa wobec siebie oraz pozoranta podczas ewakuacji na ląd,
- c) popełnienie jakiegokolwiek błędu w algorytmie BLS.

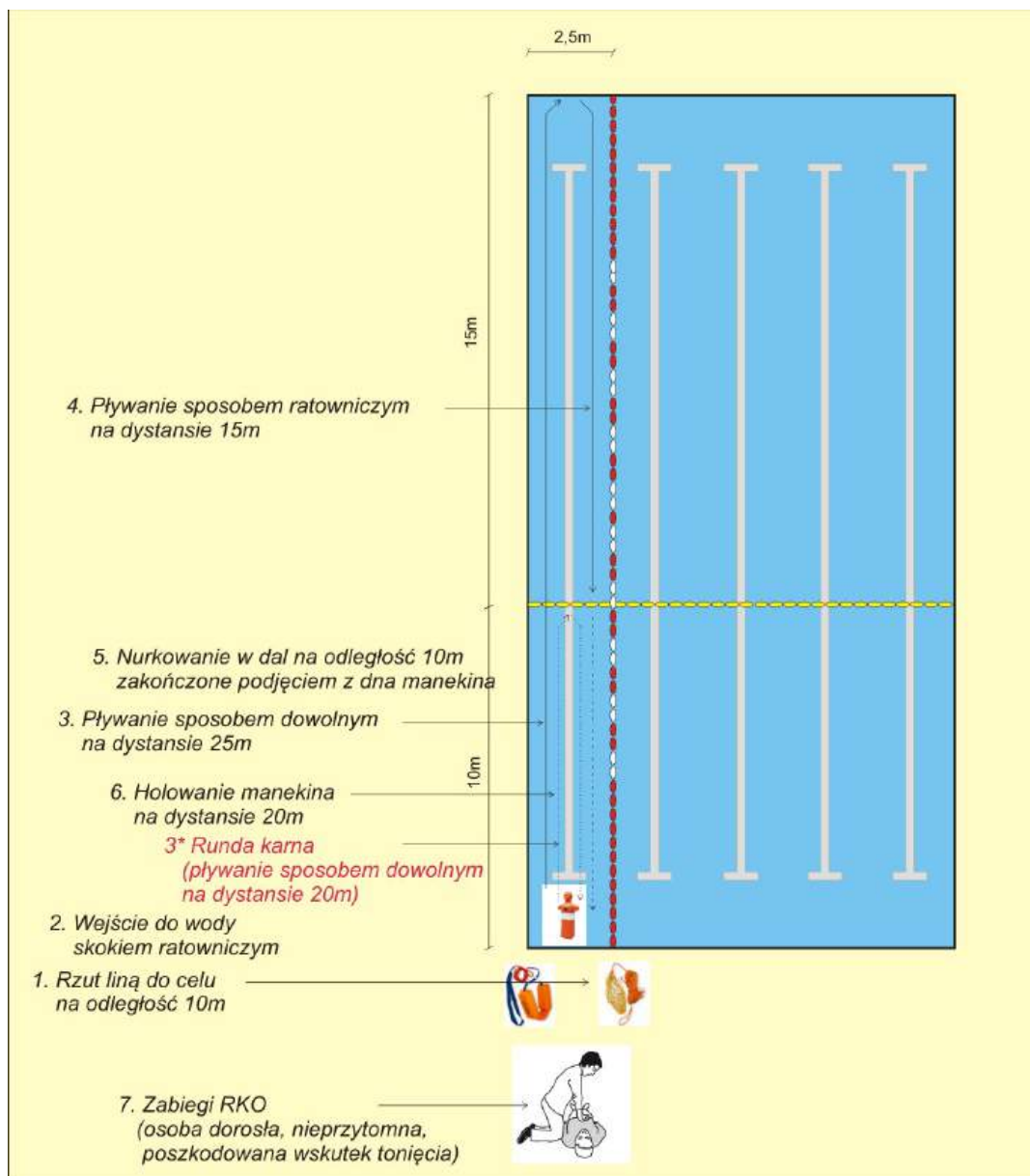
Do prowadzenia zajęć dydaktycznych upoważnione są osoby spełniające wymogi określone w § 3. 1. Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 21 czerwca 2012 r. w sprawie szkoleń w ratownictwie wodnym (Dz. U. 747).

Szkolenie zakończone jest egzaminem wewnętrznym kończącym I moduł szkolenia i składa się z 2 części:

Pisemnej zawierającej minimum po 5 pytań z zakresu zagadnień I-V znajdujących się w zakresie szkolenia, gdzie kryterium zaliczeniowym stanowi udzielenie min 80% poprawnych odpowiedzi na pytania testowe.

Praktycznej i jest oparty na symulowanej akcji ratowniczej polegającej na:

- rzucie rzućką ratowniczą w torze o szerokości 2,5m na odległość nie mniejszą niż 10m – brak zaliczenia po wykonaniu 3 prób skutkuje koniecznością przeplłynięcia dodatkowego dystansu 20m,
- bezpiecznym wejściu do wody (np. poprzez wykonanie skoku ratowniczego) z brzegu stałego z pasem ratowniczym lub boją SP,
- przeplłynięciu dystansu 40m (z czego 25 m sposobem dowolnym, 15 m sposobem ratowniczym),
- przeplłynięciu dystansu 10m pod wodą i podjęciu z dna manekina,
- holowaniu manekina na dystansie 20m sposobem dowolnym.
- Po spełnieniu kryterium czasowego wg ww. limitów następuje zaliczenie algorytmu WBLS, polegającego na zaprezentowaniu na fantomie do nauki RKO algorytmu postępowania z osobą wyratowaną z wody.



Egzamin sprawdzający Ratownik wodny Moduł I – Młodszy Ratownik

OCENA	dostateczny	plus dostateczny	dobry	dobry plus	bardzo dobry	celujący
CZAS	03:30	03:20	03:10	03:00	02:50	02:30

Egzamin po ukończeniu I modułu szkolenia jest przyjmowany przez minimum dwóch instruktorów WOPR lub dwóch Instruktorów Ratownictwa Wodnego, z których jeden jest delegatem nominowanym przez Kierownika podmiotu uprawnionego do wykonywania ratownictwa wodnego.

