



CMAS STANDARDY I WYMAGANIA DLA NURKA I INSTRUKTORA WERSJA 2002/00

WSTĘP

Polski Związek Płetwonurkowania przyjął w 2006 roku do stosowania w szkoleniu standardy CMAS. Wersja 2002/00 jest tłumaczeniem bez naruszenia zasadniczej treści oryginalnego dokumentu. System międzynarodowych certyfikatów nurkowych CMAS stworzono po to, aby umożliwić płetwonurkom wyszkolonym zgodnie ze standardami CMAS rozpoznawanie ich uprawnień w krajach na całym świecie, które są częścią nurkowej rodziny CMAS.

Międzynarodowe certyfikaty CMAS można uzyskać w jeden z dwóch sposobów:

1. Płetwonurek, wyszkolony przez Narodową Federację, będącą członkiem Komisji Technicznej CMAS i którego kwalifikacje zostały rozpoznane przez Komisję Techniczną, może otrzymać Międzynarodowy Certyfikat CMAS, będący ekwiwalentem posiadanego certyfikatu Narodowej Federacji. W niektórych krajach Międzynarodowy Certyfikat CMAS będzie przyznawany zamiast narodowego certyfikatu.
2. Płetwonurek wyszkolony przez szkołę nurkową lub centrum uznanym przez CMAS, otrzyma Międzynarodowy Certyfikat CMAS zgodny z osiągniętymi umiejętnościami.

CELE MIĘDZYNARODOWEGO SYSTEMU CERTYFIKATÓW CMAS

Założenie jest takie, aby niezależnie od tego, gdzie płetwonurek został wyszkolony, będzie on w stanie odwiedzać inne miejsca, a jego uprawnienia nurkowe i doświadczenie będą akceptowane i uznawane zgodnie ze wskazanymi na certyfikacie kwalifikacjami. Międzynarodowe Certyfikaty CMAS są dowodem, że posiadacz odbył szkolenie co najmniej na poziomie zdefiniowanym dla danego poziomu certyfikacji. Powinien być on dopuszczony do uczestnictwa w nurkowaniu w zakresie uprawnień, jakie posiadacz miałby w ramach narodowego certyfikatu.

System nie nakazuje, aby posiadacze Międzynarodowego Certyfikatu Nurkowego CMAS otrzymywali równoważny narodowy certyfikat. Nie mniej jednak, powinni być oni dopuszczeni do szkolenia na następny wyższy stopień.

Zasady rządzące Międzynarodowymi Certyfikatami Instruktorów CMAS są dokładnie takie same.

DEFINICJE STOPNI NURKOWYCH I INSTRUKTORSKICH

System składa się z czterech poziomów kwalifikacji płetwonurków i trzech stopni kwalifikacji instruktorów. W każdym przypadku wzrost kompetencji i doświadczenia ma odzwierciedlenie w ilości gwiazdek w opisie uprawnień i emblemacie.

PLETWONUREK 1-GWIAZDKOWY

Płetwonurek posiadający podstawowe umiejętności do bezpiecznego i poprawnego używania wyposażenia nurkowego na otwartym obszarze wodnym i jest przygotowany do zdobywania doświadczenia w nurkowaniu z doświadczonym płetwonurkiem.



PŁETWONUREK 2-GWIAZDKOWY

Płetwonurek, który uzyskał średnie doświadczenie w nurkowaniu w wodach otwartych i został uznany za przygotowanego do wzięcia udziału w nurkowaniach razem z partnerem posiadającym przynajmniej taki sam albo wyższy stopień nurkowy. 2-gwiazdkowy płetwonurek może nurkować razem z płetwonurkiem 1-gwiazdkowym w płytkim strzeżonym obszarze wodnym.

PŁETWONUREK 3-GWIAZDKOWY

W pełni wyszkolony, doświadczony i odpowiedzialny płetwonurek, uznany z kompetentnego do prowadzenia innych płetwonurków wszystkich stopni podczas nurkowań w wodach otwartych.

PŁETWONUREK 4-GWIAZDKOWY

Płetwonurek 3-gwiazdkowy, który osiągnął lepszą niż przeciętna wiedzę i umiejętności poparte doświadczeniem. Będzie on kompetentny do kierowania nurkami i nurkowaniem do osiągnięcia głównych umiejętności lub celów projektu.

INSTRUKTOR 1-GWIAZDKOWY

Trzy-gwiazdkowy płetwonurek posiadający wiedzę na temat technik instruktorskich oraz praktyczne kompetencje instruktorskie: ma kwalifikacje do przeprowadzenia pełnego kursu oraz wydanie uprawnień dla Płetwonurka 1-gwiazdkowego.

