

Täiendusõppe moodul

1. Mooduli (minimaalne) maht

Minimaalselt 13,5 akadeemilist tundi, sellest auditoorne töö 4,0 akadeemilist tundi, iseseisev töö 1,5 akadeemilist tundi ja praktikum 8,0 akadeemilist tundi.

2. Mooduli eesmärk

Vabatahtliku merepäästja täiendusõppe mooduli eesmärk on omandada vajalikud teadmised ja oskused olemasoleva kvalifikatsiooni hoidmiseks.

3. Õpiväljundid

3.1. Mooduli edukal läbimisel koolitatakse:

- 3.1.1. teab Eesti merepääste organisatsiooni ülesehitust ning valdkonna aktuaalseid probleeme;
- 3.1.2. teab vabatahtlike merepäästjate kohustusi ja õigusi;
- 3.1.3. oskab kirjeldada merepääste organisatsiooni ja süsteemi ning selgitada nende toimimise põhimõtteid;
- 3.1.4. teab esmaabi peamisi reegleid ja põhimõtteid;
- 3.1.5. teab enesepääste põhialuseid ning oskab neid rakendada ennetus- ja merepäästetöös;
- 3.1.6. teab ja oskab kasutada päästevahendeid ja päästevõtteid;
- 3.1.7. teab ja oskab rakendada SAR tööprotseduure.

4. Nõuded osalemiseks

- 4.1. Peab vastama vabatahtlikule merepäästjale esitatud tervislikele ja füüsilistele nõuetele.
- 4.2. Peab eelnevalt olema läbinud vabatahtliku merepäästja I astme koolituse.

5. Oskuste näitamine ja hindamiskriteeriumid

- 5.1. Mooduli läbimise tingimusteks on moodulis aktiivne osalemine ning õppemahu läbimine täies ulatuses.
- 5.2. Oskuste näitamine ja hindamiskriteeriumid on välja toodud peatükis 6.
- 5.3. Sooritust ei arvestata kui temaatilises plaanis esitatud hindamiskriteeriumid ei ole täidetud.
- 5.4. Sooritust ei arvestata kui on ilmselged puudujäägid käitumismudelil ja/või soorituses, mis reaalses situatsioonis on ohuks endale kui teistele.

6. Teoreetiline ja praktiline õpe toimuvad metoodiliselt õiges järjestuses ning hõlmavad järgmisi teemasid (tabelis on näidatud minimaalne õppemaht):

Teema	Teoreetilis ed loengud (AT)	Prak tiline õpe (AT)	Sisu	Arvestusel nõutud teadmised
Teema 1. Merepääste õiguslikud alused (iseseisev töö)	0,5		<p>1.1 Muudatused siseriiklikus seadusandluses:</p> <p>1.1.1 Politsei- ja Piirivalve seadus;</p> <p>1.1.2 päästeseadus;</p> <p>1.1.3 hädaolukorra seadus;</p> <p>1.1.4 lennundusseadus;</p> <p>1.1.5 VV määrus nr. 237 Otsingu- ja päästetööde, sealhulgas merereostuse avastamise ja likvideerimise kord Eesti merealal ning Peipsi, Lämmi- ja Pihkva järvel;</p> <p>1.1.6 lennu- ja merepäästeplaan;</p> <p>1.1.7 PPA SRU metoodiline juhised.</p> <p>1.2 Muudatused vabatahtliku merepääste õiguslikes alustes:</p> <p>1.2.1 vabatahtliku merepäästeühingu vastutus ja roll;</p> <p>1.2.2 vabatahtliku merepäästja vastutus ja õigused;</p> <p>1.2.3 vabatahtliku merepäästja tunnustamise tingimused.</p>	<p>Hindamine:</p> <ul style="list-style-type: none"> – oskab nimetada otsingu- ja päästetöid reguleerivaid õigusakte; – oskab selgitada merepäästetööde juhtimist; – teab PPA SRU metoodilise juhise põhimõtteid; – teab vabatahtliku merepäästja ning vabatahtlike ühingute vastutust ja kohustusi. Teab tingimusi vabatahtliku merepäästja tunnustamiseks. <p>Pädevuse näitamise meetodid:</p> <ul style="list-style-type: none"> – teadmiste kontroll.

