

Kvalifikace Vodní záchranné služby Českého červeného kříže

KVALIFIKACE MLÁDEŽE

Mladý záchranář V.
VZS ČČK
7 – 15 let

Mladý záchranář IV.
VZS ČČK
15 - 18 let

ZÁKLADNÍ KVALIFIKACE S PRÁVNÍ ODPOVĚDNOSTÍ

Plavčík / Záchranář III VZS ČČK
min 18 let
70+5 hodin

Mistr plavčí / Záchranář II VZS ČČK
min 20 let
92+8 hodin

SPECIÁLNÍ KVALIFIKACE S PRÁVNÍ ODPOVĚDNOSTÍ

Záchranář na volné vodě
min 19 let
80 hodin

PEDAGOGICKÉ KVALIFIKACE

Instruktor / Záchranář I VZS ČČK
min 25 let

Instruktor specialista VZS ČČK
min 25 let

Lektor specialista VZS ČČK
min 25 let

Způsob hodnocení

Závěrečné zkoušky probíhají v předmětových skupinách. Výsledky předkládají předsedovi zkušební komise členové komise odpovídající za zkoušky v jednotlivých předmětových skupinách. Pokud uchazeč nesplnil některou ze zkoušených disciplín předmětové skupiny, nelze tuto uznat jako splněnou.

Ve vlastní praxi může dojít k těmto výsledkům:

- A) Uchazeč splnil požadavky ve všech předmětových skupinách – **získává kvalifikaci**
- B) Uchazeč nesplnil požadavky jedné předmětové skupiny – **nesplněný zkušební požadavek si může doplnit nejpozději do tří měsíců od neúspěšné závěrečné zkoušky** u předsedy zkušební komise nebo jím určeného člena zkušební komise. Pokud tak neučiní, kvalifikaci nezískává.
- C) Uchazeč nesplnil požadavky z více disciplín nebo z více předmětových skupin – **kvalifikaci nezískává**

Úpravy časových limitů pro starší věkové kategorie

<u>věk</u>	<u>nad 30 let</u>	<u>nad 40 let</u>	<u>nad 50 let</u>	<u>nad 60 let</u>
<u>vzdálenost</u>				
do 100 m	+ 3 s	+ 6 s	+ 9 s	+12 s
do 200 m	+ 6 s	+ 9 s	+12 s	+15 s
do 300 m	+12 s	+15 s	+15 s	+18 s
do 400 m	+15 s	+18 s	+21 s	+23 s

Povinná studijní literatura:

ČECHOVSKÁ, I., MILER, T.: *Plavání*,

2. přeprac.vydání. Praha: Grada Publishing, 2008. 136 s. ISBN 978-80-247-2154-5

KARGER, P., KAUFMAN, J. MILER, T.: *Záchranář – metodické listy*,

Praha: Vodní záchranná služba ČČK, 1997

KAUFMAN, J.: *Záchranář – první pomoc*,

2. přeprac.vyd. Praha: VZS ČČK, 2007. 72 s. ISBN 978- 80-902805-4-0

LOSKOT, J. et al.: *Záchranář - záchrana na tekoucích vodách*,

2. vyd. Praha: VZS ČČK, 1999. 68 s. ISBN 80-902805-1-X

MILER, T.: *Záchranář – bezpečnost a záchrana u vody*,

3. přeprac.vyd. Praha: VZS ČČK, 2007. 95 s. ISBN 978- 80-902805-5-7

SAZIMA, M.: *Problematika první pomoci při poranění páteře ve vodě(DVD)*,

1.vyd. Praha: MS VZS ČČK Praha 1, 2006

SEDLÁČEK, J.: *Záchranář – hladinová služba*,

1. vyd. Praha: VZS ČČK, 2000. 76 s. ISBN 80-902805-2-8

Učební programy základních kvalifikací s právní odpovědností

Plavčík / Záchranář III. VZS ČČK

Podmínky k získání kvalifikace:

- o dosažení 18ti let nejpozději v době závěrečných zkoušek kurzu
- o ukončená základní školní docházka
- o doložená zdravotní způsobilost

Předmět činnosti: Zajištění prevence nehod a tonutí v bazénech, koupalištích a aquaparcích v souladu s platnou legislativou; účast v záchranném družstvu VZS ČČK při živelných pohromách.

