



4. Přehled témat kapitánské zkoušky

Kompetenční profil absolventa Kapitánské zkoušky		
	NÁZEV KOMPETENCE	POPIS A OBSAH KOMPETENCE
Závazný výklad kompetence tvoří její název i popis jako celek.		
I. Plavání	1 Umí se pohybovat ve vodě.	Umí plavat (viz vstupní podmínky). Uplave pod vodou 10m na jeden nádech. Vyloví rukou předmět z hloubky 150cm. Ovládá skok do neznámé vody (skočí do vody tak, že se neponoří hlava a nezraní se, pokud by voda byla mělká). Dokáže šlapat vodu po dobu jedné minuty s rukama nad hladinou.
	2 Umí pomoci tonoucímu i unavenému plavci a zná rizika s tím spojená.	Dokáže vyhodnotit rizika svého osobního zásahu, zná své limity. Ví, jakým způsobem se bezpečně přiblížit k tonoucímu. Umí táhnout bezvládného člověka za bradu nebo za ruku tak, aby mu zůstával obličej nad hladinou. Umí vytáhnout tonoucího z vody na břeh.
II. Bezpečnost a záchrana (pozn. tekoucí voda = vody obtížnosti WW I - WW II)	3 Ví, jak zajistit bezpečnost při vodácké akci.	Při organizaci akce na vodě umí odhadnout objektivní i subjektivní příčiny nebezpečí. Ví, jak se dá na vodě předcházet nebezpečným situacím. Umí předat účastníkům potřebné informace před akcí (proškolení o chování a bezpečnosti). Zná specifické podmínky a nebezpečí tekoucích vod a rozlehlých vodních ploch.
	4 Umí zorganizovat i realizovat záchrana na klidné i tekoucí vodě.	Umí zorganizovat záchrana ve skupině a řešit krizové situace. Zná a umí používat ochranné i záchranné pomůcky. Ovládá práci s házecím pytlíkem. Dokáže vybrat vhodné místo pro záchrana ze břehu. Zná zásady při záchrane házecím pytlíkem jako zachránce i zachraňovaný. Zná zásady záchrany a plavání s plaváčkem jako upoutaný i neupoutaný zachránce.
	5 Umí se pohybovat v tekoucí vodě.	Ovládá chůzi, pasivní a aktivní plavání v tekoucí vodě (dokáže přeplavat z vracáku do vracáku). Zná různé způsoby překonávání překážek v tekoucí vodě. Dokáže bezpečně skočit do tekoucí vody.
	6 Ovládá záchrana lodí.	Dokáže bezpečně opustit loď po převržení. Ví, jak zachránit běžné druhy plavidel (zbavit vody kanoi i pramici; zvednout převrženou plachetnici i raft). Umí plavat s lodí i s pádlem v tekoucí vodě.
	7 Má znalosti v rozsahu ZZA a umí je použít při vodáckých činnostech.	Umí přivolat první pomoc, zná postup první pomoci tonoucímu, ovládá resuscitaci, umí zastavit tepenné krvácení, první pomoc při podchlazení, šoku a úžehu, ovládá transport přes vodní tok.
III. Plavidla poháněná pádly	8 Zná pravidla poháněná pádly a jejich charakteristiky, dělení, užití a chování.	Zná pravidla C1, C2, K1, K2, R2, R4, R6, P5 (a více), jejich charakteristiky, dělení, užití a chování.
	9 Zná pádla a jejich charakteristiky, dělení a užití.	Zná kanoistická, kajakářská, rychlostní, slalomářská, turistická a jiná pádla a umí je vhodně zvolit dle činnosti a dispozic jedince.



