

PRZYKŁADOWE PYTANIA EGZAMINACYJNE NA STOPNIE OCHOTNICZE**Wiadomości ogólne, profilaktyka, przepisy**

1. Pierwszy zapis o sposobie ratowania życia za pomocą sztucznego oddychania metodą usta-usta pochodzi z roku:
 - a) 586 p.n.e,
 - b) 586,
 - c) 1604,
 - d) 1902.
2. Fundatorem obiektów służących niesieniu pomocy ofiarom Wisły w roku 1604 w Sandomierzu był:
 - a) Henryk Gospodarek,
 - b) Hieronim Sandomierski,
 - c) Hieronim Gostomski,
 - d) zakonnicy klasztoru w Sandomierzu.
3. Pierwsze na ziemiach polskich Cesarskie Towarzystwo Ratowania Tonących powstało w roku:
 - a) 1889,
 - b) 1898,
 - c) 1899,
 - d) 1900.
4. W 1901 roku w Warszawie powstało:
 - a) Petersburskie Towarzystwo Ratowania Tonących,
 - b) Warszawskie Towarzystwo Ratowania Tonących,
 - c) Mazowieckie Towarzystwo Ratownicze,
 - d) Warszawska Organizacja Ratownicza.
5. Polski Związek Pływacki powstał w roku:
 - a) 1920,
 - b) 1932,
 - c) 1922,
 - d) 1946.
6. Data powstania Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego to:
 - a) 16 lutego 1927 roku,
 - b) 11 kwietnia 1962 roku,
 - c) 4 listopada 1970 roku,
 - d) 11 kwietnia 1972 roku.
7. WOPR jest członkiem:
 - a) Międzynarodowego Związku Ratowników WOPR,
 - b) Międzynarodowej Federacji Ratownictwa Wodnego,
 - c) Światowej Federacji Ratownictwa WOPR,
 - d) Światowego Zrzeszenia Ratowników Wodnych.
8. WOPR jest członkiem Międzynarodowej Federacji Ratownictwa Wodnego od roku:
 - a) 1962,
 - b) 1926,
 - c) 1970,
 - d) 1971.

9. Symbolami WOPR są:
- koło ratunkowe i żółta kotwica,
 - koło ratunkowe i niebieski krzyż,
 - niebieski krzyż i żółta kotwica,
 - niebieski krzyż i złota kotwica.
10. Najwyższą władzą WOPR jest:
- Prezes WOPR,
 - Zjazd Krajowy WOPR,
 - ZG WOPR,
 - Komisja Rewizyjna i Sąd Honorowy.
11. Władzami WOPR są:
- Prezes WOPR, Prezesi ZW WOPR,
 - ZG WOPR i Zarządy Wojewódzkie WOPR,
 - Zjazd Krajowy, ZG WOPR, Gł. Kom. Rewizyjna, Sąd Honorowy,
 - Zjazd Krajowy, ZG WOPR, Prezes WOPR, Prezesi Zarządów Woj. WOPR.
12. Kadencja władz WOPR trwa:
- 2 lata,
 - 4 lata,
 - 5 lat,
 - 6 lat.
13. Członkostwo w WOPR m.in. ustaje w wyniku zalegania składek w okresie dłuższym niż:
- 12 miesięcy,
 - 18 miesięcy,
 - 24 miesiące,
 - zależy od ustaleń terenowej jednostki WOPR.
14. Członek WOPR zarejestrowany jest na podstawie:
- legitymacji WOPR,
 - plastycznej legitymacji WOPR,
 - karty ewidencyjnej wraz z oświadczeniem,
 - dziennika kursu i protokołu egzaminacyjnego na pierwszy stopień ratowniczy.
15. Drużyna WOPR prowadzi:
- wykaz członków drużyny,
 - protokoły z zebrań drużyny,
 - dziennik pracy drużyny,
 - szczegółowy wykaz zrealizowanych zadań.
16. Wszystkie jednostki pływające stanowiące własność WOPR powinny być oznakowane:
- emblemem WOPR i banderką WOPR,
 - emblemem WOPR i numerem ewidencyjnym,
 - numerem ewidencyjnym i kolorem pomarańczowym jednostki,
 - kolorem pomarańczowy jednostki i emblemem WOPR.
17. Podstawowym dokumentem w oparciu o który działa WOPR jest:
- pismo przewodnie WOPR,
 - Statut WOPR,
 - legitymacja WOPR,
 - Rozporządzenie Ministra Zdrowia.

