



SLOVENSKA POTAPLJAŠKA ZVEZA
za varno potapljanje

OPOMNIK INŠTRUKTURJU

ZA POTAPLJAŠKI TEČAJ



P 3

FOTO

PODATKI O TEČAJNIKU

ime in priimek:							
ulica:							
kraj:				poštna št.:			
rojstni podatki:				telefon doma:			
e-mail:				GSM:			
Št. CMAS P2 izk.:	SLOF00P2			št. SPZ izk.:			
Št. CMAS P3 izk.:	SLOF00P3			član SPZ od:			
število potopov:			od tega v P2:			globljih od 30 m	
specialnost reševalec:	datum:				inštruktor:		
specialnost nitroks:	datum:				inštruktor:		
voditelj čolna:	kraj in datum:					številka:	

specialnost DAN O2:

datum:

inštruktor:

IZJAVA O ZDRAVSTVENEM STANJU

Glede na ta vprašalnik, se bo Vaš inštruktor potapljanja odločil ali je potrebno, da pred potapljaškim tečajem opravite zdravniški pregled. Vsi podatki, ki jih boste navedli, so zaupni in na vpogled samo Vašemu inštruktorju in zdravniku.

Na naslednja vprašanja odgovorite z DA ali NE. Če niste prepričani, napišite DA.

.....Ali ste mogoče noseči?
.....Ali ste starejši od 45 let?

.....Ali redno jemljete zdravila (razen kontracepcije)?
.....Ali s težavo prehodite 1 km?

Ali ste kdaj imeli, oziroma ali veste da imate:

.....Astma ali napade težkega dihanja ob delu?
.....Pogoste ali resne alergične reakcije?
.....Pogoste bronhitise ali sinusitise?
.....Bolezen pljuč?
.....Pneumothorax (prosti zrak v prsni votlini)?
.....Operacijo na prsnem košu?
.....Klaustrofobijo (strah pred zaprtim prostorom)?
.....Pogoste migrene?
.....Sladkorno bolezen?
.....Visok krvni pritisk?
.....Težave s srcem?
.....Šum na srcu?
.....Srčni infarkt (srčno kap)?
.....Bolečine za prsnico?
.....Napade hitrega utripanja srca?
.....Nezavest ali izgubo spomina?
.....Bolezen gibanja (morsko bolezen)?
.....Resno prometno nesrečo?

.....Operacijo na ušesih ali sinusih?
.....Vnetja ušes?
.....Izgubo sluha?
.....Vrtoglavice?
.....Težave z ravnotežjem?
.....Težave z izenačevanjem pritiska v ušesih (letalo, hribi)
.....Epilepsijo (božjast)?
.....Pogoste bolečine v križu?
.....Operacijo na hrbtenici?
.....Hude krvavitve?
.....Težave s strjevanjem krvi?
.....Hernio (kilo)?
.....Rano na želodcu?
.....Operacijo na trebuhu?
.....Potapljaško nesrečo?
.....Dekompresijsko bolezen?
.....Odvisnost od alkohola?
.....Odvisnost od drog?

Zaradi svoje varnosti, s svojim podpisom potrjujem, da so zgoraj navedeni podatki resnični. Zavedam se, da navajanje napačnih podatkov ne škoduje samo meni, temveč tudi tistim, ki se bodo potapljali z menoj.

.....
datum

.....
podpis (staršev oz. skrbnika za mladoletne)

Izpolni inštruktor potapljanja:

Glede na priporočila Komisije za zdravstvo pri SPZ
in na gornjo Izjavo o zdravstveni stanju menim da

NI potrebno,

da kandidat opravi zdravniški pregled.

Glede na priporočila Komisije za zdravstvo pri SPZ
in na gornjo Izjavo o zdravstveni stanju menim da

JE potrebno,

da kandidat opravi zdravniški pregled.

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

REŠITVE TEORETIČNEGA DELA IZPITA

Teoretični izpit mora v glavnem obsegati ustmeno izpraševanje in pisno nalogo. Pismeni izpit je lahko le dopolnitev ustmenega izpita.

