

ZATWIERDZAM

Warszawa, 31-12-2025 r.

Zastępca Komendanta Głównego
Państwowej Straży Pożarnej
nadbryg. Paweł Frysztak
/podpisano kwalifikowanym podpisem elektronicznym/



PAŃSTWOWA STRAŻ POŻARNA

KOMENDA GŁÓWNA PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ

ZASADY PRZEPROWADZANIA TESTÓW I ĆWICZEŃ W KOMORZE DYMOWEJ

Warszawa 2025

Niniejszy dokument opracowany został na podstawie procesu ewaluacji obowiązujących „Zasad wyposażania i wykorzystania komór dymowych w Państwowej Straży Pożarnej” zatwierdzonych w 2013 roku.

Dokument opracował Zespół powołany przez Komendanta Głównego Państwowej Straży Pożarnej Decyzją nr 27 z dnia 12 maja 2025 roku w sprawie powołania Zespołu do opracowania rozwiązań w zakresie wykorzystania komór dymowych w Państwowej Straży Pożarnej.

Nadzorujący pracę Zespołu:

st. bryg. Włodzimierz Górzyński

Dyrektor Biura Edukacji Komendy Głównej Państwowej Straży Pożarnej

Przewodniczący Zespołu:

st. bryg. Norbert Solan

Naczelnik Wydziału Organizacji Kształcenia i Szkolenia w Biurze Edukacji Komendy Głównej Państwowej Straży Pożarnej

Wiceprzewodniczący Zespołu:

mł. kpt. Dorota Stodolna

Starszy specjalista w Biurze Edukacji Komendy Głównej Państwowej Straży Pożarnej

Członkowie Zespołu:

mł. bryg. Grażyna Krause

Koordinatorka Ratownictwa Medycznego Służby

mł. bryg. Łukasz Zemła

Naczelnik Ośrodka Szkolenia Komendy Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej w Kielcach

mł. kpt. Paweł Dudek

Specjalista w Szkole Podoficerskiej Państwowej Straży Pożarnej w Bydgoszczy

mł. kpt. Jakub Wojtkowiak

Kierownik sekcji w Ośrodku Szkolenia Komendy Wojewódzkiej Państwowej Straży Pożarnej w Poznaniu

Spis treści

Słownik.....	4
Wstęp.....	6
1. Wymagania ogólne	7
2. Wymagania dotyczące bezpieczeństwa podczas testów i ćwiczeń w komorze dymowej	8
3. Organizacja i przebieg testu w komorze dymowej	10
4. Organizacja i przebieg ćwiczeń w komorze dymowej.....	14
5. Załączniki	15
Załącznik nr 1	16
Załącznik nr 2	17
Załącznik nr 3	18

Słownik

Terminy i pojęcia używane w niniejszym dokumencie należy rozumieć i stosować zgodnie ze znaczeniem wynikającym z podanego opisu.

Administrator komory dymowej – kierownik jednostki organizacyjnej Państwowej Straży Pożarnej (PSP), w której funkcjonuje komora dymowa i który odpowiada za jej wykorzystanie i eksploatację.

Organizator testu w komorze dymowej – kierownik jednostki organizacyjnej PSP organizujący szkolenie podstawowe w zawodzie strażak lub równorzędne (zwane dalej „szkoleniem KS”), szkolenie podstawowe strażaka ratownika ochotniczych straży pożarnych (zwane dalej „szkoleniem OSPP”).

Regulamin komory dymowej – dokument opracowany i zatwierdzony przez administratora komory dymowej, określający szczegółowe zasady przeprowadzania testów i ćwiczeń w komorze dymowej. Dokument ten powinien zawierać w szczególności zasady przetwarzania i ochrony danych osobowych (w tym m.in. danych wrażliwych, medycznych, ochrony wizerunku, dopuszczenia do udziału w teście lub ćwiczeniu, przeprowadzenia badania na obecność alkoholu i innych substancji psychoaktywnych), zgodne w przyjętymi aktami prawa wewnętrznego, obowiązującymi w tym zakresie w danej jednostce organizacyjnej PSP. Zapisy tego regulaminu nie mogą naruszać ustaleń zawartych w niniejszych Zasadach oraz „Minimalnych wymaganiach techniczno-użytkowych dla komory dymowej”.

