

**ZVÄZ POTÁPAČOV SLOVENSKA**  
**SLOVAK DIVERS ASSOCIATION**

# **VÝCVIKOVÉ SMERNICE ZPS**

**Zväz potápačov Slovenskej republiky je členom svetovej  
potápačskej federácie CMAS.**



**CMAS**

CONFÉDÉRATION MONDIALE  
DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES  
WORLD UNDERWATER FEDERATION

## **1.1. Všeobecné ustanovenia.**

1.1.1. Tieto smernice platia pre potápačský výcvik uskutočňovaný v ZPS. Pre špeciálne kurzy platia osobitné výcvikové programy ZPS - CMAS, pre potápačský výcvik detí platí smernica ZPS pre potápanie detí.

1.1.2. Prevádzkovateľom výcviku na určitý stupeň sú Potápačské centrá registrované v ZPS, právnické alebo fyzické osoby k výcviku oprávnené alebo poverené ZPS.

1.1.3. Vedením výcviku v potápačskom centre, ktoré je ustanovené ZPS, musí byť poverený inštruktor s kvalifikačným stupňom minimálne I\*\* schválený TV ZPS.

1.1.4. Ak je komisia inštruktorov poverená hodnotením znalostí a schopností uchádzača o kvalifikačný stupeň, musí byť najmenej trojčlenná. Predsedu komisie určí TV ZPS.

1.1.5. Výcvik a praktická časť skúšok musia byť povinne zabezpečené záchranárskym vybavením: súprava prvej pomoci, záchranárska kyslíková jednotka, komunikačný systém na privolanie záchrany.

1.1.6. Zúčastníci o účasť vo výcviku musia predložiť platné lekárske potvrdenie, alebo vyhlásenie o zdravotnom stave o svojej spôsobilosti k potápaniu. Toto sa nevzťahuje na úvod do potápania, vid' bod 2 týchto smerníc.

1.1.7. Oprávnenie držiteľov jednotlivých potápačských a inštruktorských kvalifikačných stupňov uvádzajú tieto smernice.

1.1.8. Pri každom zvyšovaní kvalifikácie, alebo pri predlžovaní doby jej platnosti je uchádzač povinný predložiť ku kontrole platný preukaz potápača, riadne vedený denník potápača, prípadne dokladovať vstupné podmienky.

1.1.9. Ak uvádzajú tieto smernice pre hodnotenie schopností účastníka výcviku určité rozmedzie /3-5 m/ je na inštruktorovi, prípadne na skúšobnej komisii, aby vybrali hodnotu primeranú k okolnostiam, za ktorých sa preskúšanie robí / poveternostným a vodným podmienkam, veku uchádzača, pohlaviu, jeho fyzickým možnostiam a pod./

1.1.10. Pri výcviku musia byť záväzne dodržiavané všetky ustanovenia Bezpečnostných smerníc ZPS.

## **1.2. Práva a povinnosti prevádzkovateľa výcviku:**

### **Prevádzkovateľ výcviku má tieto práva :**

1.2.1. Kontrolovať či v priebehu výcviku nedochádza, alebo nedošlo k porušeniu Bezpečnostných smerníc ZPS, alebo Výcvikových smerníc ZPS.

1.2.2. Kontrolovať či má výcvik požadovanú úroveň a odvolať z výcviku inštruktora, ktorý túto podmienku nespĺňa.

1.2.3. Kontrolovať hospodárnosť a zaobchádzanie s materiálnymi prostriedkami určenými pre výcvik

**Prevádzkovateľ výcviku má tieto povinnosti :**

1.2.4. Materiálne, finančne a personálne zabezpečiť požadovanú bezpečnosť, úroveň a plynulosť výcviku.

1.2.5. Nepripustiť k výcviku potápača, ktorý nespĺnil podmienky predpísané pre účasť vo výcviku.

1.2.6. Odvolať z vedenia výcviku inštruktora, ktorý vedome porušil Bezpečnostné smernice ZPS, alebo Výcvikové smernice ZPS, alebo akýmkoľvek spôsobom zneužil svoje postavenie, alebo svojim jednaním výcvik znevážil.

**1.3. PRÁVA A POVINNOSTI INŠTRUKTORA**

**Inštruktor vykonávajúci výcvik má tieto práva:**

1.3.1. Vykázať z priestoru určeného pre výcvik osoby, ktoré svojim jednaním rušia priebeh výcviku, alebo ohrozujú bezpečnosť účastníkov výcviku.

1.3.2. Organizovať postup výučby a praktických lekcií podľa vlastného uváženia s prihliadnutím k daným materiálno - technickým možnostiam, fyzickým a psychickým možnostiam účastníka výcviku.