INSTRUKTOR 2-GWIAZDKOWY

Doświadczony 1-gwiazdkowy instruktor, posiadający wiedzę, umiejętności i doświadczenie potrzebne do prowadzenia dla grup płetwonurków szkoleń teoretycznych, basenowych oraz w wodach otwartych. Może być wykorzystywany przy szkoleniach na 1-gwiazdkowego instruktora. Posiada kwalifikacje do prowadzenia kursów i **wydawania certyfikatów na wszystkie stopnie nurkowe CMAS oraz instruktorów *snorklowych***.

INSTRUKTOR 3-GWIAZDKOWY

W pełni doświadczony instruktor 2-gwiazdkowy, kompetentny do prowadzenia szkoleń na wszystkie stopnie płetwonurkowe i instruktorskie. Jest przygotowany do prowadzenia szkół nurkowych, centrów oraz kursów specjalistycznych i imprez nurkowych.

FORMA MIĘDZYNARODOWYCH CERTYFIKATÓW NURKOWYCH CMAS

Dla płetwonurka i instruktora każdego stopnia CMAS wydaje:

a. 2-stronną kartę kieszonkową

Przednia strona karty jest stroną CMAS i zawiera:

- trójwymiarowy hologram CMAS
- stopień nurkowy lub instruktorski posiadacza karty

W przypadku płetwonurków ta strona jest czerwona, a w przypadku instruktorów – niebieska.

Strona odwrotna jest stroną federacji lub CDC i zawiera:

- w ¼ górnej części logo i nazwa Federacji lub CDC
- imię, nazwisko i kraj pochodzenia posiadacza
- numer karty (zobacz poniżej system numeracji CMAS)



- termin ważności karty (5 lat po terminie wydania dla każdego instruktora)
- b. okrągła plakietka do umieszczenia na suchym skafandrze
- c. dyplom na ścianę

PROCEDURA UZYSKIWANIA EKWIWALENTÓW STOPNI NARODOWYCH FEDERACJI

Każda federacja chcąca, aby jej certyfikat był rozpoznawalny i zgodny z Międzynarodowymi Certyfikatami, musi wypełnić szereg obowiązków.

1. Federacja musi być zrzeszona w Komisji Technicznej CMAS.
2. Należy dostarczyć wszystkie szczegóły treningu, oceny i certyfikacji systemu dla każdego stopnia wymaganego przez Komisję Techniczną CMAS. Alternatywnie, jeżeli nie stworzono takiego systemu, należy odzwierciedlić system proponowany i opisany przez CMAS.
3. W przypadku uzyskania pozytywnej decyzji Komisji Technicznej CMAS, zgodność systemu będzie przedstawiona do akceptacji Biura Zarządu (*Executive Bureau*). Jeżeli jakkolwiek element narodowego systemu nie wymaga dostosowania czy też wyjaśnienia, może stać się konieczne, aby nominowany obserwator uczestniczył w szkoleniu albo został poddany ocenie stosowanych procedur przed uznaniem jego systemu za zgodny.

PROCEDURA WYDAWANIA MIĘDZYNARODOWYCH CERTYFIKATÓW

Od 1 stycznia 2003 wszystkie karty CMAS muszą być zamawiane w CMAS. Mogą być one zamawiane przez stowarzyszoną federację, CDC lub osoby prywatne.

Federacje i CDC muszą stosować odpowiednie zamówienia zakupu zgodnie z wytycznymi na stronie internetowej CMAS (cmas@cmas2000.org).

Za wyjątkiem indywidualnych zamówień, za pełną informację, wymaganą do personalizacji karty w zakresie dotyczącym posiadacza karty, odpowiada Federacja albo CDC.

Federacje i CDC muszą co kwartał wysyłać do siedziby CMAS listę wydanych kart z następującymi informacjami:

- Nazwisko
- Imię
- Narodowość
- Pełny adres posiadacza
- Numer karty CMAS

SYSTEM NUMEROWANIA KART CMAS

Wszystkie karty muszą być numerowane w następujący sposób:

XXX/Y00/ZZ/99/888888

Gdzie

XXX = Olimpijski akronim kraju federacji lub CDC

Y = F dla Federacji

O dla CDC

00 = Kod nadawany przez CMAS

ZZ = Stopień na karcie (P1, P2, P3, P4, I1, I2, I3)

99 = 2-cyfrowy rok wydania



888888= 6-cyfrowy obowiązkowy numer, pierwszy numer wydawany każdego roku to 000001

Przykład 1: ESP/F00/I3/02/000025
To 25-ta karta wydana w 2002 roku przez hiszpańską federację, a posiadacz karty jest instruktorem***

Przykład 2: Jeżeli 168-ma karta wydana w 2003 roku we Włoszech jest kartą Płetwonurka*** to jej numer będzie
ITA/F00/P3/03/000168

BADANIA LEKARSKIE

Narodowe regulacje będą generalnie rekomendowały badania lekarskie w celu zbadania zdolności kursanta do nurkowania przed zdobyciem pierwszego Międzynarodowego Certyfikatu. Zalecane są również okresowe badania lekarskie przeprowadzane przez lekarza specjalizującego się w wymaganiach zdrowotnych odnośnie nurkowania.