WYTYCZNE DO OCENY ALGORYTMU BLS LUB WBLS

L.p	DZIAŁANIE	OPIS CZYNNOŚCI
1	ocena bezpieczeństwa własnego i zagrożonego	ocena zagrożenia dla ratownika i uszkodzonego
2	ocena przytomności	potrząśnięcie, zawołanie
3	zabezpieczenie pomocy	wołanie o pomoc
4	udrożnienie dróg oddechowych	odgięcie głowy do tyłu z uniesieniem żuchwy

5	ocena oddechu	wzrokiem, słuchem, czuciem w czasie 10'' przy utrzymaniu drożności dróg oddechowych
6	wezwanie pomocy	sposoby wezwania pomocy
7	uciski klatki piersiowej	praktyczne zademonstrowanie skutecznych ucisków klatki piersiowej (siła i częstotliwość)
8	oddechy ratownicze	praktyczne zademonstrowanie skutecznych oddechów ratowniczych (objętość i częstotliwość)
9	stosunek uciśnień do liczby oddechów	właściwy stosunek uciśnień klatki piersiowej do liczby oddechów
10	kolejność postępowania	właściwa kolejność postępowania

2.2.1. Organizacja ratownictwa wodnego – podstawy prawne

TREŚCI KSZTAŁCENIA

Podstawy prawne organizacji ratownictwa wodnego:

- Rodzaje aktów prawnych oraz zasady ich tworzenia, reguły oznaczania aktów prawnych, wyszukiwanie aktów prawnych,
- Wybrane zagadnienia z najważniejszych aktów prawnych związanych z ratownictwem oraz ratownictwem wodnym.

Statut Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego:

- struktura organizacyjna i władze WOPR,
- cele i zadania WOPR w świetle statutu oraz aktualnie obowiązujących przepisów,
- prawa i obowiązki członków WOPR,
- omówienie legitymacji członka WOPR.
- stopnie ratowników WOPR (wymogi i uprawnienia)

Organizacja ratownictwa wodnego w pozostałych systemach ratowniczych funkcjonujących na terenie Rzeczypospolitej Polskiej

ILOŚĆ JEDNOSTEK DYDAKTYCZNYCH

	W MODULE	GODZIN CAŁOŚCI	% GODZIN CAŁOŚCI
OGÓLNA	1	5	20,00%
WYKŁADY	1	5	20,00%
ĆWICZENIA	0	0	0,00%

OPIS KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

WIEDZA

- zna podstawy prawne organizacji bezpieczeństwa na obszarach wodnych,
- zna podstawy organizacyjne funkcjonowania WOPR,
- wymienia i różnicuje stopnie ratownicze funkcjonujące w WOPR oraz zgodnych z wytycznymi MSW,

UMIEJĘTNOŚCI

- potrafi nazwać i identyfikować oznakowanie obszarów wodnych,

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

- rozumie potrzebę w zakresie kreowania warunków bezpieczeństwa na obszarach wodnych i terenach przywodnych,
- rozumie potrzebę promocji działań prospołecznych,

2.2.2. Organizacja pracy ratowników wodnych

TREŚCI KSZTAŁCENIA

Warunki bezpieczeństwa osób korzystających z obszarów wodnych i wyznaczonych obszarów wodnych:

- kąpielisk, pływalni i parków wodnych
- uczestników szkolenia pływackiego,
- imprez pływackich.

Obowiązki ratownika wodnego na pływalniach, kąpieliskach i wodach otwartych oraz wybrane problemy pracy ratowników:

- obowiązki ratownika wodnego w świetle obowiązujących przepisów,
- specyfika pracy w zależności od rodzaju obszaru wodnego.

Oznakowanie wyznaczonych obszarów wodnych:

- Znaki zakazu, nakazu ostrzegawcze i informacyjne,
- Regulaminy obiektowe.

Podstawy organizacji kąpieliska i pływalni

- wybór miejsca i przygotowanie kąpieliska (miejsca wyznaczonego do kąpielii) nad rzeką, jeziorem i morzem,
- rozmieszczenie ratowników w czasie pełnienia dyżuru na pływalni, kąpielisku i miejscu wyznaczonym do kąpielii,
- wyposażenie kąpieliska, miejsca wyznaczonego do kąpielii i pływalni w sprzęt ratowniczy,
- rozmieszczenie sprzętu ratowniczego, sygnalizacyjnego, pierwszej pomocy przedmedycznej i informacyjnego na pływalni, kąpielisku i miejscu wyznaczonym do kąpielii
- wyposażenie stanowiska ratowniczego i łodzi ratowniczej

Ochrona środowiska wodnego

- podstawowe pojęcia dotyczące wód powierzchniowych
- klasy czystości wody
- miano coli

Ogólne zasady zachowania się na i nad wodą

- zasady zachowania się osób kąpiących
- zasady zachowania się osób pływających
- zasady zachowania się osób przebywających na plażach, kąpieliskach, miejscach wyznaczonych do kąpielii i pływalniach
- zasady zachowania się osób przebywających na pomostach i innych budowlach przywodnych
- podstawowe zasady korzystania z jednostek pływających
- podstawowe zasady zachowania się osób korzystających z wody w innych przypadkach (wędkarstwo, narciarstwo wodne itp.)

Aspekty wychowawcze

- etyka ratownika,
- umiejętność współpracy i współżycia w zespole,
- znaczenie symboliki organizacyjnej WOPR,
- podstawowe zasady kierowania drużyną WOPR,

ILOŚĆ JEDNOSTEK DYDAKTYCZNYCH

	W MODULE I	GODZIN CAŁOŚCI	% GODZIN CAŁOŚCI
OGÓLNA	4	9	44,44%

WYKŁADY	4	8	50,00%
ĆWICZENIA	0	1	0,00%

OPIS KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

WIEDZA

- zna obowiązki ratownika wynikające z aktów prawnych,
- zna zasady organizacji wyznaczonego obszaru wodnego pod względem wyznaczania zasięgu i wyposażenia,
- zna zasady rozmieszczenia sprzętu ratowniczego w zależności od rodzaju strzeżonego obiektu,
- zna zasady zachowania się na wodzie oraz nad wodą,

UMIEJĘTNOŚCI

- potrafi identyfikować warunki bezpieczeństwa w stosunku do danego obszaru wodnego,
- potrafi przeprowadzić krótką pogadankę nt. zasad bezpiecznej kąpieli,
- potrafi wyznaczyć stanowisko ratownicze i wyposażać w sprzęt zgodnie z wymogami,

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

- rozumie potrzebę działań w zakresie kreowania warunków bezpieczeństwa na obszarach wodnych i terenach przywodnych,
- rozumie potrzebę promocji działań prospołecznych,

2.2.3. Sprzęt wykorzystywany w ratownictwie wodnym

TREŚCI KSZTAŁCENIA

Podstawowy sprzęt ratowniczy (prezentacja i omówienie) oraz akcje ratownicze z użyciem podręcznego sprzętu ratowniczego:

- żerdzie, rzutki, koła, pas ratowniczy „Węgorz”, bojka SP,
- szelki, liny, kołowroty, zasobniki linowe itp.
- sprzęt do nurkowania ABC.