18. Kandydatem na stopień młodszego ratownika WOPR może być osoba, która ukończyła co najmniej:
- 12 lat,
 - 13 lat,
 - 14 lat,
 - 16 lat.
19. Kandydat na stopień młodszego ratownika WOPR musi posiadać:
- dotychczasowe uprawnienie przydatne w ratownictwie wodnym,
 - 2 dotychczasowe uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym,
 - 3 dotychczasowe uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym,
 - nie są wymagane dotychczasowe uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym.
20. Młodszy ratownik WOPR może:
- pracować na kąpieliskach samodzielnie,
 - dyżurować społecznie pod nadzorem ratownika starszego stopniem,
 - pełnić dyżury wyłącznie na pływalniach,
 - być asystentem na kursie na stopień Młodszego Ratownika WOPR.
21. Kandydatem na stopień ratownika WOPR może być osoba która ukończyła co najmniej:
- 15 lat,
 - 16 lat,
 - 17 lat,
 - 18 lat.
22. Kandydat na stopień ratownika WOPR musi posiadać:
- stopień młodszego ratownika WOPR,
 - ważną kartę identyfikacyjną MR WOPR,
 - specjalną kartę pływacką,
 - wszystkie odpowiedzi są prawdziwe.
23. Kandydat na stopień ratownika WOPR musi posiadać co najmniej:
- dotychczasowe uprawnienie przydatne w ratownictwie wodnym,
 - 2 dotychczasowe uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym,
 - 3 dotychczasowe uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym,
 - nie są wymagane dotychczasowe uprawnienia przydatne w ratownictwie wodnym.
24. Stopnie zawodowe to:
- ratownik WOPR, starszy ratownik wodny, instruktor WOPR,
 - ratownik WOPR, ratownik wodny basenowy, młodszy instruktor WOPR,
 - ratownik wodny: pływalni, śródlądowy, morski,
 - starszy ratownik WOPR, młodszy instruktor WOPR, instruktor WOPR.
25. Odpowiedzialność dyscyplinarną ratownik WOPR ponosi przed:
- państwowym organem sądowym,
 - Prezydiami Zarządów WOPR,
 - Komisją Dyscyplinarną WOPR i Sądem Honorowym WOPR,
 - Sądem Honorowym WOPR.
26. Odpowiedzialność służbową ratownik WOPR ponosi przed:
- państwowym organem sądowym,
 - Zarządem WOPR,
 - pracodawcą,
 - Komisją Dyscyplinarną WOPR.

27. W ratownictwie karalne jest:
- usiłowanie popełnienia przestępstwa,
 - podżeganie do przestępstwa,
 - kierowanie inną osobą dopuszczającą się przestępstwa,
 - wszystkie powyższe odpowiedzi są prawdziwe.
28. Regulamin kąpieliska powinien znajdować się na tablicy o minimalnych wymiarach:
- 60 cm,
 - 120 x 70 cm,
 - 100 x 100 cm,
 - 2 x 2 m.
29. Do podstawowych obowiązków ratownika nie należy:
- kontrola sprzętu ratunkowego, kontrola stref dla umiejących i nie umiejących pływać,
 - bieżące prowadzenie dziennika pracy ratownika,
 - sprawdzanie biletów, dbanie o utrzymanie czystości i porządku w szatni,
 - niezwłoczne reagowanie na każdy sygnał wzywania pomocy.
30. Do podstawowych obowiązków ratowników należy:
- informowanie pracodawcy o otwarciu kąpieliska,
 - kontrola stref dla umiejących i nie umiejących pływać,
 - ustawianie masztów wyposażonych w komplet flag informacyjnych,
 - wydzielenie brodzika dla dzieci.
31. Do podstawowych obowiązków ratownika należy:
- bieżące prowadzenie dziennika pracy,
 - sprawdzanie biletów wstępu na obiekt,
 - kontrola czystości osób wchodzących na obiekt,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
32. Do podstawowych obowiązków ratowników należy:
- kontrola czystości osób wchodzących na obiekt,
 - sprawdzanie biletów wstępu na obiekt,
 - wywieszanie na maszcie odpowiedniego koloru flag,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
33. Do podstawowych obowiązków ratowników należy:
- sprawdzanie biletów wstępu na obiekt,
 - podejmowanie akcji ratowniczej,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe,
 - kontrola czystości osób wchodzących na obiekt.
34. Węzeł płaski służy do:
- holowania osoby,
 - łączenia dwóch lin o tej samej grubości,
 - przycumowania łódki do pomostu,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
35. Koło ratunkowe jest obowiązkowym wyposażeniem:
- pływalni,
 - łodzi motorowej,
 - kąpieliska prowizorycznego,
 - wszystkie odpowiedzi są prawdziwe.