Teema 2. SAR süsteemi komponendid (iseseisev töö)	0,5		2.1 SAR statistika ja tendentsid. 2.2 Koostöö riiklike struktuuridega. 2.3 Otsingu- ja päästetöödel kasutatav ressurss ning valmisolek.	Hindamine: – oskab selgitada vabatahtlike merepäästjate koostööd riiklike struktuuridega; – oskab nimetada merepäästetöödele reageerivad ametkonnad; Pädevuse näitamise meetodid: – teadmiste kontroll.
Teema 3. Esmaabi ja elustamine	1,0	1,5	3.1 Taaselustamine BLS: 3.1.1 Teadvuse kontroll: 3.1.1.1 vereringe 3.1.1.2 hingamine 3.1.2 Taaselustamise algoritm: 3.1.2.1 vabad hingamisteed 3.1.2.2 kunstlik hingamine 3.1.2.3 kaudne südamemassaaž 3.1.3 Ohud ja vigastused 3.2 Uppumine: 3.2.1 Uppuja äratundmine 3.2.2 Uppunu esmaabi 3.3 Lämbumine: 3.3.1 Esmaabi andmine 3.3.2 Laste esmaabi 3.4 Elupäästev esmaabi: 3.4.1 Elustamise ABC; 3.4.2 Verejooksude peatamine; 3.4.3 Šokk. 3.5 Välisfaktoritest tingitud vigastused ja eluohtlikud seisundid 3.5.1 Külmutamine ja hüpotermia: 3.5.1.1 Lokaalsed külmakahjustused ja ohud 3.5.1.2 Kogu organismi alajahtumine (hüpotermia) ja ohud	Hindamine: – oskab tuvastada teadvust ning vastavalt käituda; – oskab vabastada hingamisteed; – oskab teostada kunstliku hingamist ning on teadlik kaasnevatest ohtudest; – oskab teostada kaudset südamemassaaži ning on teadlik kaasnevatest ohtudest; – oskab anda uppunule esmaabi; – oskab tuvastada lämbumist; – teab lämbumise puhul esmaabivõtteid ning oskab neid kasutada; – oskab nimetada elupäästva esmaabi prioriteete; – oskab selgitada tegevust elupäästva esmaabi andmisel. Pädevuse näitamise meetodid: – teadmiste kontroll; – <u>praktiline ettenäitamine</u> ; – erinevad harjutused ja situatsioonid kasutades simulatsiooni taaselustamisnukku;