Prace bosmańskie

- buchtowanie lin
- nauka podstawowych węzłów: prosty, ósemka, knagowy, żeglarski, wyblinka, ratowniczy.
- przechowywanie i bieżąca konserwacja podręcznego sprzętu,

Budowa i zasady posługiwania się sprzętem łączności,

IŁOŚĆ JEDNOSTEK DYDAKTYCZNYCH

	W MODULE I	GODZIN CAŁOŚCI	% GODZIN CAŁOŚCI
OGÓLNA	7	21	33,33%
WYKŁADY	2	4	50,00%
ĆWICZENIA	5	17	29,41%

OPIS KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

WIEDZA

- zna wady i zalety podręcznego sprzętu ratowniczego (rzutka, boja SP, pas węgorz itp.),
- wie, jaki rodzaj sprzętu użyć stosowanie do potrzeb i możliwości,

UMIEJĘTNOŚCI

- potrafi skutecznie posługiwać się podręcznym sprzętem ratowniczym,
- potrafi wykorzystać sprzęt podczas holowania,
- potrafi przygotować stanowisko ratownicze oraz podręczny sprzęt do dyżuru,

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

- rozumie potrzebę działań w zakresie kreowania warunków bezpieczeństwa na obszarach wodnych i terenach przywodnych,
- rozumie potrzebę promocji działań prospołecznych,

2.2.4. Pierwsza pomoc

TREŚCI KSZTAŁCENIA

Bezpieczeństwo osobiste ratownika oraz główne przyczyny i okoliczności tonięcia:

- alkohol
- brak opieki nad dziećmi
- brawura
- wstrząs termiczny
- nadmierne oziębienie organizmu
- przykurcz
- zaśnięcie pod wodą
- wiry, wodorosty, zimne prądy
- miejsca bagniste, zalane, załamanie się lodu
- tonięcie pojazdu
- wywrotka jednostki pływającej
- inne

Krótki zarys anatomii oraz funkcji fizjologicznych organizmu

- układ narządu ruchu
- układ nerwowy
- układ oddechowy
- układ krążenia

Urazy mechaniczne oraz inne wypadki najczęściej występujące na i nad wodą

- złamania - rodzaje, rozpoznanie, dezynfekcja, unieruchomienie
- zwichnięcia – rozpoznanie, okład, opatrunek
- uraz kręgosłupa i głowy
- krwotoki (żylne i tętnicze) – rozpoznanie, dezynfekcja,
- opatrunek uciskowy (opaska uciskowa)
- oparzenia
- odmrożenia
- udar cieplny, słoneczny
- porażenie prądem, piorunem
- omdlenia
- utrata przytomności
- szok powypadkowy
- napad padaczkowy
- niewydolność układu krążenia
- przykurcze mięśni

Udzielanie pomocy osobom wydobytym spod lodu

Utonięcie i utopienie – różnice.

- utonięcie, a utopienie – utonięcia typowe i nietypowe

- proces tonięcia
- zjawisko zalegania wody w górnych drogach oddechowych
- proces umierania
- rozpoznanie zatrzymania oddechu i krążenia
- znaczenie upływu czasu
- tzw. „pewne oznaki śmierci”

Schemat postępowania przy czynnościach diagnostycznych i ożywianiu

- schemat czynności diagnostycznych i ożywiania
- warunki zezwalające na przerwanie zabiegów RKO

Sztuczne oddychanie

- czynności diagnostyczne
- układanie ratowanego do sztucznego oddychania
- pozycja robocza ratownika (ratowników)
- udrożnienie dróg oddechowych i toaleta jamy ustnej
- sztuczna wentylacja płuc metodą „usta-usta” i pochodnymi
- metody bezpośredniej przyrządowej wentylacji płuc (zapoznanie)
- tlenoterapia
- ćwiczenia praktyczne na fantomach do nauki RKO

Pośredni masaż serca

- czynności diagnostyczne
- pozycja robocza ratownika (ratowników)
- ułożenie rąk ratownika
- miejsce, głębokość, siła i częstotliwość ucisków
- ćwiczenia praktyczne na fantomach do nauki RKO
- zabiegi ożywiania u niemowląt i dzieci
- organizacja zabiegów ożywiania w wykonaniu 1 i 2 ratowników

Postępowanie z osobą odratowaną w zależności od stanu rozstroju jej zdrowia:

- pozycja boczna ustalona
- opieka nad osobą odratowaną
- transport osoby odratowanej

ILOŚĆ JEDNOSTEK DYDAKTYCZNYCH

	W MODULE I	GODZIN CAŁOŚCI	% GODZIN CAŁOŚCI
OGÓLNA	3	3	100,00%
WYKŁADY	1	1	100,00%
ĆWICZENIA	2	2	100,00%

OPIS KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

WIEDZA

- zna funkcje układów (krwionośnego i oddechowego),
- zna rozmieszczenie w ciele ludzkim ważnych dla życia narządów,
- zna przyczyny powstawania urazów
- zna przyczyny i okoliczności tonięcia,
- zna sposoby stabilizacji osoby poszkodowanej (pozycja bezpieczna, stabilizacja sprzętowa kołnierzem, deską),
- zna algorytm postępowania BLS, WBLS i AED,

UMIEJĘTNOŚCI

- potrafi ustabilizować osobę poszkodowaną, (pozycja bezpieczna, stabilizacja sprzętowa kołnierzem, deską),
- potrafi identyfikować urazy mechaniczne oraz dobierać odpowiedni do specyfiki urazu sprzęt,
- potrafi opatrywać rany i zakładać opatrunki z wykorzystaniem różnych technik,
- potrafi dokonać kontroli funkcji życiowych,
- potrafi zastosować algorytm postępowania WBLS dla dorosłego, dziecka

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

- rozumie potrzebę działań w zakresie kreowania warunków bezpieczeństwa na obszarach wodnych i terenach przywodnych,
- rozumie potrzebę promocji działań prospołecznych,

2.2.5. Pływanie i techniki ratownictwa wodnego

TREŚCI KSZTAŁCENIA

Omówienie zasad i sposobów ratowania tonącego przy pomocy sprzętu:

- pływalnie kryte i odkryte
- kąpieliska i miejsca wyznaczone do kąpieli na rzece, jeziorze i nad morzem
- niestrzeżone wody śródlądowe i morskie przybrzeżne
- tonięcie po załamaniu się lodu
- tonięcie pojazdów mechanicznych

Skoki ratownicze do wody i ich zastosowanie w ratownictwie:

- skok rozkroczny, wykroczny, „na bombę”, ślizgowy
- bieg i skoki przy rozległej płyciźnie, pokonywanie płycizn (np. skoki „delfinowe”)

Pływanie i nurkowanie:

- techniki pływania na piersiach i grzbiecie, „glajch”, trudgen
- pływanie na boku
- pływanie na grzbiecie z nogami do żabki
- pływanie w ubraniu i rozbieranie się w wodzie głębokiej

Omówienie i doskonalenie nurkowania, penetracji i wydobywania przedmiotów z wody:

- technika pływania pod wodą,
- pływanie po linii wytyczonej na dnie (np. tory, liny, koperta”),
- pływanie na orientację,
- nurkowanie w głąb:
 - ze skoku startowego,
 - ze skoku na nogi,
 - z powierzchni wody z miejsca (nogami w dół),
 - z powierzchni wody z miejsca i napłynięcia („scyzoryk”) kraulem i żabką,
 - nurkowanie z pasem ratowniczym „Węgorz”, bojką SP,
 - nurkowanie na odległość i w głąb,
 - wydobywanie przedmiotów z dna

Nauka holowania ratowanego indywidualnie i zespołowo w zależności od okoliczności i warunków:

