

Elva VTÜ veepäästegrupi „MÄRJAD KÄPAD“ tasemeeksam veepääste koortele, päästjale ja koerapääste meeskondadele

Lisaülesanded

1. Loositavad lisaülesanded

1.1. Uppuja“ päästmine ilma päästevahendita.

Ülesande kirjeldus.

Päästja on üksinda kaldal. Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on „aktiivset uppujat“ simuleeriv abiline. Päästja ülesanne on jõuda nii kiiresti kui võimalik (kuni 1,5 min.) „psühhoatilise uppujani“. Ujumise ajal hoiab päästaja temaga kogu aeg silmsidet. „Uppuja“ on paanikas ning üritab päästjale esimestel sekunditel peale ronida. Kui „uppuja“ võetakse päästja poolt korralikult haardesse, siis „uppuja“ rahuneb ja laseb end transportida kaldale. Aega ülesande sooritamiseks on 5 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks.

- Stopper
- „Uppujat“ simuleeriv abiline

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja toob uppuja ettenähtud aja jooksul kaldalähedasse põlvkõrgusesse vette, kus aitab ta püsti. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoi „uppuja“ juurde ujumisel temaga silmsidet (-2p.).
2. Kui päästja ei kontakteeru „uppujaga“(-2p.)
3. Kui päästjal kulub kontrolli saavutamiseks „psühhoatilise uppuja“ üle 11-30 sekundit (uppuja võetakse stabiilsesse haardesse; uppuja ei libise päästja haardest välja) (-2 p.).
4. Kui päästjal kulub uppuja juurde jõudmiseks 1,5-2 minutit (-2p.).
5. Kui ülesande sooritamiseks kulub 5-6 minutit (-2p.).

1.2.“Uppuja” päästmine päästevahendiga (pehme painduv päästevöö, päästerõngas, pehme „hoburaud“päästevöö, päästepoi).

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal.Rihmapidi on tema küljes päästevahend.Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on „psühhoosilist uppujat“ simuleeriv abiline.Päästja ülesanne on jõuda päästevahendiga nii kiiresti kui võimalik „uppujani“(kuni 1,5 min.).Ujumise ajal hoiab päästaja kogu aeg „uppujaga“ silmsidet. „Uppuja“ on paanikas ning üritab päästjale esimestel sekunditel peale ronida. Kui „uppuja“ saab päästevahendist kinni võtta, ta rahuneb.Päästja kinnitab päästevahendi kindlalt „uppuja“ külge (kuni 10 sek.). Päästja transpordib päästevahendi küljes oleva „uppuja“ kaldale.Aega ülesande sooritamiseks on 5 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Rihmaga ja nõõriga päästevahend, stopper,
- „Uppujat“simuleeriv abiline

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja toob uppuja ettenähtud aja jooksul päästevahendiga kaldalähedasse põlvekõrgusesse vette, kus aitab ta püsti. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoi „uppuja“ poole liikudes temaga silmsidet (-2p.).
2. Kui päästja ei kontakteeru „uppujaga“(-2p.).
3. Kui päästjal kulub kontrolli saavutamiseks„psühhoosilise uppuja“ üle 11-30 sekundit (uppuja võetakse stabiilsesse haardesse; uppuja ei libise päästja haardest välja) (-2 p.).
4. Kui päästjal kulub uppuja juurde jõudmiseks 1,5-2 minutit(-2p.).
5. Kui ülesande sooritamiseks kulub 5–6 minutit(-2p.).

1.3. „Uppuja“ päästmine ujuvlauaga.

Ülesande kirjeldus

Päästja on ujuvlauaga üksinda kaldal. Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on „psühhootilist uppujat“ simuleeriv abiline. Päästja ülesanne on jõuda päästevahendiga nii kiiresti kui võimalik „uppujani“ (kuni 40 sekundiga). Ajaarvestus lõpeb kui uppuja võtab lauast kinni. Liikumise ajal ajal hoiab päästja kogu aeg „uppujaga“ silmsidet. „Uppuja“ rahuneb kui saab ujuvlauast kinni võtta. Päästja peab tõmbama uppuja kuni 40 sekundi jooksul ujuvlauale. Järgnevalt ronib ise samuti sellele ning transpordib uppuja ujuvlauale kaldale. Aega ülesande sooritamiseks on kokku 5 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Ujuvlaud,
- Stopper, -
- „Uppujat“ simuleeriv abiline

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja jõuab etteantud aja jooksul „uppujani“, tõmbab ta ujuvlauale ning transpordib ta sellega kaldale. Ülesande lõpetamise märgiks tõstab käe. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoi „uppuja“ poole liikudes temaga silmsidet (-2p.).
2. Kui päästja jõuab ujuvlauaga „uppujani“ 41 sekundi–1 minutiga (-2p.).
3. Kui päästjal kulub „uppuja“ ujuvlauale tõmbamiseks 41 sekundi–1 minutit (-2p.).
4. Kui ülesande sooritamisele kulub 5–6 minutit (-2 p.).