Badania lekarskie we właściwej formie są - jeżeli potrzeba - dostępne w CMAS, jak również pomoc Komisji Medycznej.

OCENA UMIEJĘTNOŚCI/ZALICZENIE

Obecnie są dwie metody oceny kompetencji i zdolności płetwonurków i instruktorów podczas szkolenia.

W tradycyjnym systemie po okresie szkolenia następuje egzamin, na którym oceniane są umiejętności i wiedza. Ta metoda jest zazwyczaj bardziej wymagająca fizycznie i może powodować stres i napięcie u kursanta. Nie mniej jednak, może okazać się odpowiednia, jeżeli warunki są uznane za odpowiednie.

W drugim, nowocześniejszym systemie, umiejętności i wiedza kursanta są oceniane na bieżąco, ocena jest modyfikowana zgodnie z osiąganymi postępami. W sytuacji, gdy instruktor jest w stanie oceniać kompetencje i wiedzę kursanta w regularnych odstępach podczas szkolenia oraz nurkowań, o wiele więcej informacji można zdobyć o rzeczywistych mocnych stronach i słabościach kursanta. Słabe elementy mogą być poprawione podczas szkolenia. W ten sposób pod koniec szkolenia kursant osiągnie co najmniej wymagany poziom kompetencji do oceny końcowej.

Pomimo tego, że drugi system jest bardziej pożądanym w kontekście prowadzenia szkolenia nurkowania rekreacyjnego, elementy obydwu podejść są zazwyczaj obecne w większości narodowych systemów.

Instruktor powinien uznać daną umiejętność jako zaliczoną, jeżeli kursant z powodzeniem zaprezentuje ją raz lub więcej razy w naturalnych warunkach na kursie podczas jednego lub więcej nurkowań.

Nie ma ustanowionego systemu oceniania. Każdy element programu szkolenia, jeżeli raz został wykonany prawidłowo, jest odpowiednio oceniony w protokole szkoleniowym (*training record*). Porządek chronologiczny programu szkoleniowego nie jest sztywny. Pewne elementy z późniejszej części programu mogą być przeprowadzone przed zakończeniem wszystkich elementów z wcześniejszej części szkolenia. Umożliwia to rozpoznanie uzdolnień kursanta pod kątem strony praktycznej nurkowań i ich możliwości. Nie mniej jednak, wszystkie elementy szkolenia muszą być



ukończone przed uzyskaniem certyfikatu. Wyższy certyfikat nurkowy nie może być przyznany przed certyfikatem niższym.

Przy określaniu trudności nurkowania lub doświadczenia, ważne jest, aby wzięta była pod uwagę nie tylko głębokość, gdzie ma być przeprowadzone nurkowanie, ale również temperatura wody i jej przejrzystość. Sugerowane zakresy głębokości są określone w podrozdziale „Wymagania” dla każdego certyfikatu.

KSIĄŻECZKI NURKOWE (LOG BOOKI)

Obowiązkowo wszyscy kursanci muszą prowadzić staranne zapisy ze swoich nurkowań i doświadczeń zdobytych podczas szkoleniu. Nurkowania powinny być zapisywane w książeczce nurkowej. W większości przypadków stosowane są narodowe książeczki albo książeczki innych federacji, ale są one również dostępne w CMAS.

WAŻNOŚĆ MIĘDZYNARODOWYCH CERTYFIKATÓW

Ważność karty Międzynarodowego Certyfikatu wydanej przez CMAS jest taka sama jak narodowego certyfikatu. Międzynarodowe Certyfikaty Instruktorskie mają zawsze termin ważności 5 lat od daty wydania.

PRYZNAWANIE MIĘDZYNARODOWYCH CERTYFIKATÓW CMAS

Wszyscy płetwonurkowie chcący uzyskać Międzynarodowy Certyfikat CMAS muszą spełnić określone warunki.

