

PROGRAM KURSU PRZYGOTOWUJĄCEGO DO EGZAMINU NA STOPIEŃ RATOWNIKA WOPR

SPIS TREŚCI

- I. Wstęp
- II. Cel kursu
- III. Założenia organizacyjne
- IV. Wymagania formalne
- V. Egzamin wstępny
- VI. Zestawienie przedmiotów i tematów zajęć dydaktycznych
- VII. Wykaz środków dydaktycznych
- VIII. Algorytm czynności administracyjnych
- IX. Karta umiejętności

I. WSTĘP

Realizacja misji Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego – działania na rzecz zmniejszania liczby osób tonących w wodach polskich – wymaga dobrze przygotowanej kadry ratowników. WOPR jest stowarzyszeniem specjalistycznym, którego celem jest organizowanie pomocy oraz ratowanie osób, które uległy wypadkowi lub narażone są na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia na wodach.

WOPR współdziała z organami administracji rządowej, samorządowej oraz innymi podmiotami zainteresowanymi bezpieczeństwem i porządkiem na wodach. Ratownicy WOPR angażują się w przedsięwzięcia na rzecz ochrony środowiska naturalnego, w szczególności wodnego. Programowanie i prowadzenie profilaktycznej działalności w zakresie bezpieczeństwa na wodach i ochrony środowiska wodnego pozwala kreować nową jakość korzystania z wód. WOPR jest przygotowany do udziału w akcjach ratowniczych podczas zagrożeń powszechnych, katastrof naturalnych i awarii technicznych na wodach.

Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe jest członkiem International Life Saving (ILS) oraz ILS Federation of Europe, wyznaczającej standardy wyszkolenia ratowników wodnych. Prowadzone kursy i szkolenia specjalistyczne z zakresu ratownictwa wodnego oraz doskonalenie umiejętności ratowniczych, a następnie określanie uprawnień do prowadzenia działań ratowniczych i nadawania stopni - w zależności od posiadanych kwalifikacji - stanowi gwarancję dobrego przygotowania kadry WOPR.

WOPR prowadzi rekrutację ratowników spośród szerokiej rzeszy zgłaszającej się do niego młodzieży, z której najsprawniejsi, najbardziej odpowiedzialni i zaangażowani zostają ratownikami wodnymi. Stawiane, wobec ratowników, wymagania są bardzo wysokie, precyzyjne i zgodnie z kompetencjami – ratownik WOPR powinien umieć nieść pomoc na wodach.

Struktury organizacyjne WOPR tworzy zgodnie z podziałem administracyjnym kraju w miejscach, gdzie zachodzi taka potrzeba i gdzie wody, kąpieliska, pływalnie oraz parki wodne są ogólnie dostępne. Zapewnienie bezpieczeństwa osobom pływającym, kąpiącym się w miejscach wyznaczonych oraz osobom uprawiającym sporty wodne należy zarówno do osób prawnych i fizycznych prowadzących nad wodą działalność w tym zakresie, jak i do organów administracji rządowej i właściwych terytorialnie gmin.

W powiatach i gminach WOPR powinien się pojawiać zgodnie z oczekiwaniami władz oraz administracji państwowej i samorządowej. Biorąc pod uwagę zakres działań ratowników WOPR i specyfikę ich pracy konstrukcja *Programu kursu przygotowującego do egzaminu na stopień ratownika WOPR* uwzględnia odpowiednio przygotowany materiał teoretyczny utrzymany w konwencji układu przedmiotowego i specyfiki zagadnień specjalistycznych, pozwalający przygotować absolwentów do wykonywania zadań, wymagających specjalistycznej wiedzy i umiejętności.