Jednostka kierująca – podmiot delegujący do udziału w teście bądź ćwiczeniu w komorze dymowej.

Komora dymowa – obiekt szkoleniowy przeznaczony do przeprowadzenia testów i ćwiczeń w warunkach symulowanego zadymienia, ograniczonej widoczności, oddziaływań dźwiękowych i świetlnych oraz obciążeń psychofizycznych, wyposażony w systemy monitoringu i zabezpieczeń.

Test w komorze dymowej – forma sprawdzianu realizowana w komorze dymowej, obejmująca próbę wysiłkową oraz próbę przejścia ścieżki treningowej, mająca na celu ocenę przygotowania psychofizycznego strażaka do działań w sprzęcie ochrony układu oddechowego.

Test przeprowadza się w ramach nabywania kwalifikacji na szkoleniu KS oraz w ramach szkolenia OSPP.

Ćwiczenie w komorze dymowej – forma doskonalenia zawodowego lub doskonalenia umiejętności realizowana w komorze dymowej, ukierunkowana na kształtowanie i doskonalenie umiejętności działań ratowniczych w warunkach zbliżonych do rzeczywistych.

Próba wysiłkowa – część testu w komorze dymowej polegająca na wykonaniu określonych ćwiczeń fizycznych z wykorzystaniem urządzeń stanowiących elementy próby wysiłkowej, przeprowadzana zgodnie z ustalonymi kryteriami, warunkująca dopuszczenie do ścieżki treningowej.

Ścieżka treningowa – część testu lub ćwiczeń w komorze dymowej polegająca na przejściu zaprojektowanego układu przestrzennego w sprzęcie ochrony układu oddechowego, w warunkach zadymienia i ograniczonej widoczności. Celem przejścia ścieżki treningowej jest sprawdzenie przygotowania do pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego przy zwiększonym obciążeniu psychofizycznym (brak widoczności, zadymienie, ograniczona przestrzeń, hałas, poruszanie się w nieznanym i skomplikowanym przestrzennym układzie komunikacji pionowej i poziomej, konieczność pokonywania kolejnych przeszkód, przyjmowania różnych pozycji oraz pokonywania wąskich przestrzeni).

Uczestnik testu lub ćwiczeń – strażak PSP, strażak jednostki ochrony przeciwpożarowej spoza PSP lub inna osoba dopuszczona do udziału w teście lub ćwiczeniu, spełniająca wymagania określone w niniejszych Zasadach.

Sprzęt ochrony układu oddechowego – aparat powietrzny butlowy ze sprężonym powietrzem wyposażony w maskę i osprzęt, przeznaczony do ochrony układu oddechowego, posiadający świadectwo dopuszczenia oraz ważne przeglądy techniczne i badania.

Obsługa komory dymowej – osoby wyznaczone przez administratora komory dymowej lub osobę przez niego wskazaną, przeszkolone w zakresie jej bezpiecznej obsługi, odpowiedzialne za przygotowanie, prowadzenie i nadzór nad testami oraz ćwiczeniami.

Opiekun grupy – strażak PSP wyznaczony przez jednostkę kierującą, odpowiedzialny za dokumentację, dyscyplinę oraz nadzór nad grupą biorącą udział w teście lub ćwiczeniu.

Zabezpieczenie medyczne testów i ćwiczeń w komorze dymowej – zabezpieczenie medyczne określone przez administratora komory dymowej w Regulaminie komory dymowej, zgodnie z § 43 rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 31 sierpnia 2021 roku w sprawie szczegółowych warunków bezpieczeństwa i higieny służby strażaków Państwowej Straży Pożarnej (Dz. U. z 2021 r., poz. 1681), zwanego dalej „rozporządzeniem BHS”.

