



**KOMENDA GŁÓWNA
PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ
BIURO SZKOLENIA**

PROGRAM SZKOLENIA Z ZAKRESU RATOWNICTWA NA WODACH SZYBKOPŁYNĄCYCH

TEKST UJEDNOLICONY

tekst ujednolicony
Warszawa, 31 grudnia 2025 r.

Treści niniejszego programu, zatwierdzonego przez Komendanta Głównego PSP w dniu 14 kwietnia 2011 roku, zostały ujednolicone ze wglądu na zmiany wprowadzone w „Zasadach organizacji nadzoru dydaktycznego nad realizacją programów kształcenia i szkolenia zatwierdzonych przez komendanta głównego Państwowej Straży Pożarnej” w dniu 31 grudnia 2025 r.

Opracowanie merytoryczne:

- mł. bryg. mgr inż. Sławomir Wojta – SA PSP Kraków
- mł. bryg. mgr inż. Tomasz Traciłowski – SA PSP Kraków
- mł. bryg. mgr inż. Robert Kłębczyk – SA PSP Kraków

Konsultacje merytoryczne

st. bryg. mgr inż. Maciej Halota – SA PSP Kraków

mł. bryg. Andrzej Tomicki – KW PSP Łódź

mgr Tomasz Białkowski – WOPR

Konsultacje metodyczne:

Magdalena Stajszczak – Komenda Główna Państwowej Straży Pożarnej

Ilekoć w dokumencie znajduje się zapis „utracił moc” oznacza to, że stało się to na podstawie „Zasad organizacji nadzoru dydaktycznego nad realizacją programów kształcenia i szkolenia zatwierdzonych przez komendanta głównego Państwowej Straży Pożarnej”. Tym samym aktualnych wytycznych należy szukać z załączniku nr 10 poz. 19.

Spis treści

	strona
I. Założenia dydaktyczno-wychowawcze	4
1. Cel szkolenia	4
2. Sylwetka absolwenta	4
3. Warunki przyjęcia na szkolenie	4
II. Realizacja procesu dydaktycznego	5
1. Organizacja szkolenia	5
2. Zalecenia i wskazówki metodyczne	6
3. Plan nauczania	8
III. Treści kształcenia	9
1. Hydrologia	9
2. Bezpieczeństwo działań ratowniczych	9
3. Sprzęt używany w ratownictwie na wodach szybko płynących	9
4. Techniki ratownicze	9
5. Przeprawy wodne	10
6. Pierwsza pomoc	10
7. Organizacja działań ratowniczych	10
Załączniki	12

ZATWIERDZIŁ

Komendant Główny
Państwowej Straży Pożarnej

I. ZAŁOŻENIA DYDAKTYCZNO-WYCHOWAWCZE

1. Cel szkolenia

Celem szkolenia jest przygotowanie słuchaczy do prowadzenia działań ratowniczych w przypadku wystąpienia zagrożenia związanego z wodami szybko płynącymi, szczególnie w warunkach:

- rzeki górskiej,
- rzeki o szybkim nurcie wody,
- płynącej wody powodziowej,
- w warunkach powodzi błyskawicznej.

2. Sylwetka absolwenta

Po ukończeniu szkolenia słuchacz powinien:

a. w sferze poznawczej:

- wyjaśniać zagrożenia związane ze specyfiką wód szybko płynących, w szczególności: rzek górskich, oraz występowaniem zjawiska powodzi błyskawicznej,
- charakteryzować sprzęt ratownictwa wodnego i wysokościowego wykorzystywany w ratownictwie na wodach szybko płynących,
- wymieniać podstawowe techniki ratownicze stosowane na wodach szybko płynących,
- omawiać taktykę działań ratowniczych na wodach szybko płynących.

b. w sferze praktycznej:

- „czytać” nurt rzeki i poruszać się w niej,
- dobierać sprzęt ratowniczy w zależności od sytuacji,
- prowadzić akcję ratowniczą na wodach szybko płynących, przy pomocy posiadanego sprzętu,
- wykonywać przeprawę wodną,
- udzielać pierwszej pomocy w działaniach ratowniczych na wodach szybko płynących.

c. w sferze motywacyjnej, mieć ukształtowane postawy:

- odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje i innych,
- odpowiedzialności za stan techniczny sprzętu i urządzeń,
- dbałości o kondycję psychofizyczną.

