

Obiettivi Brevetto Giovani Versione del 23.12.2009

Presupposti: età minima 11 anni (anno di nascita), verifica sicurezza in acqua (capriola in acqua, mantenersi a galla sul posto per 1 minuto, nuotare per 50 metri)

Argomento	T/P	Durata (minuti)	Obiettivo Le/I partecipanti sono in grado di	Come raggiungere l'obiettivo (contenuti)
Nuoto	P	10	eseguire il CSA	controllo, presupposto necessario
	P	45	nuotare in sicurezza	nuotare correttamente a rana, stile libero
	P/T	15	entrare in acqua nel modo adatto alla situazione	tuffo di testa o di piedi da bordo vasca
Immersioni	T	15	spiegare e praticare la compensazione	compensazione dell'orecchio; spiegare perché e come praticarla
	T	15	utilizzare correttamente maschera e occhialini in base alla situazione	differenza maschera/occhialini, compensazione negli occhialini
	P	30	recuperare 3 piatti da una profondità minima di 1,6 m e su una superficie di 3x3 m	immersione di orientamento
Salvataggio	T/P	30	utilizzare strumenti di salvataggio (palla, anello)	spiegazione, dimostrazione, utilizzo
	T/P	15	utilizzare mezzi ausiliari di salvataggio (oggetti gonfiabili, tavoletta, ecc.)	farli cercare in piscina, utilizzarli
	P	20	utilizzare le prese di salvataggio	nuoto di salvataggio con presa sotto le ascelle, alla nuca con una mano e alla testa con due mani (ciascuna per almeno 10 metri)
Recupero	P	30	recuperare un paziente fino a bordo vasca	recuperare a nuoto la vittima (distanza ca. 10 m, profondità acqua min. 1.6 m), trasportarla in superficie, portarla a bordo vasca con presa di salvataggio, immobilizzarla e mantenere libere le vie respiratorie.
	P	20	portare un paziente fuori dall'acqua sulla terraferma	salvataggio a due (presa di sollevamento)
Prevenzione	T	45	conoscere le regole per il bagnante, i pericoli e il comportamento da tenere in piscina (trampolino, ecc.); prevenzione	spiegare le regole per il bagnante e il senso delle stesse
	T	15	avviare le procedure di allarme	individuare luoghi e cose (pulsante d'allarme, strumenti di salvataggio, sorveglianza, entrate/uscite di emergenza)
	T	15	limiti (valutare le proprie capacità e conoscenze nel settore del salvataggio in acqua)	cosa so e cosa non so fare dopo questo corso; dove posso e dove non posso intervenire; quali pericoli sono in grado e quali non sono in grado di valutare (compresa la capacità di evitare le situazioni di pericolo nel salvataggio).
Pronto Soccorso	T	20	indicare i numeri di emergenza e i punti più importanti di una procedura di allarme	polizia, ambulanza, vigili del fuoco, informazioni necessarie in caso di allarme
	T	30	constatare lo stato d'incoscienza e intervenire correttamente	ABCD, posizione laterale di sicurezza
	T	15	riconoscere altri pericoli per paziente e soccorritori	schema del semaforo
Esame	P		percorso	dare l'allarme, lanciare la palla di salvataggio (ca. 8-10 m), tuffo, recupero a nuoto, tenendosi alla rete portare a bordo vasca (simulazione del caso d'emergenza)
	P		nuotare	100 m in meno di 3:00 minuti
		6 ½	(più esame ca. 3/4 h)	