- indywidualne i zespołowe holowanie ratowanego ze sprzętem z boją SP i z pasem ratowniczym „węgorz”
- indywidualne oraz zespołowe holowanie ratowanego (przytomnego) bez sprzętu ze wsparciem na barkach przed i za sobą, most, samolot, tratwa,

- holowanie w wodzie płytkiej z ujęciem pod głowę i nogi („szybowanie”), z ujęciem pod ramiona, sposobem Rauteka,

Akcja ratownicza

- indywidualna akcja ratownicza z brzegu i z wody z użyciem podręcznego sprzętu ratowniczego (rzutka siatkowa, rzutka rękawowa, koło ratunkowe, bojka SP, pas ratowniczy „Węgorz”, żerdź, koło ratunkowe z linką),

Organizacja akcji ratowniczej przy użyciu sprzętu ABC:

- rodzaje, dopasowanie, zakładanie sprzętu ABC na brzegu i w wodzie, wydmuchiwanie maski,
- sposoby wchodzenia, wychodzenia i skakania do wody w sprzęcie ABC
- sposoby penetracji dna przy użyciu sprzętu ABC,
- holowanie w płetwach, nurkowanie w głąb i na odległość, pływanie szybkościowe

ILOŚĆ JEDNOSTEK DYDAKTYCZNYCH

	W MODULE I	GODZIN CAŁOŚCI	% GODZIN CAŁOŚCI
OGÓLNA	12	33	36,36%
WYKŁADY	2	6	33,33%
ĆWICZENIA	10	27	37,03%

OPIS KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

WIEDZA

- zna techniki i sposoby pływania stosowane w ratownictwie wodnym,
- zna bezpieczne sposoby wejścia do wody,
- zna sposoby zanurzania się pod wodę,
- zna zasady udzielania pomocy w zależności od okoliczności,
- zna zasady doboru sprzętu wyposażenia osobistego (maska, płetwy),

UMIEJĘTNOŚCI

- potrafi udzielać pomocy tonącemu z wykorzystaniem podręcznego sprzętu ratowniczego,
- potrafi wykonać bezpieczne wejście do wody,
- skoków ratowniczych (skok rozkroczny, wykroczny, „na bombę”, ślizgowy),
- potrafi pływać pod wodą w linii prostej, na orientację, z pasem ratowniczym, z boją SP,
- potrafi pływać technikami i sposobami stosowanymi w ratownictwie wodnym,
- potrafi pływać w płetwach na powierzchni oraz pod wodą,
- potrafi holować poszkodowanego różnymi sposobami bez sprzętu oraz ze sprzętem,
- potrafi transportować poszkodowanego w wodzie płytkiej,

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

- rozumie potrzebę działań w zakresie kreowania warunków bezpieczeństwa na obszarach wodnych i terenach przywodnych,
- rozumie potrzebę promocji działań prospołecznych,

2.2. Szkolenie Ratownika Wodnego - Moduł II

Moduł II w szkoleniu Ratownika Wodnego może być kontynuowany na podbudowie Modułu I jeśli czas pomiędzy zakończeniem szkolenia w module I, a rozpoczęciem szkolenia w module II nie przekracza 4 lat, przy zachowaniu przynależności do podmiotu uprawnionego do ratownictwa wodnego. W innym

przypadku szkolenie rozpoczyna się od modułu I w pełnym zakresie programowym obejmującym obydwa moduły szkoleniowe.

Szkolenie na poziomie II modułu Ratownika Wodnego, oparte na podbudowie modułu I jest równorzędne pod względem wymogów dydaktycznych jak dla Ratownika Wodnego zdefiniowanego w Załączniku nr 1 Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 21 czerwca 2012 r. w sprawie szkoleń w ratownictwie wodnym (Dz. U. 747) i odbywa się w 5 zakresach zagadnień dydaktycznych:

ZAGADNIENIA	Tematyka zagadnień	Σ	W	Ćw
Test wstępny		1	0	1
Zagadnienie I	Organizacja ratownictwa wodnego – podstawy prawne	4	4	0
Zagadnienie II	Organizacja pracy ratowników wodnych	5	4	1
Zagadnienie III	Sprzęt wykorzystywany w ratownictwie wodnym	14	2	12
Zagadnienie IV	Pierwsza pomoc	0	0	0
Zagadnienie V	Pływanie i techniki ratownictwa wodnego	21	4	17
Egzamin końcowy		2	1	1
		47	15	32

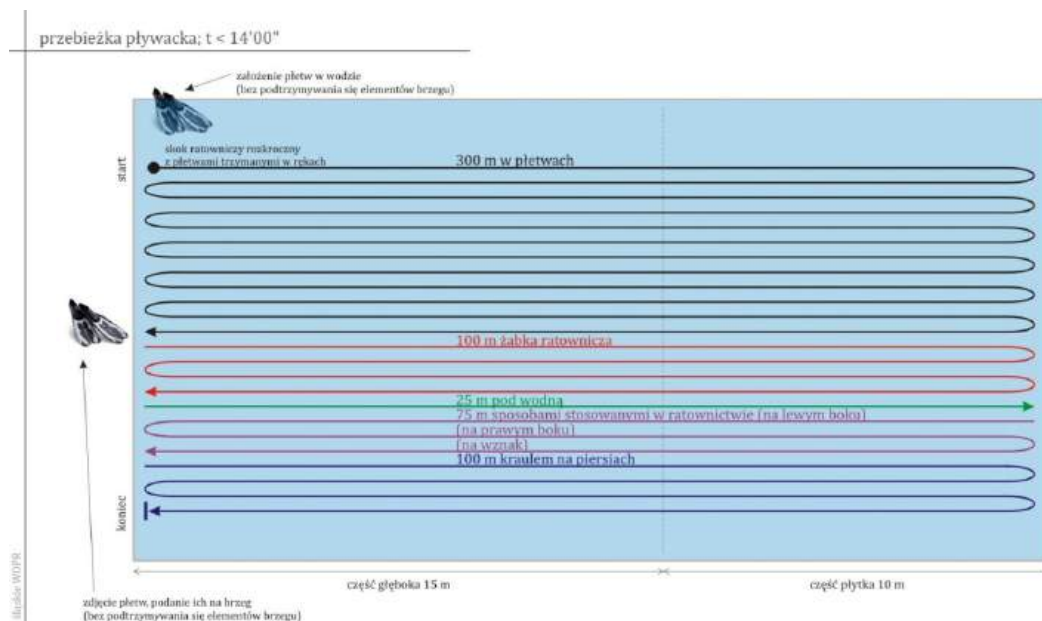
Legenda: W – wykłady, Ćw – zajęcia praktyczne

Weryfikacja nabywanych umiejętności odbywa się w trakcie szkolenia, na bazie zaliczeń częściowych:

- 100m kombinacja; t < 3'
- 100m w ubraniu; t < 3'
- 75m ze sprzętem; t < 2'
- 100m z użyciem łodzi wiosłowej; t < 4'
- Rzut kołem ratunkowym i rzutką rękawową na odległość 10m,
- Symulowane akcje BLS i WBLS - dorosły, dziecko, niemowlę
- Zaprezentowanie technik pierwszej pomocy: wstępna ocena stanu osoby poszkodowanej, postępowanie z osobą przy urazach, wstrząsie, zadławieniu, hipertermii, hipotermii, obrażeniach kręgosłupa i głowy, użądleniu, ukąszeniu, ugryzieniu, opieka rekonwalescencyjna.