Wstęp

Działania ratownicze prowadzone przez Państwową Straż Pożarną wielokrotnie odbywają się w warunkach znacznego zadymienia, ograniczonej widoczności, wysokiej temperatury oraz silnego stresu psychofizycznego. Pożary obiektów budowlanych, zdarzenia w przestrzeniach zamkniętych i półzamkniętych, a także sytuacje wymagające przeszukiwania pomieszczeń w celu ratowania życia ludzkiego należą do najbardziej niebezpiecznych i wymagających form działań operacyjnych. Skuteczność oraz bezpieczeństwo strażaków realizujących takie zadania w dużej mierze zależą od poziomu wykształcenia, doświadczenia oraz umiejętności działania w warunkach maksymalnie zbliżonych do rzeczywistych.

Komory dymowe stanowią jedno z narzędzi wykorzystywanych w procesie nabywania kwalifikacji oraz doskonalenia strażaków. Ich głównym celem jest umożliwienie prowadzenia zajęć w kontrolowanych, a jednocześnie zbliżonych do realnych warunkach. Zastosowanie sztucznego zadymienia, ograniczonej widoczności, symulowanych przeszkód oraz wymuszonych scenariuszy działań pozwala na kształtowanie prawidłowych nawyków, technik poruszania się oraz orientacji przestrzennej.

W trakcie zajęć prowadzonych w komorach dymowych strażacy uczą się m.in. poruszania w sprzęcie ochrony układu oddechowego, prowadzenia przeszukiwania pomieszczeń, odnajdywania osób poszkodowanych, a także reagowania na sytuacje nagłe, takie jak utrata orientacji czy awaria sprzętu. Szczególny nacisk kładzie się na przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, prawidłową komunikację, kontrolę zużycia powietrza oraz ocenę własnych możliwości psychofizycznych.

Warunki panujące w komorach dymowych, choć symulowane, stanowią istotne obciążenie dla organizmu strażaka. Ograniczona widoczność, hałas, ciasne przestrzenie oraz presja czasu odzwierciedlają realne zagrożenia występujące podczas akcji ratowniczych. Zajęcia w komorach dymowych mają na celu przygotowanie strażaków do działania w środowisku nieprzyjawnym, dynamicznym i nieprzewidywalnym, w którym błędy mogą prowadzić do poważnych konsekwencji zdrowotnych lub utraty życia.

Komora dymowa musi być wykonana i wykorzystywana zgodnie z wymaganiami rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 31 sierpnia 2021 roku w sprawie szczegółowych warunków bezpieczeństwa i higieny służby strażaków Państwowej Straży Pożarnej (Dz. U. z 2021 r., poz. 1681).

Niniejszy dokument określa zasady wykorzystania komór dymowych w Państwowej Straży Pożarnej, mając na celu ujednolicenie standardów szkoleniowych, zapewnienie bezpieczeństwa ćwiczących oraz efektywne przygotowanie strażaków do realizacji zadań operacyjnych w warunkach zadymienia i ograniczonej widoczności.

1. Wymagania ogólne

1. Komora dymowa jest przeznaczona do przeprowadzania testów w sprzęcie ochrony układu oddechowego oraz ćwiczeń.
2. Administrator komory dymowej określa szczegółowe zasady przeprowadzania testów i ćwiczeń w Regulaminie komory dymowej.
3. Wymagane środki ochrony indywidualnej oraz sprzęt ochrony układu oddechowego niezbędne do przeprowadzenia testów i ćwiczeń zapewnia w odpowiedniej ilości jednostka kierująca.
4. Sprzęt oraz środki ochrony indywidualnej, o których mowa w pkt. 3. muszą być sprawne technicznie, posiadać świadectwa dopuszczenia oraz ważne przeglądy techniczne i badania.
5. Test i ćwiczenia muszą być prowadzone i nadzorowane przez obsługę komory dymowej stanowiącą co najmniej dwie osoby.
6. Obsługa komory jest zobowiązana do ścisłego przestrzegania niniejszych Zasad oraz Regulaminu komory dymowej.
7. W pomieszczeniu sterowni komory dymowej mogą przebywać wyłącznie osoby upoważnione w niniejszych Zasadach oraz Regulaminie komory dymowej.
8. W części komory dymowej, gdzie przeprowadzana jest próba wysiłkowa i próba przejścia ścieżki treningowej mogą przebywać jedynie obsługa komory, osoba stanowiąca zabezpieczenie medyczne oraz osoby będące w trakcie zaliczania testu.
9. Podczas ćwiczeń w komorze dymowej, w jej częściach wskazanych w pkt. 8 mogą przebywać również inne osoby, niż wskazane w tym punkcie, zgodnie z przyjętymi założeniami ćwiczeń.

