

Certyfikat PSKK

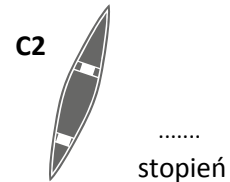
Kajakarstwo nizinne

PSKK-N.....-...../...../2011

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

Z opanował umiejętności określone w
(środowisko – klub / grupa / firma, miasto)

Polskim Systemie Kwalifikacji Kajakowych na stopniu dla kajakarstwa nizinnego:



uwagi:

Egzamin przeprowadził i umiejętności zweryfikował

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

Niniejszym zaświadczam, 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

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 Zatrzymywanie się Obroty 360 stopni Wiosłowanie do tyłu 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"> Dobieranie sprzętu Podnoszenie i noszenie kajaka Zejście na wodę Powrót na brzeg
2 stopień	<p><i>Dowolny rodzaj łódki</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> 200 metrów po linii prostej Naciąganie na bok Kontra sterująca <p>Woda płynąca (ZWA-ZWB)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zatrzymanie się przed przeszkodą Bokiem na przeszkodę Przeszkoda w poprzek rzeki Płynięcie po zakolu i trafienie w 2m 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 Pakowanie i zabezpieczanie bagażu Przytwierdzanie sprzętu do transportu <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Podstawy sprzętu nizinnego Znajomość zasad pływania w grupie (pilot, czerwona latarnia, szyki) Znajomość niebezpieczeństwa odwojów i progów Locja a bezpieczeństwo (ławice) Zasady minimalizowania wpływu na przyrodę
3 stopień	<p><i>Dowolny rodzaj łódki</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> Piórkowanie Naciąganie dziobu Dwa rodzaje pociągnięć J <p>Woda płynąca (ZWB-ZWC)</p> <ul style="list-style-type: none"> Promowanie tyłem Przeszkoda wisząca nad wodą Płynięcie po ciasnym zakolu i trafienie w 1m 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 kajaka i pływaka Rzuty rzutką do nieruchomego celu Ratownictwo w odwoju (teoria) <p>Pierwsza pomoc</p> <ul style="list-style-type: none"> Skompletowanie apteczki Opatrywanie otarć naskórka i ran Zatrzymywanie krwawienia z rany Postępowanie z odciskami i pęcherzami Stosowanie folii NRC (termicznej) Hipotermia Pozycja bezpieczna 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Podstawowe węzły Pomoc wzajemna w grupie <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Sprzęt nizinny Umiejętność skompletowania prostej reparaturki Znajomość zagrożeń na szlakach nizinnych Locja nizinna (nurt na zakręcie rzeki) Zasady przechowywania sprzętu Zasady zachowania podczas służowania
4 stopień	<p><i>Dwa rodzaje łódek na poziomie 3 stopnia i jedna na poziomie 4 stopnia.</i></p> <p>Woda stojąca:</p> <ul style="list-style-type: none"> Eskimoska Wiosłowanie na przeciwną <p>Woda płynąca (ZWC-WW1)</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 Uczestnictwo w akcji ratunkowej Rzuty rzutką do ruchomego celu Liny i węzły Analiza wypadków <p>Pierwsza pomoc</p> <ul style="list-style-type: none"> Podstawowy kurs pierwszej pomocy 	<p>Weryfikowane praktycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Komunikacja w grupie Asekuracja <p>Weryfikowane teoretycznie</p> <ul style="list-style-type: none"> Naprawy sprzętu Obsługa służy Podstawy prawne
5 stopień	<p><i>Wszystkie trzy rodzaje łódek (K2, K1, C2) na poziomie 3 stopnia i dwa rodzaje na poziomie 4 stopnia.</i></p>	<p>Ratownictwo kajakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> Koordynacja akcji ratunkowej Planowanie bezpieczeństwa Sprzęt ratunkowy Analiza wypadków 2 <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 splywem <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