

Lipenská vodní záchranná služba o.p.s.

Sídlo: Dolní Vltavice č.p. 43, 382 26 Černá v Pošumaví

tel: +420 606 270 047

e-mail: bukacek@zachranari.com

IČO: 22895906 BÚ: 243815001/0300

Zasílací adresa: U Kasáren 111, 381 01 Český Krumlov

www.lipenskavzs.cz



Kurz plavčik Z III a prodloužení kvalifikace plavčíka Z III

Cílem kurzu je připravit studenty na zkoušky k získání kvalifikace plavčíka ZIII a žadatele o prodloužení této kvalifikace.

Kurz proběhne v souladu s plánem kurzu a závaznými pokyny VZS ČČK ve stanovených termínech podle Vzdělávacího programu VZS ČČK za řízení určených instruktorů.

Termín a místo: 11.3. - 15.4. 2016 bazén Český Krumlov, Výcvikové středisko VZS v Dolní Vltavici

Plán provedení kurzu

- 11. 3. zahájení kurzu v 16.00 bazén v ČK, ukončení ve 18.30 hod.
- 12.3. 08.30 - 16.00 VS Dolní Vltavice
- 13.3. 09.00 - 13.00 VS Dolní Vltavice
- 19.3. 09.00 - 13.30 bazén v Č.Krumlov
- 20.3. 10.30 -13.00 bazén v Č. Krumlov
- 2.4. 09.00 - 13.30 bazén v Č. Krumlov, 14.30 - 17.00 VS D. Vltavice
- 3.4. 08.30 - 10.30 VS D. Vltavice, 11.00 -13.30 bazén v Č. Krumlov **přezkoušení znalostí o způsobilosti studentů k provedení vlastních zkoušek**
- každá středa a pátek od 16.30 - 18.00 hod počínaje 11.3. 2016 a konče 18.4.2016.

Datum a místo provedení zkoušek: 17.4. 2016 09.00 – 14.00 hod. bazén Č.Krumlov

Zodpovědný instruktor: Ing. Milan Bukáček

Instruktoři: Adéla Černá, Jan Kolouch, Mgr. Jaroslav Tůma

Podmínky účasti na kurzu:

- **zájemci zaslat přihlášky M. Bukáčkovi do 28.2. 2016**, u žadatelů o prodloužení nahlásit i číslo průkazky
- **členové MS prodlužující kvalifikaci poplatek za přezkoušení** 600,- zaplatit M. Zemanové a nebo na účet 243815001/0300, var. S. rodné číslo bez lomítka, v poznámce jméno a kurz ZIII do 10.3.2016,
- **poplatek členové MS VZS za kurz a zkoušky** – 1.400,- zaplatit M. Zemanové a nebo na účet 243815001/0300, var. S. rodné číslo bez lomítka, v poznámce jméno a kurz ZIII do 10.3.2016
- **poplatek čekatelé VZS za kurz a zkoušky** – 2.100,- zaplatit M. Zemanové a nebo na účet 243815001/0300, var. S. rodné číslo bez lomítka, v poznámce jméno a kurz ZIII do 10.3.2016

- **nečlenové VZS za kurz – 6.500,-** zaplatit na účet 243815001/0300, var. S. rodné číslo bez lomítka, v poznámce jméno a kurz ZIII do 10.3.2016, poplatek 1.200,- za zkoušky zaplatit do 8.4. 2016
 - **nečlenové VZS prodlužující kvalifikaci za docvičení a zkoušky poplatek 1.100,-** zaplatit na účet 243815001/0300, var. S. rodné číslo bez lomítka, v poznámce jméno a prodloužení ZIII do 10.3.2016
- o dosažení 18let nejpozději v době závěrečných zkoušek kurzu
 - o ukončená základní školní docházka
 - o zdravotní způsobilost
- předat Tůmovi do 12.2016 1 x foto pasového formátu, zdravotní způsobilost potvrzenou lékařem

změny a termíny přípravy budou upřesněny na WWW.zachranari.com ,

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 pouze plavecká úroveň uchazečů (100m volný způsob, plavání pod vodou – 25m). Výsledky testů jsou pouze orientační a slouží výhradně pro potřeby odpovědného instruktora.

Organizace kurzu: bloková nebo průběžná výuka pod vedením odpovědného instruktora.

Rozsah kurzu	Předmětová skupina	Teorie	Praxe
	Plavání	2	9
	Záchrana tonoucích	2	10
	První pomoc	11	18
	Potápění	2	5
	Doplňující znalosti	5	4
	Závěrečné zkoušky	3	4
Celkem 75 hodin		25	50

Závěrečné zkoušky:

Plavání

Praxe: 400m zvoleným plaveckým způsobem, z toho prvních 200m v čase do 4:00minut. 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 0:50minut (standard ILS)

Záchrana tonoucích

Praxe: 200m tažení tonoucího. Lze střídát 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. Záchránce startuje kročným způsobem vstupu 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 1:30minut (standard ILS)

Záchranná akce s pásem. Záchránce 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 doby přerušení ze strany zkoušejícího.

Záchranná akce s pomůckou. Hození pomůcky postiženému při vědomí v bazéně na min. vzdálenost 10m (standard ILS)

Vynášení tonoucího z hlubokého bazénu jedním záchránce. Způsob vynášení volí předseda zkušební komise podle podmínek

Teorie: Test

První pomoc

Praxe: Kardiopulmonální resuscitace jedním záchránce (5minut)

Obvazová technika (jeden vybraný šátkový obvaz)

Teorie: Test

Potápění

Praxe: 100m plavání s ABC s podplaváním čtyř 2 metrových pásem, v čase do 1:40min. 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, dvojitý osmičkový uzel popř. dvojitá dračí smyčka)

Teorie: Test

Cenové podmínky pro účast v kurzu a doškolení :

- v samostudiu prostudovat stanovenou literaturu: viz. vzdělávací program str. 7, důraz na: Vzdělávací program, Z – První pomoc, Z - Bezpečnost ..., Využití záchranného pásu – metodický list, KPR – metodické listy, Hydrologie tekoucích a stojatých vod – metodické listy, Záchranář metodické listy – KPR dětí, Směrnice MZ TNV 94 0920-1 Bezpečnost bazénů, koupališť a aquaparků, **literaturu je možno objednat - doporučuji**
 - struktura učebního programu a požadavky viz. www.zachranari.com/kurzy

Stravování: možno zajistit oběd za cenu 80,- v blízké restauraci tenis centrum na základě závazné objednávky zaslou Bukymu dva dny předem

Materiál sebou:

1. plavky, ručník, pantofle, hygienické pom.
2. plavecké brýle
3. potápěčské ABC
4. psací potřeby
5. pití a svačinu
6. USB flash disk – ke stažení studijního materiálu
7. triko a trenýrky

V Českém Krumlově dne 15.2.2016

ředitel
Ing. Milan Bukáček