3. Warunki przyjęcia na szkolenie

Warunkiem przyjęcia na szkolenie jest:

- skierowanie przez właściwego kierownika jednostki organizacyjnej; skierowanie powinno zawierać adnotację, że osoba skierowana nie posiada przeciwwskazań do pełnienia służby w jednostce na stanowiskach bezpośrednio związanych z działaniami ratowniczymi,
- umiejętność pływania (co najmniej na poziomie karty pływackiej),
- kwalifikacje zawodowe na poziomie co najmniej szkolenia podstawowego strażaka jednostki ochrony przeciwpożarowej,

- potwierdzona kserokopia aktualnych okresowych badań lekarskich,
- potwierdzona kserokopia zaświadczenia o posiadaniu co najmniej kwalifikacji ratownika, zgodnie z wymaganiami określonymi w ustawie o Państwowym Ratownictwie Medycznym,
- uzyskanie zaliczenia z egzaminu wstępnego,
- złożenie osobiście i dobrowolnie pisemnego oświadczenia wyrażającego zgodę na udział w szkoleniu.

W szkoleniu mogą również uczestniczyć osoby spoza Państwowej Straży Pożarnej, na podstawie zawartych porozumień lub jednorazowej zgody organizatora szkolenia. Warunkiem przyjęcia tych osób na szkolenie jest:

- umiejętność pływania (co najmniej na poziomie karty pływackiej),
- potwierdzona kserokopia zaświadczenia o posiadaniu co najmniej kwalifikacji ratownika, zgodnie z wymaganiami określonymi w ustawie o Państwowym Ratownictwie Medycznym,
- zaświadczenie lekarskie stwierdzające możliwość udziału w szkoleniu,
- ważne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków,
- uzyskanie zaliczenia z egzaminu wstępnego,
- złożenie osobiście i dobrowolnie pisemnego oświadczenia wyrażającego zgodę na udział w szkoleniu.

Egzamin wstępny ma na celu sprawdzenie i określenie poziomu umiejętności pływackich oraz zachowania się w wodzie, pod kątem dopuszczenia do zajęć praktycznych odbywających się w rzeczywistych warunkach rzeki górskiej i wody płynącej szybkim nurtem.

Egzamin, przeprowadzany przez organizatora szkolenia, organizowany jest w formie testu sprawnościowego, składającego się z następujących elementów:

- umiejętności pływackie,
- pływanie w ubraniu i ściąganie go w wodzie,
- orientacja w wodzie.

Egzamin wstępny przeprowadzany jest według zasad określonych w załączniku nr 1. Z przeprowadzonego egzaminu sporządza się protokół. Wzór protokołu stanowi załącznik nr 2.

II. REALIZACJA PROCESU DYDAKTYCZNEGO

1. Organizacja szkolenia

- Szkolenie organizowane jest w szkołach Państwowej Straży Pożarnej oraz w ośrodkach szkolenia w komendach wojewódzkich Państwowej Straży Pożarnej.
- Organizator szkolenia na czas realizacji zajęć musi zapewnić wszystkim uczestnikom taką ilość sprzętu, która pozwala na równoczesny udział wszystkich uczestników w zajęciach praktycznych.
- utracił moc.
- Zajęcia teoretyczne i praktyczne prowadzą specjaliści z ratownictwa na wodach szybko płynących, posiadający doświadczenie zawodowe w zakresie danej specjalizacji co najmniej 5 lat.
- Zajęcia z elementami ratownictwa wysokościowego mogą prowadzić osoby posiadające kwalifikacje co najmniej na poziomie ratownika wysokościowego KSRG
- Zaleca się, aby osoby prowadzące zajęcia posiadały przygotowanie pedagogiczne.
- Organizator szkolenia wyznacza kierownika szkolenia, który jest odpowiedzialny za sprawy organizacyjne - techniczne podczas szkolenia.