			3.5.1.3 Külmumise ja hüpotermia esmaabi 3.5.2 Kuumarabandus ja päikesepiste 3.5.2.1 Kuumarabanduse põhjused 3.5.2.2 Päikesepiste põhjused 3.5.2.3 Kuumarabanduse ja päikesepiste esmaabi	
Teema 4. Instruktaaz, tööohutus ja veesõidukite käsitlemine.	1,0	2,0	4.1 Ohutusalane juhendamine: 4.1.1 mida tuleb järgida (eriti praktiliste harjutuste ajal). 4.2 Merel ellujäämise põhitõed: 4.2.1 õige riietus (ülesandele vastav), riietuse korrektne hooldus, ujuvus, soojus, kaitse, hästi märgatav, mobiilsus; 4.2.2 õige varustuse (sh isikukaitsevarustuse) valik ja hooldus; 4.2.3 oskused tegutsemiseks hädaolukorras; 4.2.4 mida teha, kui veesõiduk on vaja maha jätta; 4.2.5 mida teha, kui on vaja siseneda vette; 4.2.6 mida teha vees: 4.2.6.1 enda ja kaaslas(t)e säilitamise viisid veekeskkonnas, sh kannatanu säilitamine; 4.2.7 mida teha päästevahendis; 4.2.8 peamised vees valitsevad ohud. 4.3 Ohutuse tagamine: 4.3.1 peamised ohud: 4.3.1.1 ohud pukseerimisel ja madalikult päästmisel; 4.3.1.2 ohud pinnaltpääse operatsioonil läbiviimisel; 4.3.1.3 ohud tulekustutustöödel; 4.3.1.4 ohud otsingutel; 4.3.1.5 ohud inimese päästmisel veest;	Hindamine: – mõistab ohutuseeskirjade tähtsust ja nende täitmise vajalikkust; – tunneb merel ellujäämise põhitõdesid ning käitumismustreid; – oskab tagada enda ohutuse päästetööde läbiviimisel; – tunneb ohutuid töövõtteid; – teab, kuidas täita ohutusnõudeid; – teab, millised ohud varitsevad erinevatel otsingu- ja päästetöödel, oskab neid hinnata ja maandada; – oskab päästeoperatsiooni läbiviimiseks valida õige varustuse; – teab, milline on päästeoperatsioonil kasutatav ohutusvarustus; oskab seda kasutada ning hooldada; – teab veesõiduki mehitamise põhimõtteid; – teab ja oskab rakendada ohutuid töövõtteid veesõidukil (töö tormiga, otsade ohutu käsitlemine – kuidas ohutult otsi siduda, kuidas üle liikuda, klaarida, ohutu töötsoon); – tunneb ja oskab teha peamisi sõlmi. – oskab teha sõlmi käsi silmusest läbi panemata; – teab ja oskab rakendada enda nähtavaks

			<p>4.3.1.6 ohud kannatanu transpordil; 4.3.2 riskide hindamine ja maandamine; 4.3.2.1 varustuse regulaarne ja nõuetekohane hooldus.</p> <p>4.4 Meremeheoskused: 4.4.1 otsade käsitlemine, sõlmed. 4.5 Käitumine halbades ilmastikuoludes: 4.5.1 valitsevad ohud; 4.5.2 helisignaalid; 4.6 Tegutsemine inimene üle parda (MOB) olukorras: 4.6.1 käitumine: teadaandmine, päästevahendid, jälgimine; 4.6.2 erinevad MOB manöövriv; erinevad MOB manöövriv; 4.6.3 ohutu manööverdamine: alluule/pealuule; 4.6.4 GPS seadmed.</p>	<p>tegumise viise halva nähtavuse korral; – teab mooduseid, kuidas säilitada otsustamisvõimekust kriisisituatsioonis; – oskab õigesti reageerida MOB olukorras; – teab veesõiduki manöövreid MOB olukorras; Pädevuse näitamise meetodid: – teadmiste kontroll. – <u>praktiline ettenäitamine:</u> – korrektne riietumine (kuivülikond, täispuhutav päästevest, kiiver); – meremehe sõlmede tegumine ja kasutamine; – suurel kiirusel (ca 15 sõlme) ahtrist vette hüppamine (üks inimene korraga, selg paadi poole); – MOB manööver, kannatanu paati aitamine (MOB manöövri elemendid, kõik koolitavad on korra roolis ja kõik käivad korra vees).</p>
Teema 5. Isiklikud päästevahendid ning nende kasutamine.	1,0	2,0	<p>5.1 Kuivülikond – vee- ja päästeülikond, 5.2 Täispuhutav päästevest, selle tööpõhimõtted 5.3 Mask ja snorkel, lestad</p>	<p>Hindamine: – tunneb ja oskab käsitseda isiklike päästevahendeid; – oskab peamisi päästevahendeid nõuetekohaselt hooldada. Pädevuse näitamise meetodid: – teadmiste kontroll; – Koolitavad räägivad ise ülikondadest: ehitus, head-vead, hooldus, pakkimine jmt, kaastel võimalik täiendada ja vajadusel parandada. Koolitavad võrdlevad erinevaid ülikondi, räägivad ise nende erinevustest; – Koolitavad räägivad ise täispuhutavast</p>