36. Łódź wiosłowa na kąpielisku prowizorycznym przypada na każde:
- 50 m linii brzegowej,
 - 100 m linii brzegowej,
 - 200 m linii brzegowej,
 - 250 m linii brzegowej.
37. Czerwone boje na kąpielisku oznaczają:
- strefę dla nie umiejących pływać,
 - koniec strefy dla umiejących pływać i głębokość do 4 metrów,
 - brodzik dla dzieci,
 - granice pomiędzy strefami dla umiejących i nie umiejących pływać.
38. Brodzik dla dzieci oznaczony powinien być:
- pływakami oraz siatką sięgającą do dna,
 - nie musi być oznaczony,
 - żółtymi bojami,
 - czerwonymi bojami.
39. Boje ograniczające strefę dla umiejących pływać oznacza się kolorem:
- żółtym,
 - czerwonym,
 - niebieskim,
 - zielonym.
40. Minimalna ilość ratowników na pływalniach z niecką o długości do 25 m wynosi:
- 1 ratownik,
 - 2 ratowników,
 - 3 ratowników,
 - 4 ratowników.
41. Minimalna ilość ratowników na pływalniach z niecką od 25 do 50 m wynosi:
- 1 ratownik,
 - 2 ratowników,
 - 3 ratowników,
 - 4 ratowników.
42. Czerwoną flagę wywiesza się gdy:
- widoczność jest ograniczona do 50 cm,
 - wysokość fali jest do 70cm,
 - występują silne prądy wsteczne,
 - temperatura wody jest poniżej 17° Celsjusza.
43. Zakaz kąpieli obowiązuje na kąpielisku, kiedy siła wiatru przekracza:
- 5° Beauforta,
 - 5° Busola,
 - 5° Bufolta,
 - 5° Farenhajta.

Pierwsza Pomoc Przedmedyczna

1. Rana jest to:
- skręcenie stawu,
 - przerwanie ciągłości powierzchni skóry lub tkanek,
 - unieruchomienie kończyny górnej lub dolnej,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.