2. Wymagania dotyczące bezpieczeństwa podczas testów i ćwiczeń w komorze dymowej

1. Przed rozpoczęciem testu lub ćwiczeń obsługa komory sprawdza stan techniczny urządzeń komory dymowej oraz systemu zabezpieczeń.
2. Uczestnik testu lub ćwiczeń w trakcie jego trwania znajduje się pod stałym nadzorem obsługi komory oraz urządzeń monitorujących przebieg testu lub ćwiczeń.
3. W przypadku stwierdzenia okoliczności zagrażających bezpieczeństwu uczestników testu lub ćwiczeń, obsługa komory bezzwłocznie przerywa test lub ćwiczenie, uruchamia system alarmowy, a osoba stanowiąca zabezpieczenie medyczne sprawdza konieczność i możliwość udzielenia pomocy, a następnie udziela jej adekwatnie do sytuacji.
4. Do wytwarzania dymu należy stosować wyłącznie środki dymotwórcze bezpieczne dla organizmu.
5. Zabezpieczenie medyczne testów i ćwiczeń w komorze dymowej realizowane jest zgodnie z § 43 rozporządzenia BHS.
6. Komora dymowa musi być wyposażona w zestaw ratownictwa medycznego R-1, automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED) oraz co najmniej 10 litrową butlę z tlenem medycznym. Rekomendowane jest wyposażenie komory dymowej w sprzęt umożliwiający wykonywanie zadań zawodowych ratownika medycznego w rozumieniu ustawy z dnia 8 września 2006 roku o Państwowym Ratownictwie Medycznym, co powinno znaleźć swoje odzwierciedlenie w Regulaminie komory dymowej.
7. Osoba/y stanowiące zabezpieczenie medyczne testów i ćwiczeń w komorze dymowej nie mogą jednocześnie pełnić funkcji obsługi komory dymowej, o której mowa w pkt. 1.5. oraz nie mogą pełnić funkcji opiekuna grupy, o którym mowa w pkt. 3.9..
8. Komorę dymową można wyposażyć w sprzęt i urządzenia do wykrywania i pomiaru stężenia substancji psychoaktywnych, z których organizator może korzystać w uzasadnionych przypadkach. Przedmiotowe kwestie powinny być uregulowane w Regulaminie komory dymowej.
9. Przed rozpoczęciem testu i ćwiczeń:
 - a) obsługa komory przeprowadza instruktaż obejmujący między innymi zapoznanie z organizacją, przebiegiem oraz zasadami bezpieczeństwa w komorze dymowej;
 - b) obsługa komory przekazuje uczestnikom zasady sygnalizowania zaistniałego zagrożenia (np. w postaci znaków gestowych) lub niedyspozycji zdrowotnej.
10. Przed rozpoczęciem testu:
 - a) na prośbę uczestników, obsługa komory umożliwia wyznaczonej spośród uczestników osobie przykładowe przejście ścieżki treningowej w środkach ochrony indywidualnej, bez użycia sprzętu ochrony układu oddechowego;

- b) opiekun grupy oraz uczestnicy testu przeprowadzają kontrolę sprawności sprzętu ochrony układu oddechowego, ilość powietrza w butli (ciśnienie co najmniej 270 bar) oraz wyposażenia w środki ochrony indywidualnej.
11. Uczestnicy testu i ćwiczeń podczas przejścia ścieżki treningowej muszą posiadać włączony sygnalizator bezruchu.
 12. Po zakończeniu testu w komorze dymowej uczestnicy pozostają pod nadzorem opiekuna grupy lub osoby stanowiącej zabezpieczenie medyczne przez co najmniej 10 minut.

