



Služba spašavanja na vodi

(Potreban instruktor)

Trebaš imati položen ispit tečaja Crvenog križa za spašavanje u vodi (i zadovoljiti sljedeće zahtjeve).

1. Trebaš imati položen ispit iz vještine u plivanju.
2. Znati vrijednost svlačenja prije spašavanja plivanjem.

Vježbaj svlačenje na kopnu u roku 20 i manje sekundi. Svuci cipele, čarape, hlače, pojas i košulju. Ne uznemiruj se, imaš pravo obući kupaće gaćice (ili kupaći kostim).

3. Znati važnost izbjegavanja kontakta s unesrećenim.

Poznavati taktiku vođenja i čekanja.

Poznavati rukovanje opremom za spašavanje.

4. Nauči pravilno obaviti spašavanje neplivanjem:
 - a. tri različite vrste spašavanja dosezanjem do tijela
 - b. spašavanje hodanjem u plićaku
 - c. spašavanje slobodnim plutanjem kao podrškom
 - d. tri različita način dobacivanja sredstva za spašavanje

5. Pri spašavanju uzmi u obzir sljedeće:

- a. stanje unesrećenog
- b. stanje spasioca
- c. stanje okoliša

6. Ronjenje s površine u 2,5 m duboku vodu, vađenje različitih predmeta triput, jednom predmeta težine pet kilograma.

7. Plivaj 100 m stilom spašavanja.

8. Nauči ispravno sljedeću metode obrane:

- a. blokiranje
- b. blokiranje i nošenje

c. blokiranje i okretanje

9. Nauči ispravno sljedeće metode oslobađanja i izbjegavanja:

a. objeručno odbijanje zahvata na jednom ručnom zglobu

b. spašavanje od objeručnog zahvata na ručnom zglobu

c. oslobađanje sprijeda

d. spašavanje od držanja sprijeda

e. oslobađanje od pristupa straga

f. spašavanje od pristupa straga

g. oslobađanje od dvostrukog utapanja

10. Nauči ispravno pružiti sljedeći pomoć:

a. pomoć rukom sprijeda

b. pomoć s rukom na leđima

c. pomoć rukama dvojice spasilaca

d. pomoć umornom plivaču

11. Ispravno nauči sljedeće pristupe:

a. pristup straga – u ravnini pazuha

b. pristup straga – u ravnini brade

c. pristup straga u ravnini dvije ruke

d. pristup sprijeda na površini

e. pristup pod vodom

f. pristup ronjenjem iza unesrećenog

12. Pravilno pristupi na 9 m i ispravno nosi 9 m koristeći sljedeće metode:

a. prekriženih ruku na prsima

b. kontrola prekriženih ruku na prsima

c. za kosu

d. za ručni zglob

e. za košulju ili kragu

13. Završi najmanje tri sata tečaja kardiopulmonarnog spašavanja ili položi tečaj Crvenog križa.

Vještina – 2. razina

Originalna vještina 1929.

Vještina – 3. razina

Originalna vještina 1963.