2. Krwawienie jest to:
 - a) skręcenie stawu skokowego,
 - b) przecięcie lub rozerwanie naczyń tętniczych, żylnych lub włosowatych,
 - c) zwichnięcie palca,
 - d) odpowiedzi a) i c) są prawidłowe.
3. Krwawienie tętnicze charakteryzuje się:
 - a) krew jasno czerwona, wolno wypływająca,
 - b) krew jasno czerwona, wypływająca pulsacyjnie,
 - c) krew ciemno czerwona, pulsacyjnie wypływająca,
 - d) wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
4. Krew żylna charakteryzuje się:
 - a) leniwym wypływem krwi o kolorze ciemno czerwonym,
 - b) pulsacyjnym wypływem krwi,
 - c) leniwym wypływem krwi o kolorze jasno czerwonym,
 - d) odpowiedzi b) i c) są prawidłowe.
5. Udar słoneczny występuje gdy:
 - a) zbyt długo przebywa się w wodzie o temperaturze 32°C,
 - b) zbyt długo ciało poddawane jest promieniom słonecznym,
 - c) zbyt dużo spożywa się gorących płynów przed wejściem do wody,
 - d) podczas niepogody przebywanie w zbyt ciepłych ubraniach.
6. Podczas podejrzenia udaru słonecznego w trakcie udzielania pierwszej pomocy użyjemy:
 - a) folii termicznej stroną złotą do góry,
 - b) koca,
 - c) folii termicznej srebrną stroną do góry,
 - d) parawanu przeciwwiatrowego.
7. Podczas podejrzenia udaru słonecznego poszkodowanemu udzielamy doraźnej pomocy poprzez:
 - a) ułożenie poszkodowanego w pozycji przeciwzawałowej,
 - b) przystąpienie do resuscytacji krążeniowo oddechowej,
 - c) zapewnienie zacienionego miejsca,
 - d) założenie opatrunku uciskowego na podudzie.
8. Podczas poparzenia dłoni przy obsłudze grilla pomoc doraźna polegać będzie na:
 - a) zabandażowaniu poparzonego miejsca opatrunkiem elastycznym,
 - b) zabandażowaniu poparzonego miejsca opatrunkiem wyjąłowym,
 - c) schłodzeniu dłoni chłodną wodą,
 - d) posmarowaniu poparzonego miejsca kremem nawilżającym.
9. Jeśli w miejscu poparzenia pojawią się bąble z płynem surowicznym to:
 - a) przebijamy je,
 - b) nie przebijamy ich,
 - c) smarujemy wazeliną,
 - d) wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
10. Krwotok to:
 - a) Haemophilia,
 - b) każde krwawienie z uszkodzonych naczyń krwionośnych,
 - c) określenie dotyczące intensywnego, obfitego (masywnego) wypływu krwi, jedynie z uszkodzonych dużych tętnic,
 - d) określenie dotyczące, intensywnego, obfitego (masywnego) wypływu krwi, jedynie z uszkodzonych dużych żył.

11. Opatrunek uciskowy stosowany jest do:
 - a) zaopatrzenia każdego zranienia któremu towarzyszy krwawienie,
 - b) zatamowania masywnych krwawień (krwotoków),
 - c) zaopatrzenia otwartych złamań kości,
 - d) zaopatrzenia otwartych złamań kości, którym towarzyszy krwawienie.
12. Opatrunek uciskowy składa się z:
 - a) jedynie warstwy uciskowej - „poduszki”,
 - b) warstwy jałowej, warstwy uciskowej - „poduszki” oraz mocowania wszystkich warstw np. za pomocą bandaża dzianego,
 - c) warstwy uciskowej - „poduszki” i mocującej ją opaski elastycznej,
 - d) warstwy jałowej która dociskana jest do miejsca krwawienia obciskającym rękawem siatkowym np. typu Codofix.
13. Podstawową metodą tamowania krwotoków w pierwszej pomocy jest:
 - a) założenie opatrunku osłaniającego,
 - b) założenie opatrunku unieruchamiającego,
 - c) założenie opatrunku uciskowego w miejscu krwawienia,
 - d) założenie opatrunku osłaniającego i zabezpieczenie go opatrunkiem unieruchamiającym.
14. Pozycją jaką należy zalecić osobie z krwawieniem z nosa jest:
 - a) pozycja bezpieczna,
 - b) przeciwwstrząsową,
 - c) siedząca z głową odchylną do tyłu,
 - d) siedząca z głową do przodu i delikatnym uciskiem skrzydełek nosa.
15. Opatrunek osłaniający stosuje się do:
 - a) zapobiega jedynie zanieczyszczeniu rany i jej zakażeniu,
 - b) zabezpiecza jedynie rany przed drażnieniem przez czynniki zewnętrzne,
 - c) jedynie wchłania pewnej ilości krwi i przyśpieszenia hamowania krwawienia,
 - d) spełnia wszystkie funkcje wymienione w odpowiedziach a), b) i c).
16. Opatrunek osłaniający to:
 - a) opatrunek samoprzylepny z jałowym materiałem opatrunkowym umożliwiającym przykrycie całej powierzchni rany,
 - b) opatrunki z gazy jałowej umożliwiające przykrycie całej powierzchni rany mocowane za pomocą opasek dzianych, elastycznych lub plastrów,
 - c) opatrunki z gazy jałowej umożliwiające przykrycie całej powierzchni rany mocowane za pomocą odpowiedniego rękawa siatkowego np. typu Codofix,
 - d) wszystkie rodzaje opatrunków wymienione w odpowiedziach a), b) i c).
17. Złamanie kości to:
 - a) przerwanie ciągłości kości w wyniku urazu przekraczającego granice jej elastyczności,
 - b) przemieszczenie powierzchni stawowych kości względem siebie poza obrys stawu, bez powrotu do pozycji fizjologicznej,
 - c) przemieszczenie powierzchni stawowych kości względem siebie poza obrys stawu, z powrotem do pozycji fizjologicznej,
 - d) żadna z powyższych odpowiedzi nie jest prawidłowa.
18. Skręcenie stawu to:
 - a) przerwanie ciągłości kości w wyniku urazu przekraczającego granice jej elastyczności,
 - b) przemieszczenie powierzchni stawowych kości względem siebie poza obrys stawu, bez powrotu do pozycji fizjologicznej,

