

# **PROGRAM KURSU PRZYGOTOWUJĄCEGO DO EGZAMINU NA STOPIEŃ RATOWNIKA WODNEGO PŁYWALNI**

## **SPIS TREŚCI**

- I. Wstęp
- II. Cel kursu
- III. Założenia organizacyjne
- IV. Wymagania formalne
- V. Sprawdzian 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, 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 wodny pływalni 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 Wodnego Pływalni* 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.

Ratownik wodny – pływalni jest specjalistą w zakresie bezpieczeństwa pływalni i parków wodnych, udziela kwalifikowanej pierwszej pomocy i może pełnić funkcje kierownika zespołu ratowników.

## **II. CEL KURSU**

Celem kursu jest przygotowanie do egzaminu na stopień ratownika wodnego – pływalni, uprawniający ratownika do samodzielnej pracy na pływalniach i w parkach wodnych oraz w zespole ratowników na pływalniach i w parkach wodnych, a także w czasie imprez na tych obiektach a w szczególności:

- 1) pełnienie funkcji ratownika;
- 2) kierowanie zespołem ratowników;
- 3) prowadzenie interwencji i akcji ratowniczych;
- 4) udzielanie Kwalifikowanej Pierwszej Pomocy;
- 5) podejmowanie działań profilaktycznych i prewencyjnych.

## **III. ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNE**

1. Organizatorem kursu są jednostki WOPR.
2. Program kursu powinien być zrealizowany w czasie od 8 do 24 jednostek dydaktycznych (jednostka dydaktyczna wynosi 45').
3. Szczegółową ilość jednostek dydaktycznych ustala właściwa jednostka WOPR w zależności od liczby uczestników, dostępnych pomocy dydaktycznych, warunków organizacyjnych, sprzętowych i lokalowych.
4. Zajęcia praktyczne i zaliczenia odbywają się w parku wodnym lub pływalni.
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 RWP 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 18 rok życia.
2. Uczestnik ma posiadać:
  - 1) stopień ratownika WOPR;
  - 2) ważne zaświadczenie o ukończeniu kursu Kwalifikowanej Pierwszej Pomocy i uzyskaniu tytułu ratownika w rozumieniu ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym;
  - 3) ważną legitymację członka WOPR z poświadczeniem lekarskim o zdolności do pracy w charakterze ratownika na dany rok kalendarzowy;
  - 4) dwa patenty lub uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym;
  - 5) udokumentowane odbycie 100 godzin stażu ratownika WOPR, w tym 50 godzin na pływalni lub parku wodnym.

## **V. SPRAWDZIAN WSTĘPNY**

1. Przepłynięcie dystansu 50 m kraulem ratowniczym w czasie poniżej 50".
2. Przepłynięcie dystansu 400 m stylem dowolnym w czasie poniżej 8'.
3. Przepłynięcie 25 m pod wodą i wydobywanie 3 przedmiotów leżących w promieniu 5 m od siebie na głębokości od 2 do 4 m.

## **UWAGA**

Ze sprawdzianu wstępnego zwolnieni są kandydaci, którzy ukończyli pozytywnie w przeciągu ostatniego roku jeden z dwóch pozostałych stopni zawodowych.

## VI. ZESTAWIENIE PRZEDMIOTÓW I TEMATÓW ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

LP	Tematyka zajęć
<b>1</b>	<b>Sprawdzian wstępny</b>
<b>2</b>	<b>Wiadomości ogólne i profilaktyka</b>
	1 Cel, zadania, rola i struktura WOPR
	2 Ratownik wodny pływalni – uprawnienia, system szkolenia, program kursu
	3 Działania profilaktyczne i prewencyjne
<b>3</b>	<b>Zagadnienia prawne, taktyka</b>
	1 Aktualne przepisy dotyczące bezpieczeństwa
	2 Obowiązki i odpowiedzialność ratownika oraz zasady kierowania zespołem
	3 Sporządzanie zintegrowanego systemu zarządzania bezpieczeństwem dla pływalni i parku wodnego (procedury postępowania)
	4 Dokumentacja pracy na pływalniach i parkach wodnych
<b>4</b>	<b>Umiejętności pływackie i techniki ratownictwa wodnego w parkach wodnych i pływalniach</b>
	1 Doskonalenie pływania stylowego
	2 Sposoby pływania stosowane w ratownictwie wodnym
	3 Nurkowanie
	4 Skoki ratownicze
	5 Sposoby holowania osoby ratowanej
	6 Sposoby wyciągania z wody
	7 Akcje udzielania pomocy w wodzie osobie z podejrzeniem urazu kręgosłupa, z deską ortopedyczną i bez deski
	8 Ewakuacja na lądzie w zależności od stanu osoby (chwyt Rauteka, deska ortopedyczna) i miejsca zdarzenia (basen, hala basenowa, lądowisko, klatka schodowa itp.)
	9 Posługiwanie się podręcznym sprzętem ratowniczym – żerdź, boja SP, pas, koło oraz apteczka R-1
	10 Symulowane akcje ratownicze

