

## Załącznik nr 1A

### **Program przeszkolenia uaktualniającego w zakresie indywidualnych technik ratunkowych**

1. Indywidualne i zbiorowe środki ratunkowe.
2. Techniki ewakuacji ludzi ze statku.
3. Zasady przetrwania rozbitka w wodzie i w zbiorowych środkach ratunkowych.
4. Sygnalizacja w niebezpieczeństwie, środki pirotechniczne.
5. Organizacja akcji poszukiwawczo- ratowniczej:
  - a) Zasady poszukiwania.
  - b) Współpraca z jednostkami ratowniczymi i ratującymi.
  - c) Techniki podejmowania rozbitków.
  - d) Wykorzystywanie jednostek lotniczych w ratownictwie morskim.
6. Zasady współpracy ze śmigłowcem.
7. Indywidualne i zbiorowe środki ratunkowe.
8. Ćwiczenia praktyczne na basenie pływackim/ akwenu:
  - a) Skok na tratwę ratunkową, wejście do tratwy ratunkowej z wody, nadanie właściwej pozycji tratwie ratunkowej.
  - b) Pływanie w pasie ratunkowym i kombinezonie ratunkowym.
  - c) Skok do wody z wysokości co najmniej 2,5 m nad poziomem wody w pasie ratunkowym i kombinezonie ratunkowym.
  - d) Zakładanie pasa ratunkowego w wodzie.
  - e) Wejście w śmigłowcową pętlę ewakuacyjną w wodzie.