- c) przemieszczenie powierzchni stawowych kości względem siebie poza obrys stawu, z powrotem do pozycji fizjologicznej,
 - d) żadna z powyższych odpowiedzi nie jest prawdziwa.
19. Zwichnięcie stawu to:
- a) przerwanie ciągłości kości w wyniku urazu przekraczającego granice jej elastyczności,
 - b) przemieszczenie powierzchni stawowych kości względem siebie poza obrys stawu, bez powrotu do pozycji fizjologicznej,
 - c) przemieszczenie powierzchni stawowych kości względem siebie poza obrys stawu, z powrotem do pozycji fizjologicznej,
 - d) żadna z powyższych odpowiedzi nie jest prawdziwa.
20. Szyny Kramera służą do:
- a) unieruchamiania elementów układu narządu ruchu - głównie kończyn,
 - b) unieruchamiania, z uwagi na swoją budowę, głównie całego kręgosłupa,
 - c) przemieszczania uszkodzonego w sytuacji braku noszy,
 - d) spełnia wszystkie funkcje wymienione w odpowiedziach a), b) i c).
21. Szyny Kramera przed wykonaniem unieruchomienia:
- a) modelujemy w powietrzu i przymierzamy na zdrowej kończynie uszkodzonego lub kończynie osoby o zbliżonej budowie do uszkodzonego,
 - b) modelujemy w powietrzu i przymierzamy na unieruchamianej kończynie uszkodzonego, bo tylko to gwarantuje prawidłowe dopasowanie szyny,
 - c) nie wymagają modelowania gdyż z uwagi na swoją plastyczność samoczynnie dopasowują się do kształtu kończyny podczas wykonywania unieruchomienia,
 - d) odpowiedzi a) i b) są prawdziwe.
22. Złamane przedramię najlepiej zabezpieczyć:
- a) za pomocą chusty trójkątnej,
 - b) za pomocą szyny Kramera,
 - c) za pomocą taśmy sam splint,
 - e) wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
23. Ocena wstępna uszkodzonego obejmuje:
- a) ogólne wrażenie, stan świadomości, „ABC”,
 - b) ocenę stanu przytomności,
 - c) udrożnienie dróg oddechowych i sprawdzenie oddechu,
 - d) wszystkie odpowiedzi są prawdziwe.
24. Jednorazową maskę foliową stosujemy do:
- a) nakładania na ranę,
 - b) przenoszenia wody utlenionej,
 - c) prowadzenia pośredniego masażu serca,
 - d) prowadzenia sztucznej wentylacji.
25. Deska ortopedyczna służy do:
- a) ewakuacji uszkodzonych z urazem kręgosłupa,
 - b) stabilizacji kręgosłupa,
 - c) ciągnięcia za skuterem,
 - d) odpowiedzi a) i b) są prawidłowe.
26. W skład standardowego wyposażenia deski ortopedycznej wchodzi:
- a) stabilizator głowy,
 - b) pasy,
 - c) deska,
 - d) wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.