II. CEL KURSU

Celem kursu jest przygotowanie do egzaminu na stopień Ratownika WOPR uprawniającego pełnoletniego ratownika do samodzielnej pracy na pływalniach i parkach wodnych oraz w zespole ratowników pod nadzorem ratownika wodnego na kąpieliskach, pływalniach i w parkach wodnych, a także podczas zorganizowanych form turystyki oraz w czasie imprez na wodach i nad wodami, a w szczególności:

- 1) samoratownictwa;
- 2) prowadzenia działań profilaktycznych i prewencyjnych;
- 3) zapewnienia bezpieczeństwa na kąpieliskach, pływalniach i w parkach wodnych;
- 4) prowadzenia akcji ratowniczych;
- 5) używania sprzętu ratowniczego;
- 6) udzielania pierwszej pomocy;
- 7) kształtowania postaw prozdrowotnych i proekologicznych.

III. ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNE

1. Organizatorem kursu są jednostki organizacyjne WOPR.
2. Program kursu powinien być zrealizowany w czasie od 32 do 64 jednostek dydaktycznych (jednostka dydaktyczna wynosi 45').
3. Szczegółową ilość jednostek dydaktycznych ustala jednostka organizacyjna w zależności od liczby uczestników, dostępnych pomocy dydaktycznych, warunków organizacyjnych, sprzętowych, lokalowych i atmosferycznych.
4. Zajęcia praktyczne odbywają się na wodach, na których nie ma zakazu pływania i kąpieli.
5. Kurs może być zorganizowany w formie stacjonarnej lub w formie zajęć cyklicznych.
6. Za stronę formalną odpowiedzialny jest kierownik kursu.
7. Za stronę programową kursu odpowiedzialny jest prowadzący kurs instruktor WOPR.
8. Kandydaci na kurs przyjmowani są po spełnieniu wymogów formalnych.
9. Kursy R WOPR należy realizować zgodnie z algorytmem czynności zawierającej elementy rejestracji, realizacji, egzaminowania, rozliczania, obsługi Centralnej Ewidencji (CE) WOPR, przydzielania punktów specjalizacyjnych oraz zawiera wzory dzienników, pieczęci, identyfikatorów, zaświadczeń, regulaminów, standardów wyposażenia.

IV. WYMAGANIA FORMALNE

1. Uczestnik ma mieć ukończony 16 rok życia.
2. Uczestnik ma posiadać:
 - a) stopień młodszego ratownika WOPR;
 - b) ważną legitymację członka WOPR z poświadczeniem lekarskim o zdolności do pracy w charakterze ratownika na dany rok;
 - c) specjalną kartę pływacką;
 - d) patent lub uprawnienie przydatne w ratownictwie wodnym.

V. SPRAWDZIAN WSTĘPNY

1. Przepłynięcie dystansu 100 m sposobem dowolnym w czasie poniżej 1' 50" wyłącznie na piersiach.
2. Przepłynięcie pod wodą dystansu co najmniej 15m bez łamania powierzchni wody.

