

## Programy ramowe dla modułów ratownictwa kajakowego w SIMS

Moduł Ratownictwa Kajakowego jest elementem składowym procesu szkolenia Przewodników i instruktorów Kajakowych. Treść zawarta w module winna odpowiadać kompetencjom przewidzianym dla danego stopnia, a w szczególności:

- a) dla Młodszego Przewodnika oraz Młodszego Instruktora Kajakowego (Moduł Podstawowy) - przygotowanie do bezpośredniego udzielenia pomocy osadzie, która takiego wsparcia potrzebuje, lub do udziału w akcji ratowniczej kierowanej przez doświadczonego Przewodnika/Instruktora. W obu przypadkach zakłada się typowe warunki hydrometeorologiczne na akwenie, który odpowiada kwalifikacjom działających tam osób. *(Patrz Kwalifikacje oraz Zasady Szkolenia Instruktorów Turystyki i Rekreacji Kajakowej)*
- b) dla Przewodnika Kajakowego oraz Instruktora (Moduł Zaawansowany) – przygotowanie do bezpośredniego udzielenia pomocy osadzie, która takiego wsparcia potrzebuje, w nietypowych warunkach hydrometeorologicznych np. silny wiatr, niska temperatura, lód, silnie zarośnięte bystrze itp. W procesie szkolenia należy uwzględnić fakt, że na tym poziomie kwalifikacji prowadzący grupę spływową może występować w roli kierownika akcji ratowniczej.

### **Zalecenia przy formułowaniu programów godzinowych szkoleń:**

1. Locja kajakowa oraz zagadnienia związane z problematyką planowania spływu, z funkcjonowaniem grupy spływowej (np. szyk, komunikacja w grupie itd.) oraz procedurami organizacyjnymi wpływającymi na bezpieczeństwo uczestników spływu są omawiane w modułach przewodnickich.
2. Podczas Podstawowego Modułu Ratowniczego - PMR (szkolenie Młodszego Przewodnika, Młodszego Instruktor) zakłada się pożądany i typowy układ w turystyce nizinnej (z uwagi na niezbędną mobilność instruktora oraz realia w polskiej turystyce kajakowej) – przewodnik/instruktor porusza się na kajaku jednoosobowym, uczestnicy płyną w kajakach dwuosobowych. Oznacza to, że podczas ćwiczeń w ramach modułu, wszędzie tam, gdzie kandydat będzie występował w roli instruktora powinien posługiwać się kajakiem jednoosobowym, natomiast występując w roli uczestnika spływu winien wchodzić w skład dwuosobowej osady.
3. Przystępując do szkolenia w module ratowniczym uczestnik ma zaliczony odpowiedni moduł techniczny, tzn. uczestnicy PMR powinni posiadać umiejętności na trzecim poziomie PSKK, a uczestnicy ZWR umiejętności na czwartym poziomie PSKK.

### **Uwaga:**

*Programy zawierają tylko zagadnienia, które powinny być realizowane podczas modułów ratowniczych. O sposobie ich realizacji (teoria, praktyka), miejscu (woda stojąca, woda płynąca) i czasie decyduje Kierownik Szkolenia tworząc plan szkolenia odpowiednio do lokalnych warunków.*

