

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

## **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

## **I. WSTĘP**

Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe jest specjalistycznym stowarzyszeniem, które działa w celu organizowania pomocy oraz ratowania osób, które uległy wypadkowi lub narażone są na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia na wodach. WOPR jest członkiem International Life Saving Federation – organizacji wyznaczającej standardy wyszkolenia ratowników wodnych. Realizacja misji WOPR – zmniejszania liczby osób tonących w wodach polskich – wymaga dobrze przygotowanej kadry ratowników wodnych kierującej zespołami ratowników wodnych.

Zapewnienie bezpieczeństwa osobom pływającym i kąpiącym się w miejscach wyznaczonych oraz osobom uprawiającym sporty i rekreację na obszarach wodnych należy do osób prawnych i fizycznych prowadzących na wodach działalność w tym zakresie, jak i do organów administracji rządowej i właściwych terytorialnie gmin, będących właścicielami, organizatorami lub operatorami kąpielisk, pływalni i parków wodnych oraz przystani. WOPR, zgodnie z podziałem administracyjnym kraju utworzył struktury organizacyjne w województwach, powiatach i gminach w celu szkolenia kadr oraz organizowania i prowadzenia działań z zakresu ratownictwa wodnego, a także prewencyjnych i profilaktycznych, mających ograniczyć wypadki na obszarach wodnych.

Konstrukcja *Programu kursu przygotowującego do egzaminu na stopień ratownika wodnego śródlądowego*, zwanego dalej „kursem”, uwzględnia odpowiednio przygotowane treści teoretyczne i praktyczne, utrzymane w konwencji układu przedmiotowego z zagadnieniami specjalistycznymi, pozwalającego przygotować absolwentów do wykonywania czynności z zakresu ratownictwa wodnego i kierowania działaniami zespołu ratowników wodnych, w tym grupy interwencyjnej.

## **II. EFEKTY KSZTAŁCENIA**

1. Absolwent kursu powinien umieć na śródlądowych obszarach wodnych:
  - 1) prowadzić interwencje i akcje ratunkowe;
  - 2) kierować pojedynczym zespołem ratunkowym;
  - 3) udzielać kwalifikowanej pierwszej pomocy;
  - 4) stosować procedury ratunkowe i prowadzić dokumentację.
2. Absolwent kursu powinien wiedzieć jak na śródlądowych obszarach wodnych:
  - 1) prowadzić zorganizowane działania profilaktyczne i prewencyjne;
  - 2) przygotować zintegrowany system zarządzania bezpieczeństwem dla kąpielisk śródlądowych;
  - 3) współpracować z innymi służbami w ramach państwowego ratownictwa medycznego;
  - 4) organizować praktyki ratownicze.
3. Absolwent kursu, po pozytywnym zaliczeniu sprawdzianów cząstkowych wymienionych w karcie umiejętności, która stanowi załącznik nr 1 do niniejszego programu, powinien być przygotowany do zdania egzaminu na stopień ratownika wodnego śródlądowego.

### **III. ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNE**

1. Organizatorami kursów są jednostki wojewódzkie WOPR.
2. Program kursu powinien być zrealizowany w czasie co najmniej 24 jednostek dydaktycznych (jednostka dydaktyczna wynosi 45')
3. Szczegółową ilość jednostek dydaktycznych ustala jednostka organizacyjna w zależności od liczby uczestników, dostępnych pomocy dydaktycznych, warunków lokalowych, organizacyjnych i atmosferycznych.
4. Zajęcia praktyczne i zaliczenia realizowane w trakcie kursu zawarte w karcie umiejętności odbywają się na pływalni lub w parku wodnym lub na kąpielisku.
5. Kurs może być zorganizowany w formie stacjonarnej lub w formie zajęć cyklicznych.
6. Za stronę formalną i merytoryczną odpowiedzialny jest kierownik kursu - instruktor WOPR lub instruktor wykładowca WOPR.
7. Kandydaci na kurs przyjmowani są po spełnieniu wymogów formalnych.
8. Kursy MR WOPR należy realizować zgodnie z algorytmem czynności zawierającej elementy rejestracji, realizacji, egzaminowania, rozliczania, obsługi Centralnej Ewidencji (CE), stosując się do wzorów dzienników, pieczęci, identyfikatorów, zaświadczeń, regulaminów, standardów wyposażenia.

