

KURZ CMAS P*

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

VÝCVIKOVÉ SMĚRNICE

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

I. Obecná ustanovení

Tyto směrnice obsahují soubor pravidel bezpečného potápění.

Dodržování těchto směrnic se doporučuje všem účastníkům potápěčské činnosti (potápěčům). **Při výcviku - povinné**

1. Potápěči **dodržují omezující podmínky** platné pro získaný potápěčský kvalifikační stupeň.
2. Potápěči nechávají periodicky kontrolovat svůj zdravotní stav z hlediska způsobilosti k potápění; **platnost lékařské prohlídky je 1 rok.**
3. Potápěči se zásadně vyvarují potápění v případě, **jsou-li jejich fyzické a/nebo psychické schopnosti sníženy** nemocí, únavou, požitím alkoholu, drog či jinými okolnostmi.
4. Potápěči **nesmí být k potápění nuceni.**

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

I. Obecná ustanovení

5. Potápěči průběžně **udržují** své potápěčské dovednosti a fyzickou **kondici**.
6. Potápěči předcházejí potápěčským nehodám:
 - a) pravidelnou potápěčskou praxí
 - b) procvičováním řešení krizových situací
 - c) pečlivým plánováním ponorů
7. Potápěči podle svých možností **dbají o ochranu životního prostředí**

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

II. Výstroj

1. **Potápěčská výstroj musí být funkční a účelná z hlediska pro plánovaný ponor. Pro potápění na volné vodě jsou nezbytnými součástmi výstroje potápěčský nůž (případně jiný vhodný nástroj) a kompenzátor vztlaku, za kompenzátor vztlaku se nepovažuje suchý potápěčský oblek.**
2. **Výstroj musí být řádně upevněná, uspořádána a používána tak, aby nehrozilo nebezpečí jejího poškození a/nebo zachycení.**
3. **Kompenzátořem vztlaku nelze nahrazovat zvedací zařízení.**

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

II. Výstroj

4. Každý potápěč musí být vybaven:

- alternativním zdrojem dýchacího média, tzn. záložní plicní automatikou, záložním druhým stupněm plicní automatiky (oktopus) apod.,
- zařízením pro měření tlaku dýchacího média,
- přístroji pro určení hloubky a doby pobytu pod vodou nebo potápěčským počítačem

5. Potápěčská bóje se používá, pokud je to účelné

6. Při nižší horizontální viditelnosti pod vodou než 2 metry se používá spojovací úvazek

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

III. Organizace potápění

1. Potápěči jsou obeznámeni s potápěčskými signály
2. Před potápěním se potápěči seznámí:
 - a) s místními předpisy regulujícími potápěčskou činnost,
 - b) s přírodními podmínkami pro potápění,
 - c) se způsobem přivolání první pomoci a s umístěním barokomory
3. Potápěči se **potápějí v buddy týmech**, tzn. ve dvojicích (v případě nutnosti v trojicích), ve kterých předem podrobně **proberou plán ponoru, seznámí se navzájem s ovládním své výstroje a dohodnou se na vzájemné signalizaci**

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

III. Organizace potápění

4. Před zanořením provedou potápěči v buddy týmu partnerskou kontrolu (**buddy check**) zaměřenou na správnost a dostatečnost:
- a) otevření ventilů lahví,
 - b) tlaku v lahvích,
 - c) připojení plicích hadic kompenzátorů vztlaku a suchých obleků,
 - d) funkce hlavních (primárních) i záložních 2. stupňů plicních automatik,
 - e) umístění a upevnění zátěže.

BEZPEČNOSTNÍ SMĚRNICE

III. Organizace potápění

5. Při ponoru i na hladině potápěči mezi sebou udržují takovou vzdálenost, aby si byli schopni vzájemně pomoci v případě problému
6. Potápěči nepřekračují hloubku 40 metrů
7. Ponory se organizují tak, aby se při výstupu nemusela vykonávat stupňovitá dekomprese
8. Po ponoru se potápěči vyvarují (s ohledem na aktuální stav zbytkového dusíku):
 - a) zvýšené fyzické námahy,
 - b) dehydratace,
 - c) zvětšování nadmořské výšky svého pobytu nebo letu letadlem.