1.4. Paadi ümberpööramine vees koos „uppuja“ päästmisega.

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal. Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on abilise poolt kummuli keeratud paat. Abiline simuleerib paadist 30 meetri kaugusel kaldaga paralleelselt, „psühhoosilist uppujat“. Päästja ülesanne on võtta töötsoonis asuv veepääste vahend (v.a. paat) ning jõuda nii kiiresti kui võimalik „uppujani“ (kuni 1,5 min.). Ujumise ajal hoiab päästja kogu aeg „uppujaga“ silmsidet. Saavutab kontrolli rahutu, pealeroniva „uppuja“ üle (kuni 10 sek.). Stabiliseerib ta ujupäästevahendiga. Seejärel suundub kummuliläinud paadini. Keerab selle ümber ning ronib paati. Sõuab veesoleva „uppujani“ ning tõmbab ta paati. Aega ülesande sooritamiseks on 5 minutit. Seejärel sõuab päästja koos päästetuga kaldale.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Paat,
- Paadiköis (3-4m)
- „Uppujat“ simuleeriv abiline,
- Stopper,
- Veepääste vahend (pehme päästevöö, päästerõngas, päästepoi, ujuvlaud, rullikul päästeköis, viskeköis)

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja saavutab uppuja esmase stabiliseerimise, pöörab paadi tagasi õigesse asendisse ja tõmbab „uppuja“ ettenähtud aja jooksul paati. Ülesande lõpetamise märgiks tõstab käe. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoi „uppuja“ poole liikudes temaga silmsidet (-2p..)
2. Kui päästja ei kontakteeru „uppujaga“(-2p.).
3. Kui päästjal kulub kontrolli saavutamiseks „psühhoosilise uppuja“ üle 11-30 sekundit (uppuja võetakse stabiilsesse haardesse; uppuja ei libise päästaja haardest välja) (-2p.).
4. Kui päästjal kulub uppuja juurde jõudmiseks 1,5-2 minutit (-2p.).
5. Kui ülesande sooritamiseks kulub 5–6 minutit (-2p.).

1.5. Päästevesti selgapanemine vees.

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal. Paat eemaldub kaldast 30 meetri kaugusele. Paadijuht viskab päästjale kokku pakitud (lukk ja rihmad suletuna) sobiliku suurusega päästevesti üle parda ja sõuab 25 meetri kaugusele. Päästja ujub nii kiiresti kui võimalik päästevestini (kuni 1 minutiga) ning paneb selle endale korrektselt selga. Ujumise ajal hoiab päästja kogu aeg eesolevaga silmsidet. Seejärel ujub paadi juurde ning ronib iseseisvalt paati ja tõstab ülesande lõpetamise märgiks käe. Aega ülesande sooritamiseks on 5 minutit. Paat naaseb kaldale.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Paat
- paadijuht
- erineva suurusega päästevestid
- stopper

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

päästja, arvestades etteantud kriteeriume, paneb endale korrektselt päästevesti vees selga, ujub paadini ja ronib sellesse. Ülesande lõpetamise märgiks tõstab käe. Paat naaseb kaldale. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoiä päästevesti poole liikudes sellega pidevat silmsidet (-2p.).
2. Kui päästja ujub päästevestini 1-1,5 minutit (-2p.).
3. Kui päästja ei kinnita päästevesti vees endale korrektselt selga (lukud ja rihmad õiges asendis ja fikseeritud) (-2p.).
4. Kui ülesande sooritamiseks kulub 5-6 min. (-2p.).

1.6 „Uppuja“ päästmine viskeliiniga.