3. Organizacja i przebieg testu w komorze dymowej

1. Test w komorze dymowej ma na celu sprawdzenie oraz doskonalenie umiejętności i nawyków w zakresie:
 - a) technik pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego oraz w ubraniach specjalnych;
 - b) pracy przy dużym obciążeniu psychofizycznym (zaciemnienie, zadymienie, ograniczona przestrzeń, hałas);
 - c) poruszania się w nieznanym i złożonym przestrzennie układzie komunikacji poziomej i pionowej.
2. Test w komorze dymowej przeprowadzany jest w ramach szkolenia KS oraz szkolenia OSPP.
3. Do testu w komorze dymowej mogą być skierowani:
 - a) strażacy PSP, którzy posiadają:
 - aktualne szkolenie wstępne z zakresu bezpieczeństwa i higieny służby,
 - aktualne okresowe profilaktyczne badania lekarskie lub orzeczenie o zdolności psychicznej i fizycznej do służby w PSP (orzeczenie właściwej komisji lekarskiej potwierdzające brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania obowiązków służbowych).
 - b) strażacy OSP, którzy posiadają:
 - aktualne szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
 - zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w szkoleniu OSPP lub posiada zaświadczenie lekarskie orzekające zdolność do bezpośredniego udziału w działaniach ratowniczych zgodnie z obowiązującymi przepisami prawnymi w tym zakresie, ważne na czas szkolenia,
 - ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków, ważne na czas szkolenia.
 - c) inne osoby niż wymienione w ppkt. a i b, które posiadają:
 - aktualne szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy,
 - aktualne zaświadczenie lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań do pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego.
4. Kierownik jednostki kierującej na test potwierdza spełnienie wymogów określonych w pkt. 3. ppkt. b i c na skierowaniu, którego wzór stanowi załącznik nr 1.
5. Obsługa komory dymowej sprawdza przed testem tożsamość osób skierowanych.
6. Przed przystąpieniem do testu uczestnicy zostają zapoznani z niniejszymi zasadami w części dotyczącej bezpieczeństwa.
7. Obsługa komory dymowej może dokonać sprawdzenia uczestników testu na obecność substancji psychoaktywnych.
8. Przed przystąpieniem do testu, każdy uczestnik składa oświadczenie o stanie psychofizycznym, będące elementem karty przebiegu testu, którego wzór stanowi załącznik nr 2.

9. Test w komorze dymowej przeprowadza się dla każdego uczestnika indywidualnie.
10. Jednostka delegująca wyznacza dla każdej grupy ćwiczącej opiekuna grupy (warunek ten nie dotyczy szkoleń KS realizowanych w szkołach PSP).
11. W przypadkach opisanych w Regulaminie komory dymowej jej obsługa lub osoba stanowiąca zabezpieczenie medyczne może nie dopuścić uczestnika do testu w komorze dymowej.
12. Test składa się z próby wysiłkowej oraz próby przejścia ścieżki treningowej.
13. Obsługa komory jest zobowiązana do poinstruowania uczestników testu o konieczności jego natychmiastowego przerwania i zgłoszenia tego faktu obsłudze w przypadku wystąpienia niedyspozycji zdrowotnej w postaci:
 - a) bólu lub pieczenia w klatce piersiowej;
 - b) uczucia duszności;
 - c) bólu brzucha;
 - d) zaburzeń widzenia;
 - e) bólów lub zawrotów głowy, nudności, wymiotów;
 - f) innych niepokojących objawów.
14. Próba wysiłkowa realizowana jest w ubraniu specjalnym, hełmie strażackim, rękawicach specjalnych, obuwiu specjalnym oraz w sprzęcie ochrony układu oddechowego (maska i kominiarka pozostają zdjęte i odłożone).
15. Próba wysiłkowa składa się z następujących elementów:
 - a) *Ergometr taśmowy* – ćwiczenie polega na poruszaniu się zadaną prędkością w czasie 5 minut. Ćwiczący określa docelową prędkość z zachowaniem wymagań zawartych w poniższej tabeli.
 - b) *Ergometr rowerowy* – ćwiczenie polega na jeździe na rowerze stacjonarnym przy zadanym obciążeniu w czasie 1 minuty.
 - c) *Drabina bez końca* – ćwiczenie polega na pokonaniu określonej wysokości zadaną prędkością.
 - d) *Młot podciągowy* (ćwiczenie jako jedyne nie dotyczy kobiet) – ćwiczenie polega na wykonaniu zadanej liczby podciągnięć i opuszczeń ciężaru w określonym czasie.