SZCZEGÓŁOWY OPIS ZALICZEŃ

Przebieżka pływacka



Próba polega na przepłynięciu 600m wg schematu:

- 1) skok ratowniczy (rozkroczny) z płetwami trzymanymi w rękach,
- 2) założenie płetw w wodzie bez podtrzymywania się elementów brzoju,
- 3) przepłynięcie 300m w płetwach sposobem dowolnym,
- 4) zdjęcie płetw, podanie ich na brzeg (bez podtrzymywania się elementów brzoju),
- 5) przepłynięcie 100m żabką na piersiach,
- 6) przepłynięcie 25m pod wodą,
- 7) przepłynięcie 75m sposobami stosowanymi w ratownictwie wodnym: tj. na lewym boku, na prawym boku, na wznak,
- 8) przepłynięcie 100m kraulem na piersiach.

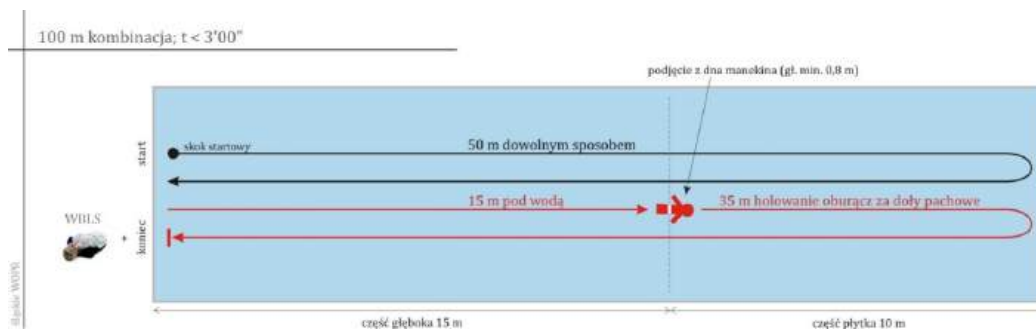
Kryteria zaliczenia:

$t < 14'$	ocena dostateczna (3,0)
$t < 13'30''$	ocena dostateczna plus (3,5)
$t < 13'$	ocena dobra (4,0)
$t < 12'30''$	ocena dobra plus (4,5)
$t < 12'$	ocena bardzo dobra (5,0)

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- a) wynurzenie się na powierzchnię wody podczas pływnięcia 25m pod wodą,
- b) przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby ($t < 14'$).

100m kombinacja

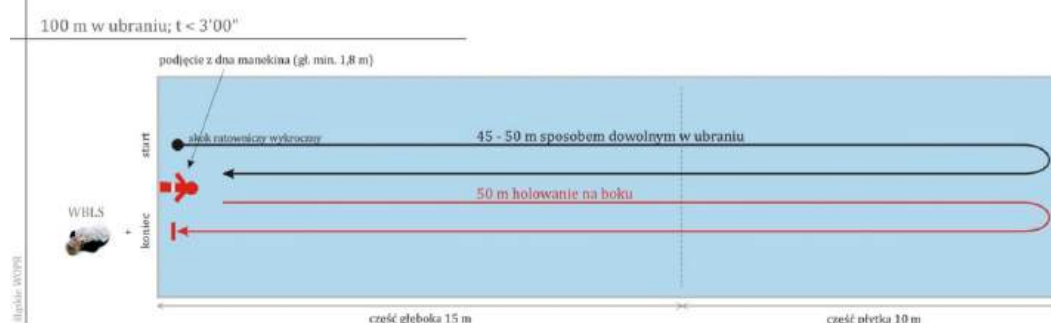


Ratownik wykonuje start z brzegu pływalni (lub pomostu), pokonuje dystans 50m dowolnym sposobem, następnie przepływa 15m pod wodą, podejmuje leżącego na dnie manekina zgodnie z zasadami sztuki ratowniczej (głębokość min. 0,8m), holuje go sposobem oburącz za doły pachowe lub za głowę na dystansie 35m. Po zakończeniu holowania ratownik natychmiast wychodzi na brzeg, gdzie na przygotowanym fantomie prezentuje schemat czynności WBLS.

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- brak kontaktu wzrokowego z tonącym podczas skoku,
- wynurzenie się na powierzchnię wody podczas pływania 15m pod wodą,
- niezgodne ze sztuką ratowniczą podjęcie z dna manekina,
- przytapienie manekina podczas holowania,
- przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby ($t < 3'$),
- popętnienie jakiegokolwiek błędu w algorytmie WBLS.

100m w ubraniu



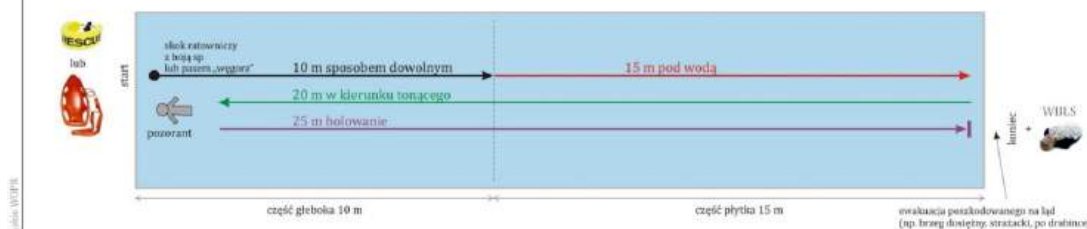
Ratownik ubrany w koszulkę (t-shirt) oraz szorty wykonuje start z brzegu pływalni (skok wykroczny), pokonuje dystans 45m dowolnym sposobem, schodzi pod wodę na głębokość co najmniej 1,8m do leżącego na dnie manekina, podejmuje go na powierzchnię wody, holuje 50m na boku, pracując nogami skrzyżnie (praca nożycowa). Po zakończeniu holowania ratownik natychmiast wychodzi na brzeg, gdzie na przygotowanym fantomie prezentuje schemat czynności WBLS.

Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- brak kontaktu wzrokowego z tonącym podczas skoku,
- niezgodne ze sztuką ratowniczą podjęcie z dna manekina,
- przytapienie manekina podczas holowania,
- przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby ($t < 3'$),
- popętnienie jakiegokolwiek błędu w algorytmie WBLS.

