

ODRZAŃSKIE RATOWNICTWO SPECJALISTYCZNE

# PROGRAM SZKOLENIA RATOWNIKÓW WODNYCH

Opole, 2013



## SPIS TREŚCI

1. Podstawowe terminy . . . . .	2
1.1. Ustawa . . . . .	2
1.2. Rozporządzenie . . . . .	2
1.3. Ratownik wodny . . . . .	2
1.4. Kadra dydaktyczna . . . . .	2
1.5. Szkolenie . . . . .	3
1.6. Egzamin . . . . .	3
1.7. Komisja egzaminacyjna . . . . .	4
1.8. Zaświadczenie . . . . .	5
2. Cele i efekty szkolenia . . . . .	5
2.1. Cel główny . . . . .	5
2.2. Efekty . . . . .	5
3. Uczestnicy . . . . .	6
4. Organizacja szkolenia . . . . .	6
4.1. Informacje ogólne . . . . .	6
4.2. Wykaz środków dydaktycznych . . . . .	7
4.2.1. Środki dydaktyczne na zajęcia praktyczne na jedną grupę szkoleniową . . . . .	7
4.2.2. Wyposażenie własne uczestnika . . . . .	8
5. Treści kształcenia . . . . .	8
6. Szczegółowy zakres wiedzy i umiejętności . . . . .	8



# 1. Podstawowe terminy

Ilekroć w niniejszym Programie Szkolenia będzie mowa o:

1.1. Ustawie - należy przez to rozumieć Ustawę z dnia 18 sierpnia 2011 r. o bezpieczeństwie osób przebywających na obszarach wodnych (Dz.U. 2011 nr 208 poz. 1240);

1.2. Rozporządzeniu - należy przez to rozumieć Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 21 czerwca 2012 r. w sprawie szkoleń w ratownictwie wodnym (Dz.U. 2012 nr 0 poz. 747);

1.3. Ratownika wodnym - na podstawie art. 2. p. 5. ustawy rozumie się przez to osobę posiadającą wiedzę i umiejętności z zakresu ratownictwa i technik pływackich oraz inne kwalifikacje przydatne w ratownictwie wodnym i posiadającą aktualne przeszkolenie z zakresu Kwalifikowanej Pierwszej Pomocy, zatrudnioną lub pełniącą służbę w podmiocie uprawnionym do wykonywania ratownictwa wodnego lub będącą członkiem tego podmiotu;

1.4. kadrze dydaktycznej - na podstawie § 3. rozporządzenia

- zajęcia teoretyczne i praktyczne szkolenia ratowników wodnych prowadzi ratownik wodny, posiadający co najmniej trzyletnie doświadczenie w wykonywaniu działań ratowniczych, aktualną wiedzę i umiejętności z zakresu objętego ramowym programem oraz przygotowanie pedagogiczne określone odrębnymi przepisami, lub instruktor posiadający przygotowanie pedagogiczne określone odrębnymi przepisami,
- zajęcia teoretyczne szkolenia ratowników wodnych może prowadzić osoba posiadająca specjalistyczną wiedzę z zakresu zagadnień objętych zakresem tematycznym szkolenia,
- zajęcia praktyczne szkolenia ratowników wodnych może, pod nadzorem osoby, o której mowa w zdaniu pierwszym, prowadzić ratownik wodny, który posiada aktualną wiedzę i umiejętności z zakresu objętego ramowym programem szkolenia oraz co najmniej dwunastomiesięczne doświadczenie w wykonywaniu działań ratowniczych;

1.5. Szkoleniu ratowników wodnych – rozumie się przez to szkolenie o którym mowa w art. 2., art. 15 ustęp 1 ustawy oraz w przepisach rozporządzenia.

1.6. Egzaminie – na podstawie § 4., § 5., § 6., § 7. rozporządzenia rozumie się przez to egzamin składający się z części teoretycznej i praktycznej, przeprowadzany przez komisje egzaminacyjne. Każda część egzaminu jest zaliczana oddzielnie.

Do egzaminu może przystąpić osoba, która uczestniczyła w zajęciach teoretycznych i praktycznych objętych programem szkolenia.