- h) Organizator szkolenia, spośród osób przewidzianych do realizacji zajęć dydaktycznych, wyznacza instruktora wiodącego, odpowiedzialnego za sprawy szkoleniowe.
- i) Zajęcia praktyczne na wodzie należy prowadzić na ciekach o szybkim nurcie z możliwością szybkiego i bezpiecznego dostępu z brzegu (wskazane sztuczne tory kajakowe), a także na rzece o charakterze górskim.
- j) Podstawą organizacji procesu dydaktycznego jest plan nauczania. Podstawową formą nauczania jest lekcja, której odpowiada jedna godzina dydaktyczna trwająca 45 minut. Dopuszcza się łączenie dwóch jednostek lekcyjnych.
- k) Zajęcia dydaktyczne powinno się organizować w liczbie nie przekraczającej 10-ciu godzin dydaktycznych dziennie, ze wskazaniem, aby ostatnie dwie godziny stanowiły zajęcia teoretyczne.
- l) Na realizację programu przewidziano 40 godzin dydaktycznych, w tym:
 - rozpoczęcie i zakończenie szkolenia – 1 godzina dydaktyczna,
 - zajęcia dydaktyczne – 38 godzin dydaktycznych,
 - test końcowy – 1 godzina dydaktyczna.
- m) W trakcie szkolenia dokonuje się oceny osiągnięć słuchaczy, zgodnie z kartą umiejętności zawartą w załączniku nr 4.
- n) Oceny dokonują instruktorzy prowadzący zajęcia praktyczne.
- o) W sytuacjach spornych ostateczne decyzje podejmuje instruktor wiodący.
- p) W przypadku niespełnienia kryterium z punktu 1 karty umiejętności, uczestnik szkolenia zostaje wykluczony z dalszego uczestnictwa w szkoleniu.
- q) Na zakończenie szkolenia przeprowadzany jest test złożony z 12 zadań zamkniętych, wielokrotnego wyboru z jedną prawidłową odpowiedzią. Zadania oceniane są w skali 0 – 1.
- r) Punkty uzyskane z testu wpisywane są do karty umiejętności.
- s) W razie nie przystąpienia do testu z uzasadnionej przyczyny, słuchacz może do niego przystąpić w dodatkowym terminie wyznaczonym przez organizatora szkolenia.
- t) Warunkiem ukończenia szkolenia jest uzyskanie minimum 36 punktów w karcie umiejętności.
- u) Uczestnicy szkolenia, którzy spełnili minimalne kryterium punktowe otrzymują zaświadczenie o ukończeniu szkolenia, zgodnie ze wzorem określonym w załączniku nr 5.
- v) W przypadku naruszenia przez uczestnika szkolenia zasad bezpieczeństwa, zostaje on natychmiast wykluczony z dalszego udziału w szkoleniu.

2. Zalecenia i wskazówki metodyczne

- a) Zajęcia teoretyczne powinny być organizowane dla całej grupy słuchaczy.
- b) Grupa zajęciowa uczestnicząca w szkoleniu nie może przekraczać 20 osób.
- c) utracił moc.
- d) Prowadzący zajęcia, w trakcie realizacji tematów przewidzianych w planie nauczania powinni zwracać szczególną uwagę na:
 - poprawną terminologię,
 - wykorzystywanie do ćwiczeń tylko sprzętu sprawnego pod względem technicznym,
 - poprawne wykonywanie czynności,
 - kształtowanie pożądanых umiejętności oraz koniecznych nawyków,
 - bezpieczeństwo podczas realizacji zajęć.
- e) W trakcie szkolenia należy zapewnić warunki do realizacji celu głównego oraz celów szczegółowych m. in. poprzez:
 - przestrzeganie zasad nauczania,
 - łączenie metod asymilacji wiedzy z metodami samodzielnego dochodzenia do wiedzy.