BS - IV. Akce většího rozsahu

- 1. Všichni účastníci potápěčské akce většího rozsahu musí být při jejím zahájení podrobně seznámeni s účelem a plánem akce, používanými signály a s plánem činnosti v případě mimořádné situace.**
- 2. Na potápěčských akcích většího rozsahu a náročnějšího charakteru, u kterých zároveň hrozí nebezpečí vzniku dekompresní nemoci, je vhodná přítomnost:**
 - a) zařízení pro poskytování kyslíku a obsluhy seznámené s jeho používáním,**
 - b) záložního dýchacího přístroje.**
- 3. Při potápěčských akcích většího rozsahu je vhodné vybrat z řad účastníků vedoucího potápěče, který organizuje činnost potápěčů pod vodou. Vedoucí potápěč musí být držitelem kvalifikace minimálně Potápěč CMAS P***.**

BS - V. Doprovodné plavidlo

1. Pro potápění ve větší vzdálenosti od břehu se doporučuje použití vhodného doprovodného plavidla.

2. Po dobu ponoru potápěčů musí na plavidle být vystavena dobře viditelná vlajka A (alfa) mezinárodního vlajkového kódu.



3. Na palubě doprovodného plavidla se musí nacházet **obsluha** potřebná k manipulaci s plavidlem a záložní dýchací přístroj.

4. Vyžaduje-li situace **použití motoru** k pohonu doprovodného plavidla během ponoru, je nutno plout tak, **aby nedošlo k ohrožení potápěčů** .

5. Malými čluny **není bezpečné vyplouvat** na moře a velké vodní plochy při stavu hladiny, způsobené větrem o síle **4 a více °Bf**.

BS - VI. Nouzové situace

1. Dojde-li pod vodou ke **ztrátě kontaktu** s partnerem (partnery), omezí potápěči vzájemné hledání na dobu přibližně **30 sekund** a vystoupit na hladinu za dodržení pravidel bezpečného výstupu.
2. V případě zdravotních **potíží po ponoru** je postiženému nutno poskytnout co nejrychleji **první pomoc**, podávat **kyslík**, pokud je to účelné a je k dispozici, zajistit odbornou zdravotnickou pomoc, **případně zajistit léčbu v dekompresní komoře**

CMAS P*

VÝCVIKOVÉ SMĚRNICE

Svaz potápěčů České republiky



VÝCVIKOVÉ SMĚRNICE SPČR 2006

Schváleno zemskými prezidii SPČR ke dni 25. 11. 2005.
Tyto směrnice nabývají účinnosti dnem 1. 1. 2006.
Tímto dnem zároveň pozbývají účinnosti všechny
předchozí Výcvikové směrnice SPČR.

Svaz potápěčů České republiky je členem
světové potápěčské federace CMAS



CMAS
CONFÉDÉRATION MONDIALE
DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES
WORLD UNDERWATER FEDERATION

VS - 1. ÚVOD.

1. Základní ustanovení.

- 1.1 Tyto směrnice platí pro potápěčský výcvik (dále jen výcvik) prováděný ve Svazu potápěčů České republiky (dále jen SPČR).
- 1.2 Poskytovatelem výcviku na určitý stupeň mohou být SPČR, jednotlivé zemské svazy, kluby registrované těmito zemskými svazy, instruktoři SPČR a právnické či fyzické osoby k výcviku oprávněné nebo pověřené příslušným zemským svazem.
- 1.4 Zájemce o účast ve výcviku musí předložit platné lékařské potvrzení své zdravotní způsobilosti k potápění.
- 1.7 Při výcviku musí být dodržována všechna ustanovení Bezpečnostních směrnic SPČR.

VS - 1. ÚVOD.

1. Základní ustanovení.

1.8(9) **Vědomosti a dovednosti** uchazečů o potápěčské kvalifikační stupně mohou být **posuzovány** buď v průběhu výcviku, nebo formou **závěrečných zkoušek**, písemně **a/nebo ústně**, avšak zásadně musí být splněny všechny požadavky na příslušný kvalifikační stupeň. Toto **posouzení** musí provést **instruktor**, který kvalifikační stupeň uchazeči **udělí**

1.10 **Udělení** kvalifikačního stupně **sestává**:

- z **vystavení** příslušné kvalifikační **karty** na jméno držitele kvalifikace;
- z **potvrzení** o udělení kvalifikačního stupně **do** potápěčského **průkazu** s nalepenou fotografií a řádně vyplněnými osobními údaji držitele kvalifikace

VS - 2. PRÁVA A POVINNOSTI.