## **Egzamin teoretyczny**

1. jest przeprowadzany w formie testu ujętego w kartę testową, składającego się z zestawu 30 zadań testowych, zawierających po trzy propozycje odpowiedzi, z których tylko jedna jest prawidłowa. Za każdą prawidłową odpowiedź osoba zdająca uzyskuje 1 punkt, a za odpowiedź nieprawidłową – 0 punktów.
2. Zadania testowe przygotowuje komisja egzaminacyjna.
3. Karty testowe są zabezpieczone w sposób uniemożliwiający zapoznanie się z ich treścią przez osoby nieuprawnione. Usunięcie zabezpieczeń i ujawnienie treści kart testowych następuje w sali egzaminacyjnej po rozpoczęciu egzaminu teoretycznego.
4. W trakcie egzaminu teoretycznego jest zabronione wnoszenie lub usuwanie w inny sposób karty testowej z sali egzaminacyjnej.
5. Odpowiedzi na zadania testowe udziela się wyłącznie na karcie testowej.
6. Podstawą do zaliczenia egzaminu teoretycznego jest udzielenie prawidłowych odpowiedzi na co najmniej 80% zadań testowych zawartych w karcie testowej.
7. Do egzaminu praktycznego przystępuje się po uzyskaniu pozytywnego wyniku z egzaminu teoretycznego.



oraz

**Egzamin praktyczny** kończący szkolenie, obejmuje wykonanie przez osobę zdającą siedmiu zadań polegających na:

1. przepłynięciu sposobem dowolnym po skoku startowym 400 m w czasie nie dłuższym niż 8 min;
2. przepłynięciu dystansu 25 m pod lustrem wody z wydobyciem dwóch przedmiotów leżących w odległości od 2 m do 2,5 m po obu stronach linii płynięcia;
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 20 m, wydobyciu manekina położonego na dnie i na holowaniu go w pasie ratowniczym do brzegu na dystansie 20 m;
6. holowaniu tonącego bez przerwy i na 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.

Zadania egzaminu praktycznego, pkt 1–3, przeprowadza się na pływalni; pkt 4, przeprowadza się na wodach otwartych; pkt 5–7, przeprowadza się na wodach otwartych lub na pływalni.

**Egzaminy „poprawkowe”:**

1. W przypadku gdy osoba zdająca nie zaliczy egzaminu teoretycznego lub nie przystąpi do niego z ważnych przyczyn losowych, może ponownie przystąpić do egzaminu teoretycznego w następnym terminie wyznaczonym przez kierownika podmiotu uprawnionego do wykonywania ratownictwa wodnego prowadzącego szkolenie.
2. W razie niezaliczenia egzaminu praktycznego lub nieprzystąpienia do niego z ważnych przyczyn losowych można ponownie przystąpić do egzaminu praktycznego bez konieczności ponownego przystępowania do egzaminu teoretycznego.
3. W przypadkach, o których mowa wyżej, można przystąpić do egzaminu nie więcej niż dwa razy.
4. W razie uzyskania negatywnego wyniku we wszystkich terminach egzaminów (łącznie z poprawkowymi) konieczne jest powtórne odbycie szkolenia.

1.7. Komisji egzaminacyjnej – na podstawie § 8. Rozporządzenia jest to komisja, w której skład wchodzi dwie osoby:

1. przewodniczący – kierownik podmiotu uprawnionego do wykonywania ratownictwa wodnego prowadzącego szkolenie lub osoba przez niego wskazana;
2. członek – osoba nieprowadząca zajęć z osobami przystępującymi do egzaminu.

Każdy z członków komisji musi spełniać kryteria, jakie stawia się przed kadrą dydaktyczną.

W skład komisji egzaminacyjnych, nie może być powołana osoba, która jest małżonkiem lub krewnym albo powinowatym do drugiego stopnia włącznie – osoby składającej egzamin.

1.8. Zaświadczeniu – na podstawie § 9. rozporządzenia po pozytywnym zaliczeniu egzaminu, ratownicy wodni otrzymują zaświadczenie o ukończeniu szkolenia ratowników wodnych, uprawniające do pracy na wszystkich rodzajach akwenów, którego wzór stanowi załącznik do rozporządzenia.



## 2. Cele i efekty szkolenia

### 2.1. Cel główny

Celem głównym szkolenia jest przygotowanie osób zatrudnionych, pełniących służbę lub będących członkami podmiotów uprawnionych do wykonywania ratownictwa wodnego i do podejmowania działań ratowniczych.

Cele szczegółowe szkolenia to:

- 1) zdobycie i utrwalenie wiedzy z zakresu ratownictwa wodnego;
- 2) kształtowanie poczucia odpowiedzialności za jakość udzielonej pomocy;
- 3) kształtowanie właściwej postawy etycznej osób podejmujących czynności ratunkowe.