75m ze sprzętem

75 m ze sprzętem; $t < 2'00''$



Ratownik wyposażony w boję "SP" lub pas ratunkowy "węgorz" wykonuje start z brzegu pływalni (skok ratowniczy), pokonuje dystans 10m dowolnym sposobem, schodzi pod wodę po czym przepływa odległość 15m pod wodą, następnie przepływa dowolnym sposobem dystans 20m w kierunku tonącego (osoby markującej tonącego), opanowuje tonącego, podaje sprzęt, holuje na dystansie 25m na dowolnym sposobem. Po zakończeniu holowania ratownik w zależności od warunków wybiera sposób ewakuacji poszkodowanego na brzeg, gdzie następnie prezentuje schemat czynności WBLS.

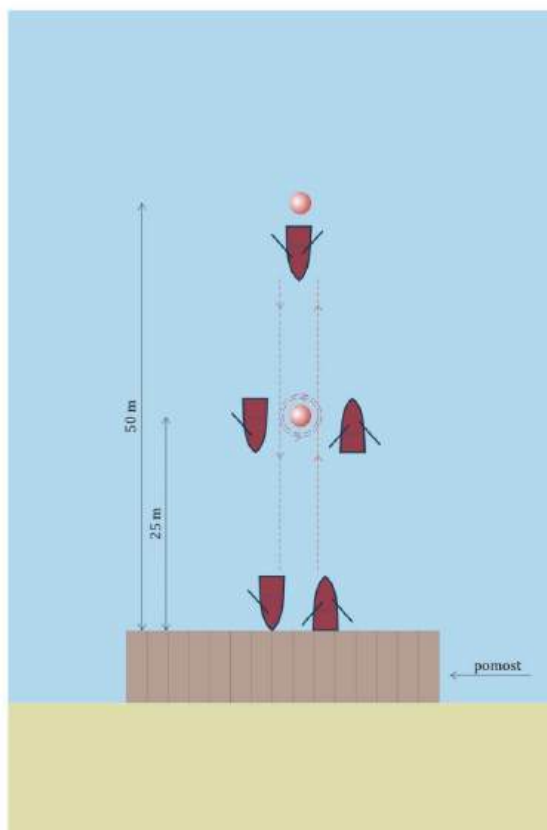
Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- brak kontaktu wzrokowego z tonącym podczas skoku,
- pozostawienie sprzętu na brzegu podczas rozpoczynania akcji,
- wynurzenie się na powierzchnię wody podczas płynięcia 15m pod wodą,
- niewłaściwe opanowanie tonącego (zezwoenie na kontakt z tonącym przed jego opanowaniem,
- przytapienie tonącego podczas holowania,
- przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby ($t < 2'$),
- popęlnienie jakiegokolwiek błędu w algorytmie WBLS.

100m z użyciem łodzi wiosłowej:

Na torze wytyczonym w ten sposób, że w linii prostopadłej od pomostu znajdują się dwie boje oddalone od pomostu o 25 i 50 m, ratownik wykonuje start z pomostu poprzez wskoczenie do łodzi ustawionej dziobem w kierunku boji (wiosła nie mogą być umieszczone w dulkach). Poruszając się z pomocą dwóch wiosł należy opłynąć dookoła pierwszą boję, natomiast przed drugą należy się zatrzymać i odwrócić do niej rufą, po czym dotknąć ją ręką imitując w ten sposób podjęcie człowieka na pokład. Po dotknięciu ręką boji, należy przy pomocy tylko jednego wiosła wrócić do pomostu po drodze opływając dookoła pierwszą boję. Czas zatrzymywany jest na wysokości pomostu.

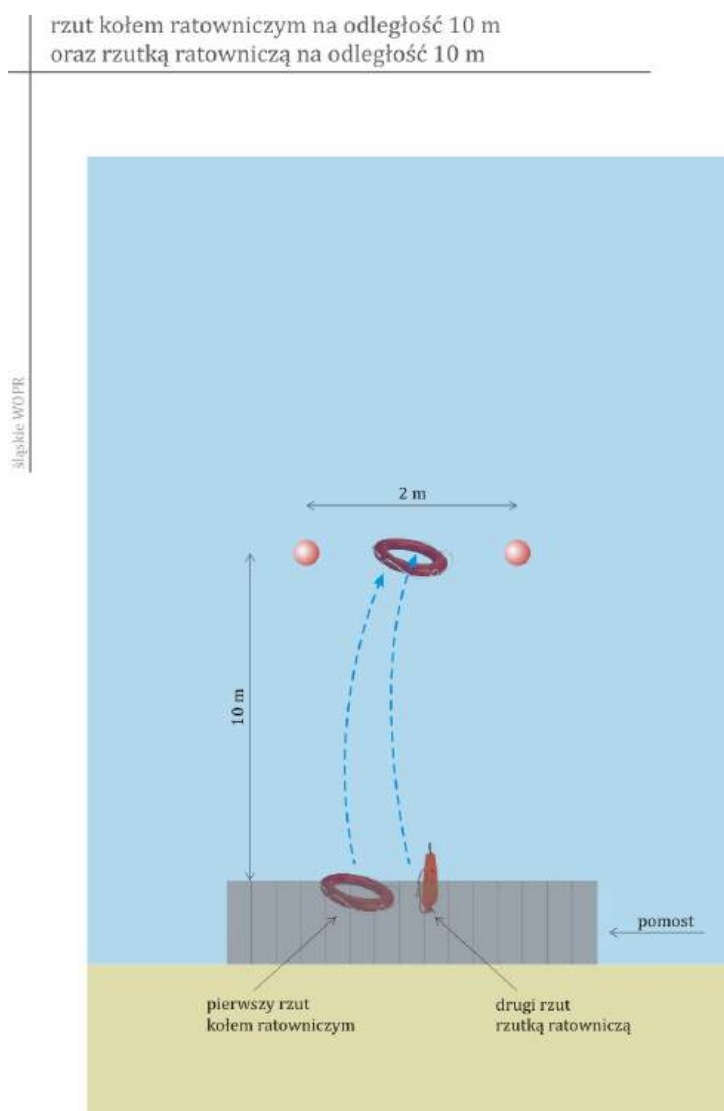
Quisile WOPR



- a) brak pełnego opłynięcia pierwszej boji,
- b) dotknięcie jakiegokolwiek częścią łodzi lub wiosł drugiej boji (dotyczy zdarzeń przed „podjęciem” tonącego na pokład),
- c) brak imitacji podjęcia tonącego na pokład (należy z części ruchowej dotknąć boji dłonią),
- c) przekroczenie czasu wymaganego dla całej próby ($t < 4'$).

Rzut kołem ratunkowym na odległość 10m oraz rzutką rękawową na odległość 10m:

Zadaniem ratownika jest wykonanie dowolną techniką celnego rzutu na odległość 10m, tak aby koło upadło pomiędzy dwie boje wyznaczające tor o szerokości 2m, a następnie za pomocą rzutki rękawowej wykonaniu dowolną techniką rzutu do koła ratunkowego. Celny rzut będzie wówczas, gdy rzutka lub jej linka osiągnie kontakt z korpusem koła ratunkowego. Dopuszczalna jest korekta rzutu polegająca na właściwym ściągnięciu rzutki. Ratownik może wykonać łącznie co najwyżej pięć rzutów.