• 2.1 Práva a povinnosti **Poskytovatele výcviku.**

Práva:

- 2.1.1 Kontrolovat, **zda** během výcviku **nedochází** či **nedošlo** k **porušování** **Bezpečnostních směrnic SPČR** nebo **Výcvikových směrnic SPČR.**
- 2.1.2 Kontrolovat, **zda** má výcvik požadovanou úroveň a **odvolat** z výcviku instruktora, který tuto podmínku **nesplňuje.**

Povinnosti:

- 2.1.3 **Materiálně, finančně a personálně zajistit bezpečnost, požadovanou úroveň a plynulost výcviku.**
- 2.1.4 **Odvolat** z vedení výcviku instruktora, který **vědomě porušil** **Bezpečnostní směrnice SPČR** nebo **Výcvikové směrnice SPČR**, **jakýmkoliv způsobem zneužil svého postavení** nebo **svým jednáním výcvik znevážil.**

VS - 2. PRÁVA A POVINNOSTI.

2.2 Práva a povinnosti instruktora.

Práva:

2.2.1 Vykázat z prostoru určeného pro výcvik osoby, které svým jednáním narušují průběh výcviku nebo ohrožují účastníky výcviku.

2.2.2 Organizovat sled výuky a praktických lekcí podle vlastního uvážení s přihlédnutím k daným materiálním a technickým možnostem i k fyzickým a psychickým možnostem účastníků výcviku.

POVINNOSTI INSTRUKTORA:

2.2.3 Přijímat do výcviku pouze uchazeče, kteří splňují podmínky předepsané pro účast ve výcviku.

2.2.4 Při zahájení výcviku seznámit účastníky výcviku (cvičence):

- s Bezpečnostními směnicemi SPČR,
- s právy a povinnostmi instruktora,
- s právy a povinnostmi jich samotných
- s obsahem a organizací kurzu

POVINNOSTI INSTRUKTORA:

2.2.5 Během výcviku:

- **dodržovat** bezpečnostní a výcvikové směrnice SPČR,
- **organizovat** sled výuky a praktických lekcí za dodržování základních pedagogických zásad,
- řádně **vysvětlit** i prakticky **předvést** každý nově nacvičovaný úkol a upozornit cvičence na možná nebezpečí,
- před každou praktickou lekcí **zkontrolovat** cvičencům výstroj a k plnění zadaných úkolů nepřipustit cvičence, jehož výstroj není úplná, vhodná a dostatečně funkční,
- **nepřipustit** k plnění úkolu cvičence, jehož současné vědomosti či schopnosti ke splnění takového úkolu nestačí,
- **odmítnout** potvrdit splnění takových úkonů a zkoušek, které cvičenec nezvládl, nedokončil nebo vůbec nevykonal..

POVINNOSTI INSTRUKTORA:

2.2.6 Přerušit výcvik, zjistí-li:

- že by jeho pokračování vedlo k porušení Bezpečnostních směrnic SPČR nebo Výcvikových směrnic SPČR,
- že fyzická zdatnost nebo psychická kondice cvičence nestačí ke zvládnutí cvičeného úkolu.

2.2.7 Seznámit cvičence se způsobem přivolání lékařské pomoci v případě zdravotního postižení.

2.2.8 V případě zdravotního postižení cvičence zajistit přivolání lékaře a do jeho příchodu pečovat o postiženého podle zásad první pomoci.

2.2.9 V případě nehody sepsat hlášení a zajistit jeho doručení příslušnému zemskému svazu.

VS - 2. PRÁVA A POVINNOSTI.

2.3 Práva a povinnosti účastníka výcviku (cvičence).

PRÁVA CVIČENCE

- 2.3.1 **Vyžádat** si nové vysvětlení v případě, že neporozuměl výkladu instruktora
- 2.3.2 **Odmítnout plnění** úkolu, který neodpovídá jeho současným vědomostem a dovednostem, zdravotnímu stavu nebo fyzické či psychické kondici
- 2.3.3 **Vyžádat** si výměnu výstroje, na které zjistil funkční závady

POVINNOSTI CVIČENCE.