### **IV. WYMAGANIA FORMALNE**

1. Uczestnik ma mieć ukończony 18 rok życia.
2. Uczestnik ma posiadać:
  - 1) ważną legitymację członka WOPR;
  - 2) stopień ratownika WOPR i kartę identyfikacyjną;
  - 3) ważne zaświadczenie o uzyskaniu tytułu ratownika na podstawie Ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym lub jeden z tytułów: lekarz systemu, pielęgniarka systemu, ratownik medyczny.
3. Uczestnik ma posiadać potwierdzenie odbycia w sumie 150 godzin kształcenia zawodowego ponad te dokumentowane do stopnia ratownika WOPR obejmującego co najmniej:
  - 1) udokumentowane odbycie stażu 50 godzin w stopniu ratownika WOPR na wodach śródlądowych;
  - 2) drugi patent lub uprawnienie przydatne w ratownictwie.

### **V. SPRAWDZIAN WSTĘPNY**

1. Przepłynięcie dystansu 50 m kraulem ratunkowym w czasie poniżej 50".
2. Przepłynięcie dystansu 400 m stylem dowolnym w czasie poniżej 8'.
3. Przepłynięcie 25 m pod wodą bez wynurzania się na powierzchnię. Podczas pływania pod wodą wydobyć 3 obiektów umieszczonych w odległości 5m od siebie przy czym 1 obiekt znajduje się w najgłębszym miejscu pływalni (toru).

### **UWAGA:**

1. Sprawdzenie wstępne może odbywać się na pływalni.
2. Ćwiczenia i zaliczenia muszą się odbywać na wodach śródlądowych.
3. Ze sprawdzianu wstępnego mogą być zwolnieni 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 śródlądowy – uprawnienia i program kursu
	3	Działania profilaktyczne i prewencyjne
<b>3</b>		<b>Zagadnienia prawne, taktyka</b>
	1	Wybrane przepisy i akty prawne
	2	Obowiązki i odpowiedzialność ratownika oraz zasady kierowania zespołem.
	3	Sporządzanie zintegrowanego systemu zarządzania bezpieczeństwem dla kąpieliska śródlądowego (taktyka i procedury postępowania)
	4	Dokumentacja pracy na kąpielisku śródlądowym
	5	Elementy hydrologii wód śródlądowych Wybór miejsca i przygotowanie kąpieliska nad jeziorem i rzeką
	6	Śródlądowe budowle wodne i występujące przy nich zagrożenia Ochrona środowiska wodnego
<b>4</b>		<b>Techniki ratownictwa wodnego</b>
	1	Akcje ratunkowe przy użyciu podręcznego sprzętu ratowniczego: koło, pas, boja SP, rzutka rękawowa, lina asekuracyjna, lina
	2	Akcje poszukiwawcze dna przy użyciu sprzętu ABC i bez sprzętu
	3	Akcje udzielania pomocy w wodzie osobie z podejrzeniem urazu kręgosłupa, z deską ortopedyczną i bez deski ortopedycznej
	4	Akcje ratunkowe przy użyciu kajaka lub innego sprzętu ratowniczego
	5	Akcje ratunkowe przy użyciu łodzi wiosłowej
	6	Akcje ewakuacyjne osób zagrożonych z wody i plaży w zależności od stanu zdrowia i ukształtowania terenu
	7	Akcje ratunkowe na wodach śródlądowych bez użycia sprzętu, w tym zaliczenia
	8	Posługiwanie się podręcznym sprzętem ratowniczym (boja SP, pas, rzutka, koło, lina asekuracyjna) oraz wykonywanie podstawowych prac bosmańskich
	9	Doskonalenie pływania, nurkowania i holowania stosowanego w ratownictwie wodnym
	10	Symulowane akcje ratunkowe,