**Inštruktor vykonávajúci výcvik má tieto povinnosti:**

1.3.3. Prijímať do výcviku len uchádzačov, ktorý spĺňajú podmienky predpísané pre účasť vo výcviku.

1.3.4. Pred začatím výcviku oboznámiť účastníkov výcviku:

- s podmienkami výcviku /kurzu/
- s Bezpečnostnými a Výcvikovými smernicami ZPS
- s právami inštruktorov
- s právami a povinnosťami ich samotných

1.3.5. Organizovať postup výučby a praktických lekcií pri dodržiavaní základných pedagogických zásad.

1.3.6. V priebehu výcviku dodržiavať BS- ZPS a VS- ZPS.

1.3.7. Prerušit' výcvik, keď zistí:

- že jeho pokračovanie by viedlo k porušeniu uvedených smerníc

- ak fyzická zdatnosť, alebo psychická kondícia účastníka výcviku nestačí ku zvládnutiu daného cvičenia.

1.3.8. Odmietnuť potvrdiť splnenie takých disciplín a skúšok, ktoré uchádzač nezvládol, nedokončil, alebo vôbec nevykonával.

1.3.9. Každú novú nacvičenú disciplínu riadne vysvetliť, upozorniť na rôzne nebezpečie a prakticky ju predviesť.

1.3.10. Nepripustiť k plneniu danej disciplíny účastníka výcviku, ktorého súčasné vedomosti, alebo schopnosti k splneniu takejto disciplíny nestačia.

1.3.11. Vždy pred vydaním pokynov k plneniu danej disciplíny skontrolovať účastníkom výcviku výstroj a k plneniu disciplíny nepripustiť účastníka výcviku, ktorého výstroj nie je úplná, vhodná a dostatočne funkčná.

1.3.12. Oboznámiť účastníka výcviku so spôsobom privolania lekárskej pomoci v prípade nehody.

1.3.13. V prípade nehody zabezpečiť privolanie lekárskej pomoci a do príchodu lekára sa starať o postihnutého podľa zásad prvej pomoci, zabezpečiť spísanie protokolu o nehode a odoslať ho na sekretariát ZPS.

#### **1.4. PRÁVA A POVINNOSTI ÚČASTNÍKA VÝCVIKU**

##### **Účastník výcviku má tieto práva:**

1.4.1. Vyžiadať si nové vysvetlenie v prípade, že dobre neporozumel výkladu inštruktora.

1.4.2. Vyžiadať si výmenu výstroja, na ktorom zistil prevádzkové závady.

1.4.3. Odmietnuť plnenie úloh, ktoré nezodpovedajú jeho súčasným vedomostiam, zdravotnému stavu, alebo fyzickej a psychickej kondícii.

##### **Účastník výcviku má tieto povinnosti:**

1.4.4. Pozorne sledovať výklad inštruktora

1.4.5. Okamžite ohlásiť vedúcemu výcviku, ak zistí, že došlo, alebo vývojom situácie môže dôjsť k porušeniu Bezpečnostných alebo Výcvikových smerníc ZPS.

1.4.6. V prípade zdravotných ťažkostí, alebo zlého fyzického či psychického stavu požiadať inštruktora o zrušenie zadanej disciplíny.

1.4.7. Vykonávať len také cvičenia, ktoré sú mu určené inštruktorom a ktoré zodpovedajú jeho znalostiam a schopnostiam.

1.4.8. Pred vstupom do vody sa dôkladne presvedčiť, či má potápačský výstroj úplný, vhodný a funkčný.

- 1.4.9. Na pokyn inštruktora zopakovať zadanú úlohu, odpovedať na dohodnuté signály. Pred plnením disciplíny si od inštruktora nechať skontrolovať výstroj a správnosť ustrojenia.

## **POTÁPAČSKÉ KVALIFIKAČNÉ STUPNE**

### **3.1. VŠEOBECNÉ USTANOVENIA**

#### **3.1.1. Potápačské kvalifikačné stupne sú:**

- Potápač so základným výstrojom - ABC
- Základy potápania s prístrojom- ZPP
- potápač Junior
- potápač CMAS s jednou hviezdou – P\* , - samostatný potápač
- potápač CMAS s dvomi hviezdami – P\*\* , - plne vycvičený potápač
- potápač CMAS s tromi hviezdami – P\*\*\*, vedúci potápač

3.1.2. Potápačské kvalifikačné stupne Základy potápania s prístrojom, potápač Junior a potápačské kvalifikačné stupňa CMAS môžu byť udelené len členom organizácie ZPS/CMAS. Výcvik na potápačský kvalifikačný stupeň CMAS realizuje inštruktore potápania CMAS.