### 2.2. Efekty

Efekty pozostają w powiązaniu z wymaganiami wynikającymi z obowiązujących regulacji prawnych, dotyczących szkolenia i obowiązków zawodowych ratowników wodnych. W związku z tym każdy ratownik powinien posiadać wiedzę i umiejętności w zakresie:

1. prowadzenia działań ratowniczych i dokumentacji związanej z tymi działaniami, z uwzględnieniem specyfiki obszarów wodnych;
2. technik stosowanych w ratownictwie wodnym;
3. organizacji pracy ratowników, w tym kierowania zespołem ratunkowym;
4. realizacji akcji ratowniczych z wykorzystaniem sprzętu zalecanego w ratownictwie wodnym;
5. stosowania i dokumentowania procedur ratowniczych – w tym w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy;
6. prowadzenia działalności profilaktycznej i edukacyjnej dotyczącej bezpieczeństwa na obszarach wodnych;
7. współpracy z innymi służbami w ramach państwowego ratownictwa medycznego;
8. realizacji działań w ramach zintegrowanego systemu zarządzania bezpieczeństwem dla wyznaczonego obszaru wodnego;
9. podstaw prawnych dotyczących obszaru ratownictwa wodnego, prawa pracy, prawa karnego.

Ratownikiem wodnym powinna być osoba, będąca nie tylko doskonale przygotowana technicznie (w zakresie sprawności ratowniczej), ale także o nienagannej opinii, poczuciu odpowiedzialności za siebie i innych, rozumiejąca konieczność stałego podnoszenia kwalifikacji, dbająca o dobre imię organizacji i zawodu ratownika.

## 3. Uczestnicy

Uczestnikiem szkolenia realizowanego przez ODRZANSKIE RATOWNICTWO SPECJALISTYCZNE może być osoba, która:

1. Jest członkiem ORS.
2. Jest pełnoletnia lub niepełnoletnia, pod warunkiem, że w dniu egzaminu końcowego, będzie miała ukończony 16 rok życia; w przypadku takiej osoby wszelkie dokumenty muszą zostać dodatkowo podpisane przez opiekuna prawnego).
3. Wypełniła formularz zgłoszeniowy wraz z klauzulą o przetwarzaniu danych osobowych zgodnie z obowiązującymi w tym zakresie przepisami.
4. Zapoznała się i przyjęła do wiadomości treść Regulaminu szkolenia.
5. Dostarczyła oświadczenie o stanie zdrowia.
6. Opłaciła składkę członkowską na rok bieżący.
7. Dokonała wpłaty zaliczki na poczet kosztów kursu – najpóźniej w dniu rozpoczęcia szkolenia.
8. Dostarczyła zaświadczenie o ukończonym szkoleniu KPP (nie dotyczy tych osób, które będą realizowały to szkolenie w ORS), najpóźniej w dniu egzaminu końcowego.



9. Przedstawiła posiadanie innych kwalifikacji przydatnych w ratownictwie wodnym (patenty lub zaświadczenia o ukończeniu innych szkoleń spełniających warunek przydatności w ratownictwie wodnym).
10. Pozytywnie zaliczyła egzamin wstępny polegający na:
  - 1) przepłynięciu dystansu 200 metrów bez zatrzymania, trzema stylami (każdym z nich co najmniej 25 metrów: a) kraulem; b) żabką; c) na plecach.
  - 2) przepłynięciu 15 metrów pod lustrem wody.