- 2.3.4 Pozorně sledovat výklad instruktora a při výcviku provádět vždy jen takové úkony, které mu instruktor uloží.
- 2.3.5 Před vstupem do vody se důkladně přesvědčit, zda jeho potápěčská výstroj je úplná, vhodná a funkční
- 2.3.6 Na pokyn instruktora zopakovat zadání úkolu a nechat si zkontrolovat výstroj i správnost jejího ustrojení
- 1.4.7 Ohlásit ihned instruktorovi:
- jakékoli zdravotní potíže nebo problémy s fyzickou či psychickou kondicí
 - své zjištění, že při výcviku došlo či může dojít k porušení Bezpečnostních směrnic SPČR.

VS - 3. DEFINICE POJMŮ.

3.1 Vodní prostředí

- 3.1.1 Pod pojmy **malá, střední a velká hloubka** se rozumí ve stejném pořadí hloubky **do 10 m, 10 - 30 m a přes 30 m .**
- 3.1.2 **Chráněným vodním prostorem** se rozumí vodní prostor s malou hloubkou, v němž je možno neustále dozírat na cvičence a v případě nebezpečí okamžitě zasáhnout (např. bazén nebo mělká zátoka s dobrou viditelností).
- 3.1.3 **Volnou vodou** se rozumí takový vodní prostor, **který nelze považovat za chráněný**, má dostatečnou hloubku k řádnému procvičení předepsaných úkonů, a **po celou dobu ponoru umožňuje přímý výstup na hladinu**

VS - 3. DEFINICE POJMŮ.

3.2 Potápěčská výstroj

3.2.1 Základní potápěčskou výstrojí se rozumí potápěčská maska, dýchací trubice a ploutve.

Při výcviku, který zahrnuje potápění ve volné vodě, je základní potápěčskou výstroj nutno doplnit o potápěčský nůž a potápěčskou bóji (jeli to účelné).

3.2.2 Výstrojí pro výcvik v potápění s dýchacím přístrojem ve volné vodě na CMAS P* se kromě základní potápěčské výstroje rozumí:

- dýchací přístroj s alternativním zdrojem dýchacího média, tzn. záložní plicní automatikou nebo záložním 2. stupněm plicní automatiky (oktopus) a zařízením pro měření tlaku dýchacího média,
- kompenzátor vztlaku.

VS - 3. DEFINICE POJMŮ.

3.3 Potápěči

3.3.1 **Základní sestavou** pro potápění je dvojice (v případě nutnosti trojice) potápěčů (**buddy tým**).

3.3.2 **Před vstupem** do vody provedou členové buddy týmu partnerskou kontrolu (**buddy check**) zaměřenou na správnost a dostatečnost:

- otevření ventilů lahví,
- tlaku v lahvích,
- připojení plicích hadic kompenzátorů vztlaku a suchých obleků,
- funkce hlavních (primárních) i záložních 2. stupňů plicních automatik,
- umístění a upevnění zátěže.

VS - 3. DEFINICE POJMŮ.

3.4 Ponory

- 3.4.1 Pokud je k získání potápěčského kvalifikačního stupně předepsán určitý počet ponorů, započítávají se do něj ponory s dýchacím přístrojem ve volné vodě. **Ponorem se pro tyto účely rozumí pobyt pod vodou v trvání nejméně 15 minut, zaznamenaný do potápěčského deníku.**
- 3.4.2 **Za jeden den je pro výše uvedený účel možno započítat nejvýše tři ponory .**

VS - 4. POTÁPĚČSKÉ KVALIFIKAČNÍ STUPNĚ.

4.3. Potápěč CMAS P*

Charakteristika: Samostatný potápěč

Oprávnění:

- 1. Potápět se ve volné vodě s držiteli kvalifikací Potápěč CMAS P* a/nebo Potápěč CMAS P** do hloubky maximálně 20 m, v doprovodu osoby s kvalifikací vedoucího potápěče nebo instruktora i do hloubek přes 20 m.
- 2. Provádět ponory, které nevyžadují dekompresní zastávky.
- 3. Potápět se pouze za dobrých přírodních podmínek a s odpovídajícím zajištěním na povrchu.
- 4. Účastnit se vybraných specializačních kurzů.

VS - 4. POTÁPĚČSKÉ KVALIFIKAČNÍ STUPNĚ.

4.3. Potápěč CMAS P*

Vstupní požadavky:

- 1. Minimální věk 14 let.
- 2. Uplavat na hladině 200 m bez základní potápěčské výstroje nebo jiných pomůcek.
- 3. Udržet se 5 minut na hladině (šlapáním vody a/nebo splýváním).

