

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

## **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 morski 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 morskiego* 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 morski jest specjalistą w zakresie bezpieczeństwa na kąpieliskach oraz wodach przybrzeżnych i wewnętrznych morskich, udziela kwalifikowanej pierwszej pomocy i jest przygotowany do pełnienia funkcji kierownika zespołu ratowników.

## **II. CEL KURSU**

Celem kursu jest przygotowanie do egzaminu na stopień ratownika wodnego morskiego, ratownika, uprawniającego go zarówno do pracy samodzielnej, jak i pracy w zespole ratowników na kąpieliskach oraz wodach przybrzeżnych i wewnętrznych morskich, a także podczas zorganizowanych form turystyki na wodach, a w szczególności:

- 1) pełnienie funkcji ratownika;
- 2) kierowanie zespołem ratowników;
- 3) prowadzenie interwencji i akcji ratowniczych;
- 4) udzielanie kwalifikowanej pierwszej pomocy;
- 5) prowadzenie działań ratowniczych w ramach systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego i innych systemów bezpieczeństwa;
- 6) podejmowanie działań profilaktycznych i prewencyjnych.

## **III. ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNE**

1. Organizatorem kursu są jednostki WOPR.
2. Program kursu powinien być zrealizowany w czasie od 16 do 32 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 morskich.
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 RWM 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 Medycznych;
  - 3) ważną legitymację członka WOPR z poświadczeniem lekarskim o zdolności do pracy w charakterze ratownika na dany rok kalendarzowy;
  - 4) posiadać patent sternika motorowodnego lub sternotorzysty i innego patentu lub uprawnienia przydatnego w ratownictwie wodnym;
  - 5) udokumentowane odbycie 100 godzin stażu ratownika WOPR, w tym 50 godzin na kąpielisku morskim.

## **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**

1. Sprawdzenie wstępne może odbywać się na pływalni.
2. Ćwiczenia i zaliczenia muszą się odbywać na wodach morskich.
3. 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>
	1	Egzamin praktyczny
<b>2</b>		<b>Wiadomości ogólne i profilaktyka</b>
	1	Cel, zadania, rola i struktura WOPR
	2	Ratownik wodny morski – 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. Funkcje w zespole ratowników. Kierowanie zespołem.
	3	Zintegrowany system zarządzania bezpieczeństwem dla kąpieliska morskiego (taktyka i procedury postępowania)
	4	Dokumentacja pracy na kąpielisku morskim
	5	Elementy hydrologii morskich wód przybrzeżnych. Wybór miejsca i przygotowanie kąpieliska nad morzem.
	6	Nadmorskie budowle wodne i występujące przy nich zagrożenia. Ochrona środowiska wodnego.
<b>4</b>		<b>Techniki ratownictwa wodnego na wodach morskich</b>
	1	Akcje ratownicze przy użyciu ratowniczego sprzętu podręcznego: koło, pas, boja SP, rzutka rękawowa, lina asekuracyjna, lina.
	2	Zespołowe akcje ratownicze przy użyciu liny asekuracyjnej.
	3	Akcje penetracji dna przy użyciu sprzętu ABC.
	4	Akcje udzielania pomocy w wodzie osobie z podejrzeniem urazu kręgosłupa, z deską ortopedyczną i bez deski.
	5	Akcje ratownicze przy użyciu kajaka i deski.
	6	Akcje ratownicze przy użyciu łodzi wiosłowej.
	7	Akcje ewakuacyjne osób zagrożonych z wody i plaży w zależności od stanu zdrowia i ukształtowania terenu.
	8	Akcje ratownicze na wodach morskich bez użycia sprzętu
	9	Symulowane akcje ratownicze.

## VII. WYKAZ ŚRODKÓW DYDAKTYCZNYCH

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

LP	RODZAJ SPRZĘTU	ILOŚĆ (szt.)
1	Wiosłowa łódź ratownicza typu BL	3
2	Rzutka rękawowa	3
3	Koła ratunkowe	3
4	Lina	3
5	Bojka SP	6
6	Pas ratowniczy	6
7	Lina asekuracyjna	2
8	Kajak i deska ratownicza	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	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 jednostki WOPR opieczetowanego 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, zgodnym z 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, karty ewidencyjne ze zdjęciami).
2. Rozliczenie finansowe w biurze jednostki WOPR zgodnie z kalkulacjami kosztów kursu zatwierdzonymi przez jednostki WOPR.
3. Dokumentację kursu przechowuje uprawniona jednostka WOPR.