3.1.3. Vedomosti a schopnosti uchádzača na potápačské kvalifikačné stupne sú hodnotené v priebehu výcviku, alebo formou záverečných skúšok, pritom musia byť splnené všetky požiadavky na príslušný kvalifikačný stupeň. Hodnotenie a udelenie kvalifikácie realizuje inštruktore, ktorý výcvik vykonal.

3.1.4. Udelenie kvalifikačných stupňov pozostáva z potvrdenia o udelení kvalifikačného stupňa do potápačského preukazu s nalepenou fotografiou a riadne vyplnenými osobnými údajmi držiteľa kvalifikácie. Z objednania ID karty CMAS/ZPS na meno držiteľa kvalifikácie.

3.1.5. Zaujímavcovia o výcvik, ktorí sú mladší ako 18 rokov, musia predložiť písomný súhlas rodičov, alebo zákonných zástupcov.

3.1.6. Obsah výcviku na jednotlivé kvalifikačné stupne je daný požiadavkami na tieto kvalifikačné stupne.

3.1.7. Zvyšovanie potápačskej kvalifikácie je podmienené tiež absolvovaním špeciálnych kurzov /napr. orientácia pod vodou, vyhľadávanie, obsluha kompresora.../. Osvedčenie o úspešnom absolvovaní takéhoto kurzu je započítané ako súčasť skúšok na tie potápačské kvalifikačné stupne, pre ktoré sú príslušné znalosti a schopnosti vyžadované.

3.1.8. Pod pojmmami malá hĺbka sa rozumie hĺbka od 0 – 10 m, stredná 10 – 30 m, a veľká nad 30 m.

3.1.9. Chráneným vodným priestorom sa rozumie vodný priestor s malou hĺbkou, v ktorom je možno neustále dohliadať na cvičenca a v prípade nebezpečenstva okamžite zasiahnuť /napr. bazén, alebo plytká zátoka s dobrou viditeľnosťou/. Voľnou vodou sa rozumie každý vodný priestor, ktorý nie je možné považovať za chránený.

3.1.10. Pokiaľ je k získaniu potápačského kvalifikačného stupňa predpísaný určitý počet ponorov, započítavajú sa ponory s dýchacím prístrojom vo voľnej vode, ktoré neboli vykonané pri športovom tréningu, alebo na pretekoch. Ponorom sa pre tieto účely rozumie pobyt pod vodou v trvaní najmenej 15 minút. Za jeden deň je možno započítať najviac 3 ponory.

3.1.11. Základný potápačský výstroj je potápačská maska, dýchacia trubica a plutvy. Pri výcviku, ktorý zahŕňa potápanie na nádych vo voľnej vode, je potrebné základný potápačský výstroj doplniť o potápačský nôž a potápačskú bójku / použitie potápačskej bóje je možno vypustiť za predpokladu, že inštruktor, alebo skúšobná komisia spoľahlivo zabezpečí bezpečnosť cvičencov iným spôsobom/. Pre disciplíny so základným potápačským výstrojom je možné použiť tiež izolačný oblek a záťažový opasok.

3.1.12. Výstroj pre výcvik potápania s dýchacím prístrojom vo voľnej vode je okrem základného potápačského výstroja

- dýchací prístroj s automatikou, záložným 2 stupňom a zariadením na meranie tlaku dýchacieho média
- kompenzátor vztlaku
- potápačský izolačný oblek

**Pre výcvik na kvalifikačný stupeň CMAS P\*\* ďalej:**

- zariadenie na meranie hĺbky a času pod vodou
- vode odolné dekompresné tabuľky a poznámková tabuľka
- potápačská baterka
- potápačský kompas
- dekompresná bójka
- úväzok s karabínkou

**Pre výcvik na kvalifikačný stupeň CMAS P\*\*\* ďalej:**

- zdvíhací vak

## **3.2. POTÁPAČ SO ZÁKLADNÝM VÝSTROJOM ABC**

### **Charakteristika:**

Potápač schopný potápať sa do malej hĺbky na nádych so základným výstrojom. Pokiaľ je mladší ako 14 rokov môže sa potápať iba v chránenom vodnom prostredí pod vedením zodpovednej osoby.

### **Vstupné požiadavky:**

1. minimálny vek 8 rokov

2. Preplávať na hladine ľubovoľným spôsobom vzdialenosť 100 m.

### **Požiadavky na získanie stupňa:**

**Vedomosti:** Uchádzač preukáže základné teoretické znalosti o bezpečnom potápaní na nádych, o používaní a údržbe základného potápačského výstroja

**Zručnosti:** uchádzač bude schopný správne používať základný potápačský výstroj pod vodou, vyrovnať pri ponore tlak v telesných dutinách, poskytnúť pomoc unavenému partnerovi.