1. Muszą być:
 - a) członkiem Federacji będącej członkiem Komisji Technicznej CMAS albo
 - b) kursantem szkoły nurkowej rekomendowanej przez CMAS
2. W pierwszym przypadku muszą posiadać narodowy certyfikat swojej Federacji, który został uznany przez Międzynarodową Komisję Certyfikatów za ekwiwalent właściwego Międzynarodowego Certyfikatu CMAS.
3. Rekomendowane jest posiadanie aktualnego zaświadczenia lekarskiego potwierdzającego zdolność do nurkowania.
4. Muszą spełnić wszystkie warunki certyfikatu wymienione w następnym rozdziale.
5. Muszą zaznajomić się z Międzynarodowymi Nurkowymi Znakami CMAS oraz innymi międzynarodowymi znakami.

Szczegółowe warunki i rekomendowana treść szkoleń na każdy poziom certyfikatu znajdzie się w publikacji „Programy Szkoleniowe i Standardy CMAS” („*CMAS Training Programmes and Standards*”). Poniżej przedstawione jest streszczenie tego dokumentu.



PLETWONUREK 1-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

Płetwonurek posiadający uprawnienia do bezpiecznego i poprawnego używania wyposażenia nurkowego na otwartym obszarze wodnym i jest przygotowany do uzyskania doświadczenia w nurkowaniu z doświadczonym płetwonurkiem.

b. Wstępne wymagania

Musi mieć co najmniej 14 lat.

c. Treść kursu.

Wiedza.

Musi mieć podstawową wiedzę na temat:

Wzajemnych relacji między ciśnieniem i objętością oraz ich wpływu na płetwonurka i sprzęt. Podstawowych funkcji życiowych i komplikacji spowodowanych pozostawaniem pod wodą. Przeznaczenia, funkcji i cech ekwipunku płetwonurka, używanego podczas kursu, oraz jego poprawnego używania.

Zasad bezpiecznego nurkowania, radzenia sobie oraz podstawowych zasad pierwszej pomocy. Technik bezdekompresyjnego nurkowania.

Umiejętności.

Umiejętność przygotowania, dbania i używania ekwipunku nurkowego, regulowania pływalności, opróżniania z wody dróg powietrznych (maski, drugiego stopnia – mój przyp.).

Umiejętność kontrolowanego poruszania się we wszystkich kierunkach, pływania przy ekonomicznym i efektywnym użyciu płetw oraz bezpiecznego wejścia i wyjścia z wody.

Umiejętność zademonstrowania technik pierwszej pomocy: sobie i partnerowi nurkowemu.

Umiejętność poprawnego zachowania jako członek grupy nurkowej pod nadzorem, pokazanie odpowiedniej samodyscypliny.

Płetwonurek 1-gwiazdkowy CMAS musi mieć zaliczone co najmniej 5 nurkowań.

d. Zaliczenie.

W systemie „zaliczania na bieżąco” wiedza i umiejętności oceniane są w różnych momentach szkolenia, a certyfikat przyznawany jest dopiero w momencie, gdy płetwonurek osiągnie wymagany standard.

Aby osiągnąć poziom płetwonurka 1-gwiazdkowego CMAS kursanci powinni w strzeżonym akwenie zademonstrować podczas kursu następujące umiejętności:

1. Skok do wody i przepłynięcie na powierzchni 100 metrów, bez wyposażenia.
2. Przygotowanie sprzętu do nurkowania, w tym butli, automatu, jacketu, maski, płetw, pasa balastowego, fajki nurkowej, odpowiedniej do warunków pianki nurkowej oraz pozostałych akcesoriów.
3. Zademonstrowanie technik wejścia i wyjścia z wody w różnych warunkach: nabrzeże, łódź nurkowa, mała łódka, plaża.
4. Zademonstrowanie technik zanurzania i kontrolowanego wynurzania do głębokości 18m.
5. Zademonstrowanie technik utrzymywania pozycji oraz **samodzielnej pomocy** na powierzchni, z maską i automatem i bez.
6. Zademonstrowanie opróżniania maski, wyjmowania i wkładania ustnika

7. Zademonstrowanie wiedzy o dodatkowych źródłach powietrza i/lub technik dzielenia się powietrzem oraz stosowanie ich w sytuacji niebezpieczeństwa, wraz z towarzyszącymi sygnałami bezpieczeństwa.
8. Zademonstrowanie technik kontroli pływalności pod wodą oraz zabezpieczenia dodatkowej pływalności na powierzchni.

Test – pisemny lub ustny, może być zastosowany, aby sprawdzić, czy wiedza płetwonurka obejmuje punkty z części „Wiedza” powyżej.

Zaliczenie będzie się odbywało zazwyczaj zgodnie z zasadami Narodowej Federacji, ale jeżeli certyfikat będzie przyznawany bezpośrednio przez szkołę nurkową rekomendowaną przez CMAS, zaliczenie musi być przeprowadzone przez Instruktora posiadającego co najmniej 1 gwiazdkę CMAS.