Ćwiczenie / wiek	Ergometr taśmowy		Ergometr rowerowy		Drabina bez końca		Młot podciągowy	
	prędkość	czas	obciążenie	czas	wysokość	czas (max)	liczba uderzeń	czas (max)
	km/h	min	W	min	m	min		min
do 30 lat	min. 8	5	200	1	20	2	20	3
31-40 lat	min. 7	5	200	1	20	2	20	3
41-50 lat	min. 6	5	100	1	10	-	15	-
powyżej 50 lat	min. 5	5	100	1	10	-	10	-

Zamiennie do młota podciągowego można zastosować *ergometr ramion lub wiosłarski* – ćwiczenie należy wykonać z zadany obciążeniem w określonym czasie.

Ćwiczenie / wiek	Ergometr ramion		Ergometr wiosłarski	
	obciążenie	czas	obciążenie	czas
	W	min	W	min
do 30 lat	150	2	1000	
31-40 lat	150	2	900	1
41-50 lat	100	2	800	1
powyżej 50 lat	100	2	700	1

16. Po wykonaniu każdego z elementów próby wysiłkowej zaleca się przerwę nie przekraczającą 3 minut. Na prośbę ćwiczącego test może odbywać się bez zachowania przerwy lub z przerwą krótszą.
17. Warunkiem zaliczenia próby wysiłkowej jest prawidłowe, zgodne z określonymi powyżej wymaganiami, wykonanie wszystkich jej elementów.
18. W przypadku niezaliczenia danego elementu próby wysiłkowej, każdemu uczestnikowi testu przysługuje prawo do jednorazowego powtórzenia niezaliczonego elementu. Uczestnik zobowiązany jest do osobistego zgłoszenia gotowości do odbycia powtórki elementu próby wysiłkowej.
19. Dwukrotne niezaliczenie danego elementu próby wysiłkowej skutkuje niezaliczeniem testu.
20. Zaliczenie próby wysiłkowej jest warunkiem dopuszczenia do próby przejścia ścieżki treningowej.
21. Próba przejścia ścieżki treningowej odbywa się w ubraniu specjalnym, hełmie strażackim, obuwiu specjalnym, rękawicach specjalnych, kominiarce i w sprzęcie ochrony układu

oddechowego (maska jest podłączona do aparatu powietrznego butlowego i założona na twarz). Strażak posiada włączony sygnalizator bezruchu.

22. Warunkiem zaliczenia próby ścieżki treningowej jest przejście jej całej długości wraz z pokonaniem przeszkód przez uczestnika testu przy użyciu jednego aparatu powietrznego butlowego napełnionego powietrzem sprężonym do ciśnienia co najmniej 270 bar. W przypadku niezaliczenia za pierwszym podejściem ścieżki treningowej uczestnikowi testu nie przysługuje prawo do jej powtórzenia. Wykorzystanie całego zapasu powietrza z butli przed opuszczeniem ścieżki treningowej jest jednoznaczne z jej niezaliczeniem, a co się z tym wiąże z niezaliczeniem testu w komorze dymowej.
23. Warunkiem zaliczenia testu jest pozytywne zaliczenie próby wysiłkowej i próby przejścia ścieżki treningowej.
24. W przypadku niezaliczenia testu, termin poprawkowy testu wyznaczany jest przez administratora komory dymowej na wniosek jednostki kierującej. W przypadku szkoleń KS termin poprawkowy testu wyznaczany jest zgodnie z wewnętrznymi ustaleniami szkół PSP.
25. Organizator testu w komorze dymowej wystawia zaświadczenia zaliczenia testu w komorze dymowej osobom, które go zaliczyły. Wzór zaświadczenia stanowi załącznik nr 3.