## 4. Organizacja szkolenia

### 4.1. Informacje ogólne

1. Organizatorem szkolenia jest właściwa jednostka ORS.
2. Program szkolenia podstawowego obejmuje 63 godziny (wynikające z rozporządzenia) w podziale na:
  - 1) zajęcia teoretyczne – 20 godzin;
  - 2) zajęcia praktyczne – 43 godziny.
3. Każde, realizowane przez ORS szkolenie, zawiera tzw. panel dodatkowy, na który składa się wiedza i umiejętności przydatne w ratownictwie wodnym, w liczbie nie przekraczającej 10 godzin. W ramach panelu prowadzący szkolenie realizują zagadnienia, których włączenie uznają za podnoszące wartość merytoryczną kursu. Tematykę zajęć dodatkowych, zatwierdza Zarząd ORS.
4. W trakcie szkolenia, uczestnicy muszą odbyć co najmniej 10 – godzinne praktyki, na wybranej pływalni lub innym akwenu wodnym. Praktyki mają służyć zapoznaniu się z czynnościami służby ratowniczej na danym akwenu, a także rozszerzeniu wiedzy i umiejętności dotyczące specyfiki zawodu oraz organizacji pracy.
5. Szkolenia realizowane są w dwóch formach:
  - 1) jako kurs tzw. weekendowy – rozłożony w czasie;
  - 2) jako turnus szkoleniowy – skumulowany w czasie.
6. Organizator szkolenia zapewnia bazę dydaktyczną niezbędną do realizacji programu, której minimalne wymagania muszą spełniać zalecenia Ministra Spraw Wewnętrznych tj.:
  - 1) sale wykładowe lub seminaryjne wyposażone w sprzęt multimedialny do prowadzenia zajęć;
  - 2) pływalnię o wymiarach co najmniej 25 m x 10 m x 1,60 m, ze słupkami o wysokości co najmniej 70 cm do wykonania skoku;
  - 3) dostęp do zbiornika wodnego z naturalną linią brzegową, umożliwiającą swobodny dostęp do wody.
7. Za stronę formalną szkolenia odpowiada prezes terenowej jednostki ORS lub osoba przez niego upoważniona.
8. Zajęcia prowadzić mogą osoby spełniające wymagania (patrz rozdział 1, pkt 1.2. Kadra dydaktyczna).
9. W szkoleniu praktycznym udział może brać maksymalnie 15 osób, przypadających na jednego instruktora.
10. Schemat postępowania kadry szkoleniowej, określa przyjęta w ORS procedura, w odniesieniu do wszystkich czynności: rejestracji, realizacji, egzaminowania i dokumentowania procesu szkoleniowego.
11. Czynności związane z realizacją szkolenia:
  1. przed rozpoczęciem:
    - a) rejestracja szkolenia w biurze właściwej jednostki terenowej ORS z wyprzedzeniem co najmniej 14 – dniowym – przed dniem rozpoczęcia kursu, na obowiązującym formularzu zgłoszeniowym, wraz ze wskazaniem planowanej liczby uczestników, kadry instruktorskiej, terminu i miejsca realizacji zajęć;
    - b) zapoznanie kandydatów z wymaganiami i zasadami uczestnictwa w szkoleniu, a także z programem i regulaminem;
    - c) podanie informacji na temat: organizacji i kadry dydaktycznej, harmonogramu zajęć, sprzętu i wyposażenia niezbędnego do realizacji zajęć, kosztów szkolenia;
    - d) przedstawienie zasad bezpieczeństwa, a dla szkoleń pobytowych również kwestii związanych z warunkami zakwaterowania i wyżywienia;



- e) zapewnienie uczestnikom szkolenia warunków niezbędnych do bezpiecznej realizacji wszystkich części kursu, określonych w odrębnych przepisach oraz bazy szkoleniowej odpowiedniej dla formy prowadzonych zajęć;
  - f) wprowadzenie i bieżące uzupełnianie danych w dzienniku zajęć – podstawowym dokumencie, wymaganym do sprawozdania i rozliczenia szkolenia.
2. Czynności po zakończeniu szkolenia:
- a) podanie terminu i miejsca planowanego egzaminu końcowego;
  - b) przekazanie kompletnej dokumentacji szkolenia (dziennik szkolenia, protokół egzaminacyjny) do biura właściwej jednostki terenowej ORS, oraz kopii poświadczonej za zgodność z oryginałem, do biura Zarządu ORS – w terminie 14 dni od dnia ukończenia szkolenia.

## 4.2. Wykaz środków dydaktycznych

4.2.1 Organizator szkolenia zapewnia dla każdej grupy szkoleniowej:

- a) rzutki ratunkową – 5 szt.,
- b) koła ratunkowe – 3 szt.,
- c) liny ratownicze (lina nietonąca o średnicy 6–8 mm i długości 15 m) – 2 szt.,
- d) liny asekuracyjne (lina nietonąca o długości 80 m) z zasobnikiem – 2 szt.,
- e) bojki ratownicze typu SP – 15 szt.,
- f) pasy ratunkowe – 3 szt.,
- g) żerdź o długości minimum 4 m – 1 szt.,
- h) manekiny do nauki holowania (fantom osoby dorosłej koloru czerwonego w formie torsu, z pomalowaną twarzą na inny kolor, z krótkim odcinkiem ramienia, zawierający zakręcane otwory pozwalające napełnić go wodą) – 5 szt.,
- i) ratownicze łodzie wiosłowe z linkami zaburtową na całej długości burt, wiosłami i z cumami, o długości do 5 m – 3 szt.,
- j) deskę ratowniczą – 1 szt.,
- k) deskę ortopedyczną – 1 szt.