Błędy krytyczne powodujące nie zaliczenie próby:

- a) brak celności (zarówno dla koła jak i rzutki),
- b) przekroczenie dopuszczalnej ilości podejść,
- c) utrata stałego kontaktu z kołem lub rzutką.

Do prowadzenia zajęć dydaktycznych upoważnione są osoby spełniające wymogi określone w § 3.1. Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 21 czerwca 2012 r. w sprawie szkoleń w ratownictwie wodnym (Dz. U. 747).

Egzamin kończący II moduł szkolenia jest podsumowującym całość szkolenia ratownika wodnego i składa się z 2 części:

Pisemnej zawierającej 30 pytań z zakresu objętego szkoleniem, gdzie kryterium zaliczeniowym stanowi udzielenie min 80% poprawnych odpowiedzi na pytania testowe.

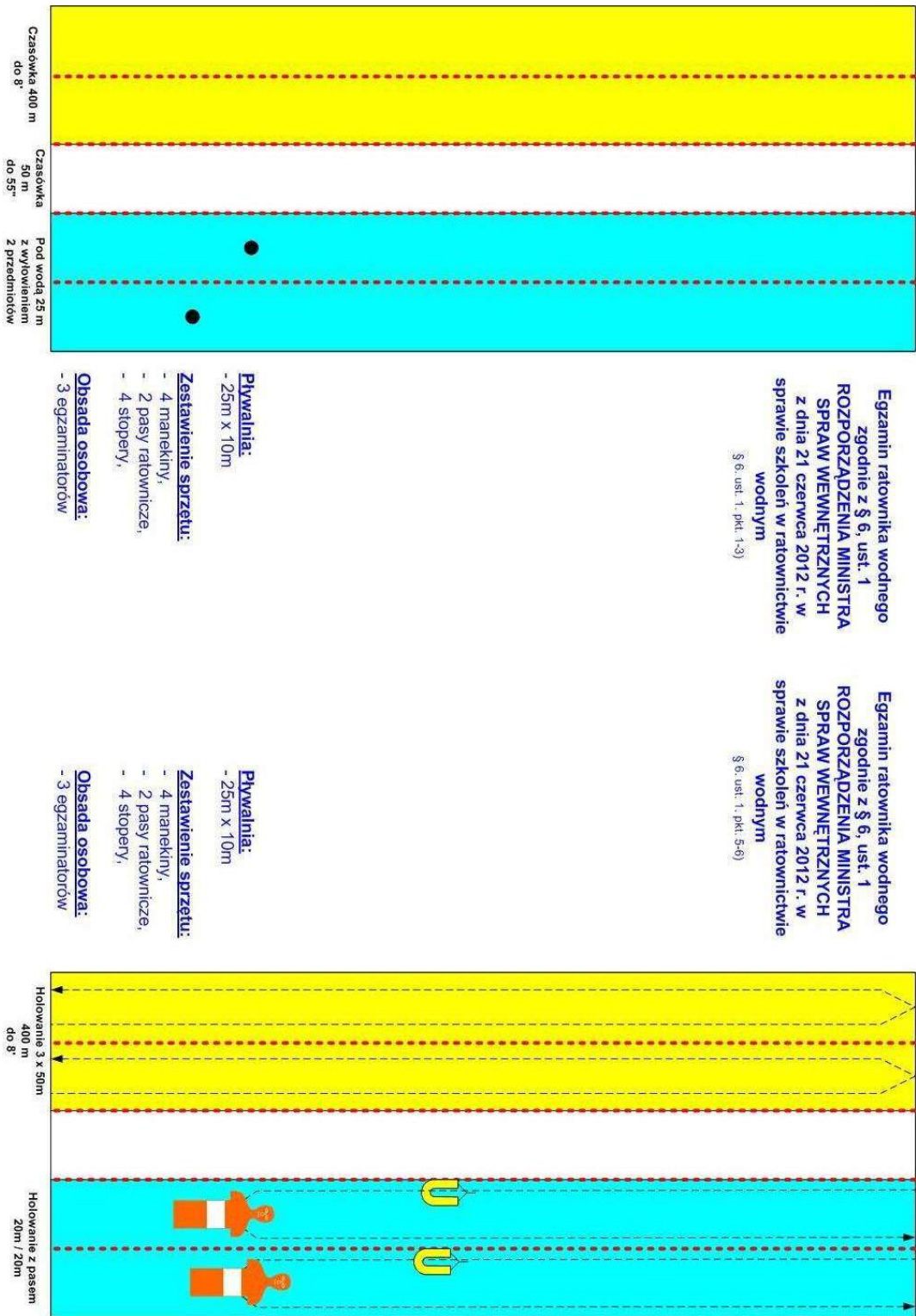
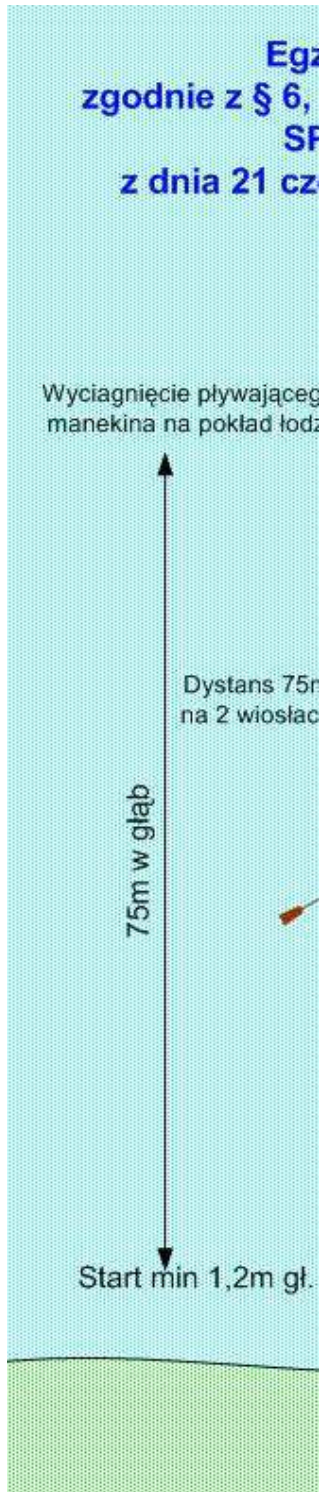
Praktycznej i jest oparty na zaliczeniu poszczególnych elementów składowych:

1. przepłynięciu sposobem dowolnym po skoku startowym 400m w czasie nie dłuższym niż 8 min;
2. przepłynięciu dystansu 25m pod lustrem wody z wydobyciem dwóch przedmiotów leżących w odległości od 2m do 2,5m po obu stronach linii pływnięcia;