27. O użyciu deski ortopedycznej decyduje:
- świadek zdarzenia,
 - młodszy ratownik,
 - członek rodziny,
 - kierownik akcji.
28. Do stabilizacji odcinka szyjnego kręgosłupa stosujemy:
- opatrunek uciskowy,
 - gips,
 - bandaż elastyczny,
 - kołnierz stabilizujący.
29. Pozycja bezpieczna to pozycja:
- na wznak,
 - na boku prawym,
 - na boku lewym,
 - odpowiedzi b) i c) są prawidłowe.
30. Pozycji bezpiecznej nie stosujemy u:
- kobiet w ciąży,
 - poszkodowanego z urazem kręgosłupa,
 - dzieci,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
31. Po upływie ilu minut należy ułożyć poszkodowanego na drugim boku, gdy ułożony jest w pozycji bezpiecznej:
- 60 minut,
 - 30 minut,
 - 15 minut,
 - 20 minut.
32. Ciała obce wystające z ran:
- przed opatrzeniem rany usuwamy je,
 - nie opatrujemy takiej rany, czekając na przybycie lekarza stosujemy tlenoterapię i wsparcie psychiczne,
 - samodzielnie nie usuwamy tkwiących w ranach ciał obcych (przedmiotów), zaopatrując je opatrunkiem unieruchamiającym np. z wykorzystaniem zwiniętych w rolkę bandaży,
 - samodzielnie nie usuwamy tkwiących w ranach ciał obcych (przedmiotów), zaopatrując je jedynie opatrunkiem osłaniającym.
33. Skrót BLS oznacza:
- podstawowe zabiegi resuscytacyjne,
 - łańcuch przeżycia,
 - wczesna defibrylacja,
 - opieka po resuscytacyjna.
34. Skrót WBLS oznacza:
- łańcuch przeżycia w wodzie,
 - podstawowe zabiegi resuscytacyjne u osoby podtopionej,
 - śmierć biologiczną,
 - wczesne rozpoznanie i wczesna pomoc.

35. RKO oznacza:
- resuscytację krążeniowo – oddechową,
 - rehabilitację komorą odnowy,
 - rezonans krążeniowo – oddechowy,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
36. Czas trwania oceny stanu oddychania poszkodowanego wynosi:
- 20 sekund,
 - 15 sekund,
 - czas nieograniczony,
 - 10 sekund.
37. Numer alarmowy (w Polsce) w przypadku stanu zagrożenia życia:
- 997, 998, 999 lub 112,
 - 991, 994, 993 lub 112,
 - 111, 999, 997 lub 112,
 - 997, 111, 112 lub 998.
38. Stosunek uciśnień klatki piersiowej do oddechów w trakcie RKO wynosi:
- 14:1,
 - 30:1,
 - 30:2,
 - 30:5.
39. Zmysły równocześnie biorące udział w określaniu stanu oddechu u poszkodowanego:
- wzrok, słuch, smak,
 - wzrok, oddech, węch,
 - wzrok, słuch, czucie,
 - wzrok, dotyk, węch.
40. RKO przerywa się w przypadku:
- przejęcia poszkodowanego przez zespół karetki pogotowia,
 - gdy u poszkodowanego powrócą czynności życiowe,
 - gdy ratownik opadnie z sił,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.

Ratownictwo i sprzęt

1. Maraton pływacki to impreza:
- na dystansie do 2 km,
 - na dystansie powyżej 3 km,
 - trwająca co najmniej 30 min,
 - trwająca do 30 min.
2. Konkurencje olimpijskie odbywają się na basenie:
- 25m,
 - 50m,
 - o dowolnej długości,
 - tylko odkrytym, o szerokości toru, powyżej 3m.
3. Najwolniejszym stylem pływackim jest:
- klasyczny,
 - zmienny,
 - dowolny,
 - grzbietowy.