**Hodnotenie:** Môže byť vykonávané postupne počas priebehu kurzu. Okrem požadovaných vedomostí musí uchádzač predviesť v chránenom vodnom prostredí nasledujúce disciplíny:

1. Preplávať na hladine ľubovoľným spôsobom 200 m
2. Pomoc unavenému plavcovi o podobnej hmotnosti na vzdialenosť 15- 25 m.
3. Zanorenie sa so základným výstrojom a preplávať 10 - 15m pod vodou.
4. Zanorenie sa so základným výstrojom a vylovenie drobného predmetu z hĺbky 3m.
5. Prípadne ďalšie disciplíny požadované inštruktorom pre posúdenie schopností uchádzača.

Vedením výcviku musí byť poverený inštruktor s minimálnym stupňom I\*.

### **3.3 ZÁKLADY PRÍSTROJOVÉHO POTÁPANIA - nesamostatný potápač**

#### **Charakteristika:**

Potápač schopný bezpečne a správne používať kompletný potápačský výstroj so stlačeným vzduchom a vycvičený k potápaniu vo voľnej vode v sprievode osoby s kvalifikáciou min. P\*\*\*.

#### **Oprávnenie:**

1. Potápať sa vo voľnej vode v sprievode potápača s kvalifikáciou vedúceho potápača do hĺbky maximálne 12m.
2. Potápať sa v skupinách, kde na jedného potápača s kvalifikáciou vedúceho potápača prípadnú maximálne štyria držiteľia kvalifikácie potápač ZPP za predpokladu, že vedúci potápač je v priebehu celého ponorenia schopný udržiavať fyzický kontakt so všetkými členmi skupiny.
3. Robiť ponory, ktoré nevyžadujú dekompresné zastávky.
4. Potápať sa len za dobrých prírodných podmienok a so zodpovedajúcim zabezpečením na hladine.

#### **Vstupné požiadavky:**

1. Minimálny vek 12 rokov
2. Preplávať na hladine 200 m bez základného potápačského výstroja, alebo iných pomôcok.
3. Udržať sa 5 minút na hladine šliapaním vody, alebo splývaním.

### **Požiadavky k získaniu kvalifikačného stupňa:**

#### **Vedomosti:**

Uchádzač musí mať základné vedomosti o vzájomnom vzťahu objemu a tlaku, jeho účinku na organizmus a výstroj, o anatómii a fyziológii človeka a o ich ovplyvnení pri pobyte pod vodou. O účele, funkcii a vlastnostiach potápačského výstroja a o jeho správnom používaní, o pravidlách bezpečného potápania, o spôsoboch riešenia krízových situácií a o spôsoboch záchrany.

**Schopnosti:** Uchádzač musí byť schopný - zkompletovať, používať a ošetrovať potápačský výstroj, riadiť svoj vztlak vo vode, vyrovnáť počas ponorenia tlak v dutinách, bezpečne vstúpiť do vody a vystúpiť z vody, bezpečne sa pohybovať pod vodou i na hladine, zúčastniť sa ponorov ako disciplinovaný člen potápačskej skupiny.

#### **Povinné úkony:** Potápač musí správne vykonať:

1. Prípravu, kompletizáciu a ustrojenie sa do potápačského výstroja.
2. Partnerskú kontrolu pred vstupom do vody.
3. Používanie signálov pod vodou a na hladine.
4. Vyváženie na hladine i pod vodou pomocou kompenzátora vztlaku.
5. Vyliatie masky pod vodou.
6. Vyňatie a opätovné rozdychanie pľúcnej automatiky pod vodou.
7. Uchopenie stratenej pľúcnej automatiky pod vodou.
8. Po simulácii nedostatku vzduchu, dýchať z partnerovho alternatívneho zdroja vzduchu.
9. Odloženie záťaže na hladine.
10. Ošetrovanie výstroja po dokončení ponoru.

Úkony pod bodmi 4. - 8. uskutoční uchádzač vo voľnej vode v malej hĺbke. Tieto úkony musia byť vopred nacvičené v chránenom vodnom prostredí.

Podmienkou udelenia kvalifikácie ZPP je absolvovanie najmenej 2 ponorov vo voľnej vode do malých hĺbok s inštruktorom.



Vedomosti uchádzača sa môžu preveriť v priebehu výcviku, alebo pri záverečných skúškach písomne, alebo ústne. Výcvik vedie, hodnotenie robí a kvalifikačný stupeň ZPP udeľuje inštruktor CMAS I\*\*.