- f) W rozkładzie zajęć dydaktycznych należy uwzględnić korelację międzytematyczną.
- g) Zajęcia teoretyczne powinny być realizowane w pomieszczeniach zapewniających odpowiednie warunki higieny szkolnej oraz wyposażonych zarówno w proste, jak i techniczne środki dydaktyczne.
- h) Zajęcia praktyczne powinny odbywać się w miejscach, które umożliwiają ich sprawną i bezpieczną realizację.
- i) Pierwsze osiem godzin zajęć praktycznych należy prowadzić na torach wodnych zbliżonych charakterystyką do rzeki górskiej, z możliwością regulacji natężenia przepływu wody oraz zmiany konfiguracji nurtu (np. sztuczne tory kajakarstwa górskiego).
- j) Co najmniej 10% zajęć praktycznych należy zrealizować na rzece górskiej z naturalnym brzegiem i korytem.
- k) Zajęcia praktyczne powinny być realizowane z zachowaniem zasad BHP.
- l) Zajęcia praktyczne należy poprzedzić instruktażem wstępnym, w trakcie którego prowadzący zapoznaje słuchaczy z tematyką i celem ćwiczeń, omawia ich przebieg oraz przypomina zasady bezpieczeństwa pracy.
- m) W trakcie zajęć praktycznych prowadzący powinien kontrolować poprawność wykonania powierzonych zadań, a w razie zauważenia nieprawidłowości, na bieżąco korygować błędy w ramach instruktażu indywidualnego, bądź grupowego.
- n) Po zakończeniu zajęć praktycznych prowadzący powinien podsumować zajęcia, przeanalizować najczęściej popełniane błędy oraz wskazać ich źródło.
- o) Każde zajęcia praktyczne z użyciem sprzętu lub urządzeń technicznych należy zakończyć czyszczeniem i konserwacją sprzętu.
- p) Prowadzący zajęcia teoretyczne i praktyczne są zobowiązani na polecenie instruktora wiodącego sporządzić konspekty zajęć.

3. Plan nauczania

L.p.	Temat	Liczba godzin		
		T	P	R
1.	Hydrologia	1	2	3
2.	Bezpieczeństwo działań ratowniczych	1	-	1
3.	Sprzęt używany w ratownictwie na wodach szybkopłynących	2	5	7
4.	Techniki ratownicze	3	12	15
5.	Przeprawy wodne	1	3	4
6.	Pierwsza pomoc	1	1	2
7.	Organizacja działań ratowniczych	1	5	6
RAZEM		10	28	38

T – zajęcia teoretyczne, P – zajęcia praktyczne, R – razem

III. TREŚCI KSZTAŁCENIA

1. Hydrologia – 1T, 2P;

Materiał nauczania:

Podstawy hydrologii. Charakterystyka wód szybko płynących. Zjawisko powodzi, specyfika powodzi błyskawicznej. Konfiguracje wodne, elementy budowy koryta rzek.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- scharakteryzować wody szybko płynące,
- wyjaśnić zjawisko powodzi błyskawicznej,
- rozpoznać konfiguracje rzeki,
- wskazać i omówić elementy budowy koryta rzeki,
- posłużyć się terminologią związaną z hydrologią.

2. Bezpieczeństwo działań ratowniczych – 1T;

Materiał nauczania:

Zasady bezpieczeństwa i higieny pracy podczas działań na wodach szybko płynących. Zagrożenia wynikające ze specyfiki wód szybko płynących. Zasady zachowania się w sytuacjach zagrożenia. Systemy sygnalizacji alarmowej.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- omówić zasady bezpiecznego postępowania i działania w warunkach wód szybko płynących,
- wskazać zagrożenia wynikające ze specyfiki wód szybko płynących,
- omówić zasady zachowania się w sytuacjach zagrożenia,
- omówić systemy sygnalizacji alarmowej.

3. Sprzęt używany w ratownictwie na wodach szybko płynących – 2T, 5P;

Materiał nauczania:

Sprzęt indywidualny ratownika. Sprzęt ratownictwa wodnego i wysokościowego wykorzystywany w ramach zespołu ratowniczego – rodzaj, parametry i zastosowanie. Węzły wykorzystywane w ratownictwie na wodach szybko płynących.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- wymienić i scharakteryzować sprzęt indywidualny ratownika,
- wymienić i scharakteryzować sprzęt ratownictwa wodnego i wysokościowego wykorzystywany w ramach zespołu ratowniczego,
- zastosować węzły,
- skonfigurować sprzęt ratowniczy niezbędny do przeprowadzenia akcji ratowniczej.