4.3. Potápěč CMAS P* Požadavky

VĚDOMOSTI

- o vztahu objemu a tlaku a účinku na organismus a výstroj,
- o anatomii a fyziologii člověka a o jejich ovlivnění pobytem pod vodou,
- o příčinách, projevech a následcích nemocí a úrazů spojených s potápěním a o jejich prevenci,
- o účelu, funkci a vlastnostech potápěčské výstroje a o jejím správném používání,
- o pravidlech bezpečného potápění a o plánování ponorů,
- o používání potápěčských počítačů a dekompresních tabulek při jednoduchých i při opakovaných ponorech,
- o způsobech řešení krizových situací a o způsobech záchrany,
- o zásadách první pomoci včetně resuscitace a používání soupravy k poskytování kyslíku.

4.3. Potápěč CMAS P* Požadavky

DOVEDNOSTI

Uchazeč musí být schopen

- zkompletovat, používat a ošetřovat potápěčskou **výstroj**,
- řídit svůj **vztlak** a svou polohu ve vodě,
- vyrovnávat během ponoru **tlak v dutinách**,
- **bezpečně vstoupit do vody i vystoupit z vody**, bezpečně a efektivně se **pohybovat pod vodou i na hladině**,
- jednoduché **navigace** pod vodou,
- zúčastnit se ponoru jako **ukázněný člen potápěčské skupiny**,
- **zachránit se v krizových situacích a poskytnout základní pomoc partnerovi**

4.3. Potápěč CMAS P* Požadavky

POVINNÉ ÚKONY

Uchazeč musí SPRÁVNĚ PROVÉST

1. Přípravu, kompletaci a ustrojení potápěčské výstroje.
2. Partnerskou kontrolu před vstupem do vody (buddy check).
3. Používání signálů pod vodou i na hladině.
4. Vstup do vody skokem nebo pádem, uplavání nejméně 200 m na hladině za použití základní výstroje. Zanoření se základní výstrojí a vylovení lehkého předmětu z hloubky 3 - 5 m spojené s uplaváním celkové vzdálenosti 10 - 15 m pod vodou.
5. Vstup do vody a výstup z vody za různých podmínek (pláž, strmý břeh, člun apod.) nebo při simulaci těchto podmínek. Odložení zátěže a dýchacího přístroje na hladině.

4.3. Potápěč CMAS P* Požadavky

POVINNÉ ÚKONY

Uchazeč musí SPRÁVNĚ PROVÉST

6. Vyvážení na hladině i pod vodou pomocí kompenzátoru vztlaku a řízený výstup pomocí kompenzátoru vztlaku.
7. Vyjmutí a rozdýchání plicní automatiky pod vodou.
8. Uchopení ztracené plicní automatiky pod vodou.
9. Sejmutí, nasazení a vylití masky pod vodou, dýchání z plicní automatiky pod vodou bez masky po dobu 1 minuty.
10. Po simulaci nedostatku vzduchu zahájit s partnerem společné dýchání z jednoho přístroje a při této činnosti se vynořit.

4.3. Potápěč CMAS P* Požadavky

POVINNÉ ÚKONY

Uchazeč musí SPRÁVNĚ PROVÉST

11. Vynesení partnera pomocí kompenzátoru vztlaku a jeho tažení po hladině na vzdálenost 10 - 15 m (oba jsou ustrojeni v kompletní výstroji).
12. Odložení a nasazení zátěže pod vodou.
13. Uplavání nejméně 200 m na hladině v kompletní výstroji při dýchání pomocí dýchací trubice
14. Předvedení resuscitace.
15. Ošetření výstroje po ponoru

4.3. Potápěč CMAS P* Požadavky

- Úkony pod body 6. - 11. provede uchazeč ve volné vodě v malé hloubce. Tyto úkony musí být předem nacvičeny v chráněném vodním prostoru.
- Podmínkou udělení kvalifikace Potápěč CMAS P* je absolvování nejméně 5 ponorů s instruktorem ve volné vodě, z toho první nejméně 3 ponory do malých hloubek a další nejméně 2 ponory do hloubek 15 - 20 m.
- Výcvik vede, hodnocení provádí a kvalifikační stupeň Potápěč CMAS P* uděluje instruktor s kvalifikací nejméně Instruktor CMAS I**.

OTÁZKY

DISKUSE

PS: Před zahájením výcviku v bazénu bude provedeno přezkoušení z VS a BS t.j.20.3.