	10	Zná výstroj a materiál (dělení, užití, specifika) používaný pro plavbu na plavidlech poháněných pádly a umí jej bezpečně používat.	Zná vesty, helmy, oblečení, házečky, úvazy, loďáky, barely a jiné vybavení, používané při vodácké činnosti. Umí je vhodně zvolit a použít dle činnosti a dispozic jedince.
	11	Dokáže udržovat plavidla poháněná pádly a materiál v bezvadném stavu a zná zásady jeho uskladnění.	Ví, jak opravovat a skladovat lodě, výstroj a materiál. Zajišťuje jeho pravidelnou kontrolu a údržbu, případně vyřazení.
	12	Umí připravit a navázat plavidla a materiál k bezpečné přepravě.	Umí plavidla a materiál navázat a připravit k přepravě na běžně používaných typech aut a vleků. Zná druhy úvazů a způsoby jejich vázání a manipulaci s nimi.
IV. Kanoistika (pozn. vody do WW II = WW II včetně)	13	Bezpečně ovládá pramici (raft, vícekanoi) a součinnost posádky v ní na tekoucí vodě do obtížnosti WW I. Je schopen projet tekoucí vodu obtížnosti WW II.	Posádku řídí správnými povely, neohrožuje její bezpečnost, proškolí posádku před jízdou. Předpoklad jízdy na WWII je rovněž dolů.
	14	Bezpečně ovládá kanoi na tekoucí vodě do obtížnosti WW I v deblu i singlu. Je schopen projet tekoucí vodu obtížnosti WW II.	Bezpečně ovládá vjezd do tišiny - protiproudu, výjezd z tišiny - protiproudu do proudu, přejezd, traverz, překážky a jejich překonávání v toku, náklony, vylehnutí na pádlo, základní záběry. Předpoklad jízdy na WWII je rovněž dolů.
V. Právo	15	Zná základní právní předpisy nutné pro činnost na vodě.	Zná povinnosti a práva související s využíváním vody, vodních toků a pořádáním akcí na vodě. Ví, co jsou to vodní cesty, přístavy a plavidla, zná jejich rozdělení. Zná podmínky způsobilosti k vedení plavidel a povinnosti vůdce plavidla. Rozlišuje základní signály a osvětlení plavidel i plavební znaky. Zná pravidla plavby i pravidla pro další činnosti na vodě (plavání, potápění, windsurfing, atd.). Zná vnitřní předpisy Junáka a HKVS pro oddílovou činnost na vodě.
VI. Příprava a vedení vodácké akce	16	Dokáže naplánovat a připravit plavbu skupiny plavidel poháněných pádly na vodních plochách a tekoucí vodě do obtížnosti WW II.	Orientuje se v topologii a typografii vod. Má přehled o vodních stavbách (konstrukce, účel, překonávání). Dokáže využít a pracovat s informacemi z kilometrů a vodáckých map. Zná řeky vhodné pro putovní tábory i víkendové plavby. Umí zvolit vhodnou trasu a místo pro táboření. Dokáže zjistit předpověď počasí a sjízdnost toku. Umí připravit vhodný program dle specifik dané vodácké akce.



	17	Dokáže řídit a organizovat plavbu skupiny plavidel poháněných pádly na vodních plochách a tekoucí vodě do obtížnosti WW II.	Umí řídit skupinu jasnými povely. Dokáže ji předem proškolit. Předchází nebezpečným situacím. Má přehled o vodních stavbách (hrozící nebezpečí a překonávání). Dokáže pracovat s kilometráží a vodáckou mapou v průběhu vodácké akce. Dokáže plavbu přizpůsobit aktuálním povětrnostním a dalším podmínkám či ji v případě rizika zrušit. Dokáže realizovat vhodný program (dle aktuálních podmínek a specifík vodácké akce).
	18	Zná fyziologii lidského těla (zvláště dítěte) v souvislosti s vodáckou (zvláště kanoistickou) činností a s jejími dopady na lidský organismus v závislosti na věku a pohlaví.	Je si vědom fyzické zátěže při činnosti na vodě a kolem ní (technika záběru, tahání břemen) a jejího vlivu na jednotlivé svaly a organismus. Ví, jaké dopady (rizika) má tato činnost na fyziologický vývoj dítěte. Má přehled o zátěžových normách a kompenzačních sportech.
	19	Chrání zdraví své a svých svěřenců a zná zásady prevence při vodácké činnosti a dokáže předcházet negativním dopadům na lidský organismus v závislosti na věku a pohlaví.	Rozcvičuje se a protahuje se před, v průběhu a po činnosti a vede k tomu své svěřence. Před plavbou poučí svěřence o bezpečnostních zásadách plavby. Zná správné techniky pádlování a nošení břemen (prevence + řešení následků). Udržuje hygienu zvláště na putovním táboře a při stravování. Dokáže vyloučit nevhodné stravování.
	20	Zná zásady psychické bezpečnosti při vodácké činnosti a dodržuje je.	Předchází krizovým situacím a ví jak je řešit (prevence + řešení následků).
	21	Umí aplikovat skautskou výchovnou metodu ve vodáckém prostředí.	
VII. Metodika a vedení vodáckého oddílu	22	Zná a umí používat vodácké doplňky výchovného programu.	Zná a používá vodácké doplňky vydané HKVS, případně používá vlastní.
	23	Umí naplánovat celoroční vodáckou činnost oddílu.	Volí vodácké aktivity vhodné pro různá roční období s ohledem na jednotlivé věkové kategorie i místní podmínky. Má přehled o celostátních a regionálních akcích a závodech, kterých se může s oddílem účastnit.
	24	Umí učit plavat a vést ke správné technice plavání.	Zná různé způsoby a postupy výuky a výcviku plavání.
	25	Umí metodicky správně předat techniky jízdy a pádlování na plavidle poháněném pádly v závislosti na typu plavidla a toku.	Zná různé způsoby a postupy výcviku jízdy a pádlování na plavidlech poháněných pádly.
	26	Umí metodicky správně předat zásady bezpečné-	Zná různé způsoby a postupy nácviku záchrany a sebezáchrany.