## VII. WYKAZ ŚRODKÓW DYDAKTYCZNYCH

### 1. Środki dydaktyczne na zajęcia praktyczne (grupa 6 osobowa)

LP	RODZAJ SPRZĘTU	ILOŚĆ (SZT.)
1	Wiosłowa łódź ratownicza	2
2	Rzutka rękawowa	2
3	Koła ratunkowe	2
4	Bojka SP	3
5	Pas ratowniczy	3
6	Lina asekuracyjna	2
7	Kajak lub inny sprzęt ratowniczy	1
8	Manekiny do nauki holowania	2
9	Deska ortopedyczna	1
10	Apteczka R-1	1
11	Komplet do nauki resuscytacji (dorosły z możliwością wydruku komputerowego, dziecko, niemowlę)	1

### 2. Środki dydaktyczne na zajęcia teoretyczne

Zestaw multimedialny, w tym laptop, ekran, rzutnik, głośniki.

### 3. Pomoce dydaktyczne dostarczone przez organizatora

LP	Rodzaj sprzętu	ILOŚĆ (szt.)
1	Prezentacje wykładów w formie multimedialnej	1
2	Karta umiejętności i harmonogramy zajęć	1
3	Materiały przygotowujące do zdania testu wiedzy	1

### 4. Wyposażenie własne uczestnika

LP	Rodzaj sprzętu	ILOŚĆ (szt.)
1	Sprzęt ABC	1
2	Strój organizacyjny	1

## 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 i wniosków o wydanie identyfikatorów.
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. Dopuszczenie do uczestnictwa w zajęciach wyłącznie osób posiadających zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w tych zajęciach lub składających podpisane własnoręcznie, oświadczenie o zdolności do udziału w zajęciach.
8. Na każdym kursie musi być prowadzony dziennik zajęć z listą uczestników i numerem legitymacji WOPR, według określonego wzoru, wypełniony zgodnie z instrukcją.

### B. Czynności po zakończeniu kursu

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

**Załącznik nr 1**do programu kursu przygotowującego  
do zdania egzaminu na stopień RWS

<b>KARTA UMIEJĘTNOŚCI</b>			
..... (nazwisko i imię)			
<b>LP</b>	<b>UMIEJĘTNOŚCI RATUNKOWE</b>	<b>CZAS</b>	<b>ZAL</b>
1	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratunkowej:		
	A skok ratunkowy lub wejście do wody ze sprzętem i dopłynięcie		
	B opanowanie osoby tonącej i zabezpieczenie jej przy użyciu podręcznego sprzętu ratowniczego		
	C holowanie na dystansie co najmniej 100 m do brzegu		
	D wyciągnięcie tonącego z wody na brzeg i ułożenie do zabiegów KPP		
	E udzielenie KPP według zadanego scenariusza		
2	Wykazanie się umiejętnością holowania współwiczającego na dystansie 150 m z zastosowaniem trzech sposobów holowania.		
3	Przeprowadzenie symulowanej akcji ratunkowej z brzegu przy użyciu sprzętu do przytomnego tonącego na odległość co najmniej 10 m		
4	Bieg (200 m) – Pływanie (200 m) – Bieg (200 m) w czasie poniżej 8'		
5	Zespołowe unieruchomienie przytomnego poszkodowanego na desce ortopedycznej w wodzie płytkiej i ewakuacja na dystansie 25 m		
6	Sporządzanie zintegrowanego systemu zarządzania bezpieczeństwem na kąpielisku śródlądowym		
	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 współpracujących w zakresie bezpieczeństwa (Pogotowie Ratunkowe, LPR, SOR, Straż Pożarna, Policja, Straż Miejska/Gminna, inne podmioty ratownicze)		
	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		
8	Przepełnienie łodzi wiosłową tor ILS w czasie poniżej 3'		
9	Pozorowana akcja przy użyciu łodzi ratowniczej.		
10	Prezentacja zespołowej akcji z użyciem liny asekuracyjnej wg poniższego schematu:		
	A wejście do wody, pokonanie płycizny i dopłynięcie		
	B opanowanie tonącego		
	C holowanie ratownika i ratowanego na dystansie co najmniej 80 m do brzegu		
	D wyciągnięcie tonącego z wody na brzeg i ułożenie do zabiegów KPP		
	E udzielenie KPP wg zadanego scenariusza		