Ülesande kirjeldus

Päästja on viskeliiniga üksinda kaldal. Otse tema vastas, 20 meetri kaugusel vees on „psühhootilist uppujat“ simuleeriv abiline. Päästja ülesanne on visata viskeliin „uppuja“ käehaardesse (~ 1 m raadiusse). Viske ebaõnnestumisel võib sooritada kordusheitel. Eduka heite järgselt „jookstakse“ „uppuja“ päästja poolt kaldale. Ülesande sooritamiseks on aega kuni 3 minutit. Hinnangu andmisel võetakse aluseks viimane heide.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Abiline
- „Uppujat“ simuleeriv abiline
- Viskeliin
- Stopper

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- esimese heite või ülesande jätkamisel, viimase soorituse järgselt jääb viskeliin „uppuja“ käehaardesse (~ 1 meetri raadiusse „uppujast“). „Uppuja“ „jookstakse“ päästja poolt viskeliini abil kaldaäärsesse põlve kõrgusesse vette. „Uppuja“ aidatakse päästja poolt püsti. Ülesande sooritamine jääb etteantud aja piiresse.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Päästja ei kontakteeru „uppujaga“ (-2p.).
2. Kui ülesande sooritamiseks tuleb teha 3-4 heidet (-2p.).
3. Kui ülesande sooritamiseks tuleb teha 5-6 heidet (-4p.).
4. Kui ülesande sooritamiseks tuleb teha 7-8 heidet (-6p.).
5. Kui ülesande sooritamiseks tuleb teha 9 ja enam heidet (-8p.).

1.7. Kolme „uppuja“ päästmine kahe päästja poolt.

Ülesande kirjeldus

Kaks päästjat on kaldal. Päästjate paar(id) loositakse eksamikomisjoni poolt kõikide vastavat taset sooritavate eksaminantide hulgast, kui eksami alguses tõmmatakse loosiga lisaülesanne nr.7.

Kui vastaval tasemel osalejate arv ei võimalda moodustada paare, kasutatakse teistes tasemetes osalevaid eksaminante. Päästemeeskonna juhiks on vastaval tasemel osaleja, kus loositi lisaülesanne nr. 7. Kaldal asuvas eksamitsoonis asuvad erinevad veepääste vahendid. Vastavalt enda valikule võivad päästjad neid kasutada (v.a paat) või mitte. Otse nende vastas, ~100 meetri kaugusel vees, paralleelselt kaldaga, on kolm „uppujat“ simuleerivat abilist, kes on üksteisest ~ 30 -40 meetri kaugusel. Kaks „uppujat“ on psühhoatilised ja rahutud, püüdes päästjatele otsa ronida. Kolmas „uppuja“ on rahulik. „Uppujatest“ ~30 meetrit tagapool on hulpiv, kummulipöördunud paat. Päästjate ülesandeks on jõuda nii kiiresti kui võimalik uppujateni (esimese juurde kuni 1,5 minutiga) ja etteantud aja jooksul (9 minutit), kasutades kõiki võimalikke eksamitsoonis olevaid vahendeid (v.a paat), saada kõik kannatanud „ohutusse ja stabiilsesse“ seis. Ujumise ajal hoiavad päästjad kogu aeg „uppujatega“ silmsidet. Hinnatakse eksaminantide loomungulisust ning situatsioonile vastavat adekvaatset tegevust, mis tagab „kannatanute“ kiireima ja efektiivseima abistamise.

Vajalik ressurs ülesande läbiviimiseks

- Kolm „uppujat“ simuleerivat abilist (*üks võib olla veepinnal püsiv mannekeen*)
- Paat
- Paadiköis (3-4m).
- Erinevad veepäästevahendid (*pehme päästevöö, päästerõngas, päästepoi, ujuvlaud, rullikul päästeköis, viskeköis*).
- Stopper

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- kõik kannatanud on etteantud kriteeriume arvestades päästjate poolt uppumisohtlikust olukorrast välja toodud ja stabiliseeritud. Ülesande lõpetamise märgiks tõstetakse käsi. Mõlemat päästjat hinnatakse oma tegevuses eraldi. Maksimaalselt on võimalik mõlemal päästjal saada 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästjad ei hoi „uppuja“ poole liikudes temaga silmsidet (-2p.).
2. Kui päästjad ei kontakteeru „uppujaga“(-2p.).
3. Kui päästjatel kulub esimese uppuja juurde jõudmiseks 1,5–2 minutit(-2p.).
4. Kui päästjal kulub kontrolli saavutamiseks „psühhoatilise uppuja“ üle 11-30 sekundit (uppujat võetakse stabiilsesse haardesse; uppuja ei libise päästja haardest välja) (-2p.).
5. Kui päästjatel kulub ülesande sooritamiseks 9-10 minutit(-2p.).

1.8. „Uppuja“ päästmine kombineeritud liikumisviisiga (ujumine ja ujuvlaud).

