

NASTAVNI PLAN I PROGRAM

RONJENJE U MUTNOJ NEPROZIRNOJ VODI - USLOVI SMANJENE VIDLJIVOSTI

KLASIFIKACIJA

CMAS – SOPAS KURS ZA RONJENJE U MUTNOJ NEPROZIRNOJ VODI – USLOVI SMANJENE VIDLJIVOSTI je specijalistički kurs. Namenjen je ronionicima koji će svoje ronilačke aktivnosti prevashodno obavljati u kontinentalnom delu na rekama i jezerima. Važnost specijalizacije je vezana za vađenje ronilačke kategorije.

CILJ I ZADATCI

Cilj kursa je unapređivanje stečenog znanja i veština polaznika, koje će omogućiti da bezbedno i sa zadovoljstvom rone u mutnoj neprozirnoj vodi – uslovi smanjene vidljivosti.

Sistematizacijom i proširivanjem znanja

Usvajanje postupaka i procedura

Voditi računa o ličnoj bezbednosti a zatim o materijalno tehničkim sredstvima

USLOVI ZA PRISTUPANJE KURSU

Završen CMAS kurs za P1

Ubeleženih 10 stažnih zarona

MAKSIMALNI ODNOS INSTRUKTOR/KURSISTA

Za teoretski deo 1 / 6

Za praktični deo u bazenu 1 / 2

Za praktični deo u otvorenoj vodi 1 / 1

Broj asistencenata zavisi od broja kursista i voditelja kursa

OPREMA

Standardna LARO oprema otvorenog kruga disanja

Dodatna oprema

ZAHTEVI ZA ODRŽAVANJE KURSA

Voditelj kursa : minimum CMAS Instruktor **I1**

Asistenti na kursu : minimum CMAS Ronioc **P2**

Mesto obučavanja : učionica ili klubski prostor; bazen ili akvatorijum sa sličnim uslovima; otvorena voda

Oganičenje dubine : do 15 m

MINIMUM ZA PROLAZNOST NA KURSU

POLAGANJE

Teoretski deo, testiranjem, pokazati znanje iz oblasti sredine (zašto je voda turbidna), vrste konopa (u zavisnosti od materijala i u zavisnosti od upotrebe), principi bezbednosti.

Praktični deo, zaron u otvorenoj vodi sa prikazom veštine vezivanja čvora pod vodom i ostvarenom komunikacijom sa površinom, na dubini ne većoj od 7 m i na rastojanju ne većem od 15 m, demonstracija veštine vezivanja pašnjaka, sidrenog čvora i veza za bitvu na suvom.

MINIMALNO TRAJANJE KURSA

Teoretski deo : 2,5 časova

Praktični deo : 5 časova

Po uspešnom polaganju 2 zarona u otvorenoj vodi

UTVRĐIVANJE KVALITETA

Pristupiti izvršenju kursa po odobrenju nastavne komisije SOPAS.

Verifikacija kursa : Diploma, C CMAS kartica, upis u karnet.

SADRŽAJ SPECIJALISTIČKOG KURSA

TEORIJA

T1 CILJ OBUKE I NAČIN REALIZACIJE (30 min)

- predstavljanje, upoznavanje, evidentiranje
- cilj specijalističkog kursa i program obuke
- organizacija kursa (mesto i vreme)
- obezbeđivanje opreme
- verifikacija kursa (diploma, kartica, upis u karnet)

T2 OPREMA (60 min)

- standardna oprema (snovna, autonomna, uređaji za merenje i pomoćna oprema) – osvrt na specifičnosti korišćenja
- dodatna oprema (konop, motalica, karabinjeri – brze spojke, škopci, lampe) – opis, upotreba i održavanje
- uređaj za podvodnu komunikaciju – izgled, način upotrebe - informativno
- čvorovi na konopu, omče – opis, kako se vezuje, vežba u sklopu demonstriranja.

T3 SPECIFIČNOST RONJENJA U MUTNOJ NEPROZIRNOJ VODI U ODNOSU NA RONILAČKU SREDINU (30 min)

- mirna – stajaća voda
- tekuća – voda sa strujom
- život pod vodom i potreba zaštite eko sistema

T4 SPECIFIČNE MERE BEZBEDNOSTI KOD RONJENJA U MUTNOJ NEPROZIRNOJ VODI (30 min)

- postupci pre ronjenja
- postupci za vreme ronjenja
- postupci nakon ronjenja

VEŽBE – PRAKTIČNI DEO

V1 VEŽBA BALANSIRANJA U KONTROLISANOM AKVATORIJUMU SA PROZIRNOM VODOM (BAZENU) (SA SLEPOM MASKOM)

- kontrolisan zaron uz konop
- boravak na dnu
- kontrolisan izron uz konop
- balansiranje u mestu
- balansiranje u pokretu uz konop
- balansiranje u pokretu bez konopa
- analiza urađenog

V2 BRATSKO DISANJE U KONTROLISANOM AKVATORIJUMU SA PROZIRNOM VODOM (BAZENU) I PODVODNA KOMUNIKACIJA (SA SLEPOM MASKOM)

- bratsko disanje u mestu
- bratsko disanje u pokretu
- međusobna komunikacija (pipanje rukama) i komunikacija sa površinom (pomoću konopa)
- kontrolisan izron sa i bez konopa
- analiza urađenog

V3 VEŽBA SA KONOPIMA U BAZENU

- vežba vezivanja i razvezivanja konopa pod vodom (sa i bez slepe maske)
- vežba sa karabinjerima (sa i bez slepe maske)
- vežba sa škopcima (sa i bez slepe maske)
- vežba ronjenja sa bratskim konopom dužine 0,5-1m (sa i bez slepe maske)

V4 ZARON U OTVORENOJ VODI UZ KONOP

- opremanje i ulazak u vodu
- ronjenje po postavljenoj stazi sa upotrebom lampe
- ronjenje po postavljenoj stazi bez upotrebe lampe
- izron i raspremanje
- analiza urađenog

V5 ZARON U OTVORENOJ VODI BEZ KONOPA

- opremanje i ulazak u vodu
- zaron uz obalu
- izron i raspremanje
- analiza urađenog

NAPOMENA :

Vežbe u kontrolisanom akvatorijumu - bazenu je potrebno uraditi postupno tj. prvo sa standardnom maskom a zatim sa slepom.

Vežbe na otvorenoj vodi treba da se izvode u varijanti sa obale i u zavisnosti od mogućnosti izvođača sa doka; čamca, broda