

## **PROGRAM KURSU PRZYGOTOWUJĄCEGO DO EGZAMINU NA STOPIEŃ MŁODSZEGO INSTRUKTORA WOPR**

### **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

### **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 młodszych instruktorów wopr kształcących kandydatów na ratowników wopr.

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 młodszego instruktora WOPR*, zwanego dalej „kursem”, uwzględnia odpowiednio przygotowane treści teoretyczne i praktyczne, utrzymane w konwencji układu przedmiotowego z zagadnieniami specjalistycznymi, pozwalającego przygotować absolwentów do wykonywania zadań, wymagających wiedzy i umiejętności dydaktycznych niezbędnych do prowadzenia kursów Młodszego Ratownika WOPR.

### **II. EFEKTY KSZTAŁCENIA**

1. Absolwent kursu powinien umieć:
  - 1) prowadzić wykłady na kursach MR WOPR;
  - 2) prowadzić ćwiczenia praktyczne na kursach MR WOPR;
  - 3) asystować w prowadzeniu zajęć na kursach na pozostałe stopnie;
  - 4) prowadzić dokumentację kursu i zasady rejestracji i rozliczania.
2. Absolwent kursu powinien wiedzieć jak:
  - 1) prowadzić zorganizowane działania profilaktyczne i prewencyjne;
  - 2) odbywać asystenturę na kursach ratownika WOPR oraz ratownika wodnego.
3. Absolwenci kursu, po pozytywnym zaliczeniu sprawdzianów cząstkowych wymienionych w karcie umiejętności, która stanowi załącznik do niniejszego programu, powinien być przygotowany do zdania egzaminu na stopień młodszego instruktora WOPR oraz nauczania podstawowych umiejętności z zakresu ratownictwa wodnego oraz asystowania w nauczaniu.

### **III. ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNE**

1. Kursy są organizowane na zlecenie Zarządu Głównego WOPR przez jednostkę wojewódzką WOPR, posiadającą właściwe warunki do ich przeprowadzenia.
2. Jednostka wojewódzka WOPR może wystąpić z wnioskiem do Zarządu Głównego WOPR o przeprowadzenie kursu.
3. Kierownikiem kursu może być instruktor wykładowca WOPR powołany na wniosek przewodniczącego komisji WOPR właściwej w sprawach szkoleniowych przez Prezesa WOPR po uzyskaniu opinii Prezydium ZG WOPR.
4. Kadre dydaktyczną kursu stanowią instruktorzy wykładowcy WOPR i asystenci w stopniu instruktorów WOPR, a wybrane zajęcia specjalistyczne mogą prowadzić osoby nie posiadające stopni WOPR.
5. Za stronę formalną i merytoryczną kursu, w tym przeprowadzenie zajęć zgodnie z programem i rozkładem zajęć odpowiada kierownik kursu.
6. Kandydaci na kurs przyjmowani są na podstawie protokołu z wstępnego egzaminu kwalifikacyjnego.
7. Kurs jest prowadzony w formie stacjonarnej i obejmuje co najmniej 32 godziny dydaktyczne.
8. Na kursie jest prowadzony dziennik, w którym potwierdza się realizację zajęć dydaktycznych i zaliczeń w trakcie kursu zawartych w kartach umiejętności.

### **IV. WYMAGANIA FORMALNE WOBEC KANDYDATA NA KURS**

1. Uczestnik ma mieć ukończony 19 rok życia.
2. Uczestnik ma posiadać:
  - 1) ważną legitymację członka WOPR;
  - 2) co najmniej dwa stopnie ratownika wodnego i ważne karty identyfikacyjne ratownika wodnego;
  - 3) certyfikat ukończenia kursu starszego ratownika wodnego;
  - 4) 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 przedstawić i obronić przygotowaną pracę instruktorską.

### **V. SPRAWDZIAN WSTĘPNY**

1. Część teoretyczna w formie testu (30 pytań do testu z zakresu materiału na stopień starszego ratownika wodnego).
2. Część praktyczna wyłącznie na wodach otwartych, na którą składa się:
  - a) przepłynięcie dystansu 100 m stylem dowolnym w czasie poniżej 1'40",
  - b) nurkowanie na odległość 25 m przy starcie z powierzchni wody,
  - c) nurkowanie w głąb i wydobywanie manekina z głębokości od 3 do 4 m przy starcie z powierzchni wody,
  - d) przepłynięcie łodzią wiosłową wg regulaminu ILS poniżej 2'40".
3. Część medyczna w formie symulowanych działań ratunkowych z zakresu resuscytacji (dorosły, dziecko, niemowlę) szybkiego badania urazowego, tlenoterapii, defibrylacji.