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal. Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on ujuvlaud (*mida hoiavad paigal paadisolevad abilised*), millest omakorda 60 meetri kaugusel on „psühhoosilist uppujat“ simuleeriv abiline. Päästja ülesanne on ujudes jõuda ujuvlauani kuni 1,5 minutiga. Ajaarvestus lõpeb kui päästja puudutab ujuvlauda. Järgnevalt on päästjal kuni 1,5 minutit aega, et ronida selle ja ujuvlauaga liikudes jõuda „uppujani“. Ajaarvestus lõpeb kui „uppuja“ võtab lauast kinni. Liikumise ajal hoiab päästja kogu aeg „uppujaga“ silmsidet. „Uppuja“ on paanikas kuni saab ujuvlauast kinni võtta. Päästja peab tõmbama uppuja kuni 40 sekundi jooksul ujuvlauale. Ronima seejärel samuti sellele ning transportima uppuja ujuvlaual kaldale. Aega ülesande sooritamiseks on kokku 6 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Stopper
- Ujuvlaud,
- „Uppujat“ simuleeriv abiline

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja jõuab etteantud aja jooksul ujuvlauani ja „uppujani“, tõmbab ta ujuvlauale ning transpordib ta sellega kaldale. Ülesande lõpetamise märgiks tõstab päästja käe. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoiu „uppuja“ poole liikudes temaga silmsidet (-2p.).
2. Kui päästjal kulub ujuvlauani jõudmiseks 1,5–2 minutit (-2p.).
3. Kui päästjal kulub ujuvlauaga „uppujani“ jõudmiseks 1,5–2 minutit (-2p.).
4. Kui päästjal kulub „uppuja“ ujuvlauale tõmbamiseks 40 sek–1 minut (-2p.).
5. Kui ülesande sooritamisele kulub 6–7 minutit (-2 p.).

1.9.Uppuja päästmine kombineeritud liikumisviisiga (*ujumine ja kummuliolev paat*).

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal. Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on „triiviv“ kummulipööratud paat (*ankurdatud*), millest omakorda 60 meetri kaugusel on „aktiivset uppujat“ simuleeriv abiline. Päästja ülesanne on ujudes jõuda kuni 1,5 minutiga paadini. Ajaarvestus lõpeb kui päästja puudutab paati. Järgnevalt on päästjal kuni 1,5 minutit aega, et pöörata paat õigesse asendisse ning ronida sellesse. Päästja sõuab „uppujani“ ja tõmbab ta paati (aega kuni 1,5 min.). Ajaarvestus lõpeb kui uppuja on tõmmatud paati. Liikumise ajal hoiab päästja kogu aeg „uppujaga“ silmsidet. „Uppuja“ on paanikas kuni saab paadist kinni võtta. Päästja peab tõmbama uppuja kuni 40 sekundi jooksul paati ja sõuab kaldale. Aega ülesande sooritamiseks on kokku 6 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Stopper
- Paat
- „Uppujat“ simuleeriv abiline

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja jõuab etteantud aja jooksul kummulioleva paadini, pöörab selle ümber, sõuab „uppujani“ ja tõmbab ta paati ning transpordib ta sellega kaldale. Ülesande lõpetamise märgiks tõstab päästja käe. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoi „uppuja“ poole liikudes temaga silmsidet (-2p.).
2. Kui päästjal kulub paadini jõudmiseks 1,5–2 minutit (-2p.).
3. Kui päästjal kulub paadi ümber pööramiseks ja sellesse ronimiseks 1,5–2 min. (-2p.).
4. Kui päästjal kulub „uppuja“ juurde sõudmiseks 1,5–2 min. (-2p.).
5. Kui päästjal kulub „uppuja“ paati tõmbamiseks 40 sek.–1 min. (-2p.).
6. Kui ülesande sooritamisele kulub 6–7 minutit (-2 p.).

1.10.Kombineeritud liikumisviis vees päästevahendi kasutamisega.