Doba platnosti kvalifikace: 2 roky; prodloužení na základě přezkoušení v době platnosti kvalifikace (požadavky přezkoušení jsou totožné s požadavky závěrečných zkoušek)

Vstupní zkoušky: Provádějí se před zahájením kurzu. Zkoušena je plavecká úroveň uchazečů (100m volný způsob, plavání pod vodou – 25m). Výsledky testů jsou pouze orientační a slouží výhradně pro potřeby odpovědného instruktora.

Organizace kurzu: Blokovaná nebo průběžná výuka pod vedením odpovědného instruktora ZI. Instruktor je povinen vést protokol o průběhu kurzu, který nejpozději v den konání zkoušky předá předsedovi zkušební komise.

Rozsah kurzu	Předmětová skupina	Teorie	Praxe
	Plavání	2	7
	Záchrana tonoucích	4	10
	První pomoc	12	20
	Potápění	2	5
	Doplňující znalosti	4	4
	Závěrečné zkoušky	2	3
Celkem 70 + 5 hodin		26	49

Závěrečné zkoušky: Termín konání zkoušek musí odpovědný instruktor oznámit písemně na Sekretariát VZS ČČK nejpozději 1 měsíc před jejich konáním. Zkoušky lze organizovat při minimálním počtu 15 osob. Organizátor zodpovídá za to, že bude na každých 15 zkoušených osob zajištěno 120 minut pobytu v bazénu a 120 minut v učebně.

Časové limity jsou jednotné pro muže i ženy.

Zkušební komise: Předsedu a členy zkušební komise určuje Prezídium VZS ČČK. Členy komise mohou být pouze instruktoři VZS ČČK (předsedou komise musí být Instruktor / Záchranář I. VZS ČČK). Komise musí být minimálně 3 členná, jejím členem může být odpovědný instruktor.

Obsah kurzu

Předmětová skupina + téma

Teorie Praxe

A. Plavání

Zdokonalování techniky plaveckých způsobů (videozáznam s rozbořem chyb)

1 3

Speciální plavecká příprava pro záchranu tonoucích (video)

1 4

B. Záchrana tonoucích

Osobní zásah

Techniky tažení tonoucího (video)

Techniky přiblížení se k tonoucímu, uchopení a narovnání tonoucího (narovnání zepředu - americký způsob, narovnání zepředu pod vodou)

1 7

Techniky vynášení tonoucího z vody (všechny způsoby vynášení tonoucího z bazénu, plážový způsob)

Techniky obrany plavčíka (osvobození ze sevření kolem krku zezadu, osvobození ze škrcení zepředu)

Záchranné pomůcky

1 3

Ovládání plavidel

1 4

Základy veslování a pádlování, základní informace o dalších plavidlech

C. První pomoc

Všeobecné zásady poskytování první pomoci (PP)