## VI. ZESTAWIENIE PRZEDMIOTÓW I TEMATÓW ZAJĘĆ

P	T	TEMATYKA ZAJĘĆ
		<b>Sprawdzian wstępny</b>
I		<b>Wprowadzenie do metodyki nauczania i pedagogika</b>
	1	Podstawowe wiadomości z zakresu pedagogiki
	2	Podstawowe wiadomości z zakresu procesów nauczania i uczenia się
	3	Kreatywne metody pracy z grupą
	4	Metodyka prowadzenia zajęć z zakresu pierwszej pomocy i podstaw ratownictwa wodnego
	5	Metodyka prowadzenia zajęć na kursach MR na lądzie i w wodzie
	6	Metodyka prowadzenia mini wykładów i wykładów na kursach MR
	7	Rola motywacji w procesie nauczania i uczenia się
	8	Programy profilaktyczne
	9	Prowadzenie dokumentacji kursu (rejestracja, dziennik, rozliczenie)
II*		<b>Organizacja pracy ratownika wodnego</b>
	1	Wybrane przepisy i akty prawne
	2	Podstawowe obowiązki ratownika WOPR na pływalniach, parkach wodnych i kąpieliskach
	3	Podstawowe wiadomości z zakresu organizacji pracy i kąpieliska
III*		<b>Pływanie i techniki ratownictwa wodnego</b>
	1	Pływanie stylowe i sposoby pływania stosowane w ratownictwie wodnym
	2	Samoratownictwo
	3	Skoki ratunkowe oraz inne sposoby bezpiecznego wejścia do wody
	4	Podstawy nurkowania
	5	Podstawy holowania
	6	Ewakuacja na lądzie (chwyt Rauteka, deska)
	7	Posługiwanie się sprzętem ratowniczym (pas, boja sp, żerdź, rzutka rękawowa, koło, lina)
	8	Symulowane akcje ratownicze z wykorzystaniem podręcznego sprzętu ratowniczego
	9	Podstawowe prace bosmańskie
IV*		<b>Wiedza i umiejętności medyczne</b>
	1	BLS i WBLS (dorosły, dziecko, niemowlę), RKO jedno i dwuosobowe
	2	Umiejętność posługiwania się sprzętem do pierwszej pomocy
	3	Metody badania i opieki rekonwalescencyjnej
V*		<b>Wiadomości ogólne i profilaktyka</b>
	1	Cel, zadania i rola WOPR
	2	System szkolenia, program kursu i uprawnienia MR WOPR
	3	Przyczyny utonięć, działania profilaktyczne i bezpieczeństwo własne ratownika

\* zajęcia prowadzone przez kursantów w ramach zaliczenia kompetencji metodycznych i pedagogicznych

## VII. WYKAZ ŚRODKÓW DYDAKTYCZNYCH

### 1. Wyposażenie własne uczestnika

Lp	NAZWA	Ilość (kpl)
1	Maseczki do nauki wentylacji	1
2	Prezentacje wykładów w formie multimedialnej	1
3	Karta umiejętności i harmonogramy zajęć	1
4	Sprzęt ABC i strój organizacyjny	1
5	Materiały przygotowujące do zdania testu wiedzy	1
6	Konspekty zajęć praktycznych i teoretycznych (prezentacje, karty pracy, itp.)	1

**Załącznik**  
do programu kursu przygotowującego  
do egzaminu na stopień MI WOPR

<b>KARTA UMIEJĘTNOŚCI</b>			
..... (nazwisko i imię)			
<b>LP</b>	<b>UMIEJĘTNOŚCI METODYCZNE</b>	<b>OCENA</b>	<b>WYNIK*</b>
1	Przeprowadził ćwiczenia z zakresu ratownictwa wodnego na stopień MR WOPR		
2	Przeprowadził wykład z zakresu ratownictwa wodnego na stopień MR WOPR		
3	Przeprowadził ćwiczenia z zakresu pierwszej pomocy		
4	Przeprowadził mini wykład z zakresu pierwszej pomocy		
5	Uzyskał nominację na potencjalnego młodszego instruktora WOPR wg karty oceny co najmniej 16 pkt.		