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal. Otse tema vastas, 60 meetri kaugusel vees on ankurdatud paat paadijuhiga ja ujuvlaud (*mis on fikseeritud paadi külge*). Päästja ülesanne on ujudes jõuda ujuvlauani kuni 1,5 minutiga. Ujumise ajal hoiab päästja kogu aeg eesolevaga silmsidet. Ajaarvestus lõpeb, kui päästja puudutab ujuvlauda. Järgnevalt on päästjal kuni 1,5 minutit aega, et ronida sellele ja jõuda tagasi kaldale. Samaaegselt ujuvlaua liikumisega kalda suunas, läheb „uppujat“ simuleeriv abiline kaldast 15 meetri kaugusele vette. Jõudes kaldale, võtab päästja nõoriga varustatud päästerõnga ja viskab selle „uppujale“. Vahend võib „uppujast“ jääda 2 meetri raadiusse. Kui päästerõngas jääb kaugemale, tõmbab päästja vahendi nõõripidi enda juurde tagasi ning kordab ühekordselt tegevust. Arvesse läheb viimane heide. Kui „uppuja“ on päästerõngast kinni võtnud, tõmbab päästja ta enda juurde kaldaäärsesse põlvkõrgusesse vette ja aitab püsti tõusta. Järgnevalt ujub päästja paadi juurde, milleks on aega kuni 1,5 minutit. Ajaarvestus lõpeb kui päästja võtab paadist kinni. Järgnevalt on päästjal kuni 1,5 minutit aega, et ronida paati ja sõuda kaldale. Päästja tõstab ülesande lõpetamise märgiks käe. Aega ülesande sooritamiseks on kokku 7 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Paat
- Paadijuht,
- „Uppujat“ simuleeriv abiline
- Ujuvlaud,
- Päästerõngas
- Stopper

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- päästja jõuab etteantud aja jooksul ujuvlaua ja paadini järgneva kaldalejõudmisega. Heidab päästerõnga uppujale ja tõmbab ta sellega kaldaäärsesse põlvkõrgusesse vette kus aitab tal püsti tõusta

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

1. Kui päästja ei hoiu ujumisel eesolevaga pidevat silmsidet(-2p.).
2. Kui päästjal kulub ujuvlauani jõudmiseks 1,5–2 minutit(-2p.).
3. Kui päästjal kulub ujuvlauale ronimiseks ja kaldale jõudmiseks 1,5–2 min.(-2p.).
4. Kui heidetud päästerõngas jääb „uppujast“ 2-4 meetri kaugusele (-2p.).
5. Kui heidetud päästerõngas läheb „uppujale“ pihta (-2p.).
5. Kui päästjal kulub paadini jõudmiseks 1,5–2 min. (-2p.).
6. Kui päästjal kulub paati ronimiseks ja kaldale sõudmiseks 1,5–2 min. (-2p.).
7. Kui ülesande sooritamiseks kulub 7-8 minutit (-2p.).

2.Kohustuslik lisaülesanne

Kohustuslik lisaülesanne sooritatakse sama eksaminandi poolt koheselt pärast viimase loositava lisaülesande lõpetamist (nõ „paketina). Kui loositavaks lisaülesandeks on pilet nr.7, teostavad kardiopulmonaalset elustamist kaks eksaminanti omavahelises koostöös.

2.1. Kardiopulmonaalne elustamine

Ülesande kirjeldus

Päästja on üksinda kaldal. Tema ees maas on alustakil elustamise mannekeen. Simulatsiooni juhendaja poolt esitatakse päästjale olukorra kiire legend (~10 sekundi jooksul) ning antakse luba tegutsemiseks. Simulatsiooni kestvuseks on 4 minutit.

Vajalik ressurss ülesande läbiviimiseks

- Elustamise mannekeen
- Elustamise simulatsiooni läbiviia
- Stopper

Ülesanne loetakse sooritatuks, kui:

- elustamise simulatsioon on 4 minuti jooksul korrektselt sooritatud. Saab maksimaalselt 10 lisapunkti.

Miinuspunktid antakse järgneva eest:

- 1.Kui elustamise eelselt ei tuvastata elutähtsaid tunnuseid: teadvus, hingamine, pulss (kas ikka on surnud?) (-2p.).
- 2.Kui kaudset südamemassaaži ja hingamist ei teostata õiges vahekorras (-2p.).
- 3.Kui unustatakse kutsuda abi (mis juhtus, kus juhtus, millal juhtus, kuidas juhtus) (-2p.).
- 4.Kui elustamistegevuses tekivad üle 5 sekundilised pausid (-2p.).
- 5.Kui eksaminant lõpetab elustamisvõtted enne kui kiirabibrigaad tegevuse üle võtab (-2p.).

NB! Kui kaudse südamemassaaži teostamise koht, „sügavus“ ja sagedus on vale või kunstliku hingamise tegemise ajal rindkere ei liigu piisavalt (õhk liigub kõrvale või makku), loetakse ülesanne mittesooritatuks.