

**MERILA KOMISIJE ZA PREVERJANJE ZNANJA REŠEVALCEV IZ VODE
NA BAZENSKIH IN NARAVNIH KOPALIŠČIH**

Merila obsegajo:

- opis pravilne izvedbe praktičnih vaj plavanja in reševanja iz vode,
- elemente ocenjevanja,
- merilo za pozitivno oceno vaje,
- vrednotenje/težo posamezne napake,
- potek preizkusa usposobljenosti

PROGRAM A – MODUL A1

1. Plavanje 100 m v času pod 2.00 min.

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • start iz vode z odzivom od roba bazena
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • čas (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • preplavana razdalja v predpisanem času

2. Plavanje pod vodo na razdalji 20 m

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • pri plavanju mora biti celo telo pod vodo
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • preplavana razdalja pod vodo (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • pravilna izvedba vaje

3. Reševanje iz vode z roba bazena na razdalji 10 m s pomočjo pripomočkov

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • kontrola vrvi obroča • obroč je lahko oddaljen od tarče največ za dolžino roke v vseh smereh
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • smer meta
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • od 5 metov 3 zadetki v tarčo

4. Reševanje onemoglega ali nerazsodnega plavalca na razdalji 15 m z reševalno tubo ali enim izmed osebnih reševalnih prijemov*

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • reševalni skok s tubo • približevanje utaplajočemu glede na stopnjo utapljanja • ocena stanja • vzpostavitev kontakta z utaplajočim • podajanje tube ali prijem utaplajočega s pomočjo tube • transport utaplajočega do roba bazena
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • reševalni skok – kontrola tube, potop glave (2) • stalna kontrola utaplajočega in zaustavljanje na varni razdalji (2) • ocena stanja (2) • prijem utaplajočega in rokovanje s tubo (2, 3) • zagotavljanje proste dihalne poti med transportom (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • pravilna izvedba vaje

5. Reševanje negibnega plavalca z reševalno tubo ali z osebnim reševalnim prijemom na razdalji 15 m v času 1.20 min.*

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • reševalni skok s tubo • približevanje utaplajočemu glede na položaj (na vodni površini, na dnu bazena) • prijem utaplajočega glede na položaj • transport utaplajočega do roba bazena, kontrola glave • dvig iz bazena in Ravtek prijem • nadzor nad utopljenecem, zlasti kontrola glave
-----------------------	---

elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok – kontrola tube, potop glave (2) prijem utapljučega in rokovanje s tubo (2, 3) zagotavljanje proste dihalne poti med transportom (3) Ravtek prijem (1) nadzor nad utopljenecem, zlasti kontrola glave (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje v predpisanem času

*Vaje reševanja se praviloma izvajajo v bazenu z globino vode do 1.35 m.

6. Prikaz ekipnega reševanja utopljenca s sumom, da ima poškodovano hrbtenico s pomočjo reševalne tube in vodne reševalne deske

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> brezvalovni vstop zgornji in spodnji imobilizacijski prijem podlaganje deske pod utopljenca učinkovita razporeditev nalog ekipno reševanje – vodenje akcije
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> zgornji imobilizacijski prijem (3) spodnji imobilizacijski prijem (3) položaj glave in deske – podlaganje (1) brezvalovni vstop v vodo (2) komunikacija v ekipi (1) preprijem (1) pripasovanje ponesrečenca na desko (1) imobilizacija glave (1) iznos iz bazena (1)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> prikaz imobilizacijskih prijemov, podlaganje deske ter pravilna izvedba ekipnega reševanja

PROGRAM A – MODUL A2

1. Plavanje 200 m z vmesnim plavanjem pod vodo v času 4.00 min.

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> start iz vode z odzivom od roba bazena pri plavanju pod vodo mora biti celo telo pod vodo
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> čas (3) plavanje pod vodo (2)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje

2. Plavanje pod vodo na razdalji 25 m in pobiranje 3 predmetov v medsebojni razdalji 5 m z dna bazena

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> pri plavanju pod vodo pobrati z dna bazena 3 ročke, postavljene v ravni liniji, druga od druge oddaljene približno 5 m kandidat mora ob prihodu iz vode navesti svoje ime in priimek
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> preplavana razdalja (3) pobiranje ročk (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> preplavana predpisana razdalja in pobrane ročke prihod iz vode pri polni zavesti