4.2.2 Uczestnik szkolenia powinien sobie zapewnić sprzęt ABC do nurkownia (płetwy, maskę i rurkę) oraz przybory do pisania.





## 5. Treści kształcenia

LP.	ZAGADNIENIE	CELE SZKOLENIA	LICZBA GODZIN	
			WYKŁADY	ĆWICZENIA
1.	Organizacja ratownictwa wodnego - podstawy prawne	<b>ZDOBYWANIE WIEDZY NA TEMAT</b>	<b>4</b>	<b>-</b>
		Podstaw prawnych funkcjonowania ratownictwa wodnego w RP	1	-
		organizacji ratownictwa wodnego w pozostałych systemach ratowniczych funkcjonujących na terenie RP	1	-
		prawnych aspektów pracy ratownika wodnego (kodeks karny, kodeks wykroczeń, kodeks cywilny, kodeks pracy)	2	-
2.	Organizacja pracy ratowników	<b>ZDOBYWANIE WIEDZY I UMIEJNOŚCI W ZAKRESIE</b>	<b>7</b>	<b>1</b>
		obowiązków i uprawnień ratowników wodnych	2	-
		specyfiki ratownictwa wodnego na wyznaczonych obszarach wodnych	2	1
		specyfiki działania ratownika wodnego na poszczególnych obszarach wodnych (lód, cieki, powódź, miejsca bagniste)	1	-
		hydrologii i meteorologii	0,5	-
		Zasad dokumentacji działań ratowniczych	0,5	-
		Metody komunikacji i współpracy w zespole ratowniczym	1	-
		oraz powinien posiadać umiejętność praktycznego stosowania wiedzy w działaniach ratowniczych.		
3.	Sprzęt wykorzystywany w ratownictwie wodnym	<b>ZDOBYWANIE WIEDZY I UMIEJNOŚCI W ZAKRESIE</b>	<b>3</b>	<b>15</b>
		Użycia sprzętu ratowniczego i pływającego wykorzystywanego w ratownictwie wodnym i jego zastosowania	1	2
		Prowadzenia akcji ratunkowych z wykorzystaniem sprzętu do ratownictwa wodnego	1	12
		Podstawowych prac bosmańskich	1	1



4.	Pływanie i techniki ratownictwa wodnego	<b>ZDOBYWANIE WIEDZY I UMIEJNOŚCI W ZAKRESIE</b>	<b>6</b>	<b>27</b>
		pływania stosowanego w ratownictwie wodnym,	0,5	2
		samoratownictwa,	0,5	2
		wykonania skoków ratunkowych i innych sposobów bezpiecznego wejścia do wody,	0,5	4
		pływania pod wodą i nurkowania,	0,5	3
		holowania osoby zagrożonej, co najmniej trzema sposobami,	1	6
		ewakuacji z wody i na lądzie,	1	1
		opanowania osoby tonącej pasywnej i ułożenia jej w pozycji do holowania,	1	3
		postępowania z osobą tonącą aktywną.	1	6

## 6. Szczegółowy zakres wiedzy i umiejętności

### 6.1. Organizacja ratownictwa wodnego - podstawy prawne

Zdobywanie wiedzy w zakresie (4HW):

#### 1. podstaw prawnych funkcjonowania ratownictwa wodnego w RP (1HW)

- Ustawa o bezpieczeństwie osób przebywających na obszarach wodnych z dnia 18 sierpnia 2011 roku; Dz. U. z 2011 r. Nr 208, poz. 1240 - Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 27 kwietnia 2010 roku w sprawie klasyfikacji zawodów i specjalności dla potrzeb rynku pracy oraz zakresu jej stosowania
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 23 stycznia 2012 roku w sprawie minimalnych wymagań dotyczących liczby ratowników wodnych zapewniających stałą kontrolę wyznaczonego obszaru wodnego (Dz. U. z 2012 r. poz. 108)
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 27 lutego 2012 roku w sprawie wymagań dotyczących wyposażenia wyznaczonych obszarów wodnych w sprzęt ratunkowy i pomocniczy, urządzenia sygnalizacyjne i ostrzegawcze oraz sprzęt medyczny, leki i artykuły sanitarne (Dz. U. z 2012 r. poz. 261)
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 6 marca 2012 roku w sprawie sposobu oznakowania i zabezpieczenia obszarów wodnych oraz wzorów znaków zakazu, nakazu oraz znaków informacyjnych i flag (Dz. U. z 2012 r. poz. 286) - Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 21 czerwca 2012 roku w sprawie szkoleń w ratownictwie wodnym (Dz. U. z 2012 r. poz. 747)
- Ustawa o PRM z dnia 8 września 2006 roku; Dz. U. z 2006 r. Nr 191, poz. 1410 - tekst ujednoczony
- Prawo o stowarzyszeniach z dnia 7 kwietnia 1989 roku; Dz. U. z 2001 r. Nr 79, poz. 855
- Statut ORS