VI. ZESTAWIENIE PRZEDMIOTÓW I TEMATÓW ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

LP	Tematyka zajęć
1	Sprawdzian wstępny
1	Egzamin praktyczny
2	Wiadomości ogólne i profilaktyka
1	Cel, zadania, rola i struktura WOPR
2	R WOPR – uprawnienia, system szkolenia, program kursu
3	Działania profilaktyczne i prewencyjne
3	Organizacja pracy ratowników wodnych
1	Aktualne przepisy dotyczące bezpieczeństwa na obszarach wodnych
2	Obowiązki ratownika WOPR na pływalniach, parkach wodnych, kąpieliskach śródlądowych i morskich
3	Organizacja i dokumentacja pracy ratowników na różnych obiektach
4	Pierwsza pomoc
1	BLS (dorosły, dziecko, niemowlę), RKO jedno i dwuosobowe, zastosowanie sprzętu do RKO, w tym maseczki jedno i wielokrotnego użycia)
2	Unieruchomienie na desce ortopedycznej
3	Doskonalenie pierwszej pomocy w: hipotermii, udarze słonecznym, poparzeniach, urazach narządu ruchu, skaleczeniach i krwotokach
4	Postępowanie w zdarzeniach: wstrząs, zadławienie, hipertermia, obrażenia kręgosłupa i głowy, użądlenia, ukąszenia, ugryzienia, opieka rekonwalescencyjna
5	Rodzaje pozycji stosowanych w ratownictwie: zastana, przeciwwstrząsowa, przeciwważowa, przy urazach brzucha
5	Pływanie i techniki ratownictwa wodnego
1	Pływanie stylowe
2	Samoratownictwo
3	Skoki ratownicze i sposoby pływania stosowane w ratownictwie wodnym
4	Nurkowanie oraz posługiwanie się sprzętem ABC
5	Sposoby holowania osoby ratowanej
6	Ewakuacja na łódzie (chwyt Rauteka, deska)
7	Uwalnianie się od chwytów i objęć tonącego na łódzie, w wodzie płytkiej i głębokiej
8	Posługiwanie się podręcznym sprzętem ratowniczym (boja SP, pas, żerdź, rzutka rękawowa, koło ratunkowe, lina, lina asekuracyjna) oraz wykonywanie podstawowych prac bosmańskich
9	Symulowane akcje ratownicze
6	Posługiwanie się łodzią wiosłową
1	Budowa, rodzaje i wyposażenie łodzi ratowniczej
2	Nauka i doskonalenie wiosłowania dwoma i jednym wiosłem
3	Pływanie zadaniowe
4	Symulowane akcje ratownicze przy użyciu łodzi wiosłowej

VII. WYKAZ ŚRODKÓW DYDAKTYCZNYCH

A. Środki dydaktyczne na 6-osobową grupę szkoleniową

LP	Nazwa sprzętu	Ilość (szt.)
1	Łódź ratownicza	2
2	Rzutka rękawowa	3
3	Koła ratunkowe	2
4	Lina	3
5	Bojka SP	6
6	Pas ratowniczy	6
7	Lina asekuracyjna	2
8	Żerdź	2
9	Manekiny do nauki holowania	2
10	Koc do nauki pozycji bezpiecznej	1
11	Deska ortopedyczna	2
12	Apteczka R-1	2
13	Sprzęt do nauki resuscytacji wraz z komputerem	1
14	Zestaw multimedialny na kursie przygotowującym do egzaminu	1

B. Pomoce dydaktyczne dla uczestnika

LP	Nazwa sprzętu
1	Osobiste maseczki do nauki wentylacji
2	Prezentacje wykładów w formie multimedialnej
3	Karta umiejętności i harmonogramy zajęć
4	Materiały przygotowujące do zdania testu wiedzy
5	Indywidualny sprzęt ABC

VIII. ALGORYTM CZYNNOŚCI ADMINISTRACYJNYCH

A. Czynności przed rozpoczęciem kursu

1. Rejestracja kursu w biurze jednostki WOPR na 7 dni przed rozpoczęciem kursu wg karty zgłoszeniowej uwzględniającej planowaną ilość uczestników, kadre instruktorską, termin i miejsce realizacji zajęć.
2. Pobranie z jednostki WOPR opieczętowanego i zarejestrowanego dziennika zajęć, kart ewidencyjnych oraz zgłoszeń do ubezpieczenia.
3. Zapoznanie uczestników z programem i regulaminem kursu uwzględniającego nazwę, adres organizatora kursu, imiona i nazwiska kadry instruktorskiej w tym kierownika kursu, harmonogram zajęć i miejsca realizacji, wykaz sprzętu i wyposażenia niezbędnego do realizacji zajęć, cenę kursu, zakres usług objętych tą ceną, zasady kwalifikowania osób na kurs, ilość uczestników przypadających na prowadzącego.
4. Przedstawienie reguł zachowania się uczestników w czasie realizacji zajęć oraz zasady bezpieczeństwa, a dla kursów pobytowych również warunki zakwaterowania i wyżywienia.
5. Ubezpieczenie kursantów od następstw nieszczęśliwych wypadków na zasadach ogólnych.
6. Zapewnienie uczestnikom kursu warunków bezpieczeństwa, warunków sanitarno-higienicznych określonych w odrębnych przepisach i bazy szkoleniowej odpowiedniej dla formy prowadzonych zajęć.
7. Dopuszczenia do uczestnictwa w zajęciach wyłącznie osób posiadających zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w tych zajęciach lub składających podpisane własnoręcznie, a w przypadku osób niepełnoletnich przez przedstawiciela ustawowego, oświadczenie o zdolności do udziału w zajęciach.
8. Na każdym kursie musi być prowadzony dziennik zajęć zawierający imienną listę uczestników zajęć wraz z numerem legitymacji, zgodny ze wzorem, który stanowi załącznik nr 1 do niniejszego programu, wypełniony zgodnie z instrukcją.