4. Start z wody wykonuje się dostylu:
 - a) motylkowego,
 - b) klasycznego,
 - c) dowolnego,
 - d) grzbietowego.
5. Najszybszym stylem pływackim jest:
 - a) dowolny,
 - b) grzbietowy,
 - c) klasyczny,
 - d) zmienny.
6. Kraul ratowniczy, to:
 - a) styl pływacki,
 - b) styl techniczny,
 - c) sposób pływacki,
 - d) kraul dyrektorski.
7. Dokończ zdanie: „Pływając kraulem ratowniczym głowa ratownika...”:
 - a) znajduje się pod wodą,
 - b) znajduje się co 2 ruchy RR pod wodą i co 2 ruchy RR nad wodą,
 - c) znajduje się nad wodą,
 - d) zwrócona jest mocno w bok.
8. Udzielając pomocy poszkodowanemu, ratownik musi zawsze pamiętać, że:
 - a) nie wolno podpływać do poszkodowanego bez sprzętu i bez asekuracji,
 - b) dobry ratownik, to żywy ratownik,
 - c) żadna z odpowiedzi nie jest prawidłowa,
 - d) prawidłowe są odpowiedzi a) i b).
9. Podpływając do poszkodowanego, zawsze należy stosować zasadę:
 - a) ograniczonego zaufania do poszkodowanego,
 - b) 100% zasadę ufności w swoje możliwości,
 - c) jestem najlepszy we wszystkim co robię,
 - d) teraz pokażę wszystkim, co potrafię.
10. Uchwycenie ratownika przez tonącego jest:
 - a) niebezpieczne,
 - b) mało prawdopodobne, bo ratownik jest silny fizycznie,
 - c) mało prawdopodobne, bo ratownik jest dobrze wyszkolony,
 - d) nie groźne, ponieważ poszkodowany działa w szoku.
11. Schodząc w głąb do nieznannej wody, należy zanurzać się:
 - a) NN w dół,
 - b) głową w dół,
 - c) sposób zanurzania nie ma znaczenia dla bezpieczeństwa nurka,
 - d) żadna z odpowiedzi nie jest prawidłowa.
12. Sprzęt ABC to:
 - a) bojka SP, pas ratunkowy, koło ratunkowe,
 - b) ręcznik, kąpielówki, czepek,
 - c) Airway, Breathing, Circulation,
 - d) maska, fajka, płetwy.
13. Bojka SP to:
 - a) podręczny sprzęt ratunkowy,
 - b) boja cumownicza,

- c) boja nawrotowa,
 - d) inaczej zwana „podbierak”.
14. Bojka SP służy do:
- a) holowania uszkodzonego,
 - b) rzutów na odległość,
 - c) rzutów do celu i na odległość,
 - d) unieruchamiania kołczyny.
15. Pas ratunkowy, to inaczej:
- a) szczupak,
 - b) węgorz,
 - c) barakuda,
 - d) delfin.
16. Pas ratunkowy służy do:
- a) wentylacji uszkodzonego,
 - b) rzutów za uszkodzonego,
 - c) rzutów przed uszkodzonego,
 - d) holowania uszkodzonego.
17. Żerdź to:
- a) tyczka,
 - b) rumpel,
 - c) część wyposażenia kajaka,
 - d) przyrząd do mocowania chorągiewek na pływalni.
18. Minimalna długość żerdzi to:
- a) 2 m,
 - b) 3 m,
 - c) 4 m,
 - d) bez ograniczeń.
19. Do podręcznego sprzętu ratunkowego zaliczamy:
- a) łódź wiosłową,
 - b) kajak ratowniczy,
 - c) rzutkę rękawową,
 - d) łódź motorową.
20. Wadą rzutki rękawowej jest:
- a) mała wyporność,
 - b) odblaskowy kolor,
 - c) mały zasobnik,
 - d) mały zasięg rzutu.
21. Zaletą koła ratunkowego jest:
- a) duży zasięg rzutu,
 - b) doskonała skuteczność rzutu,
 - c) duża wyporność,
 - d) możliwość wykorzystania go, jako ozdoby.
22. Wadą koła ratunkowego jest:
- a) mała skuteczność rzutów na dużą odległość,
 - b) brak widoczności koła,
 - c) zbyt duży rozmiar koła,
 - d) duża wyporność.