**IX. KARTA UMIEJĘTNOŚCI RATOWNIKA WODNEGO ŚRÓDLĄDOWEGO**

..... (nazwisko i imię)

LP	UMIEJĘTNOŚCI RATOWNICZE	T	ZAL
<b>1</b>	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej bez sprzętu ratowniczego wg poniższego schematu:		
	<b>a</b> wejście do wody, pokonanie płycizny i dopłynięcie		
	<b>b</b> opanowanie tonącego		
	<b>c</b> holowanie na dystansie co najmniej 100 m do brzegu		
	<b>d</b> wyciągnięcie tonącego z wody na brzeg i ułożenie do zabiegów KPP		
<b>e</b> udzielenie KPP wg zadanego scenariusza			
<b>2</b>	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej z podręcznym sprzętem ratowniczym wg poniższego schematu:		
	<b>a</b> wejście do wody ze sprzętem, pokonanie płycizny i dopłynięcie		
	<b>b</b> opanowanie osoby tonącej i zabezpieczenie jej przy użyciu podręcznego sprzętu ratowniczego		
	<b>c</b> holowanie na dystansie co najmniej 100 m do brzegu		
	<b>d</b> wyciągnięcie tonącego z wody na brzeg i ułożenie do zabiegów KPP		
<b>e</b> udzielenie KPP według zadanego scenariusza			
<b>3</b>	Prezentacja zespołowej (3 osoby) akcji z użyciem liny asekuracyjnej wg poniższego schematu:		
	<b>a</b> wejście do wody, pokonanie płycizny i dopłynięcie		
	<b>b</b> opanowanie tonącego		
	<b>c</b> holowanie ratownika i ratowanego na dystansie co najmniej 80 m do brzegu		
	<b>d</b> wyciągnięcie tonącego z wody na brzeg i ułożenie do zabiegów KPP		
<b>e</b> udzielenie KPP wg zadanego scenariusza			
<b>4</b>	Wykazanie się umiejętnością holowania współwiczającego na dystansie 150 m z zastosowaniem trzech sposobów holowania: żeglarski, oburącz, jednorącz		
<b>5</b>	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratowniczej z brzegu przy użyciu sprzętu (rzutki, liny lub koła) do przytomnego tonącego na odległość co najmniej 10 m		
<b>6</b>	Bieg (200 m) – Pływanie (200 m) – Bieg (200 m) w czasie poniżej 8'		
<b>7</b>	Zespołowe unieruchomienie przytomnego pacjenta na desce ortopedycznej w wodzie płytkiej i ewakuacja na dystansie 25 m.		
<b>8</b>	Sporządzanie zintegrowanego systemu zarządzania bezpieczeństwem na kąpielisku nadmorskim		
	<b>a</b> przedstawienie procedur postępowania		
	<b>b</b> umiejętność rozwiązywania problemów przeszkadzających realizacji procedur		
	<b>c</b> opracowanie podstawowej procedury ratunkowej dla danego obiektu		
	<b>d</b> przeciwiczenie opracowanej podstawowej procedury		
<b>e</b> modyfikacja i przedstawienie podstawowej procedury ratunkowej			
<b>9</b>	Określenie i opisanie kwestii związanych z miejscem pracy		
	<b>a</b> umiejętność dokonania charakterystyki obiektu pod względem bezpieczeństwa, z uwzględnieniem informacji o infrastrukturze, środowisku, właściwościach geograficznych i demograficznych		
	<b>b</b> wskazanie najbliższych służb współpracujących w zakresie bezpieczeństwa (Pogotowie Ratunkowe, LPR, SOR, Straż Pożarna, Policja, Straż Miejska /Gminna, inne podmioty ratownicze)		
	<b>c</b> umiejętność odnalezienia i oznaczenia na planie ogólnodostępnych środków ratowniczych		
<b>d</b> umiejętność natychmiastowego przekazania informacji o obiekcie i warunkach bezpieczeństwa osobom korzystającym, w tym przedstawicielom mediów.			
<b>10</b>	Wykazanie się umiejętnością manewrowania łodzią ratowniczą BL tor ILS w warunkach morskich (pojedynczo, wysokość fali do 70 cm, cała próba przy użyciu dwóch wiosł) w czasie poniżej 5'.		
<b>11</b>	Pozorowana akcja przy użyciu łodzi ratowniczej.		