#### 2. organizacji ratownictwa wodnego w pozostałych systemach ratowniczych funkcjonujących na terenie RP (1HW)

- Państwowa Straż Pożarna
- Pogotowie Ratunkowe
- Lotnicze Pogotowie Ratunkowe
- Policja
- BSR/SAR
- Ochotnicza Straż Pożarna
- Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe 9



- Mazurska Służba Ratownicza
  - Mazurskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe
  - Inne organizacje wykonujące działalność ratowniczą
3. prawnych aspektów pracy ratownika wodnego (kodeks karny, wykroczeń, cywilny, pracy) (2HW):
- formy zatrudnienia ratowników wodnych, bhp, czas pracy, odzież robocza, ubezpieczenie,
  - dobra chronione prawem inne niż życie i zdrowie, odpowiedzialność cywilna, ekonomiczna, wykroczeniowa i karna
  - odpowiedzialność Kierownika zespołu ratowniczego
  - prawa i obowiązki ratownika wodnego w zależności od formy zatrudnienia

## 6.2. Organizacja pracy ratowników

Zdobywanie wiedzy i kształcenie umiejętności w zakresie (7HW; 1HĆ)

### 1. obowiązków i uprawnień ratowników wodnych (2HW)

- obowiązki i uprawnienia ratownika wodnego wynikające z Ustawy o bezpieczeństwie osób przebywających na obszarach wodnych, KPP i Ustawy o PRM
- obowiązki ratownika wodnego przed, w trakcie i po zakończeniu dyżuru
- obowiązki kierownika zespołu ratowniczego

### 2. specyfiki ratownictwa wodnego na wyznaczonych obszarach wodnych (2HW) - pływalnie, parki wodne, kąpieliska śródlądowe, kąpieliska nadmorskie, miejsca wyznaczone do kąpielii

- definicja kąpielisk i miejsc wyznaczonych do kąpielii
- minimalne wymagania dotyczące liczby ratowników wodnych
- wyposażenie w sprzęt ratunkowy i pomocniczy, urządzenia sygnalizacyjne i ostrzegawcze oraz sprzęt medyczny, leki i artykuły sanitarne
- oznakowanie i zabezpieczenie obszarów wodnych oraz wzory znaków zakazu, nakazu oraz znaków informacyjnych i flag

### 3. specyfiki działania ratownika wodnego na poszczególnych obszarach wodnych (lód, cieki, powódź, miejsca bagniste) (2HW i 1HĆ)

- zasady bezpiecznej kąpielii
- samoratownictwo (1HĆ)
- przyczyny utonięć
- statystyki utonięć
- mechanizmy i charakterystyka zdarzeń, sposoby przeciwdziałania
- działania ratunkowe na poszczególnych obszarach wodnych i w czasie powodzi, w miejscach bagnistych, na ciekach, podczas załamania lodu
- przykład działania profilaktycznego na wybranym obszarze wodnym
- systemy zintegrowanego bezpieczeństwa wodnego

### 4. hydrologii i meteorologii (1HW)

- podstawowe zagadnienia z hydrologii ogólnej
- hydrologia kąpielisk oraz miejsc wykorzystywanych do kąpielii
- budowle hydrotechniczne i występujące przy nich zagrożenia
- skala stanu morza i skala Beauforta
- czynniki kształtujące pogodę
- przewidywanie pogody

### 5) dokumentacji działań ratowniczych (1HW)

- dziennik pracy ratowników wodnych
- dziennik pływania i eksploatacji silnika
- protokoły wypadków i zdarzeń



- procedury działań (instrukcje stanowiskowe, alarmowe)
- regulaminy
- zintegrowany system zarządzania bezpieczeństwem w zależności od obszaru wodnego
- umiejętność tworzenia i wdrażania dokumentacji działań ratowniczych oraz powinien posiadać umiejętność praktycznego stosowania wiedzy w działaniach ratowniczych