PLETWONUREK 2-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

Płetwonurek, który uzyskał średnie doświadczenie w nurkowaniu w wodach otwartych i został uznany za przygotowanego do wzięcia udziału w nurkowaniach razem z partnerem posiadającym przynajmniej taki sam albo wyższy stopień nurkowy. 2-gwiazdkowy płetwonurek może nurkować razem z płetwonurkiem 1-gwiazdkowym w płytkim obszarze wodnym.

b. Wstępne wymagania.

1. Musi mieć co najmniej 15 lat.
2. Musi być posiadaczem 1-gwiazdkowego certyfikatu CMAS lub równoważnego.
3. Brak wymagań co do ilości nurkowań koniecznych do rozpoczęcia kursu
4. Musi mieć minimum 20 nurkowań w wodach otwartych podczas kursu, z których przynajmniej 10 powinno być o głębokości 10-30 metrów.

c. Treść kursu.

Wiedza.

Musi mieć podstawową wiedzę na temat:

Fizyki i fizjologii nurkowania, przyczyn i objawów chorób i urazów nurkowych.

Podstaw pierwszej pomocy, technik resuscytacji.

Problemów związanych z nurkowaniem na większych głębokościach, kalkulacji zużycia powietrza, właściwego używania tablic dekompresyjnych.

Wyboru miejsc nurkowych i zasad planowania nurkowania.

Zasad i stosowania nawigacji podwodnej.

Umiejętności.

Umiejętność używania maski, fajki nurkowej i płetw.

Umiejętność pływania na powierzchni w pełnym sprzęcie, ale używając fajki nurkowej.

Znajomość zasad używania pełnego sprzętu nurkowego na średnich głębokościach.

Umiejętność zastosowania technik pierwszej pomocy: sobie i partnerowi nurkowemu na głębokości ok. 30 metrów.

Znajomość zasad stosowania sprzętu do regulacji pływalności.

Umiejętność posługiwania się tablicami dekompresyjnymi dla nurkowań pojedynczych i powtórzeniowych.

Umiejętność stosowania nawigacji podwodnej.



d. Zaliczenie.

W systemie „zaliczania na bieżąco” wiedza i umiejętności oceniane są w różnych momentach szkolenia, a certyfikat przyznawany jest dopiero w momencie, gdy płetwonurek osiągnie wymagany standard.

Aby osiągnąć poziom płetwonurka 2-gwiazdkowego CMAS kursanci powinni w wodach otwartych zademonstrować podczas kursu następujące umiejętności:

1. Zademonstrowanie używania maski, fajki nurkowej i płetw poprzez przepłynięcie 800 metrów oraz zanurkowanie na głębokość do 5 metrów z fajką i przepłynięcie pod wodą odległości 10 metrów.
2. Przepłynięcie po powierzchni w pełnym sprzęcie używając fajki nurkowej co najmniej 500 metrów oraz 100 metrów na plecach bez użycia fajki i automatu..
3. Znajomość zasad używania pełnego sprzętu nurkowego na średnich głębokościach zademonstrowana na głębokości około 30 metrów, poprzez zdjęcie maski i wyjęcie z ust automatu.
4. Zademonstrowanie technik pierwszej pomocy: sobie i partnerowi nurkowemu na głębokości ok. 30 metrów, a następnie holowanie ofiary wypadku nurkowego po powierzchni..
5. Udzielenie pomocy partnerowi nurkowemu, któremu zabrakło powietrza poprzez zastosowanie alternatywnego źródła powietrza lub oddychanie z jednego ustnika, łącznie z bezpiecznym powrotem na powierzchnię.
6. Zademonstrowanie osiągnięcia i kontroli pływalności za pomocą sprzętu do regulacji pływalności, bez stosowania awaryjnego źródła powietrza.
7. Zademonstrowanie umiejętności posługiwania się tablicami dekompresyjnymi dla nurków pojedynczych i powtórzeniowych.
8. Zademonstrowanie poprawnego zachowania jako członek grupy nurkowej, w przypadku nurkowania z partnerem również partnera, oraz na powierzchni podczas przygotowywania się do nurkowania.
9. Zademonstrowanie umiejętności zastosowania nawigacji podwodnej z użyciem i bez użycia kompasu na odległość 50 metrów.

Test – pisemny lub ustny, może być zastosowany, aby sprawdzić, czy wiedza płetwonurka obejmuje punkty z części „Wiedza” powyżej.

Zaliczenie będzie się odbywało zazwyczaj zgodnie z zasadami Narodowej Federacji, ale jeżeli certyfikat będzie przyznawany bezpośrednio przez szkołę nurkową rekomendowaną przez CMAS, zaliczenie musi być przeprowadzone przez Instruktora posiadającego co najmniej 2 gwiazdki CMAS.