4. Techniki ratownicze – 3T, 12P;

Materiał nauczania:

Techniki ratownicze z wody (indywidualne). Techniki ratownicze zespołowe. Techniki ratownicze z wykorzystaniem sprzętu wysokościowego. Budowa stanowisk ratowniczych. Techniki improwizowane.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- zastosować indywidualne techniki ratownicze,
- zastosować zespołowe techniki ratownicze,
- zastosować techniki ratownicze z wykorzystaniem sprzętu wysokościowego w prowadzeniu działań,
- omówić budowę stanowisk ratowniczych,
- zbudować stanowisko ratownicze,
- wymienić techniki improwizowane.

5. Przeprawy wodne – 1T, 3P;**Materiał nauczania:**

Techniki poruszania się i pływania w wodach o szybkim nurcie. Zasady doboru miejsca do przepraw wodnych. Techniki przepraw wodnych.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- scharakteryzować techniki poruszania się i pływania w wodach o szybkim nurcie,
- omówić zasady doboru miejsca działań ratowniczych,
- dobrać miejsce do przeprawy wodnej,
- scharakteryzować techniki przepraw wodnych,
- dobrać technikę przeprawy wodnej.

6. Pierwsza pomoc – 1T, 1P;**Materiał nauczania:**

Zagrożenia dla osób poszkodowanych w wyniku przebywania w warunkach wody szybko płynącej. Procedury postępowania w przypadku podtopienia, wyziębienia w wodzie. Zasady pomocy poszkodowanym z urazami znajdującym się w wodzie.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- wymienić zagrożenia dla osób poszkodowanych w wyniku przebywania w warunkach wody szybko płynącej,
- wymienić urazy i obrażenia najczęściej spotykane u poszkodowanych w wodzie,
- omówić procedury postępowania w przypadku podtopienia, wyziębienia,
- przedstawić procedury postępowania z poszkodowanymi podczas zdarzeń na wodach szybko płynących,
- udzielić pomocy osobom poszkodowanym podczas zdarzeń na wodach szybko płynących, w tym poszkodowanym z urazami znajdującym się w wodzie.

7. Organizacja działań ratowniczych – 1T, 5P;**Materiał nauczania:**

Taktyka prowadzenia działań ratowniczych na wodach szybko płynących. Procedury organizacji akcji ratowniczej. Postępowanie ratownicze według zasady 6D. Struktura zespołu ratowniczego. Zadania dla poszczególnych członków zespołu ratowniczego. Stosowanie systemu „Box” (pudełko). Łączność i sygnalizacja podczas działań.

Cele szczegółowe:

W wyniku realizacji tematu słuchacz powinien umieć:

- omówić taktykę działań ratowniczych na wodach szybko płynących,
- omówić procedury organizacji akcji ratowniczej,

- omówić prowadzenie postępowania ratowniczego według zasady 6D,
- scharakteryzować strukturę zespołu ratowniczego według funkcji i zadań,
- omówić zasady stosowania systemu „Box”,
- zastosować system „Box”,
- przedstawić system łączności i sygnalizacji podczas działań,
- przeprowadzić działania ratownicze.

Uwaga:

W ramach tego tematu należy przeprowadzić dwie symulowane akcje ratownicze złożone z następujących elementów:

- *przybycie i zabezpieczenie miejsca zdarzenia,*
- *rozpoznanie wstępne – ocena zastanej sytuacji oraz prognoza jej rozwoju,*
- *ocena aktualnego zagrożenia dla osób poszkodowanych w miejscu zdarzenia,*
- *skonstruowanie i przyjęcie planu działań ratowniczych,*
- *określenie zamiaru taktycznego i dobór dogodnych technik ratowniczych,*
- *dotarcie do poszkodowanego, udzielenie pomocy oraz ewakuacja.*