### **3.4. POTÁPAČ S JEDNOU HVIEZDOU CMAS P\* - samostatný potápač**

#### **Oprávnenia:**

Potápač spôsobilý bezpečne a správne používať úplný potápačský výstroj a vycvičený k potápaniu vo voľnej vode.

#### **Oprávnenie:**

1. Potápať sa vo voľnej vode s držiteľmi kvalifikácii Potápač CMAS P\*, alebo P\*\* do hĺbky maximálne 20m, v sprievode osoby s kvalifikáciou vedúceho potápača alebo inštruktora aj do hĺbok cez 20 m.
2. Uskutočňovať ponory, ktoré nevyžadujú dekompresné zastávky.
3. Potápať sa len za dobrých prírodných podmienok a s odpovedajúcim zabezpečením na hladine.
4. Zúčastniť sa vybraných špeciálnych kurzov.

#### **Vstupné požiadavky:**

1. Minimálny vek 14 rokov
2. Preplávať na hladine 200 m bez základného výstroja alebo iných pomôcok.
3. Udržať sa 5 minút na hladine šliapaním vody alebo splývaním.

#### **Požiadavky k získaniu kvalifikačného stupňa:**

#### **Vedomosti:**

Uchádzač musí mať základné teoretické vedomosti o vzájomnom vzťahu objemu a tlaku a jeho účinku na organizmus a výstroj, o anatómii a fyziológii človeka a o ich ovplyvnení pri pobyte pod vodou, o príčinách, prejavoch a následkoch chorôb a úrazov spojených s potápaním a o ich prevencii, o účele, funkcii a vlastnostiach výstroja potápača používaného v kurze a o jeho správnom používaní, o pravidlách bezpečného potápania, o plánovaní ponorov

do malých hĺbok, o spôsobe riešenia krízových situácií a spôsoboch záchrany, o používaní dekompresných tabuliek a potápačských počítačov pri jednoduchých aj opakovaných ponoroch, o zásadách resuscitácie, o používaní lekárničky a súpravy k poskytovaniu kyslíka.

**Zručnosti: Uchádzač bude schopný samostatne:**

- zkompletovať, použiť a ošetriť výstroj potápača použitú v kurze
- vyvážiť sa vo vode, vyrovnať v priebehu ponoru tlak v telesných dutinách a kontrolovať svoju polohu
- bezpečne vstúpiť do vody a vystúpiť z vody, bezpečne a efektívne sa pohybovať pod vodou a na hladine.
- jednoduchej navigácii pod vodou
- vyriešiť vzniknutú krízovú situáciu, zachrániť seba a poskytnúť pomoc aj partnerovi
- zúčastniť sa ponorov ako disciplinovaný člen potápačskej skupiny

**Povinné disciplíny: Uchádzač musí správne urobiť:**

1. Prípravu, kompletizáciu a oblečenie potápačského výstroja.
2. Partnerskú kontrolu pred vstupom do vody.
3. Používanie signálov pod vodou a na hladine.
4. Vstup do vody skokom alebo pádom, preplávanie najmenej 200 m na hladine za použitia základného výstroja. Ponorenie so základným výstrojom a vytiahnutie ľahkého predmetu z hĺbky 3 - 5 m, spojené s preplávaním celkovej vzdialenosti 10 - 15 m pod vodou.
5. Vstup do vody a výstup z vody za rôznych podmienok / pláž, strmý breh, čln a pod./, alebo pri simulácii týchto podmienok. Odloženie záťaže a dýchacieho prístroja na hladine.
6. Vyváženie na hladine i pod vodou pomocou kompenzátora vztlaku a riadený výstup pomocou kompenzátora vztlaku.
7. Vytiahnutie a opätovné rozdýchanie pľúcnej automatiky pod vodou.
8. Uchopenie stratenej pľúcnej automatiky pod vodou.
9. Odloženie, nasadenie a vylíatie masky pod vodou, dýchanie z pľúcnej automatiky pod vodou bez masky po dobu 1 minúty.
10. Po simulácii nedostatku vzduchu zahájiť s partnerom spoločné dýchanie z jedného prístroja a pri tejto činnosti sa vynoriť. Disciplínu je nutné urobiť opakovane, aby uchádzač preukázal schopnosti spoločného dýchania pri použití alternatívneho zdroja vzduchu, pri striedaní jednej pľúcnej automatiky.

11. Vynesenie partnera pomocou kompenzátora vztlaku a jeho transport po hladine na vzdialenosť 10 - 15 m / obaja potápači sú v kompletnom výstroji /.
12. Odloženie a nasadenie záťaže pod vodou.
13. Preplávanie najmenej 200 m na hladine v kompletnom výstroji pri dýchaní pomocou dýchacej trubice.
14. Predvedenie resuscitácie.
15. Ošetrovanie a uloženie výstroja po ponorení.