3. Plavanje na mestu s sonožnimi ali izmeničnimi udarci ter dvignjenimi komolci nad gladino vode najmanj 90 s

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> plavanje na mestu, v navpičnem položaju, z dvignjenimi rokami in komolci ves čas nad vodno gladino
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> roki, vključno s komolci, dvignjeni nad vodno gladino (1) čas (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje v predpisanem času (dovoljeno je dvakratno opozorilo)

4. Reševanje iz vode z roba bazena na razdalji 10 m s pomočjo pripomočkov

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> kontrola vrvi obroča obroč je lahko oddaljen od tarče največ za dolžino roke v vseh smereh
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> smer meta
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> od 5 metov 3 zadetki v tarčo

5. Reševanje onemoglega ali nerazsodnega plavalca na razdalji 20 m z reševalno tubo ali z enim izmed osebnih reševalnih prijemov

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok s tubo približevanje utaplajočemu glede na stopnjo utapljanja ocena stanja vzpostavitev kontakta z utaplajočim podajanje tube ali prijem utaplajočega s pomočjo tube transport utaplajočega do roba bazena
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok – kontrola tube, potop glave (2) stalna kontrola utaplajočega in zaustavljanje na varni razdalji (2) ocena stanja (2) prijem utaplajočega in rokovanje s tubo (2, 3) zagotavljanje proste dihalne poti med transportom (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje

6. Reševanje negibnega utopljenca z reševalno tubo ali z osebnim reševalnim prijemom na razdalji 20 m v času 1.20 min

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok s tubo približevanje utaplajočemu glede na položaj (na vodni površini, na dnu bazena) prijem utaplajočega glede na položaj transport utaplajočega do roba bazena, kontrola glave dvig iz bazena in Ravtek prijem nadzor nad utopljencom, zlasti kontrola glave
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok – kontrola tube, potop glave (2) prijem utaplajočega in rokovanje s tubo (2, 3) zagotavljanje proste dihalne poti med transportom (3) Ravtek prijem (1) nadzor nad utopljencom, zlasti kontrola glave (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje v predpisanem času

7. Prikaz ekipnega reševanja utopljenca s sumom, da ima poškodovano hrbtenico s pomočjo reševalne tube in vodne reševalne deske

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> brezvalovni vstop zgornji in spodnji imobilizacijski prijem podlaganje deske pod utopljenca učinkovita razporeditev nalog ekipno reševanje – vodenje akcije
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> zgornji imobilizacijski prijem (3) spodnji imobilizacijski prijem (3) položaj glave in deske – podlaganje (1) brezvalovni vstop v vodo (2) komunikacija v ekipi (1) prijem (1) pripasovanje ponesrečenca na desko (1) imobilizacija glave (1) iznos iz bazena (1)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> prikaz imobilizacijskih prijemov, podlaganje deske ter pravilna

	izvedba ekipnega reševanja
--	----------------------------

PROGRAM B**1. Plavanje 200 metrov z vmesnim plavanjem pod vodo (5 m na vsako dolžino 25-m bazena) v času 3.55**

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • start iz vode z odzivom od roba bazena
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • čas (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • preplavana razdalja v predpisanem času

2. Plavanje 50 m v tehniki reševalni kravl v času 48 s (50-metrski bazen) ali v času 47 s (25-metrski bazen)

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • start iz vode z odzivom od roba bazena
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • čas (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • preplavana razdalja v predpisanem času

3. Plavanje na mestu s sonožnimi ali izmeničnimi udarci ter dvignjenimi komolci nad gladino vode najmanj 90 s

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • plavanje na mestu, v navpičnem položaju, z dvignjenimi rokami in komolci ves čas nad vodno gladino
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • roki, vključno s komolci, dvignjeni nad vodno gladino (1) • čas (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • pravilna izvedba vaje v predpisanem času • (dovoljeno je dvakratno opozorilo)

4. Reševanje iz vode z roba bazena na razdalji 10 m s pomočjo pripomočkov

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • kontrola vrvi obroča • obroč je lahko oddaljen od tarče največ za dolžino roke v vseh smereh
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • smer meta
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • od 5 metrov 3 zadetki v tarčo

5. Plavanje pod vodo z opremo za prosto potapljanje na razdalji 40 m

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • pri plavanju mora biti celo telo pod vodo • dovoljena je dodatna oprema (neopren, uteži)
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • preplavana razdalja (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • pravilna izvedba vaje

6. Potop na dih do globine 5 m z opremo za prosto potapljanje

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • potop na dih in z dna pobran predmet
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> • globina potopa • izenačevanje pritiska
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> • potop do predpisane globine