<p style="text-align: center;"><b>PODSTAWOWY MODUŁ RATOWNICZY</b></p> <p style="text-align: center;">czas trwania około 15 godz</p>	<p style="text-align: center;"><b>ZAAWANSOWANY MODUŁ RATOWNICZY</b></p> <p style="text-align: center;">czas trwania około 8 godz</p>
<b>1. Zasady oraz organizacja asekuracji i ratownictwa w kajakarstwie. Teoria ogólna, bezpieczeństwo, protokoły ratunkowe.</b>	
<p>1.1 Bezpieczeństwo ratownika. Kontrolowanie ryzyka podczas udzielania pomocy - reguła 5D:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- „Dowołać” (kontakt głosowy z osobą poszkodowaną)</li> <li>- „Dotrzeć” (wiosło, kajak...),</li> <li>- „Dorzuć” (rzutka, taśma...),</li> <li>- „Dowiosnąć” (kajak, ponton...)</li> <li>- „Dopłynąć” (Wejście do wody-człowiek żaba)</li> </ul> <p>1.2 Przygotowanie planów na każdą, dającą się przewidzieć okoliczność: „a co?, jeśli...”</p> <p>1.3 Działania wstępne instruktora w przypadku zdarzenia na spływie, rozpoznanie miejsca zdarzenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- identyfikacja zagrożeń,</li> <li>- bezpieczeństwo własne,</li> <li>- czy potrzebna dodatkowa pomoc,</li> <li>- mechanizm zdarzenia,</li> <li>- obrażenia poszkodowanego.</li> </ul>	<p>1.1 Zagrożenia i kwestie zdrowotne związane z uprawianiem kajakarstwa.</p> <p>1.2 Postępowanie kryzysowe. Algorytmy ratunkowe.</p> <p>1.3 Zasada trzech „W”: Wiedza + Wyposażenie + Wyszkolenie = Bezpieczeństwo</p> <p>1.4 Pływanie zimowe, ratownictwo na lodzie – wyposażenie instruktora, techniki ratownicze.</p> <p>1.5 Instruktor na spływie a ratownictwo wodne w Krajowym Systemie Ratowniczo Gaśniczym (KSRG) – informacja ogólna.</p>
<b>2. Sprzęt, wyposażenie instruktora i jego zastosowanie w ratownictwie kajakowym.</b>	
<p>2.1 Sprzęt przydatny w ratownictwie kajakowym,</p> <p>2.2 Budowa oraz zasady posługiwania się wyposażeniem ratowniczym, zagrożenia podczas jego użycia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kamizelka,</li> <li>- rzutka,</li> </ul>	<p>2.1 Specjalistyczny sprzęt ratowniczy: taśmy, liny i karabińczyki.</p> <p>2.2 Budowa wyciągów.</p> <p>2.3 Dostosowanie wyposażenia do warunków panujących na szlaku.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- patent holowniczy,</li> <li>- nóż.</li> </ul> <p>2.3 Wiosło oraz kajak jako elementy wyposażenia ratowniczego.</p> <p>2.4 Węzły przydatne do przeprowadzenia nauczanych akcji ratunkowych</p>	
<b>3. Metody asekuracji w miejscach oraz sytuacjach stwarzających zagrożenia.</b>	
<p>3.1 Działania instruktora podczas asekuracji</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- prewencja,</li> <li>- działanie w sytuacji zagrożenia.</li> </ul> <p>3.2 Wybór właściwego miejsca asekuracji w trudnym miejscu.</p> <p>3.3 Asekuracja miejsc i sytuacji szczególnie niebezpiecznych na szlaku kajakowym – studium przypadków:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zwalone drzewa na szybkim nurcie,</li> <li>- miejsca bagniste,</li> <li>- budowle hydrotechniczne,</li> <li>- fala i wiatr na otwartym akwenu,</li> <li>- zmiana pogody, burza,</li> <li>- szlak żeglugowy,</li> <li>- niedyspozycja uczestnika,</li> <li>- awaria sprzętu,</li> <li>- zaklinowana załoga,</li> <li>- panika po wywrotce,</li> <li>- człowiek na gałęzi.</li> </ul>	<p>3.1 Zasady asekuracji na trasie spływu w zależności od składu grupy, charakteru szlaku:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zasady organizacji,</li> <li>- dobór obsady i sprzętu,</li> <li>- wybór metody asekuracji.</li> </ul> <p>3.2 Metody asekuracji przy założeniu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- udzielania pomocy z brzegu,</li> <li>- udzielania pomocy z kajaka.</li> </ul> <p>3.3 Ustawienie asekuracji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- na odwoju,</li> <li>- na miejscu potencjalnego zaklinowania,</li> <li>- na długich bustrzach.</li> </ul>
<b>4. Ratownictwo po wywrotce.</b>	
<p>4.1 Wywrotka, człowiek w wodzie – ratowanie z brzegu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trening elementów wg. reguły 5D:</li> <li>- techniki korzystania z rzutki,</li> <li>- wybór stanowiska do rzutu,</li> <li>- rzut powtórny,</li> <li>- techniki klarowania rzutki.</li> </ul> <p>4.2 Wywrotka, człowiek w wodzie – ratowanie z kajaka:</p>	<p>4.1 Ratowanie nieprzytomnego, w wywróconej w łódce, kajakarza - „ręka Boga”.</p> <p>4.2 Techniki ratunkowe na rzece w przypadku jednego, dwu lub więcej ratowników.</p> <p>4.3 Siły działające na kajak przed i podczas zaklinowania na drzewie – wnioski praktyczne pozwalające na uniknięcie zaklinowania oraz odpowiednie techniki wyciągania kajaka po zaklinowaniu.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- ratowanie wywróconego kajakarza na głębokiej wodzie - odwracanie łódki i wylewanie wody. T-Rescue (jako ratownik)</li> <li>- podanie dziobu, rufy,</li> <li>- holowanie poszkodowanego.</li> </ul> <p>4.3 Ratowanie sprzętu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- holowanie sprzętu,</li> <li>- wylewanie wody,</li> <li>- zaklinowanie kajaka,</li> <li>- przyciśnięcie do drzewa.</li> </ul> <p>4.4 Postępowanie ratownika i osady podczas zaklinowania kajaka.</p>	<p>4.4 Postępowanie poszkodowanego i ratownika po wywrotce na:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jeziorze,</li> <li>- dużej rzece,</li> <li>- na małej zarośniętej rzece,</li> <li>- rzece o charakterze górskim.</li> </ul>
<b>5. Autoratownictwo.</b>	
<p>5.1 Indywidualne przygotowanie się na wypadek wywrotki.</p> <p>5.2 Minimalizowanie ryzyka - wybór bezpiecznej drogi płynięcia, defensywne i aktywne płynięcie.</p> <p>5.3 Omijanie przeszkód płynąc wpraw w rzece.</p> <p>5.4 Korzystanie z pasa bezpiecznikowego na kamizelce asekuracyjnej.</p> <p>5.5 Zachowanie po wywrotce, kolejność działań.</p> <p>5.6 Wylewanie wody i wsiadanie do kajaka z wody (T-Rescue jako poszkodowany)</p> <p>5.7 Dzióbek</p>	<p>5.1 Eskimoska</p> <p>5.2 Samoratownictwo po wywrotce na wodzie stojącej oraz na wodzie płynącej.</p>
<b>6. Ratowanie w odwoju za sztucznym progiem</b>	
<p>6.1 Zagrożenia występujące w odwojach o głębokiej cyrkulacji</p> <p>6.2 Udzielanie pomocy z zewnątrz: co najmniej dwie techniki o najmniejszym ryzyku dla ratujących</p>	<p>6.1 Metody udzielania pomocy w odwoju o głębokiej cyrkulacji.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rzutka/siatka w poprzek odwoju</li> <li>- podanie kajaka</li> <li>- łańcuch łodzi</li> <li>- podanie dziobu/rufy kajaka</li> <li>- człowiek żaba</li> <li>- oczekiwanie poniżej odwoju</li> </ul> <p>6.2 Samoratownictwo w odwoju – zachowanie w odwoju, wywrotka w odwoju, wyjście z odwoju.</p>



*Opracowanie Jerzy Świtek*