### 6.3. Sprzęt wykorzystywany w ratownictwie wodnym

Zdobywanie wiedzy i kształcenie umiejętności w zakresie:

1. sprzętu ratowniczego i pływającego wykorzystywanego w ratownictwie wodnym i jego zastosowania (1HW; 2HĆ)

- rodzaje, budowa, zalety i wady sprzętu ratowniczego (0,5HW)
- rodzaje, budowa, specyfika użycia sprzętu pływającego (0,5HW)
- manewry na obszarach wodnych z użyciem sprzętu ratowniczego i pływającego (2HĆ)

2. prowadzenia akcji ratunkowych (pośrednich i bezpośrednich) z wykorzystaniem sprzętu do ratownictwa wodnego (1HW; 12HĆ)

- taktyka działań ratowniczych (0,5HW)
- dobór sprzętu w zależności od stanu poszkodowanego, stopnia zagrożenia bezpieczeństwa ratownika, warunków hydrologicznych i obszaru wodnego (0,5HW)
- użycie sprzętu ratowniczego w prowadzeniu działań: (12HĆ)
- rzutka rękawowa
- żerdź
- boja SP
- pas „węgorz”
- koło ratunkowe
- lina asekuracyjna
- sprzęt ABC
- deska
- kajak
- łódź wiosłowa

3. podstawowych prac bosmańskich (1HW i 1HĆ)

- definicja prac bosmańskich (0,5HW)
- przygotowanie, przechowywanie i konserwacja sprzętu podręcznego (0,5HW i 0,5HĆ )
- węzły:
- ratowniczy pojedynczy na sobie / w ręku / podwójny / bosmański
- buchta mała
- zwykły
- ósemka
- półszytk, szytk
- palowy podwójny
- knagowy
- kluczka, kotwiczny
- prosty, reflowy
- szotowy/bram szotowy
- związ wantowy
- cumowy żeglarski
- flagowy/flagowy podwójny
- rzutkowy

oraz powinien posiadać umiejętność posługiwania się wymienionym sprzętem w działaniach ratowniczych.



## 6.4. Pływanie i techniki ratownictwa wodnego

Zdobywanie wiedzy i kształcenie umiejętności w zakresie:

1. pływania stosowanego w ratownictwie wodnym, (0,5HW i 2HĆ)
  - cechy czynności w stylach i sposobach pływania stosowanych w ratownictwie wodnym (W)
  - dobór stylów i sposobów pływania w zależności od podejmowanych działań ratowniczych (W)
  - nauka i doskonalenie sposobów pływania w ratownictwie: (2HĆ)
  - kraul na piersiach
  - kraul na grzbiecie
  - styl klasyczny
  - kraul ratowniczy
  - żaba ratownicza
  - żaba na grzbiecie
  - pływanie na boku z pracą nóg do kraula
  - pływanie na boku z pracą nóg do żaby
  - „dyrektorek”
  - pływanie stylami i sposobami w płetwach
2. samoratownictwa: (0,5HW i 2HĆ)
  - taktyka i sposoby postępowania przy samoratownictwie: (W)
  - wyziębienie
  - zmęczenie
  - prądy
  - wiry
  - wodorosty
  - kurcze mięśni
  - wywrotka jednostki pływającej
  - załamania lodu
  - nauka i doskonalenie sposobów samoratownictwa (2HĆ):
  - sposoby uwalniania się w wodzie:
  - objęcia (z przodu, z tyłu)
  - chwyt (za rękę, za gardło)
  - duszenia (z tyłu)
  - sposoby utrzymywania się na powierzchni wody i pozycje w przypadku kurczy mięśni
  - uda,
  - podudzia,
  - stopy,
  - brzucha,
  - grzbietu,
  - ramion,
  - krtani
  - techniki wypływania z wodorostów
  - zakładanie kamizelek asekuracyjnych, ratunkowych w wodzie na siebie
3. wykonania skoków ratunkowych i innych sposobów bezpiecznego wejścia do wody (0,5HW i 4HĆ),
  - charakterystyka skoków ratowniczych i sposobów bezpiecznego wejścia do wody (W)
  - dobór technik w zależności od obszaru wodnego i podejmowanych działań ratowniczych (W)
  - wykonywania skoków ratunkowych i innych sposobów bezpiecznego wejścia do wody (4HĆ):
  - skok ratowniczy
  - skok desantowy
  - skok ślizgowy
  - skok rozkroczny
  - skok wykroczny
  - skok na „bombę”
  - skok startowy