Zasady przeprowadzania egzaminu wstępnego

Egzamin wstępny obejmuje pięć zadań. Egzamin uznaje się za zaliczony, jeżeli przystępujący do egzaminu wykona wszystkie zadania, według poniższych kryteriów:

Zadanie 1 – pływanie na czas

Zadanie polega na skoku do wody ze słupka startowego oraz przepłynięciu 50 m stylem dowolnie wybranym w czasie nie dłuższym niż 1 min. Pływanie odbywa się na wyznaczonych torach pływackich, o długości min. 25 m. Czas mierzony jest z dokładnością do 1s.

Nie zalicza się zadania w przypadku:

- niewykonania skoku do wody ze słupka startowego
- przekroczenia limitu czasu

Zadanie 2 – wydobywanie zatopionych przedmiotów

Z odległości około 10 m należy napłynąć nad strefę o głębokości w zakresie od 1,8 do 2,5 m, następnie zanurkować na bezdechu (bez maski lub okularów) i wydobyć trzy zatopione przedmioty (ułożone na dnie). Przedmioty należy wydobyć podczas jednego zanurzenia na bezdechu. Przedmioty należy rozłożyć na długości około 3 m w zakresie szerokości jednego toru pływackiego.

Nie zalicza się zadania w przypadku:

- niewydobycia wszystkich przedmiotów z dna

Zadanie 3 – przepłynięcie 25 m w ubraniu i z obciążnikiem

Zdający zakłada ubranie: spodnie + bluza (wskazane ubranie koszarowe). Ze względu na brak możliwości stosowania obuwia, stosuje się obciążnik balastowy na pasie o ciężarze 2 kg. Zadanie polega na przepłynięciu stylem dowolnie wybranym odległości 25 m bez limitu czasu.

Nie zalicza się zadania w przypadku:

- nieprzepłynięcia wyznaczonego dystansu
- dotykania (chodzenia) dna basenu
- dotykania brzegu (liny torowej) basenu

Zadanie 4 – rozebranie się z ubrania w głębokiej wodzie

W wyznaczonym miejscu basenu (na głębokości nie mniejszej niż 1,80 m) bezpośrednio po wykonaniu zadania 3 (bez dopływania do brzegu) zdający zatrzymuje się, a następnie, bez dotykania dna oraz brzegu, samodzielnie rozbiera się z założonego do zadania 3 ubrania i obciążnika.

Nie zalicza się zadania w przypadku:

- dotykania (stawania) dna basenu
- dotykania brzegu basenu
- niepełnego rozebrania się

Zadanie 5 – próba orientacji w wodzie

Zdający zakłada okulary pływackie z zamalowanymi szklami, przyjmuje pozycję przykurczoną (łapie się za kolana i przyciąga je do klatki piersiowej). Instruktorzy obracają zdającego kilkakrotnie w różnych osiach. Zdający musi samodzielnie wypłynąć na powierzchnię.

Nie zalicza się zadania w przypadku, gdy zdający:

- zaczyna panikować
- traci orientację (nie potrafi wypłynąć na powierzchnię wody)
- zrywa okulary w trakcie obrotu
- prostuje się przy próbie wykonywania obrotów

Do każdego z zadań możliwe są dwa podejścia. Po niezaliczeniu drugiej próby, dany element, a tym samym egzamin wstępny uznaje się za niezaliczony.

Protokół z przeprowadzonego egzaminu wstępnego

Protokół przeprowadzonego egzaminu wstępnego										
Lp.	Nazwisko i Imię	Zadanie 1		Zadanie 2			Zadanie 3	Zadanie 4	Zadanie 5	Zaliczenie
		Pływanie na czas		Wydobycie zatopionych przedmiotów						
		Skok do wody	Czas	Przedmiot						
1	2			3						
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										