				<p>päästevestist: erinevad täitumismehhanismid (manuaalne, automaatne, mh erinevad aktiveerimissüsteemid – soolatablett, hüdrostaad). Päästevesti tööpõhimõtted, kuidas korrektselt kasutada, kuidas täis puhuda, kuidas kontrollida, kuidas pakkida, lisaelemendid.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Erinevad maskid (ühe ja kahe klaasiga) – koolitatavad räägivad nende erinevusest, milline on ehitus, millele tähelepanu pöörata kasutamisel. – Erinevad torud (snorkel) (klapiga ja ilma, nn lainemurdjaga) – koolitatavad räägivad nende erinevusest, milline on ehitus, millele tähelepanu pöörata kasutamisel. – <u>praktiline ettenäitamine:</u> – ülikonna lahtipakkimine ja selgapanek 2 minuti jooksul ilma kõrvalise abita (ülikonna esmane kontroll: mansettide õige käsitlemine, luku õige käsitlemine, traksid pealepanek, jalgevaherihma kontroll); – täispuhutava päästevesti korrektne selgapanek 1 minuti jooksul ilma kõrvalise abita; – täispuhutava päästevesti aktiveerimine manuaalselt (vees); – päästevesti täispuhumine ja liigse õhu välja laskmine vees; – päästevestiga ujumine; – päästevesti vile kontrollimine; – päästevesti tule kasutamine (kui on lisatud);
--	--	--	--	--

				<ul style="list-style-type: none"> – täispuhutava päästevesti hooldamine (sh ballooni vahetamine); – päästeülikonna kokku pakkimine, hooldamine.
Teema 6. Kannatanu päästmine veest	1,0	2,0	6.1 Veesõidukist ja kaldalt päästmine 6.2 Ettevalmistus pinnaltpäästeks 6.3 Ujumisviisid kannatanu lähenemisel 6.4 Kannatanu veest päästmise viisid	Hindamine: <ul style="list-style-type: none"> - teab, kuidas päästa veekogu kaldalt ja veesõidukist (milline on ohutu kaugus, samuti, kuidas kannatanuga suhelda ning kuidas hinnata päästeoperatsioonile kuluvat aega, mh töö efektiivseks korraldamiseks; - oskab kasutada abivahendeid ning mõistab maamärkide määramise olulisust päästetegevuses ning oskab seda rakendada; teab, kuidas kannatanut veesõidukisse või kaldale transportida ja tõsta; - tunneb ohutuid töövõtteid (sh mootori seiskamine) kannatanu käitlemisel veesõiduki juures; - oskab hinnata veekogu ja sisenemiskoha iseloomu; - oskab kontrollida varustust enne vette sisenemist (nii ise kui julgestaja); - oskab meeskonnatööd – julgestaja abistab varustuse seljapanekul (sh lestad, mask ja snorkel), kinnitab julgestusliini, kontrollib liini ning jälgib päästjat; - päästja oskab ohutult vette siseneda; - teab, kuidas kannatanuni ujuda, talle