23. Minimalna długość liny asekuracyjnej wynosi:
- 50 metrów,
 - 100 metrów,
 - 80 metrów,
 - 200 metrów.
24. Lina asekuracyjna musi być:
- z dodatkowymi chorągiewkami na całej jej długości,
 - wyprodukowana w Chinach,
 - nie starsza niż jeden sezon,
 - nietonąca.
25. Lina asekuracyjna z szelkami w zasobniku służy do:
- skrępowania agresywnie zachowującego się poszkodowanego,
 - zabezpieczenia ratownika podczas akcji ratowniczej,
 - ściągnięcia sprzętu pływającego z wody w kierunku brzegu,
 - zabezpieczenia imprez na wodach otwartych.
26. Podejmowanie tonącego do łodzi wiosłowej odbywa się:
- z burty nawietrznej,
 - z burty zawietrznej,
 - z dziobu,
 - z rufy.
27. Tzw. „scyzoryk” to:
- sposób holowania,
 - sposób zanurzania się pod wodę,
 - sposób szybkiego rozwiązania liny,
 - sposób holowania osoby niebezpiecznej.
28. Osobę zmęczoną holuje się zespołowo sposobem:
- jednorącz za żuchwę lub oburącz za żuchwę,
 - tzw. „most” lub „samolot”,
 - żeglarskim,
 - pod pachy.
29. Osobę niebezpieczną holuje się sposobem:
- jednorącz za żuchwę,
 - tzw. „most”,
 - żeglarskim,
 - pod pachy.
30. Pozorowane akcje ratunkowe mają na celu:
- propagowanie bezpiecznej kąpieli,
 - trening ratowników,
 - pokazy ratowania dla wypoczywających na plażach w trakcie dyżuru,
 - wszystkie odpowiedzi są poprawne.
31. Przy akcjach ratunkowych poza kąpieliskiem na większą odległość (np. 150 m) celowe staje się użycie:
- łodzi wiosłowej,
 - bojki SP,
 - kołowrotu,
 - płetw.

32. Obowiązkowym wyposażeniem każdej jednostki pływającej jest:
- lornetka,
 - bojka SP,
 - rzutka,
 - kapok dla każdego członka załogi.
33. Koło ratunkowe jest obowiązkowym wyposażeniem:
- pływalni,
 - łodzi motorowej,
 - kąpieliska prowizorycznego,
 - wszystkie powyższe odpowiedzi są prawidłowe.
34. Koło ratunkowe służy do:
- wymiany w samochodzie,
 - podania tonącemu który jest nieprzytomny,
 - zabawy „Mistrz rzutu”,
 - podania tonącemu który jest przytomny.
35. By skutecznie udzielić pomocy na małą odległość (np. 7 m) rzutkę rękawową należy rzucić:
- bezpośrednio tonącemu tak by złapał za zasobnik,
 - za tonącego tak by mógł złapać linkę,
 - obok tonącego tak by złapał za zasobnik,
 - w dowolny sposób by tonący mógł złapać za zasobnik.
36. Zaletą koła ratunkowego jest:
- pomarańczowy kolor,
 - duża wyporność,
 - duży zasięg rzutu,
 - niska cena.
37. Kołowrót ratunkowy stosuje się w akcjach:
- tylko nad jeziorem,
 - gdy jednocześnie tonie kilkadziesiąt osób,
 - tylko nad morzem,
 - podczas których ratownik wypływa na odległość do 80 metrów.
38. Skuteczność rzutek rękawowych zależy głównie od:
- długości linki,
 - masy ciała osoby poszkodowanej,
 - celności pierwszego rzutu,
 - wyporności rzutki.
39. Węzeł prosty służy do:
- holowania osoby,
 - łączenia dwóch lin,
 - przycumowania łódki do pomostu,
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe.
40. Łódź wiosłowa na kąpielisku zorganizowanym przypada na każde:
- 50 m linii brzegowej,
 - 100 m linii brzegowej,
 - 200 m linii brzegowej,
 - 250 m linii brzegowej.