PLETWONUREK 3-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

W pełni wyszkolony, doświadczony i odpowiedzialny płetwonurek, uznany z kompetentnego do prowadzenia innych płetwonurków wszystkich stopni podczas nurkowań w wodach otwartych.

b. Wstępne wymagania.

1. Musi mieć co najmniej 16 lat.
2. Musi być posiadaczem 2-gwiazdkowego certyfikatu CMAS lub równoważnego.
3. Brak wymagań co do ilości nurkowań koniecznych do rozpoczęcia kursu
4. Musi mieć minimum 50 nurkowań w wodach otwartych podczas kursu, z których przynajmniej 20 powinno być o głębokości ok. 30 metrów.

c. Treść kursu.

Wiedza.

Musi mieć zaawansowaną wiedzę na temat:

Fizyki i fizjologii nurkowania, przyczyn i objawów chorób i urazów nurkowych oraz sposobów postępowania w przypadku ich pojawienia się.

Podstaw pierwszej pomocy, technik resuscytacji.

Problemów związanych z nurkowaniem na głębokości ponad 30 metrów, kalkulacji zużycia powietrza, właściwego używania tablic dekompresyjnych.

Wyboru miejsc nurkowych i zasad planowania nurkowania, jak również doboru i oceny płetwonurków.

Zasad i stosowania nawigacji podwodnej.

Podstawowych zasad żeglarstwa i prowadzenia małej łodzi.

Niebezpieczeństw ze strony flory i fauny oraz związanych z warunkami lokalnymi i pogodowymi.

Odpowiedzialności prawnej płetwonurków.

Umiejętności.

Pełna znajomość zasad używania sprzętu nurkowego i umiejętność posługiwania się nim na wszystkich głębokościach.

Umiejętność organizacji nurkowań dla grup, zarówno z brzegu, jak i z łodzi.

Umiejętność zastosowania technik pierwszej pomocy: sobie i partnerowi nurkowemu na głębokości ponad 30 metrów, a także postępowania w stosunku do ofiar wypadków nurkowych.

d. Zaliczenie.

W systemie „zaliczania na bieżąco” wiedza i umiejętności oceniane są w różnych momentach szkolenia, a certyfikat przyznawany jest dopiero w momencie, gdy płetwonurek osiągnie wymagany standard.

Aby osiągnąć poziom płetwonurka 3-gwiazdkowego CMAS kursanci powinni w wodach otwartych zademonstrować podczas kursu następujące umiejętności:

1. Zademonstrowanie używania maski, fajki nurkowej i płetw poprzez przepłynięcie 1.500 metrów, po czym nurkowanie powierzchniowe do 10 metrów w celu odnalezienia obiektu.
2. Zademonstrowanie kondycji fizycznej i umiejętności przy udzielaniu pomocy sobie i ofierze wypadku nurkowego w następujący sposób: szybkie przepłynięcie po powierzchni 100 metrów i 20 sekund nurkowania powierzchniowego, potem przerwa na powierzchni maksymalnie 10 sekund, po czym dalsze nurkowanie z fajką na



- głębokość do 3 metrów w celu odnalezienia manekina o ciężarze 1,5 kg, którego należy holować po powierzchni przez 50 metrów.
3. W pełnym nurkowym ekwipunku przepłynąć po powierzchni 1.000 metrów z fajką.
 4. Zademonstrowanie technik pierwszej pomocy: sobie i partnerowi nurkowemu na głębokości ponad 30 metrów, a następnie holowanie ofiary wypadku nurkowego po powierzchni..
 5. Zademonstrowanie umiejętności zastosowania nawigacji podwodnej z użyciem i bez użycia kompasu podczas nurkowania.
 6. Zademonstrowanie umiejętności posługiwania się linami i wiązania węzłów pod wodą.
 7. Umiejętność kierowania łodzią motorową.
 8. Prowadzenie grupy pod wodą, sprawowanie nad nią kontroli, przestrzeganie planu nurkowania i trasy oraz bezpieczny powrót na powierzchnię z dowolnej głębokości.
 9. Zademonstrowanie umiejętności posługiwania się wykresami i tablicami głębokości w celu wyboru i lokalizacji miejsca nurkowego.

Test – pisemny lub ustny, może być zastosowany, aby sprawdzić wiedzę płetwonurka. Zaliczenie będzie się odbywało zazwyczaj zgodnie z zasadami Narodowej Federacji, ale jeżeli certyfikat będzie przyznawany bezpośrednio przez szkołę nurkową rekomendowaną przez CMAS, zaliczenie musi być przeprowadzone przez Instruktora posiadającego co najmniej 2 gwiazdki CMAS, zatwierdzonego przez odpowiedzialną Narodową Komisję Techniczną.