B. Czynności po zakończeniu kursu

1. Przekazanie kompletnej dokumentacji kursu (dziennik kursu z zaświadczeniami lekarskimi i kartami umiejętności).
2. Rozliczenie finansowe w biurze jednostki WOPR zgodnie z kalkulacjami kosztów kursu zatwierdzonymi przez jednostki WOPR.
3. Dokumentację kursu przechowuje jednostka WOPR.

C. Czynności po egzaminie

1. Pobranie z biura jednostki WOPR wypełnionych legitymacji i kart identyfikacyjnych.
2. Uroczyste wręczenie kart identyfikacyjnych ratownikom WOPR.

IX. KARTA UMIEJĘTNOŚCI

KARTA UMIEJĘTNOŚCI RATOWNIKA WOPR			
..... (nazwisko i imię)			
LP	UMIEJĘTNOŚCI PŁYWACKIE	T	ZAL
1	Przepełnienie dystansu 100 m sposobem dowolnym w czasie poniżej 1'40''		
2	Przepełnienie dystansu 300 m sposobem dowolnym w płetwach w czasie poniżej 4'30''		
3	Przepełnienie pod wodą dystansu co najmniej 25 m bez łamania linii powierzchni wody		
4	Przepełnienie dystansu 300 m sposobem dowolnym w czasie poniżej 9'		
LP	UMIEJĘTNOŚCI RATOWNICZE	T	ZAL
1	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej:		
	a Zademonstrowanie techniki prawidłowego dopłynięcia do tonącego		
	b zademonstrowanie 3 technik uwalniania się od chwytów		
	c holowanie tonącego na dystansie 25 m z użyciem 3 technik		
2	Zaprezentowanie umiejętności technik ratowania wg zadanego schematu w czasie poniżej 2' w ubiorze t-shirt i szorty		
	a skok lub wejście do wody		
	b przepełnienie dystansu 25 m stylem dowolnym		
	c zanurkowanie z powierzchni wody na głębokość co najmniej 1,5 m do manekina lub osoby		
	d podniesienie manekina lub osoby i holowanie na dystansie co najmniej 25 m		
	e bezpośrednio po holowaniu prawidłowe postępowanie z tonącym (WBLS - dorośli) na manekinie przez co najmniej 3'		
	f wydobycie osoby z wody na brzeg i zademonstrowanie technik przenoszenia		
3	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej przy użyciu co najmniej 2 wybranych rodzajów podręcznego sprzętu ratowniczego wraz z uzasadnieniem wyboru		
4	Symulowane akcje BLS i WBLS - dorośli, dziecko, niemowlę		
5	Zaprezentowanie technik pierwszej pomocy		
	a wstępna ocena stanu osoby poszkodowanej		
	b postępowanie z osobą przy urazach wstrząs, zadławienie, hipertermia, obrażenia kręgosłupa i głowy, użądlenia, ukąszenia, ugryzienia, opieka rekonwalescencyjna.		