UWAGA

1. Jeżeli zadanie zostało wykonane prawidłowo wpisujemy – zal.
2. Jeżeli zadanie zostało wykonane nieprawidłowo lub nie zostało wykonane wpisujemy nzal.
3. W rubryce czas wpisujemy wynik z dokładnością do 1 s.
4. W rubryce ostatniej wpisujemy
 - zaliczono – jeżeli wszystkie zadania zostały zaliczone
 - niezaliczono – jeżeli co najmniej jedno zadanie nie zostało zaliczone

.....
(podpis instruktora wiodącego)

.....
(podpis instruktora)

.....
(podpis instruktora)

utracił moc

.....
(imię i nazwisko)

KARTA UMIEJĘTNOŚCI			
Ratownictwo na wodach szybko płynących			
		punkty	wynik
1. Umiejętność poruszania się w wodzie		0 – 6	
Pływanie torem po wyznaczonych elementach		0 – 2	
Skok do wody	Skok płaski	0 – 1	
	Skok na nogi	0 – 1	
Zatrzymywanie się za przeszkodą		0 – 1	
Pokonanie przeszkody w wodzie		0 – 1	
2. Umiejętności techniczne indywidualne		0 – 6	X
Człowiek żaba	Skok do poszkodowanego	0 – 1	
	Asekuracja	0 – 1	
Praca rzutką rękawową		0 – 2	
Akcja bezpośrednia	Ratownik	0 – 1	
	Asekuracja	0 – 1	
3. Umiejętności ratownicze proste		0 – 8	X
Technika ratownictwa w odwoju tzw. „V”:		0 – 1	
Rodzaje przepraw indywidualne i z poszkodowanym	lina trawersowa luźna	0 – 1	
	lina trawersowa sztywna z taśmą	0 – 1	
Techniki ratownicze z brzegu za pomocą	węgorza	0 – 1	
	węża strażackiego	0 – 1	
Techniki ratownicze z mostu lub kładki za pomocą	węgorza,	0 – 1	
	węża strażackiego	0 – 1	
Ewakuacja z miejsca niebezpiecznego za pomocą rzutki		0 – 1	
4. Umiejętności ratownicze zaawansowane		0 – 8	X
Ratownictwo z brzegu	dobór stanowisk i budowa tyrolki	0 – 2	
	przeprawa pontonem po tyrolce	0 – 1	
	wylapywanie węgorzem i siatką z tyrolki	0 – 1	
	ewakuacja z wyspy	0 – 1	
Ratownictwo z mostu	wyjazd do wody	0 – 1	
	podwieszony człowiek żaba + węgorz	0 – 2	
5. Umiejętności podczas symulowanych akcji I		0 – 10	X
bezpieczeństwo		0 – 2	
dobór odpowiednich technik		0 – 2	
umiejętność pracy w zespole		0 – 2	
taktyka działania		0 – 4	
6. Umiejętności podczas symulowanych akcji II		0 – 10	X
bezpieczeństwo		0 – 2	
dobór odpowiednich technik		0 – 2	
umiejętność pracy w zespole		0 – 2	
taktyka działania		0 – 4	
7. Test		0 – 12	X
test		0 – 12	
Razem		0 – 60	

.....
(podpis instruktora wiodącego)

.....
(podpis instruktora oceniającego)



.....
(pieczęć podłużna)

ZAŚWIAADCZENIE

.....
(imię i nazwisko)

urodzon dnia r.

w woj.

ukończył

szkolenie z zakresu ratownictwa na wodach szybko płynących

przeprowadzone w

w okresie od r. do r.

według programu z dnia

zatwierdzonego przez

.....

....., dniar.
(miejscowość)

Nr

ORGANIZATOR

.....
(pieczęć, podpis)

L.p.	Temat	Liczba godzin		
		T	P	R
1.	Hydrologia	1	2	3
2.	Bezpieczeństwo działań ratowniczych	1	-	1
3.	Sprzęt używany w ratownictwie na wodach szybkopłynących	2	5	7
4.	Techniki ratownicze	3	12	15
5.	Przeprawy wodne	1	3	4
6.	Pierwsza pomoc	1	1	2
7.	Organizacja działań ratowniczych	1	5	6
RAZEM		10	28	38

T – zajęcia teoretyczne, P – zajęcia praktyczne, R – razem