**Disciplíny pod bodmi 6. - 11. urobí uchádzač vo voľnej vode v malej hĺbke. Tieto disciplíny musia byť vopred nacvičené v chránenom vodnom priestore.**

**Podmienkou udelenia kvalifikácie CMAS P\* je absolvovanie najmenej 5 ponorov vo voľnej vode s inštruktorom, z toho minimálne prvé 3 ponory do malých hĺbok, zostávajúce najmenej 2 ponory do hĺbok 15 - 20 m. Za jeden deň je možné započítať najviac 2 ponory.**

**Vedomosti uchádzača sa preverujú v priebehu výcviku, alebo pri záverečných skúškach písomne, alebo ústne a kvalifikačný stupeň P\* potvrdzuje inštruktor s kvalifikáciou najmenej CMAS I\*\***

**Kvalifikácia Potápač CMAS P\*, oprávnenie jej držiteľa a podmienky vedúce k jej získaniu plne zodpovedajú požiadavkám STN EN ISO 24801-1 (95 5005), *Služby rekreačného potápania. Požiadavky na výcvik rekreačných potápačov. Časť 1: Úroveň 1: Základný výcvik (ISO 24801-1: 2014)***

### **3.5. POTÁPAČ S DVOMA HVIEZDAMI CMAS P\*\* - plne vycvičený potápač**

**Charakteristika:** Potápač s dvoma hviezdami je plne vycvičený potápač.

**Oprávnenie:**

1. Potápať sa vo voľnej vode s držiteľmi najmenej rovnakej kvalifikácie P\*\*
2. Potápať sa vo voľnej vode s držiteľmi kvalifikácie Potápač CMAS P\* do hĺbky maximálne 20 m.
3. Ako zákonný zástupca, alebo nimi poverená osoba sa potápať vo voľnej vode s držiteľom potápač junior do malých hĺbok.
4. Vykonávať funkciu istiaceho potápača, alebo navádzača.
5. Zúčastniť sa vybraných špeciálnych kurzov.

**Vstupné požiadavky:**

1. Minimálny vek 15 rokov
2. Uchádzač musí byť držiteľom kvalifikačného stupňa P\*, alebo potápačskej kvalifikácie iného systému, schválenej TV ZPS.
3. Absolvovanie doplňujúcich kurzov: Orientácia pod vodou, Vyhľadávanie a vyzdvihovanie, Nočné potápanie a Záchrana pri potápaní.

### **Požiadavky k získaniu kvalifikačného stupňa:**

#### **Vedomosti:**

Uchádzač získa základné vedomosti v plnom rozsahu stupňa CMAS P\* doplnené o hlbšie vedomosti:

- z potápačskej fyziky, anatómie a fyziológie
- o zásadách bezpečného potápania, voľbe vhodného miesta k potápaniu, o princípoch plánovania ponorov
- o správnom používaní dekompresných tabuliek
- o výpočtoch súvisiacich so spotrebou vzduchu
- o príčinách, prejavoch a účinkoch chorôb a úrazov spojených s potápaním
- o používanej potápačskej technike a o princípoch ich konštrukcie
- o zásadách záchrany topiacich sa a spôsoby resuscitácie
- o zásadách poskytovania kyslíka v rámci prvej pomoci

#### **Zručnosti:**

**Okrem schopností vyžadovaných pre kvalifikačný stupeň P\* musí byť uchádzač schopný správne používať potápačský výstroj za rôznych podmienok, vyriešiť vzniknutú krízovú situáciu a zachrániť seba a partnera, používať dekompresné tabuľky a potápačský počítač pri jednoduchých a opakovaných ponoroch, urobiť stupňovitú dekompresiu, používať dekompresnú bójku, používať kompas k orientácii pod vodou.**

#### **Povinné disciplíny:**

**Okrem požadovaných teoretických vedomostí musí uchádzač preukázať schopnosť správne vykonať nasledujúce disciplíny:**

1. Skok do vody s maskou a dýchacou trubicou v ruke, ich nasadenie a vyliatie masky pod vodou.

2. Preplávať vzdialenosť 800 m so základným výstrojom na hladine s následným ponorením do hĺbky 3 - 5 m a preplávaním vzdialenosti 10m v tejto hĺbke.

3. Preplávať vzdialenosť 500 m na hladine v kompletnom výstroji pri dýchaní pomocou dýchacej trubice a ďalších 100 m na hladine v polohe na znak bez použitia dýchacej trubice, alebo pľúcnej automatiky.