Pri vsaki nalogi je možen le eden pravilni odgovor. Obkrožite ali prekrižajte črko pri ustreznem odgovoru. Za uspešno opravljen izpit je treba pravilno odgovoriti najmanj na 36 vprašanj. Čas reševanja je 45 minut.

naloga

- 1) A B C D
- 2) A B C D
- 3) A B C D
- 4) A B C D
- 5) A B C D
- 6) A B C D
- 7) A B C D
- 8) A B C D
- 9) A B C D
- 10) A B C D
- 11) A B C D
- 12) A B C D
- 13) A B C D
- 14) A B C D
- 15) A B C D

naloga

- 16) A B C D
- 17) A B C D
- 18) A B C D
- 19) A B C D
- 20) A B C D
- 21) A B C D
- 22) A B C D
- 23) A B C D
- 24) A B C D
- 25) A B C D
- 26) A B C D
- 27) A B C D
- 28) A B C D
- 29) A B C D
- 30) A B C D

naloga

- 31) A B C D
- 32) A B C D
- 33) A B C D
- 34) A B C D
- 35) A B C D
- 36) A B C D
- 37) A B C D
- 38) A B C D
- 39) A B C D
- 40) A B C D
- 41) A B C D
- 42) A B C D
- 43) A B C D
- 44) A B C D
- 45) A B C D

.....
datum

.....
podpis

Izpolni inštruktor potapljanja:

.....
datum

Kandidat NI opravil pisni del tečaja.

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

Kandidat JE opravil ustni zagovor.

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

REZULTAT:	/45
-----------	-----

Kandidat JE opravil pisni del tečaja.

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

Kandidat JE opravil ustni del tečaja.

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

PREGLED OPRAVLJENIH PRAKTIČNIH VAJ

ABC oprema:

plavanje 200 m				
reševanje 6-7 m				
apnea od 12 do 15 m				
transport po površini 50 m				

SCUBA oprema

plavanje 800 m				
vstop s korakom z višine 2-3 m				
potapljanje brez maske				
snemanje in nameščanje opreme				
puščanje SCUBA na 12 -15 m				
snemanje in nameščanje uteži				
iskanje regulatorja za hrbtom				
dvig brez maske 20-25 m				
dihanje v paru na mestu				
dihanje v paru med plavanjem				
dihanje v paru brez maske				
dihanje v paru, reševalec je brez maske- dvig, 20 do 25 m				

dvig paničnega potapljača, 15 m				
dvig nezvestnega potapljača, 15m				
dvig potapljača, ki ne diha, 15 m				
umetno dihanje na vodni gladini (3 metode)				
dvig potapljača, ki ne diha (škarjast prijem, dvig s potiskanjem jeklenke)				
transport po površini 30 m				
prva pomoč - KPO				
šolski krog				
prosti dvig 15 do 20 m				
dvig z odvrženimi utežmi 15 m				
podvodna orientacija 200 m				
globinski potop 35-40 m				
potop v modro				
metode preiskovanja terena				
potop				

Izpitne vaje

apnea od 12 do 15 m	
reševanje v apnei, 6-7 m	
vstop s korakom 2-3 m	
dvig brez uteži 15 m	
prosti dvig 15 m	
dvig paničnega potapljača	

puščanje SCUBA na 12 m	
dihanje v paru med plavanjem	
dihanje v paru, reševalec je brez maske- dvig, 20 do 25 m	
šolski krog	
snemanje in nameščanje uteži	

podvodna orientacija 200 m	
transport po površini 50 m	
umetno dihanje na površini (3 metode)	
na obali: KPO in bočni položaj	

Kandidat JE opravil praktični del tečaja.

.....
datum

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

KANDIDAT JE OPRAVIL TEČAJ ZA CMAS POTAPLJAČA P3

.....
datum

.....
podpis in stampiljka inštruktorja

.....
ime in priimek delegata SPZ

.....
podpis in stampiljka delegata SPZ