4. Organizacja i przebieg ćwiczeń w komorze dymowej

1. Ćwiczenia w komorze dymowej mogą być przeprowadzane z wykorzystaniem założeń przebiegu testu w komorze dymowej.
2. Kierownik jednostki organizacyjnej może umożliwić odbycie ćwiczeń w komorze dymowej strażakom lub innym osobom.
3. Do ćwiczeń w komorze dymowej mogą przystąpić osoby wymienione w pkt. 3.3. z zachowaniem zawartych w tym punkcie wymagań.
4. Dokumentacja przebiegu ćwiczeń w komorze dymowej realizowana jest według odrębnych ustaleń.
5. Założenia i przebieg ćwiczeń w komorze dymowej ustala organizator ćwiczeń w uzgodnieniu z administratorem komory dymowej.
6. Ćwiczenia w komorze dymowej można prowadzić dla każdego uczestnika indywidualnie, w rocie lub w innej konfiguracji ustalonej przez organizatora ćwiczenia, przy zachowaniu zasad bezpieczeństwa wynikających z rozporządzenia BHS.
7. Poziom trudności w trakcie ćwiczeń w komorze dymowej należy dopasować do umiejętności osób ćwiczących.
8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń w komorze dymowej organizator ćwiczeń zapoznaje ćwiczących z organizacją i przebiegiem ćwiczeń. a także przeprowadza kontrolę sprawności sprzętu ochrony układu oddechowego, ilości powietrza w butli oraz wyposażenia w środki ochrony indywidualnej.
9. Ćwiczenia w komorze dymowej należy zakończyć podsumowaniem i przeanalizowaniem najczęściej popełnianych błędów, wskazaniem ich źródła oraz demonstracją prawidłowego wykonania ćwiczenia.

5. Załączniki

KARTA SKIEROWANIA OSÓB SPOZA PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ NA TEST W KOMORZE DYMOWEJ

Lp.	Imię i nazwisko	Data urodzenia	Jednostka
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
(...)			

Oświadczam, że osoby skierowane na test w komorze dymowej:

- a) ukończyły właściwe szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy;
- b) posiadają aktualne zaświadczenie lekarskie pozwalające na bezpośredni udział w działaniach ratowniczych lub do pracy w sprzęcie ochrony układu oddechowego.

Sprzęt ochrony układu oddechowego oraz środki ochrony indywidualnej posiadają wymagane dopuszczenia do użytkowania. Skierowane osoby zostały wyposażone w sprawny sprzęt ochrony układu oddechowego.

Opiekun grupy:
(stopień, imię i nazwisko)

Zabezpieczenie medyczne:
(stopień, imię i nazwisko)

.....
(miejscowość, data)

.....
(pieczęć i podpis kierującego na test)

KARTA PRZEBIEGU TESTU NR / 20..... r.

Lp.	Imię i nazwisko	Własnoręczny podpis*	Dopuszczenie do testu (TAK/NIE)	Przebieg próby wysiłkowej					Próba wysiłkowa (zal/nzal)	Ścieżka treningowa (zal/nzal)	Ocena końcowa testu w komorze dymowej (zal/nzal)
				ergometr taśmowy (zal/nzal)	ergometr rowerowy (zal/nzal)	drabina bez końca (zal/nzal)	młot podciągowy (zal/nzal)	ergometr ramion / wioślarski (zal/nzal)			
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											

* Oświadczam, że przed przystąpieniem do testu w komorze dymowej w dniu 20..... r.:

- w ciągu ostatnich 48 godzin nie spożywałem alkoholu i nie stosowałem środków psychoaktywnych;
- w ciągu ostatnich 24 godzin nie wykonywałem czynności związanych z dużym i długotrwałym wysiłkiem fizycznym;
- nie zgłaszam złego samopoczucia;
- dobrowolnie przystępuję do udziału w teście.

Uwagi dodatkowe:

.....

.....
(podpisy obsługi komory dymowej)

.....
(podpis osoby zabezpieczenia medycznego)

.....
(podpis opiekuna grupy)

.....
(podpis i pieczęć administratora komory dymowej)

Załącznik nr 3

.....
(pieczęć podłużna)



ZAŚWIADCZENIE

.....
stopień, imię (imiona) i nazwisko

Nr ewidencyjny PSP*

zaliczył/a

test w komorze dymowej

przeprowadzony w

w dniu

..... dnia r.
(miejscowość)

ORGANIZATOR

Nr KD/.....

.....
(pieczęć, podpis)

* - w przypadku strażaków OSP należy podać datę urodzenia