

ARKUSZ WYNIKÓW PRAKTYKI PIĘTWOŃUREK \*\*\* (P3) Nazwisko :

.....

<p><b>Przed każdym rozpoczęciem nurkowania</b> : Przygotowanie walizki ratunkowej/ tlenowej . Objaśnienie łańcucha ratunkowego. Zapytanie o samopoczucie ucznia ( ewent. alkohol, leki, zmęczenie etc.). Checking partnerski i objaśnienie znaków dawanych ręką . Briefing i objaśnienie ćwiczeń . Zachowanie w sytuacjach przymusowych .</p>	<p>Powt</p>	<p>OK</p>
<p>ABC 1.- Nurkowanie na czas przez 60 sek. z ustawiczną zmianą miejsca .</p>		
<p>ABC 2.- Nurkowanie na dystans, 45 m. bez lub 40 m.w neoprenowym skafandrze z pasem balastowym.</p>		
<p>ABC 3.- Nurkowanie do głębokości 10 m z „zatrzymanym“ oddechem na wodach otwartych.</p>		
<p>ABC 4.- W czasie 60 min. pływając w ABC przepłynąć dystans 1500 m. Po 15 min. w położeniu na piersiach, bocznym, na plecach jak również z jedną płetwą.</p>		
<p>ABC 5. Przepłynąć w ABC 150 m. do nurka, który leży na głębokości ok 7,5 m wynurzyć go i potem przetransportować po powierzchni wody na dystansie 150 m, stosując różne chwytów transportowe. W ciągu ostatnich 50 m. zastosować uszkodzonym sztuczne oddychanie.</p>		
<p>ABC 6.- Umocować linę za pomocą węzła palowego na leżącym na głębokości ok. 5 m. przedmiocie .</p>		
<p><b>1. Nurkowanie w aparacie nurkowym:</b> 20-40 m. czas trwania minimum 25 min. Uczeń wykazuje swoje umiejętności jako prowadzący grupę. Checking partnerski, briefing, Tarowanie różnymi sposobami. Wynurzenie bez pomocy płetw z zatrzymaniem na 9 m i deko stop na 3 m na 3 min.</p>		
<p><b>2. Nurkowanie w aparacie nurkowym :</b> 20-40 m. czas trwania minimum 25 min. Prowadzący po chakingu rozpoczyna nurkowanie. Na gł. 20 m podaje swój automat potrzebującym z grupy i bezpiecznie prowadzi grupę do deko 9m / 1min, 6m/1min, 3m/3min. Na deko 3m ustawia boję deko. Po wynurzeniu przepłynąć z grupą 20 min z wyposażeniem.</p>		
<p><b>3. Nurkowanie w aparacie nurkowym:</b> 20-40 m. czas trwania minimum 25 min. Chacking partnerski. Prowadzący stawia na gł. 20 m boję nurkową. Wyznaczenie kursu od boi w kierunku otwartego akwenu z ze zmianą raz kursu. Po 10 min. powrót do boi.</p>		
<p><b>4. Nurkowanie w aparacie nurkowym:</b> 20-40 m. czas trwania minimum 25 min. Chacking partnerski. Uczeń wykazuje swoje umiejętności jako prowadzący grupę, podczas nurkowania nocnego lub podczas nurkowania w odmiennych warunkach.</p>		
<p><b>5. Nurkowanie w aparacie nurkowym:</b> 6 -15 m. czas trwania minimum 25 min. Chacking partnerski. Organizowanie nurkowania jako przewodnik grupy. Podczas nurkowania organizowanie wydobycia nurka z głębokości 15m. Transport do łodzi lub brzegu oddalonego o 150 m. Organizacja transportu przy pomocy grupy nurkującej. Demonstracja udzielania pierwszej pomocy dwoma różnymi sposobami. Ułożenie uszkodzowanego w pozycji bezpiecznej. Spisanie protokołu.</p>		