



استانداردهای دوره غواص دو ستاره سال ۲۰۲۰



۱- اهداف برنامه آموزشی :

این برنامه آموزشی با هدف ادامه آموزش غواصی برای غواصان ۱ ستاره است و بر پایه مرور و تسلط دروس ۱ ستاره و همچنین آموزش مهارت های پیشرفته به صورت ایمن تا نهایتا عمق پیشنهادی ۳۰ متر می باشد.

۲- طبقه بندی:

این برنامه آموزشی به عنوان سطح دوم غواصی اسپورت طبقه بندی می شود

۳- الزامات مدرس و کمک مدرس :

- این دوره آموزشی می تواند توسط یک مدرس غواصی فعال و مورد تایید فدراسیون ملی با حداقل مدرک مدرسی دو ستاره آموزش داده شود
- مدرس غواصی می تواند از یک مدرس غواصی یک ستاره مورد تایید فدراسیون ملی برای کمک مدرسی استفاده کند

۴- ساختار و مدت زمان دوره :

کلاس های تئوری : حداقل ۸ ساعت

کلاس های تمرینی و عملی :

- حداقل ۱۶ ساعت که از این زمان حداقل ۱۴ ساعت تمرینات داخل آب انجام می شود

- حداقل ۱۲ غواصی در آبهای آزاد که حداقل زمان غواصی هر کدام ۲۰ دقیقه است

- تمام غواصی ها در طول روز انجام می شود

- تمام غواصی ها در آبهای آزاد با دسترسی مستقیم به سطح انجام می شود (غواصی در غار ها ، داخل اجسام غرق شده و در یخ مجاز نمی باشد)

- فدراسیون جهانی CMAS ساختار بندی کلاس را با توجه به تعداد کاندیدا ها ، سطح مهارت های آنها و محیط غواصی بر عهده مدرس غواصی می گذارد

۵- صلاحیت های غواص ۲ ستاره بعد از دریافت مدرک:

- غواص دو ستاره یک غواص مستقل است که تجربیات غواصی در آبهای آزاد را بدست آورده است و در صورت صلاح دید فدراسیون ملی مجاز به غواصی با یک غواص حداقل در رده آموزشی خود (غواص دو ستاره و یا هم رده در سیستم های دیگر) نهایتا تا عمق ۳۰ متر می باشد
- غواصی در محیطی که شرایطی برابر و یا بهتر از محیطی که آموزش دیده اند، وجود داشته باشد
- غواصی در زمانی که حتما یک پشتیبانی مناسب در سطح وجود داشته باشد

۶- پیش نیاز های لازم برای شرکت در دوره ۲ ستاره:

- حداقل ۱۵ سال سن با رضایت کتبی از والدین

- قبل از شرکت در هر گونه فعالیت آبی ، فرم پزشکی فدراسیون ملی را امضاء کند

- قبل از شرکت در هر گونه فعالیت آبی فرم فدراسیون ملی ، مربوط به خطرات احتمالی غواصی را امضاء کند

۷- تجربیات ، دانش و مدارک لازم در دوره ۲ ستاره :

- مدرک یک ستاره غواصی CMAS

- توانایی ۲۵۰ متر شنا و ۵ دقیقه شناوری

- حداقل ۲۰ غواصی ثبت شده در آبهای آزاد قبل از شروع دوره دو ستاره در لاگ بوک (۱۶ غواصی بعد از دوره یک ستاره در آبهای آزاد)

- فدراسیون جهانی CMAS به شدت توصیه می کند که غواصان دو ستاره در دوره مدیریت اکسیژن و CPR که مورد تایید فدراسیون ملی آن

کشور می باشد شرکت کنند و مدرک این دوره ها را دریافت کنند

- فدراسیون جهانی CMAS به شدت توصیه می کند که غواصان دو ستاره در دوره های تخصصی زیست شناسی شرکت کنند

۸- نسبت مدرس به کاندیدا:

مهارت ها	بیشترین کاندیدا مجاز	مدرس
تئوری	۱۲	۱
استخری	۶	۱
آبهای آزاد	۴	۱

۹- الزامات برای دریافت مدرک غواصی دو ستاره

- گذراندن امتحانات تئوری با موفقیت

- گذراندن کلیه کلاس های استخری مطابق با طرح درس ۲ ستاره با موفقیت

- گذراندن ۱۲ غواصی در آبهای آزاد ، حداقل ۳ غواصی عمیق در عمق ۲۰ تا ۳۰ متر (حداقل زمان غواصی هر دایو ۲۰ دقیقه)

۱۰- الزامات دانش تئوری

- سر فصل های الزامی

دو دوره دو ستاره غواصی کاندیدا باید:

- از تعهدات اداری و توصیه های فدراسیون جهانی و ملی برای یک غواص دو ستاره مطلع شود

- دانش مناسبی در ارتباط با دلایل ، علائم ، جلوگیری ، کمک های اولیه ، نحوه درمان و مدیریت مشکلات پزشکی مربوط به غواصی داشته

باشد

- دانش مناسبی در ارتباط با روش های نجات در غواصی داشته باشد

- دانش مناسبی در ارتباط با اهمیت استفاده از جداول غواصی و کامپیوتر های غواصی داشته باشد
- دانش مناسبی در ارتباط با تکنیک های مدیریت گاز داشته باشد
- دانش مناسبی در ارتباط با برنامه ریزی در غواصی داشته باشد
- دانش مناسبی در ارتباط با فعالیت های پیشرفته غواصی باشد (که برای این منظور می تواند در دوره های تخصصی تا زیر ۳۰ متر شرکت کند)

۱۱- الزامات مهارت های تمرینی و عملی:

مهارت های استخری :

کلیه مهارت های استخری دوره ۲ ستاره را با آرامش و تسلط کامل انجام دهد و کاندیداهایی که سطح توانایی آنها زیر استاندارد ارزیابی شده است باید تمرین های بیشتری انجام دهند تا این اطمینان حاصل شود که آمادگی انجام مهارت های دو ستاره و تمرینات پیشرفته تر را به صورت ایمن در آبهای آزاد دارند.

مهارت های آبهای آزاد :

- کلیه مهارت های آبهای آزاد ۲ ستاره و پیشرفته را تمرین کند تا بتواند به عنوان یک غواص مستقل تا عمق ۳۰ متر غواصی کند
- توانایی خود را در مهارت های آبهای آزاد که شامل جهت یابی زیر آب ، نجات در غواصی و مدیریت و برنامه ریزی در غواصی می باشد را در یک یا دو غواصی به مدرس خود اثبات کند

۱۲- ارزیابی:

- توانایی خود را در مهارت های آبهای محدود و آزاد به مدرس خود اثبات کند
- دانش پیشرفته تئوری خود را مطابق با طرح درس ۲ ستاره در قالب امتحان کتبی به مدرس خود اثبات کند

۱۳- صدور مدرک

بعد از اتمام موفقیت آمیز برنامه آموزشی، شرکت کننده کارت دو ستاره غواصی CMAS را دریافت می کند.