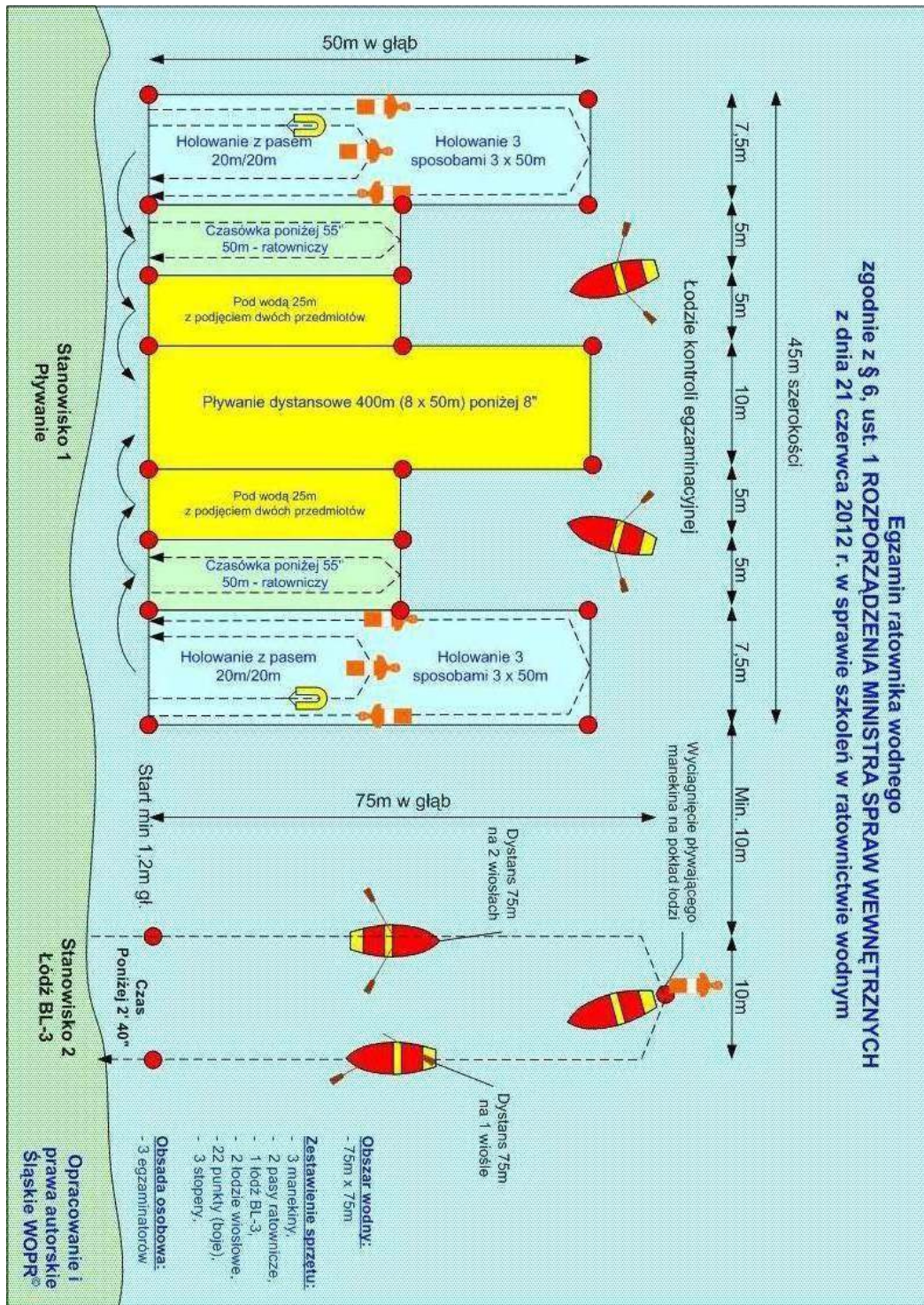
3. przepłynięciu sposobem ratowniczym (z głową nad powierzchnią wody) dystansu 50 m w czasie poniżej 55 s;
4. przepłynięciu w czasie nie dłuższym niż 2 min 40 s ratowniczą łodzią wiosłową lub kajakiem za pomocą dwóch wiosł dystansu 75 m w linii prostej do boi (pławy), na dopłynięciu do niej rufą i na powrocie do miejsca startu za pomocą jednego wiosła;
5. przeprowadzeniu symulowanej akcji ratowniczej, polegającej na przepłynięciu dystansu co najmniej 20m, wydobyciu manekina położonego na dnie i na holowaniu go w pasie ratowniczym do brzegu na dystansie 20 m;
6. holowaniu tonącego bez przerwy i nie zatrzymaniu na dystansie 150 m, z zastosowaniem trzech sposobów holowania – każdy na dystansie 50 m;
7. wyciągnięciu na brzeg o wysokości co najmniej 30 cm od lustra wody lub na pokład łodzi osoby poszkodowanej i na ułożeniu jej w pozycji umożliwiającej udzielanie kwalifikowanej pierwszej pomocy.

Zasady organizacji egzaminu są zgodne z wytycznymi określonymi w§4-6 Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 21 czerwca 2012 r. w sprawie szkoleń w ratownictwie wodnym (Dz. U. 747)

Egzamin łączony (pływanie)



Egzamin łączony (woda otwarta)



Egzamin pełny na wodzie otwartej

2.3.1. Organizacja

TREŚCI KSZTAŁCENIA

Prawne aspekty organizacji ratownictwa wodnego

... omówienie aktualnych oraz wybranych archiwalnych aktów prawnych regulujących organizację ratownictwa wodnego

Warunki bezpieczeństwa osób korzystających z obszarów wodnych i wyznaczonych obszarów wodnych:

- kąpielisk, pływalni i parków wodnych
- uczestników szkolenia pływackiego,

- imprez pływackich.

Oznakowanie wyznaczonych obszarów wodnych:

- znaki zakazu, nakazu ostrzegawcze i informacyjne,
- regulaminy obiektowe.

Odpowiedzialność ratownika za zaistniałe wypadki w czasie pełnienia dyżuru:

- odpowiedzialność karna
- odpowiedzialność cywilna
- odpowiedzialność służbowa
- odpowiedzialność dyscyplinarna

Sprawy socjalno-bytowe ratowników

- zasady i warunki zawierania i rozwiązywania umów o pracę
- płace ratowników
- ubezpieczenia NW i OC
- wyposażenie ratowników w sprzęt osobisty

ILOŚĆ JEDNOSTEK DYDAKTYCZNYCH

	W MODULE	GODZIN CAŁOŚCI	% GODZIN CAŁOŚCI
OGÓLNA	4	5	80,00%
WYKŁADY	4	5	80,00%
ĆWICZENIA	0	0	0,00%

OPIS KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

WIEDZA

- zna i rozumie prawne aspekty organizacji bezpieczeństwa na obszarach wodnych,
- zna warunki bezpieczeństwa osób korzystających z obszarów wodnych i wyznaczonych obszarów wodnych:
- zna zasady oznakowania wyznaczonych obszarów wodnych,
- zna prawne aspekty zawierania umów o pracę oraz zagadnienia socjalno-bytowe ratowników,

UMIEJĘTNOŚCI

- potrafi wyszukiwać oraz korzystać z aktów prawnych,