- definice PP

- rozdělení PP

- technická PP

- zdravotnická PP

0,5

Postup při poskytování první pomoci

- zajištění bezpečnosti zachránce i poraněného

- zajištění místa nehody

- přivolání odborné pomoci

- vyproštění a vyšetření poraněného

- poskytování PP

- trvalý dohled

- záznam informací

- polohování a transport

- lékárnička PP

Základní a fyziologické poznámky

1

Bezvědomí

- příčiny a příznaky, PP

- mdloba, kolaps

- tonutí a utonutí

- mozkolebeční poranění

1 0,5

Neodkladná resuscitace		
- definice (ABCD)		
- smrt (klinická, biologická, mozku)		
- poruchy dýchání (příčiny, příznaky)		
- uvolnění a udržování volných dýchacích cest (manévry)	3	8
- umělé dýchání z plic do plic		
- jednoduché pomůcky k umělému dýchání (rouška, maska)		
- zástava srdce a oběhu (příčiny, příznaky)		
- nepřímá srdeční masáž		
- srdeční infarkt		
 Krvácení	0,5	0,5
- příčina a rozdělení, PP		
- zaškrcovadla		
 Šok	0,5	0,5
- příčiny a rozdělení, PP		
 Tepelná poranění	0,5	
- příčiny a rozdělení, PP		
 Poranění páteře a míchy	0,5	0,5
- příčiny, PP		
 Poranění hrudníku a břicha	0,5	0,5
- příčiny, rozdělení, PP		
- pneumotorax		
 Méně závažné stavy a poranění		
- cizí tělesa		
- zlomeniny, vykloubení, zhmožděny	0,5	0,5
- rány		
- kousnutí, uštknutí hadem, bodnutí hmyzem		
 Obvazová technika (šátkové obvazy)	0,5	2,5
 Červený kříž a půlměsíc		
- historie, současnost, poslání		
- principy	0,5	
- ochranný znak		
- Český červený kříž		
 D. Potápění		
Potápění se základní potápěčskou výstrojí (záchrana tonoucího potápeče - nepovinné)	1	5
Diagnostika potápěčských nehod a všeobecné zásady první pomoci při nehodách v důsledku tlakových změn a dýchání stlačeného vzduchu	1	
 E. Doplňující znalosti		
Vzdělávací program Vodní záchranné služby ČČK	0,5	
Historie a současný stav vodního záchranářství	0,5	
Legislativa, prevence a taktika (video)	2	
Základy hydrologie stojatých a tekoucích vod	1	
Základní znalosti lanové techniky a uzlování		3
Speciální téma		1

Závěrečné zkoušky ZIII.

Plavání

Praxe: 400m zvoleným plaveckým způsobem, z toho prvních 200 m v čase do 4:00 minut. Celou délku tratě plave zkoušený jedním plaveckým způsobem.
25m pod vodou (start z vody). V závěru úseku (20-25m) musí zkoušený sebrat 3 puky, které jsou umístěny maximálně 5metrů od sebe v nejhlubší části bazénu (standard ILS)
50m zvoleným plaveckým způsobem s hlavou nad vodou (start z vody), v časovém limitu 0:50 minut (standard ILS)

Záchrana tonoucích

Praxe: 200m tažení tonoucího. Lze střídat způsoby tažení. Postižený se nesmí žádnou částí těla dotknout dna bazénu (standard ILS)
2 techniky přiblížení se k tonoucímu, uchopení a narovnání tonoucího (viz. obsah kurzu)
2 techniky obrany plavčíka (viz. obsah kurzu).
50m – záchrana modelu. Model je umístěn na hranici 25m (na 25m bazénu max. 2m od stěny), v nejhlubší části bazénu. Záchrance startuje kročným způsobem skoku do vody a plave zvoleným plaveckým způsobem s hlavou stále nad vodou. Zanoří se pro model a po vyzvednutí ho dotáhne do cíle v časovém limitu 1:30 minut (standard ILS)
Záchranná akce s pásem. Záchrance provádí záchranu pomocí pásu po uplavání minimálně 23m. Způsob provedení záchranu volí podle polohy tonoucího. Po úplné stabilizaci tonoucího obličejem nahoru, provádí simulaci resuscitace s komentářem. Akci provádí do pokynu zkoušejícího k ukončení akce.
Záchranná akce s pomůckou. Hození pomůcky postiženému při vědomí v bazéně na min. vzdálenost 10m (standard ILS)
Vynášení tonoucího z hlubokého bazénu jedním záchráncem. Způsob vynášení volí předseda zkušební komise podle podmínek.

Teorie: Test.

První pomoc

Praxe: Kardiopulmonální resuscitace jedním záchráncem (5minut)
Obvazová technika (jeden vybraný šátkový obvaz)

Teorie: Test

Potápění

Praxe: 100m plavání s ABC s podplaváním čtyř 2 metrových pásem, v čase do 1:40 minut bez doteku drah vymezející pásma
Vylévání vody z masky. Zkoušený skáče do vody s maskou v ruce.

Teorie: Test

Doplňující znalosti

Praxe: Práce s lanem. Zkoušející zvolí 3 uzle z dále uvedených (ambulanční spojka, škotová spojka, očková spojka, lodní smyčka, prusík, dvojitý osmičkový uzel, půllodní uzel)

Teorie: Test

Poznámka: Níže zmíněné disciplíny mohou být provedeny v rámci kurzu po ukončení dané předmětové skupiny. Odpovědný instruktor předá protokol o provedení všech níže uvedených disciplín předsedovi zkušební komise. Předseda zkušební komise má právo u vybraných frekventantů provést přezkoušení těchto disciplín v rámci závěrečných zkoušek. Jedná se o:

200m tažení tonoucího
Vylévání vody z masky
Vynášení tonoucího z hlubokého bazénu jedním záchráncem
Záchranná akce s pomůckou