## VII. WYKAZ ŚRODKÓW DYDAKTYCZNYCH

### A. Środki dydaktyczne na 6 osobową grupę szkoleniową

LP	RODZAJ SPRZĘTU	ILOŚĆ (SZT.)
1	Rzutka rękawowa	3
2	Koła ratunkowe	3
3	Lina	3
4	Bojka SP	6
5	Pas ratowniczy	6
6	Żerdź	3
7	Manekiny do nauki holowania	2
8	Koc do nauki pozycji bezpiecznej	1
9	Deska ortopedyczna	2
10	Apteczka R-1	2
11	Sprzęt do nauki resuscytacji wraz z komputerem	1
12	Zestaw multimedialny	1

## **B. Pomoce dydaktyczne dla każdego uczestnika:**

<b>LP</b>	<b>NAZWA</b>
1	Osobiste maseczki do nauki wentylacji
2	Prezentacje wykładów w formie multimedialnej
3	Karta umiejętności i harmonogramy zajęć

## **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 biura 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 jednostkę WOPR.
3. Dokumentację kursu przechowuje uprawniona jednostka WOPR.

## IX. KARTA UMIEJĘTNOŚCI RATOWNIKA WODNEGO PŁYWalNI

..... (nazwisko i imię)			
LP	UMIEJĘTNOŚCI RATOWNICZE	T	ZAL
1	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej z podręcznym sprzętem ratowniczym wg zadanego schematu w czasie do 2' :		
	a wejście do wody		
	b przepłynięcie 25 m st. dowolnym z głową nad powierzchnią wody		
	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 do krawędzi pływalni		
	e wyciągnięcie tonącego z wody na brzeg		
2	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej z brzegu przy użyciu sprzętu (rzutki, liny lub koła) do przytomnego tonącego na odległość co najmniej 10 m		
3	Wyciągnięcie z niecki oraz ewakuacja poszkodowanego przytomnego na odległość 25 m używając deski ortopedycznej,		
4	Przeprowadzenie kwalifikowanego RKO z użyciem zestawu R-1 wg wylosowanego scenariusza (dorosły, dziecko, niemowlę, działania jedno i dwu osobowe)		
5	Przeprowadzenie KPP z użyciem apteczki R-1 wg wylosowanego scenariusza (wstrząs, krwawienia, obrażenia, obrażenia kręgosłupa)		
6	Sporządzanie zintegrowanego systemu zarządzania bezpieczeństwem parku wodnym i pływalni		
	a przedstawienie procedur postępowania		
	b umiejętność rozwiązywania problemów przeszkadzających realizacji procedur		
	c opracowanie podstawowej procedury ratunkowej dla danego obiektu		
	d przećwiczenie opracowanej podstawowej procedury		
	e modyfikacja i przedstawienie podstawowej procedury ratunkowej		
7	Określenie i opisanie kwestii związanych z miejscem pracy		
	a Umiejętność dokonania charakterystyki obiektu pod względem bezpieczeństwa, z uwzględnieniem informacji o infrastrukturze, środowisku, właściwościach geograficznych i demograficznych		
	b Wskazanie służb działających w zakresie bezpieczeństwa i porządku publicznego, określenia zakresu współpracy		
	c umiejętność odnalezienia i oznaczenia na planie ogólnodostępnych środków ratowniczych		
	d umiejętność natychmiastowego przekazania informacji o obiekcie i warunkach bezpieczeństwa osobom korzystającym, w tym przedstawicielom mediów		