- pokonywanie płyczn
- skoki delfinowe

#### 4. pływania pod wodą i nurkowania, (0,5HW i 3HĆ)

- zasady bezpieczeństwa podczas nurkowania i pływania pod wodą (W)
- dobór technik w zależności od obszaru wodnego (W)
- wykorzystanie sprzętu ABC (W)
- metody prowadzenia poszukiwań podwodnych (W)
- nurkowanie i pływanie pod wodą (3HĆ):
- szczyryk: z miejsca, z napłynięcia
- zanurzenie grawitacyjne (ciche/desantowe/freedive)
- doskonalenie pływania w dal
- pływanie pod wodą strzałką, „żabką”, blisko dna, bokiem
- pływanie pod wodą w płetwach
- nurkowanie i pływanie z wykorzystaniem sprzętu ABC
- prowadzenie poszukiwań podwodnych z wykorzystaniem poznanych metod
- nurkowanie i pływanie zadaniowe

#### 5. holowania osoby zagrożonej (1HW i 6HĆ)

- cechy czynności w sposobach holowania stosowanych w ratownictwie wodnym (W)
- dobór sposobów holowania w zależności od stanu poszkodowanego, posiadanego sprzętu i obszaru wodnego (W)
- bezpieczeństwo ratownika podczas holowania osoby poszkodowanej (W)
- stabilizacja przyrządowa i bezprzyrządowa osoby z podejrzeniem urazu kręgosłupa i przejście do holowania (ĆW),
- holowanie osoby zmęczonej w 1R, 2R i 3R (ĆW),
- holowanie osoby zmęczonej przy użyciu sprzętu: SP, „węgorz”, lina asekuracyjna (ĆW),
- holowanie osoby pasywnej (ĆW),
- za doły pachowe (bez sprzętu i ze sprzętem),
- za żuchwę (jednorącz i oburącz)
- opanowanie osoby sposobem żeglarskim i przejście do holowania (ĆW),
- holowanie osoby z podejrzeniem urazu kręgosłupa (ĆW)

#### 6. ewakuacji z wody i na lądzie (1HW i 1HĆ)

- cechy czynności w sposobach ewakuacji z wody i na lądzie (W)
- dobór sposobów ewakuacji z wody i na lądzie w zależności posiadanego sprzętu, obszaru wodnego, stanu poszkodowanego i okoliczności (W),
- wnoszenie poszkodowanego z wody (Ć):
- na sobie (po drabinie pionowo) na grzbiecie ratownika (na brzeg, łódź, podejrzeniem z urazem kręgosłupa), na biodrze,
- na brzeg dosiężny w 2R do siadu, leżenia na brzuchu,
- chwyt Rauteka
- ewakuacja poszkodowanego z miejsca zagrożonego na lądzie (Ć)
- chwyt Rauteka w 1R i 2R
- chwyt „strażacki”
- chwyt za biodra i ułożenie poszkodowanego na ramieniu
- wnoszenie poszkodowanego na rękach oburącz z przodu

#### 7. opanowania osoby tonącej pasywnej i ułożenia jej w pozycji do holowania (1HW i 3HĆ)

- dobór technik i zasady opanowywania i układania do holowania w zależności od obszaru wodnego i okoliczności zdarzenia (W)
- doskonalenia technik opanowania osoby tonącej pasywnej i ułożenia jej w pozycji do holowania (3HĆ):



- podjęcie osoby pasywnej z powierzchni wody i ułożenie do holowania (za doły pachowe)
  - podjęcie osoby pasywnej z dna (do 4 m), wydobywanie na powierzchnię i ułożenie do holowania (za doły pachowe)
  - podjęcie osoby pasywnej z podejrzeniem urazu kręgosłupa i przejście do holowania
8. postępowania z osobą tonącą aktywną (1HW i 6HĆ)
- bezpieczeństwo własne ratownika (W)
  - postępowanie w przypadku bezpośredniego kontaktu z osobą ratowaną (W)
  - pod pływanie i podanie sprzętu osobie ratowanej (Ć)
  - nawiązywanie kontaktu z osobą ratowaną (Ć)
  - doskonalenie sposobów opanowania osoby aktywnej (Ć)
  - doskonalenie sposobów uwalniania się z chwytów i objęć (4HĆ)

