

Examen Reglement - Zwemmend Redden Open Water
RN-KNBRD diploma Life Saver 2

Zie voor kledingseisen het ER, artikel 2.1

Onderdeel	Omschrijving
-----------	--------------

A. Theorie:

De kandidaat dient de theorie m.b.t. de handelingen die moeten worden verricht bij het redden van drenkelingen uit open water beheersen. De theorie omvat de Handleiding Zwemmend Redden Life Saver 2.

Bij het afnemen van het examen wordt gebruik gemaakt van het laatst verschenen examenprotocol.

Geldige verklaring Eerste Hulpverlening, zoals vermeld in ER art.2.2.r d.d. 21-06-2010

B. Gekleed uit te voeren:

1. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door het binnen 5 minuten afleggen van de volgende afstanden:
 - a. 50 meter schoolslag;
 - b. 50 meter borstcrawl;
 - c. 50 meter polocrawl.
2. Een pseudo ongeval, met twee redders, waarbij in samenwerking een natte redding wordt uitgevoerd met een reddingsmiddel (keuze van de brigade). De pseudo-drenkeling bevindt zich 12,5 meter vanuit de bassinrand. De redding is compleet als de drenkeling 1 hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt daarnaast dient er voor een adequate alarmering gezorgd te zijn.
3. Het uitvoeren van een natte redding waarbij een pseudo-drenkeling zich 25 meter uit de bassinrand bevindt. Voorzichtig te water en de pseudo-drenkeling defensief benaderen. De pseudo-drenkeling 10 meter vervoeren in okselgreep, 10 meter vervoeren in kopgreep, 5 meter in okselnek greep. Tot slot de procedure van de handreiking wordt uitgevoerd zonder de drenkeling op de kant te brengen.
4. De 1^{ste} redder lijnt een 2^e redder aan, welke voorzichtig te water gaat en vervolgens een duikmasker opzet waardoor het zicht wordt ontnomen. Er dient een reddingspop in het zoekgebied boven water te worden getoond. De reddingspop ligt vanaf 1.70 meter tot maximaal 3 meter diep binnen een gebied van 5 x 5 meter. Communicatie d.m.v. lijnseinen., Maximaal 3 duikpogingen.
5. In het water, los van kant of lijn, kleding uittrekken.

C. In zwemkleding uit te voeren:

6. Met een kopsprong te water gaan vanaf een startblok of verhoogde bassinrand, direct gevolgd door 250 meter zwemmend afleggen in 10 minuten in de volgende slagen:
 - a. 50 meter in schoolslag;
 - b. 50 meter borstcrawl;
 - c. 50 meter polocrawl;
 - d. 50 meter rugslag;
 - e. 50 meter in rugcrawl.

Examen Reglement - Zwemmend Redden Open Water
RN-KNBRD diploma Life Saver 2

7. Een natte redding uitvoeren met zwemvliezen en gebruik van een hulpmiddel van een onrustige/drukke pseudo-drenkeling. Een pseudo-drenkeling moet worden gekalmeerd / gerustgesteld / verteld wat er gaat gebeuren. De pseudo-drenkeling bevindt zich op ca. 20 meter afstand vanaf de bassinrand in het water. Het hulpmiddel moet door de pseudo-drenkeling worden gepakt zonder dat deze zich mag verplaatsen. De pseudo-drenkeling moet aan de kant worden gebracht. De opdracht is afgerond als de drenkeling 1 hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt.
8. Met kopsprong te water gaan en 20 meter onderwater zwemmen.
9. Op een veilige manier te water gaan, vervolgens 20 meter zwemmen in een slag naar keuze van de kandidaat, daarna een zich op de bodem bevindende reddingspop opduiken (tenminste 2 meter onder wateroppervlakte), waarbij de kandidaat, op de juiste manier de reddingspop boven brengt, en 15 seconden met de mond boven water houdt. De reddingspop laten zakken en verwisselen met een pseudo-drenkeling, pseudo-drenkeling aansluitend vervoeren in drie vervoersgrepen (elk 10 meter) naar keuze kandidaat. De opdracht is afgerond als de drenkeling 1 hand op de kant heeft liggen en met het gezicht naar de kant ligt.
10. Met schrede sprong te water gaan met zwemvliezen aan;
 - a. tonen van twee bevrijdingsgrepen (keuze examinator);
 - b. 25 meter duwen;
 - c. 25 meter slepen.

Examen Reglement - Zwemmend Redden Open Water
RN-KNBRD diploma Life Saver 2

Examen	Toelichting
--------	-------------

1. Achtergrond
Bij het Diploma Life Saver 2 ligt de nadruk op het verantwoording nemen over het eigen handelen en het samen werken tijdens ongeval.
2. Doel vaardigheden
 - a. Tonen van initiatief.
 - b. Let op veiligheid.
 - c. Juiste communicatie.
3. Beoogde subvaardigheden (belangrijkste meetpunten)
 - a. Aansturing krijgen en samenwerken bij ongeval.
 - b. Conditie.
 - c. Erkenning internationaal ILS Junior Life Saver (12 jaar en ouder).
4. Bij een natte redding wordt voorzichtig te water gegaan en wordt de drenkeling d.m.v. een polocrawl benaderd tot op. 3 meter. De redder schat de toestand van de drenkeling in en stelt deze gerust. De redder vertelt wat er gaat gebeuren, waarna de drenkeling defensief wordt benaderd.
5. Bij onderdeel B4 mag gebruik worden gemaakt van een reddingstuigje of touw. Het touw dient over de pols te worden bevestigd d.m.v. lus welke met een niet verschuifbare knoop (dubbele paalsteek en/of dubbele achtknoop) is gemaakt in het touw.
6. Omschrijving afwijzing door examiner (bij afwijzen kandidaat)
 - a. Welk ontwikkelaspect schoot tekort?
 - b. Reden tekortschieten vereniging / kandidaat t.o.v. gevolgde opleiding?