PLETWONUREK 4-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

Płetwonurek 3-gwiazdkowy, który osiągnął lepszą niż przeciętna wiedzę i umiejętności poparte doświadczeniem. Będzie on kompetentny do kierowania nurkami i nurkowaniem do osiągnięcia celów szkoleniowych lub celów projektu nurkowego

b. Wstępne wymagania.

1. Musi być posiadaczem 3-gwiazdkowego certyfikatu CMAS od co najmniej 2 lat.
2. Musi być członkiem federacji od co najmniej 5 lat.
3. Musi przeprowadzić co najmniej 100 nurkowań w różnych warunkach od momentu uzyskania Certyfikaty Płetwonurka 3-gwiazdkowego.

c. Treść kursu.

Nie jest wymagane, aby na tym poziomie kurs miał określoną treść, ale raczej był potraktowany jako rezultat doświadczeń zgromadzonych przez dłuższy czas oraz spełnienia szerokiego zakresu warunków i wymagań.

d. Zaliczenie.

Płetwonurek musi udowodnić swoje przygotowanie do organizacji ekspedycji nurkowych i innych działań nurkowych, ze szczególnym naciskiem na procedury zachowania bezpieczeństwa i postępowania w przypadku nagłych wypadków, oraz poprzez udowodnienie kompetencji w danym specjalistycznym obszarze albo dyscyplinie naukowej.

Zaliczenie odbędzie się na poziomie narodowym, przez komisję złożoną z instruktorów 3-gwiazdkowych, zatwierdzoną przez Narodową Komisję Techniczną.



INSTRUKTOR 1-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

Trzy-gwiazdkowy płetwonurek posiadający wiedzę na temat technik instruktorskich oraz praktyczne kompetencje instruktorskie: ma kwalifikacje do przeprowadzenia pełnego kursu oraz wydanie uprawnień dla Płetwonurka 1-gwiazdkowego.

b. Wstępne wymagania.

1. Musi posiadać uprawnienia płetwonurka 3-gwiazdkowego
2. Musi mieć co najmniej 18 lat.

c. Treść kursu.

Wiedza.

Musi posiadać podstawową wiedzę na temat:

Zasad nauczania.

Procesu szkoleniowego.

Metod instruktorskich właściwych dla nurkowania rekreacyjnego.

Wyposażenia używanego przez instruktora podczas szkoleń.

Umiejętności.

Potrafi kontrolować i prowadzić grupę kursantów na strzeżonym akwencie wód otwartych.

Potrafi prowadzić szkolenie dla grupy kursantów na strzeżonym akwencie wód otwartych.

Potrafi przeprowadzić szkolenie teoretyczne i praktyczne w wodach otwartych na stopień płetwonurka 1-gwiazdkowego.

Potrafi efektywnie komunikować się z kursantami przez cały czas szkolenia.

d. Zaliczenie.

W systemie „zaliczania na bieżąco” wiedza i umiejętności oceniane są w różnych momentach szkolenia, a certyfikat przyznawany jest dopiero w momencie, gdy instruktor w ocenie prowadzącego osiągnie wymagany standard.

Jeżeli zastosowany jest system „testu”, wtedy ostateczne zaliczenie ma wykazać, iż instruktor jest w stanie zaprezentować w strzeżonym akwencie wód otwartych poniższe umiejętności.

Ocena obejmuje:

1. Zaprezentowanie umiejętności kontrolowania i organizacji szkolenia grupy kursantów na strzeżonym akwencie wód otwartych.
2. Zaprezentowanie umiejętności prowadzenia szkolenia dla grupy kursantów na strzeżonym akwencie wód otwartych.
3. Zaprezentowanie posiadanej wiedzy na temat treści szkolenia teoretycznego i praktycznego w wodach otwartych na stopień Płetwonurka 1-gwiazdkowego.
4. Zaprezentowanie umiejętności efektywnego komunikowania z kursantami przez cały czas szkolenia.

Oceny dokonuje na poziomie narodowym komisja złożona z instruktorów dwu i trzygwiazdkowych.



INSTRUKTOR 2-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

Doświadczony 1-gwiazdkowy instruktor, posiadający wiedzę, umiejętności i doświadczenie potrzebne do prowadzenia dla grup płetwonurków szkoleń teoretycznych, basenowych oraz w wodach otwartych. Posiada kompetencje do pomocy przy szkoleniach na 1-gwiazdkowego instruktora. Posiada kwalifikacje do prowadzenia kursów i wydawania certyfikatów na wszystkie stopnie nurkowe CMAS oraz instruktorów *snorklowych*.

b. Wstępne wymagania.