7. Reševanje onemoglega ali nerazsodnega plavalca na razdalji 20 m z reševalno tubo ali z enim izmed osebnih reševalnih prijemov

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> • reševalni skok s tubo • približevanje utaplajočemu glede na stopnjo utapljanja • ocena stanja • vzpostavitev kontakta z utaplajočim • podajanje tube ali prijem utaplajočega s pomočjo tube • transport utaplajočega do roba bazena
-----------------------	--

elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok – kontrola tube, potop glave (2) stalna kontrola utapljajočega in zaustavljanje na varni razdalji (2) ocena stanja (2) prijem utapljajočega in rokovanje s tubo (2, 3) zagotavljanje proste dihalne poti med transportom (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje

8. Reševanje negibnega utopljenca z reševalno tubo ali z osebnim reševalnim prijemom na razdalji 20 m v času 1.20 min

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok s tubo približevanje utapljajočemu glede na položaj (na vodni površini, na dnu bazena) prijem utapljajočega glede na položaj transport utapljajočega do roba bazena, kontrola glave dvig iz bazena in Ravtek prijem nadzor nad utopljencom, zlasti kontrola glave
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> reševalni skok – kontrola tube, potop glave (2) prijem utapljajočega in rokovanje s tubo (2, 3) zagotavljanje proste dihalne poti med transportom (3) Ravtek prijem (1) nadzor nad utopljencom, zlasti kontrola glave (3)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje v predpisanem času

9. Prikaz ekipnega reševanja utopljenca s sumom, da ima poškodovano hrbtenico s pomočjo reševalne tube in vodne reševalne deske

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> brezvalovni vstop zgornji in spodnji imobilizacijski prijem podlaganje deske pod utopljenca učinkovita razporeditev nalog ekipno reševanje – vodenje akcije
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> zgornji imobilizacijski prijem (3) spodnji imobilizacijski prijem (3) položaj glave in deske – podlaganje (1) brezvalovni vstop v vodo (2) komunikacija v ekipi (1) prijem (1) pripasovanje ponesrečenca na desko (1) imobilizacija glave (1) iznos iz bazena (1)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> prikaz imobilizacijskih prijemov, podlaganje deske ter pravilna izvedba ekipnega reševanja

10. Prikaz reševanja negibnega utopljenca s pomočjo reševalnega plovila (deska, skuter, čoln) na razdalji 50 ali 100 m. Rešujeta 2 reševalca, razdaljo in način reševanja določi komisija.

opis pravilne izvedbe	<ul style="list-style-type: none"> vajo izvajata dva reševalca
elementi ocenjevanja	<ul style="list-style-type: none"> vodenje plovila (2) ocena stanja (1) prijem utapljajočega (1) dvig utopljenca v plovilo (2) transport na kopno (2) uporaba reševalne tube (1)
merilo za pozitivno oceno	<ul style="list-style-type: none"> pravilna izvedba vaje

VREDNOTENJE POSAMEZNIH NAPAK

Številke v oklepajih pri posameznem elementu ocenjevanja pomenijo težo napake, pri čemer pomeni:

- 1 točka – manjša napaka,
- 2 točki – velika napaka,
- 3 točke – nedopustna napaka.

Če kandidat pri posamezni vaji zbere 3 ali več točk, je vaja ocenjena negativno.

POTEK PREIZKUSA USPOSABLJENOSTI

Preverjanje identitete udeležencev

Komisija pred začetkom preizkusa usposobljenosti, če je treba, pa tudi med potekom preizkusa, preveri identiteto kandidatov.

Prisotnost pri preverjanju usposobljenosti

Pri preverjanju usposobljenosti so na bazenski ploščadi lahko prisotni kandidati in komisija, poleg njih pa še predstavniki Uprave RS za zaščito in reševanje ter pooblaščen izvajalci usposabljanja. Če na bazenu tega ni mogoče zagotoviti, se poskrbi, da ostali spremljevalci in obiskovalci bazena ne motijo poteka preizkusa usposobljenosti in članov komisije.

Motenje, oviranje ter žaljenje komisije

Če kandidat pride k preizkusu pod vplivom prihotropnih snovi, če moti, ovira ali žali člane komisije, mu le-ti lahko prepovejo opravljanje preizkusa usposobljenosti in mu določijo nov rok. Tak sklep se vpiše v zapisnik, člani komisije ga morajo sprejeti soglasno.