

Overzicht praktijkoefeningen Specialisatie Redden

Nr.	Oefeningen voor de duik	Lesnummer
1	Bespreking casus ongevals simulatie met slachtoffer en buddy	4
2	Buddycheck, handsignalen, doornemen uit te voeren reddingsgrepen	1
3	Buddycheck, handsignalen, kernpunten duikplanning	2-3
4	Buddycheck, handsignalen, kernpunten duikplanning en ongevals simulatie	4
5	Check de Stek	2-4
6	Duikplanning	2-4
7	Duikset omhangen	1-4
8	Duikset opbouwen, materiaalcontrole	1-4
9	Te water gaan	1-4

Nr.	Oefeningen in het water	Lesnummer
1	Afdoen van de uitrusting van de drenkeling in het water	3
2	Begeleide opstijging	1
3	Buddy stelt diagnose (indien mogelijk)	4
4	Buddy verleent hulp (reactie onder water indien mogelijk)	4
5	Drenkeling aan land brengen	4
6	Drenkeling beademen in het water	3
7	Drenkeling overnemen in okselgreep	1
8	Drenkeling overnemen in sleepgreep	1
9	Drenkeling vervoeren d.m.v. okselgreep	3
10	Duiker in paniek benaderen en onder controle krijgen	3
11	Duikset drenkeling in het water afdoen	1
12	EHBDO toepassen	4
13	Fysiek contact maken met slachtoffer in paniek en onder controle krijgen	3
14	Gecontroleerd afdalen	1-3
15	Gecontroleerd afdalen (indien nodig)	4
16	Gecontroleerd opstijging (indien nodig)	4
17	Hulpdiensten alarmeren (indien nodig)	4
18	Kruispeiling	2
19	Reddingsopstijging	2
20	Reddingsopstijging bewusteloze drenkeling	1
21	Reddingsopstijging bewusteloze en instabiele drenkeling	2-3
22	Reddingsopstijging instabiele drenkeling	1
23	Slachtoffer aan land brengen	4
24	Slachtoffer in het water van uitrusting ontdoen	4
25	Slachtoffer naar de kant vervoeren	4
26	Slachtoffer simuleert ongeval	4
27	Stel diagnose	4

Nr.	Oefeningen in het water	Lesnummer
28	Water verlaten	2
29	Water verlaten via trap in diepe	1
30	Zoekpatroon uitdijend vierkant	2
31	Zoekpatroon U-patroon	2

Nr.	Oefeningen na de duik	Lesnummer
1	Duikset afdoen, afbouwen en opruimen	1-4
2	Evaluatie	1-4