1. Musi posiadać uprawnienia instruktora 1-gwiazdkowego
2. Musi mieć co najmniej 19 lat.
3. Musi zgromadzić dalsze praktyczne doświadczenie instruktorskie od momentu otrzymania uprawnień Instruktora 1-gwiazdkowego.

c. Treść kursu.

Wiedza.

Musi posiadać pełną wiedzę na temat:

Zasad nauczania.

Procesu szkoleniowego.

Metod instruktorskich właściwych dla nurkowania rekreacyjnego.

Wyposażenia używanego przez instruktora podczas szkoleń.

Umiejętności.

Potrafi kontrolować i prowadzić grupę kursantów w zróżnicowanych warunkach nurkowych.

Potrafi prowadzić szkolenie dla grupy kursantów w wodach otwartych.

Potrafi przeprowadzić szkolenie teoretyczne i praktyczne w wodach otwartych na stopień Płetwonurka 1- 2- i 3-gwiazdkowego.

Potrafi efektywnie komunikować się z kursantami przez cały czas szkolenia.

d. Zaliczenie.

Ocena obejmuje:

1. Zaprezentowanie umiejętności kontrolowania i prowadzenia grupy kursantów w wodach otwartych
2. Zaprezentowanie umiejętności prowadzenia szkolenia dla grupy kursantów na strzeżonym akwenie i w wodach otwartych.
3. Zaprezentowanie posiadanej wiedzy na temat treści szkolenia teoretycznego i praktycznego w wodach otwartych na stopień Płetwonurka 1-, 2- i 3-gwiazdkowego.
4. Zaprezentowanie umiejętności efektywnego komunikowania z kursantami przez cały czas szkolenia.

Oceny dokonuje na poziomie narodowym komisja złożona z instruktorów trzy-gwiazdkowych.



INSTRUKTOR 3-GWIAZDKOWY CMAS

a. Definicja.

W pełni doświadczony instruktor 2-gwiazdkowy, kompetentny do prowadzenia szkoleń na wszystkie stopnie płetwonurkowe i instruktorskie. Posiada on kompetencje do prowadzenia szkół nurkowych, centrów oraz kursów specjalistycznych i imprez nurkowych.

b. Wstępne wymagania.

1. Musi posiadać uprawnienia instruktora 2-gwiazdkowego.
2. Musi mieć co najmniej 20 lat.
3. Musi zgromadzić znaczne doświadczenie instruktorskie od momentu otrzymania uprawnień Instruktora 2-gwiazdkowego, osiągając także doświadczenie w działalności nurkowej na poziomie regionalnym i narodowym.

c. Treść kursu.

Nie jest wymagane, aby na tym poziomie kurs miał określoną treść, ale raczej potraktowany jako rezultat doświadczeń zgromadzonych przez dłuższy czas oraz spełnienia szerokiego zakresu warunków i wymagań.

Instruktor powinien mieć doskonałą wiedzę na wszystkie tematy zawarte w programach kursów płetwonurkowych i instruktorskich aż do najwyższego stopnia i powinien być w pełni kompetentny do nauczania wszystkich aspektów teoretycznych i praktycznych zawartych w kursach. Dodatkowo, powinien być w stanie użyć swoich umiejętności i doświadczenia w przypadkach nie będących elementami standardowego programu kursu.

d. Zaliczenie.

W systemie „zaliczania na bieżąco” powyższa wiedza i umiejętności oceniane są w różnych momentach szkolenia, a certyfikat przyznawany jest dopiero w momencie, gdy instruktor w ocenie prowadzącego osiągnie wymagany standard.

Jeżeli zastosowany jest system „testu”, wtedy ostateczne zaliczenie ma wykazać, iż instruktor jest w stanie zaprezentować w każdych warunkach szkoleniowych i nurkowych wymagany standard.

Ocena obejmuje:

1. Zaprezentowanie umiejętności kontrolowania i prowadzenia grupy kursantów w zaplanowanym nurkowaniu w wodach otwartych.
2. Zaprezentowanie umiejętności prowadzenia szkolenia dla grupy kursantów w określonych technikach nurkowych na strzeżonym akwenu i w wodach otwartych.
3. Zaprezentowanie posiadanej wiedzy na temat treści szkolenia teoretycznego i praktycznego w wodach otwartych na wszystkie stopnie płetwonurkowe i instruktorskie.
4. Zaprezentowanie umiejętności efektywnego komunikowania z kursantami oraz pozostałymi osobami przez cały czas.
5. Zaprezentowanie umiejętności takiego dopasowania programu szkolenia, aby pasował on do każdych zastanych wymagań, lokalizacji i sytuacji.

Oceny dokonuje na poziomie narodowym komisja złożona z wybranych instruktorów trzygwiazdkowych nominowanych przez odpowiedzialną za to Narodową Komisję Techniczną.