

Warszawsko-Mazowiecki Okręgowy Związek Żeglarski
RATOWNICTWO – żeglarz jachtowy (Wersja: 15062000)

1. Przy temperaturze wody +15°C człowiek znajdujący się w wodzie ma szansę przeżycia przez około: a) 10 godz. b) 5 godz. c) 20 godz.	14. Pożar silnika najlepiej można zgasić za pomocą: a) mokrego piasku b) gaśnicy pianowej c) gaśnicy proszkowej
2. Podawanie alkoholu osobom znajdującym się od pewnego czasu w wodzie jest: a) dozwolone b) zabronione c) gestem przyjaźni	15. Szok termiczny spowodowany jest: a) powolną utratą ciepła b) gwałtownym zwężeniem naczyń krwionośnych wywołanym różnicą temperatur c) wychłodzeniem organizmu
3. Gwałtowne poruszanie się człowieka w zimnej wodzie powoduje: a) polepszenie samopoczucia, lecz nie ma wpływu na czas przeżycia b) wydłuża czas przeżycia c) skraca czas przeżycia	16. "Oszczędność" ruchów człowieka w zimnej wodzie sprzyja: a) polepszeniu samopoczucia b) wydłużeniu czasu przeżycia c) skróceniu czasu przeżycia
4. Człowiekowi, który wypadł za burtę należy w pierwszej kolejności : a) rzucić koło ratunkowe lub inny środek ratunkowy b) wysłać na ratunek najlepiej umiejącego pływać członka załogi c) uświadomić, że będzie podjęty manewr "człowiek za burtą" .	17. Do wywróconego jachtu, któremu chcemy udzielić pomocy, najlepiej podejść: a) od jego strony nawietrznej b) od jego strony zawietrznej c) z pełną prędkością
5. Po wywrocie jachtu należy w pierwszej kolejności: a) zabezpieczyć jacht przed odwróceniem się stępką do góry b) zabezpieczyć dokumenty jachtu i członków załogi c) sprawdzić czy wszyscy członkowie załogi są na powierzchni .	18. Po wywrocie jachtu należy w pierwszej kolejności: a) ratować prowadzącego jacht b) ratować osprzęt jachtu i rzeczy osobiste załogi c) sprawdzić czy wszyscy członkowie załogi są na powierzchni .
6. Człowiekowi, który wypadł za burtę, koło ratunkowe należy rzucać blisko niego: a) od jego nawietrznej b) od jego zawietrznej c) od tej strony, w którą ma zwróconą twarz .	19. Po wywrocie jachtu należy przede wszystkim ratować: a) dokumenty jachtu b) rzeczy osobiste załogi c) wszystkich ludzi znajdujących się w wodzie
7. Ubranie się w kilka warstw odzieży w wodzie, po wywrocie jachtu: a) zmniejsza szanse przeżycia b) nie wpływa na szanse przeżycia c) zwiększa szanse przeżycia	20. Za niesienie pomocy w przypadku wypadnięcia członka załogi za burtę, odpowiada: a) najbliższa placówka WOPR b) prowadzący jacht c) lekarz, jeżeli znajduje się na pokładzie
8. Pożar silnika na jachcie najlepiej można ugasić gaśnicą: a) pianową b) proszkową c) piaskową	21. Po wywrocie na silnym wietrze jacht zaczyna tonąć. Należy płynąć do brzegu: a) najbliższego b) nie ma znaczenia do którego brzegu (nawietrzego czy zawietrzego) popłyniemy, najważniejsze aby załoga trzymała się razem c) nawietrzego
9. Pozycja HELP to: a) sposób ułożenia ciała w wodzie zmniejszający utratę ciepła z organizmu b) sposób wzywania pomocy c) sposób zawarcia znajomości	22. Człowiek, któremu rzucono koło ratunkowe: a) kładzie się na nim b) zakłada je przez głowę pod ramiona c) trzyma się go rękoma
10. Szok termiczny to: a) szybka utrata ciepła b) gwałtowne zwężenie naczyń krwionośnych wywołane różnicą temperatur c) przegrzanie organizmu	23. Ogrzewanie człowieka, który uległ przechłodzeniu po wyjęciu z wody należy przeprowadzać: a) stopniowo b) szybko c) grzecznie
11. Pas ratunkowy jest środkiem ratunkowym zapewniającym: a) utrzymanie człowieka na powierzchni wody przez 1 godzinę b) ratowanie człowieka z wszelkich trudnych sytuacji w czasie żeglugi c) utrzymanie człowieka na powierzchni wody w pozycji umożliwiającej swobodne oddychanie (twarzą do góry)	24. Po wywrocie jachtu należy w pierwszej kolejności: a) zrzucić żagle b) upewnić się, czy wszyscy członkowie załogi są na powierzchni c) rozdać kamizelki ratunkowe
12. Gdy człowiek wypadnie za burtę należy: a) skoczyć za nim b) wzywać pomocy c) rzucić mu środek ratunkowy i wykonać jachtem manewr umożliwiający podjęcie człowieka z wody	25. Aby zabezpieczyć wywrócony jacht przed odwróceniem się masztem w dół należy: a) podwiązać pod top masztu koło ratunkowe lub kapok b) usiąść na mieczu c) usiąść na wystającym z wody kadłubie
13. Dolne troki pasa ratunkowego powinny przechodzić: a) wokół pasa b) między pachwinami i wokół pasa c) wokół szyi	26. Zmniejszenie utraty ciepła z organizmu możemy uzyskać: a) stosując odpowiednie ułożenie ciała, zwane pozycją HELP: b) masując ramiona i uda w określonych odstępach czasu c) podając chłodne napoje np. Coca Colę
	27. W miarę obniżania temperatury wody, czas przeżycia człowieka w wodzie: a) maleje b) rośnie c) pozostaje bez zmian