

**MERILA IZPITNE KOMISIJE PRI PREVERJANJU ZNANJA  
ZA REŠEVALCE 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.

**PROGRAM A – MODUL A1**

**1. Plavanje 100 m v času pod 2:00 min.**

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

**2. Plavanje pod vodo na razdalji 20 m**

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

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

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

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

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

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

## PROGRAM A – MODUL A2

### 1. Plavanje 200 m z vmesnim plavanjem pod vodo v času 4:20 min.

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

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

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

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

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

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

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

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

## PROGRAM B

Vaje od 1 – 7, glej program A, modul A2

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

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

## 9. Potop na dih do globine 8 m z opremo za prosto potapljanje

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

## 10. Prikaz reševanja negibnega utopljenca s pomočjo reševalnega plovila (deska, skuter, čoln) na razdalji 50 ali 100 m

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

### VREDNOTENJE POSAMEZNIH NAPAK

Številke v oklepajih pri posameznem elementu ocenjevanja pomenijo teže 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.

### RAZNO

#### Motenje, oviranje ter žaljenje izpitne komisije

Če kandidat moti, ovira ali grobo žali člane izpitne komisije, mu le-ti lahko prepovejo opravljanje preizkusa usposobljenosti in mu določijo nov rok. Tak sklep, ki se vpiše v zapisnik, morajo sprejeti soglasno.