4. Odloženie, nasadenie a vyliatie masky v strednej hĺbke, vytiahnutie a rozdýchanie pľúcnej automatiky v strednej hĺbke, dýchanie z pľúcnej automatiky bez masky v strednej hĺbke po dobu 1 minúty.

5. Uchopenie stratenej pľúcnej automatiky v strednej hĺbke, prechod na dýchanie zo záložného druhého stupňa automatiky.

6. Po výdychu a signáli o nedostatku vzduchu v strednej hĺbke preplávať 2- 5 m k partnerovi a za spoločného dýchania z jedného prístroja, alebo z alternatívneho zdroja vzduchu predviesť riadený výstup a zastavenie na simulovanej dekompresnej zastávke.

7. Vynesenie partnera zo strednej hĺbky pomocou kompenzátoru vztľaku a jeho transport po hladine na vzdialenosť 25 m.

8. Predviesť použitie dekompresnej bóje vo voľnej vode.

9. Viazanie uzlov, predviesť použitie karabín.

10. Oživovanie KPR.

11. Použitie dekompresných tabuliek pre jednoduché a opakované ponory a vysokohorské potápanie.

12. Určiť azimut daného cieľa vo vzdialenosti 30 m, v kompletnom výstroji sa ponoriť a pod vodou bez vynorenia plávať k tomuto cieľu.

**Povinné disciplíny pod vodou / s výnimkou bodu 12. / musí uchádzač absolvovať v sprievode inštruktora s kvalifikáciou najmenej CMAS I\*\*.**

**Do udelenia kvalifikácie CMAS P\*\* musí uchádzač uskutočniť najmenej 20 ponorov vo voľnej vode za rôznych podmienok, z toho najmenej 10 do stredných hĺbok. Vedomosti uchádzača sa dajú preveriť v priebehu výcviku, alebo pri záverečných skúškach písomne, alebo ústne. Výcvik vedie, hodnotí a kvalifikačný stupeň Potápač CMAS P\*\* udeľuje inštruktore s kvalifikáciou najmenej CMAS I\*\*.**

**Kvalifikácia Potápač CMAS P\*\*, oprávnenie jeho držiteľa a podmienky vedúce k jej získaniu plne zodpovedajú požiadavkám STN EN ISO 24801-2 (95 5005)**

*Služby rekreačného potápania. Požiadavky na výcvik rekreačných potápačov. Časť 2: Úroveň 2: Pokročilý výcvik (ISO 24801-2: 2014)*

### **3.6. POTÁPAČ S TROMA HVIEZDAMI CMAS P\*\*\* - vedúci potápač**

**Charakteristika:** Vedúci potápač schopný viesť skupinu potápačov.

#### **Oprávnenia:**

1. Potápať sa vo voľnej vode s držiteľmi všetkých kvalifikačných stupňov.
2. Sprevádzať držiteľa kvalifikácie ZPP vo voľnej vode do hĺbky max. 12 m.
3. Sprevádzať držiteľa kvalifikácie CMAS P\* pri potápaní vo voľnej vode do hĺbok cez 20 m.
4. Vykonávať funkciu vedúceho potápača.
5. Pomáhať s dozorom nad účastníkmi potápačského výcviku / nesmie však hodnotiť vedomosti či schopnosti cvičencov, ani ich týmto vedomostiam učiť/.
6. Zúčastniť sa vybraných špeciálnych kurzov.

#### **Vstupné požiadavky:**

1. Minimálny vek 18 rokov.
2. Uchádzač musí byť držiteľom kvalifikačného stupňa P\*\*, alebo potápač. kvalifikácie iného výcvikového systému určenej ZPS.
3. Musí absolvovať doplňujúce kurzy potápania:

Kurz prvej pomoci KPR a podávania kyslíka.

Kurz obsluhy prenosných vysokotlakových kompresorov.

Zásady vedenia malého plavidla na mori.

Potápanie v suchom obleku.

4. Uchádzač musí doložiť svoje skúsenosti z potápania: v noci, za zníženej viditeľnosti / menej než 2 m/, do veľkých hĺbok / cez 30 m/, spojené s navigáciou pod vodou.

#### **Požiadavky k získaniu kvalifikačného stupňa:**

**Vedomosti:** Uchádzač získa dôkladné vedomosti o všetkom, čo je vyžadované na kvalifikačný stupeň P\*\* a to aj pre potápanie do veľkých hĺbok a ďalšie vedomosti:

- o oprávneniach držiteľov kvalifikácii ZPP, Potápač Junior, potápač CMAS P\* a potápač CMAS P\*\*
- o výbere miesta pre potápanie skupiny podľa mapy, prílivových tabuliek, poveternostných podmienok, flóry, fauny, a pod.
- o posudzovaní a výbere potápačov pre vytvorenie dvojíc,
- o základoch plavby s malým plavidlom na mori s ohľadom na potápanie,
- o zásadách obsluhy vysokotlakového kompresora,
- o správnom použití dekompresných tabuliek,
- o právnej zodpovednosti potápačov,
- o zásadách poskytovaní prvej pomoci vrátane podávania kyslíka.