		ho chování a sebe-záchranu na vodě.	
	27	Umí vést děti k pozitivnímu vztahu k vodě a přírodě kolem vody.	Chová se šetrně k přírodě kolem vody a vede k tomu své svěřence. Má povědomí o ekosystému kolem vody a předává je.
	28	Rozšiřuje své znalosti a dovednosti v oblasti vodních sportů.	Má zájem neustále rozvíjet své vodácké znalosti a dovednosti. Seznamuje se s dalšími druhy vodních sportů (jachting, kajak, atd.)
VIII. Vodní skauting	29	Má přehled o historii i současnosti vodního skautingu u nás i ve světě a umí toho využít při činnosti oddílu.	Má povědomí o historii vodního skautingu. Je si vědom specifik vnitrozemského a námořního vodního skautingu. Znalosti předává dál. Spolupracuje s ostatními vodními skauty.
	30	Je si vědom specifik vodního skautingu a zná jejich opodstatnění.	Ví, že vodní skaut je především skaut. Zná cíle tradic vodních skautů (disciplína, kroj, vlajková etika atd.). Zná symboliku vodních skautů (kotva, znak, bobr, vlajka HKVS). Ví, jak je vodní skauting organizačně začleněn v rámci Junáka, a chápe z něj vyplývající okolnosti (sít' VS, HKVS).
	31	Má povědomí o vodáctví mimo vodní skauting.	Má povědomí o dalších českých organizacích, zabývajících se vodními sporty. Má přehled o možnostech neskautských vodáckých akcí, kterých se může účastnit. Má přehled o neskautských vodáckých kvalifikacích a oprávněních pro vedení dalších plavidel.
IX. Jachting / volitelný blok (jednoduchá plachetnice = běžně používané typy ve skautských vodáckých oddílech, zejména P550)	32	Umí se postarat o jednoduchou plachetnici.	Umí správně ustrojít a odstrojít jednoduchou plachetnici. Ovládá jednoduché opravy plachetnice a takeláže. Zná a dodržuje zásady ukládání a zazimování plachetnice.
	33	Bezpečně ovládá jednoduchou plachetnici.	Umí správně nastoupit do lodě i z ní vystoupit. Umí správně odplout a přistát. Umí plachtit, řídit plachetnici, plout na boční a zadní vítr, proti větru. Zná základní druhy tras jachtařských závodů. Umí řídit posádku jachty pomocí povelů.
	34	Má základní znalosti faktorů ovlivňujících jízdu plachetnice.	Zná základní typy plachetnic a jejich názvosloví. Zná vhodné vodní plochy pro jachting. Zná základy aerodynamiky a hydrodynamiky plachetnic. Ovládá základy meteorologie využitelné pro jachting a ví, jaké specifické povětrnostní podmínky přináší rozlehlé vodní plochy.
	35	Umí metodicky správně předat techniky jízdy na plachetnici v závislosti na typu plavidla, vodní plochy a věku svěřence.	Zná různé způsoby a postupy výcviku jízdy na plachetnici.