				<p>läheneda ning millised tegevused on sealjuures olulised (silmside, suhtlemine, eneseohutus);</p> <ul style="list-style-type: none"> - teab, kuidas kannatanut haardesse võtta ning ka vajadusel haardest vabaneda; teab, milliseid abivahendeid on päästmisel võimalik kasutada ning oskab neid päästetegevuses rakendada; - oskab kasutada signaliseerimiseks käemärke ning saab nende tähendusest aru; - julgestaja mõistab käemärkide tähendust ning teab, millised on tema kohustuslikud toimingud päästetegevuse käigus (sh vahemaa lugemine ja abistamine kannatanu käitlemisel). <p>Pädevuse näitamise meetodid:</p> <ul style="list-style-type: none"> - teadmiste kontroll. - praktiline ettenäitamine: <ul style="list-style-type: none"> • varustuse korrektne kasutamine; päästehüppe sooritamine; • kannatanu ära toomine veest; • passiivne/agressiivne kannatanu ning temaga toimetulek; • käemärgid, julgestaja tegevus.
Teema 7. Mereside	0,5 (iseseisev töö)	0,5	7.1 Otsingu- ja päästetööde ajal edastatavad SRU teated. 7.1.1 teadete liigitus: 7.1.1.1 väljasõidutead; 7.1.1.2 teade saabumise kohta;	Hindamine: <ul style="list-style-type: none"> - teab otsingu –ja päästetööde ajal edastatavaid SRU teateid, liigitust, mõistab teadete edastamise olulisust.

			7.1.1.3 teade olukorra kohta; 7.1.1.4 teated tegevuse kohta; 7.1.1.5 teated tagasijõudmise kohta; 7.1.1.6 teated valmisoleku kohta; 7.1.2 teadete koostamise ja edastamise üldised põhimõtted; 7.1.3 harjutused: 7.1.3.1 teadete koostamine; 7.1.3.2 teadete edastamine.	Pädevuse näitamise meetodid: - teadmiste kontroll; - praktiline ettenäitamine: mereside harjutus, kus kirjeldatakse sündmuskohta nii, et kaaslased seda ei näe: kaaslased samal ajal joonistavad kirjeldatud sündmuskoha paberile. Sündmuskoha kirjeldamisel järgitakse mereside reegleid. -
--	--	--	--	---

7. Õppemeetod

- 7.1. Õpe toimub teoreetilises ja praktilises vormis ning iseseisva tööna vastavalt õppekavale.
- 7.2. Võimalusel võib kasutada mereraadioside simulaatorit.
- 7.3. Praktilisel harjutusel on koolitavate maksimaalselt 12 inimest.
- 7.4. Praktilised harjutused viiakse läbi minimaalselt 2 instruktori poolt.
- 7.5. Õppe raames rakendatakse koolitava suhtes kontrollitud (stressi)olukordasid, mis annab koolitavale reaalse ettekujutuse hädaolukorras käitumisest.

8. Kasutatavad õppevahendid (miinimum):

- 8.1. veesõiduk;
- 8.2. erinevat tüüpi päästevestid (ujuvusvahend, täispuhutav päästevest, korkvest);
- 8.3. treeningotsad;
- 8.4. julgestusotsad;
- 8.5. vee- ja päästeülikonnad (vaheriided, ülikonna kapuuts, kindad, rakmed);
- 8.6. termokaitsevahendid;
- 8.7. kaitsekiivrid;
- 8.8. lestad, maskid, snorklid;
- 8.9. VHF-raadiojaamad, ESTER jaamad, võimalusel raadiosidesimulaator;
- 8.10. esmaabikomplektid, elustamisnukk;
- 8.11. esmaabivahendid ohutuse tagamiseks;
- 8.12. videomaterjal;
- 8.13. printitud või digitaalne jaotusmaterjal;
- 8.14. projektor, pabertahvel, sülearvuti.

9. Koolitusmaterjalid

- 9.1. Merepäästet tutvustavad raamatud ja juhised;
- 9.2. muud PPA tutvustavad materjalid;
- 9.3. muud PPA poolt väljatöötatud materjalid;
- 9.4. enesepäästmist käsitlev kirjandus ja erinevad hooldusjuhendid;
- 9.5. tööohutust merepäästetegevuses käsitlevad materjalid;
- 9.6. pinnalpäästmist käsitlev kirjandus;
- 9.7. esmaabi käsitlev kirjandus;
- 9.8. merepäästeüksuse metoodiline juhis.