

Certyfikat PSKK

Kajakarstwo nizinne

PSKK-N.....-...../...../2012

Zaświadcza się, że ur. dnia
(imię i nazwisko) (data urodzenia)*

z opanował umiejętności określone na
(środowisko – klub / grupa / firma, miasto)

1 2 3 4 5

stopniu w Polskim Systemie Kwalifikacji dla Kajakarstwa nizinnego.

K1



.....
poziom

K2



.....
poziom

C2



.....
poziom

uwagi:

Egzamin przeprowadził(li) i umiejętności zweryfikował(li):

.....
(imię i nazwisko, środowisko, numer certyfikatu)

Niniejszym zaświadczam(y), że kajakarz opanował w sposób solidny i powtarzalny umiejętności określone w Polskim Systemie Kwalifikacji Kajakowych, na wskazanych powyżej rodzajach łódek i stopniach.

.....
miejsowość, data

.....
czytelny podpis egzaminatora(ów)

Numer certyfikatu podawany jest w formacie PSKK-Nx-AAA/y/rrrr, gdzie x to numer stopnia nizinnego PSKK, AAA to identyfikator egzaminatora, y – kolejny numer porządkowy certyfikatu wystawionego przez egzaminatora, rrrr - rok wystawienia certyfikatu.

(*) - Podanie daty urodzenia równoznaczne jest z wyrażeniem prośby o zgłoszenie certyfikatu do centralnego rejestru.

PSKK nizinny	Wiosłowanie	Ratownictwo	Umiejętności pomocnicze
1 stopień	<p><i>Dowolny rodzaj łódki</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wiosłowanie do przodu 50 m Wiosłowanie do tyłu 25 m Zatrzymywanie się Obroty 360 stopni Pływanie po ósemce 	<p>Ratownictwo kajakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> Kabina przy brzegu Pomoc przy wylewaniu wody 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Przygotowanie sprzętu i wyposażenia Podnoszenie i noszenie łódki Zejscie na wodę Powrót na brzeg <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Przygotowanie sprzętu w innych warunkach Kamizelka
2 stopień	<p><i>Dowolny rodzaj łódki</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wiosłowanie do przodu 200 m Wiosłowanie do tyłu 50 m Naciąganie w bok Kontra sterująca <p>Woda płynąca (ZWA-ZWB)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zejscie na wodę i powrót na brzeg Zatrzymanie się przed przeszkodą Bokiem na przeszkodę Przeszkoda w poprzek rzeki Zakole i 2-metrowy przesmyk 	<p>Ratownictwo kajakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> Kabina na głębokiej wodzie Holowanie kajaka i wylanie wody Pływanie wplaw w ubraniu Wyskoczenie z kajaka na wodzie Holowanie bierne (jako pływak) Sygnaly na wodzie 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Dodatkowe techniki noszenia łódki Pakowanie i zabezpieczanie bagażu Mocowanie sprzętu przed transportem <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Podstawy sprzętu nizinnego Znajomość zasad pływania w grupie Budowle hydrotechniczne Sztuczne progi Układ nurtu na rzece nizinnej Minimalizowanie wpływu na przyrodę
3 stopień	<p><i>Dowolny rodzaj łódki</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> Podpórki Piorkowanie Kontra czeska Dwa rodzaje pociągnięć J <p>Woda płynąca (ZWB-ZWC)</p> <ul style="list-style-type: none"> Promowanie tyłem Przeszkoda wisząca nad wodą Skok przez przeszkodę Zakole i 1-metrowy przesmyk 	<p>Ratownictwo kajakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> Wylewanie wody z kajaka na wodzie z pomocą Wejście do kajaka na wodzie z pomocą Holowanie aktywne pływaka Rzutka do nieruchomego celu Ratownictwo w odwoju (teoria) <p>Pierwsza pomoc</p> <ul style="list-style-type: none"> Skompletowanie apteczki Opatrywanie otarć i ran Zatrzymywanie krwawienia z rany Postępowanie z odciskami i pęcherzami Koc ratowniczy Przegrzanie (hipertermia) i zmarznięcie Pozycja bezpieczna 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Węzły podstawowe Wzajemna pomoc w grupie Pływanie w szyku Doraźne naprawy sprzętu <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Sprzęt nizinny Reparaturka Duże akweny otwarte Ławice wędrujące Odwoje Przechowywanie sprzętu Śluzowanie
4 stopień	<p><i>Jedna łódka na poziomie 4 stopnia, a druga na poziomie 3 stopnia.</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> Eskimoska Wiosłowanie na przeciwną Kontra czeska na przeciwną <p>Woda płynąca (ZWC-WW1)</p> <ul style="list-style-type: none"> Pływanie pod prąd Techniki zwalkowe Elementy górskie 	<p>Ratownictwo kajakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> Pomoc w wylewaniu wody z kajaka na wodzie Pomoc w wejściu do kajaka na wodzie Rzutka do ruchomego celu Analiza wypadków <p>Pierwsza pomoc</p> <ul style="list-style-type: none"> Praktyczny kurs pierwszej pomocy Udar cieplny Wychłodzenie (hipotermia) 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Węzły rozszerzone Komunikacja w grupie, funkcja pilota Asekuracja <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Naprawy sprzętu Podstawy prawne Kajakarstwo zimowe
5 stopień	<p><i>Dwa rodzaje łódek na poziomie 4 stopnia i jedna na poziomie 3 stopnia.</i></p>	<p>Ratownictwo kajakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> Planowanie bezpieczeństwa Sprzęt ratunkowy Analiza wypadków cd. <p>Pierwsza pomoc</p> <ul style="list-style-type: none"> Rozszerzony kurs pierwszej pomocy 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Zarządzanie spływem <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Polskie szlaki kajakowe Historia kajakarstwa

Pełny opis Polskiego Systemu Kwalifikacji Kajakowych dostępny jest na stronie

www.fok.org.pl