**Zručnosti:** Okrem schopností vyžadovaných pre kvalifikačný stupeň P\*\* bude uchádzač schopný:

- riadne naplánovať ponor skupiny potápačov z brehu i plavidla,
- ovládať malé plavidlo s prihliadnutím na poveternostnú situáciu, pobrežnú navigáciu, slapové javy,
- vyriešiť vzniknutú krízovú situáciu, zachrániť seba i partnera zo stredných hĺbok,
- poskytnúť prvú pomoc KPR vrátane podávania kyslíka

**Povinné disciplíny:** Okrem požadovaných vedomostí a absolvovaní špeciálnych kurzov preukázať schopnosť správne vykonať nasledujúce disciplíny:

1. Ponoriť sa zo základným výstrojom a vyniesť značku z hĺbky 10 m.
2. Preplávať s ABC vzdialenosť 100 m na hladine v časovom limite do 2 min., následne sa zanoriť na 20 sek., vynoriť sa najdlhšie na 10 sek. pobyt na hladine a ponor do hĺbky 3m. Posledný ponor je spojený s vynesением figuranta, alebo makety topiaceho sa o váhe 1,5 kg a jeho transport po hladine na vzdialenosť cca 50 m.
3. Preplávanie vzdialenosti 1000 m na hladine v kompletnom výstroji.
4. Vynesenie partnera zo strednej hĺbky pomocou kompenzátora vztľaku a jeho transport po hladine na vzdialenosť cca 50 m.
5. Doplávať pod hladinou na určené miesto bez použitia kompasu na vzdialenosť do 40 m.

6. Odčítať azimut zadaného cieľa vo vzdialenosti 50 m, v kompletnom výstroji sa zanoriť a pod vodou bez vynorenia doplávať k tomuto cieľu s toleranciou plus - mínus 2,5 m

7. Práca s lanom a viazanie uzlov pod vodou.

8. Premiestnenie, alebo vyzdvihnutie predmetu o hmotnosti 5-10 kg pomocou zdvíhacieho vaku.

9. Použitie máp pri výbere miesta pre potápanie, naplánovať ponor skupiny potápačov vzhľadom k ich schopnostiam.

10. Kompletné naplánovanie opakovaného ponoru skupiny potápačov vrátane plánu spotreby vzduchu, dekompresného postupu a plánu riešenia krízovej situácie.

11. Zorganizovanie záchranej akcie pri strate potápača.

12. Predvedenie resuscitácie.

13. Predvedenie poskytovania kyslíka v rámci prvej pomoci.

14. Vyriešenie zadaných dekompresných príkladov.

**Povinné disciplíny pod vodou / s výnimkou bodu 6./ musí uchádzač absolvovať v sprievode inštruktora s kvalifikáciou najmenej CMAS I\*\*.**

**Do udelenia kvalifikácie CMAS P\*\*\* musí uchádzač uskutočniť najmenej 60 ponorov vo voľnej vode, z toho najmenej 30 v náročnejších podmienkach. Za takéto podmienky sa považujú:**

- viditeľnosť menšia ako 2m

- prúd s rýchlosťou viac ako 0,25 m/s

- teplota vody pod 10° C

- hĺbka cez 30 m

**Vedomosti uchádzača je možné preveriť v priebehu výcviku, alebo pri záverečných skúškach písomne, alebo ústne. Výcvik vedie, hodnotenie vykonáva kvalifikačný stupeň Potápač CMAS P\*\*\* udeľuje inštruktora s kvalifikáciou najmenej CMAS I\*\*.**

**Kvalifikácia Potápač CMAS P\*\*\*, oprávnenie jeho držiteľa a podmienky vedúce k jej získaniu plne zodpovedajú požiadavkám.**

**Podmienky k dosiahnutiu inštruktorských kvalifikačných stupňov budú doplnené na požiadanie.**



## Vysvetlivky

CMAS – Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques - svetové združenie pre činnosti pod vodou

KPR – kardiopulmunálna resuscitácia – masáž srdca s umelým dýchaním.

BS – bezpečnostné smernice

VS – výcvikové smernice

TV ZPS – Technický Výbor Zväzu Potápačov Slovenska

ID karta – plastová karta s údajmi o držiteľovi kvalifikácie aj s jeho fotkou