


Progetto Corso “OSL/1” “Operatore Subacqueo Livello 1 ”



*a cura dell'Istituto Nautico “G. Arezzo della Targia” di Siracusa
e del
Centro Sub Free Diving / Ente per la Formazione Didattica Subacquea*

Corso per la formazione del Subacqueo Avanzato
Con rilascio di Brevetto Open Water Diver ed Advanced Open Water Dive PADI



Le norme UNI : Negli ultimi anni le immersioni subacquee (diving) si sono trasformate da sport d'élite ad un'attività ricreativa praticata da un sempre maggior numero di persone. Per cercare di rendere ancora più sicura questa attività, l'UNI ha pubblicato la norma **UNI EN 14153** "Servizi per l'immersione ricreativa - Requisiti minimi di sicurezza richiesti per l'addestramento di subacquei ricreativi".

"Si stima che il 60% di tutti gli incidenti avvenga durante le prime 30 immersioni; ciò significa che una buona preparazione sia pratica che teorica potrebbe diminuire sensibilmente la percentuale di pericolo per i subacquei": ha dichiarato Ulrich van Laak del **DAN -Divers Alert Network** il quale ha inoltre aggiunto che *"le norme potrebbero sicuramente aiutare a ridurre il rischio di tali incidenti!"*.

La **UNI EN 14153** definisce in particolare:

- le competenze che deve avere un subacqueo per ottenere la certificazione come "**Subacqueo non autonomo e/o guidato**" (si immerge solo sotto la diretta sorveglianza di una guida subacquea, ad una profondità massima di 12 metri, effettua immersioni che non richiedano soste di decompressione in acqua e solo quando è disponibile un adeguato supporto in superficie);
- le competenze di un "**Subacqueo autonomo**" (si immerge sino ad una profondità massima di 20 metri con altri subacquei dello stesso livello, effettua immersioni che non richiedano soste di decompressione in acqua e solo quando è disponibile un adeguato supporto in superficie);
- le competenze di una "**Guida subacquea**" (conduce tutte le attività di diving ricreativo per le quali ha ricevuto un'adeguata preparazione, pianifica ed esegue procedure di emergenza appropriate per l'ambiente e le attività subacquee, può aiutare a controllare gli studenti e a migliorarne la sicurezza ma non può valutare o insegnare alcuna tecnica).

Spetta al centro di diving, accertarsi che gli allievi siano in possesso di tutti i prerequisiti necessari per poter partecipare (ad esempio la documentazione medica adeguata e, in caso di minore, che ci sia l'autorizzazione dei genitori o di chi ne ha la tutela legale, etc.). Agli allievi viene richiesta (sulla base del livello che vogliono conseguire) una adeguata conoscenza delle caratteristiche e dei **principi di funzionamento delle attrezzature** (maschera, pinne, muta, erogatore, fonti d'aria alternative, dispositivi di controllo dell'assetto, dispositivi di segnale di pericolo, etc.) dei **principi fisici** (suoni, luci, temperatura...), dell'utilizzo delle **tabelle di decompressione**, della **pianificazione di una immersione** (preparazione, procedure di emergenza, prevenzione/gestione degli incidenti, comunicazione sott'acqua e in superficie, etc.) delle tecniche di primo soccorso e dei problemi medici collegati alla pratica del diving (compresi quelli di tipo psicologico come stress mentale, panico, eccessiva sicurezza).

Tutte le attività subacquee effettuate in acque confinate (ad esempio piscine con profondità adeguata al tipo di attività) devono svolgersi sotto la diretta sorveglianza di un istruttore che dovrà trovarsi fisicamente in acqua con gli studenti durante ciascuna immersione. Per poter effettuare la **prima immersione** in acque aperte è indispensabile che l'allievo dia effettivamente prova di essere in grado (senza utilizzare maschera, pinne, erogatore, etc.) di coprire a nuoto una distanza di almeno 50 metri e di riuscire a restare a galla per 5 minuti (Livello 1) o 10 minuti (Livello 2).

La **sorveglianza** degli allievi è di esclusiva responsabilità dell'istruttore il quale può decidere di limitare il numero dei partecipanti nel caso le condizioni ambientali non siano ideali (per esempio in caso di scarsa visibilità sott'acqua) o anche di utilizzare strumenti addizionali per migliorare il livello di sicurezza (come ad esempio cime per la risalita, etc...)

Ai fini del rilascio della certificazione e a seconda del livello che si vuole conseguire, gli studenti devono superare un esame (che prevede anche prove orali) per dimostrare le abilità pratiche raggiunte e le conoscenze teoriche.

Per la parte teorica un **subacqueo non autonomo** dovrà essere ad esempio in grado di spiegare ad un istruttore la funzione dei principali componenti del sistema di erogazione e come assemblare o disassemblare tale sistema. Per quanto riguarda invece la pratica dovrà dimostrare come si prepara all'immersione, la preparazione delle attrezzature necessarie, la comunicazione in acqua, il controllo dei compagni etc. Per ottenere la certificazione gli allievi dovranno portare a termine con successo **almeno due immersioni in acque aperte** sotto la supervisione di un istruttore scuba (preparazione, controllo pre-immersione, entrata in acqua, procedure di discesa, attività subacquea, procedure di risalita, emersione, etc....).

Nel caso di un **subacqueo autonomo** oltre a spiegare la funzione dei principali componenti del sistema di erogazione, l'allievo dovrà riconoscere il sistema più adatto ad un determinato ambiente, identificare quando il sistema di erogazione necessita di un controllo e saperne valutare le funzionalità di base. Per quanto concerne la pratica, l'allievo dovrà essere in grado di pianificare e preparare un'immersione, effettuando una valutazione delle condizioni ambientali, considerando il consumo di aria, i metodi di entrata e di uscita dall'acqua, lo stato di preparazione personale (fisico e mentale) e dei propri compagni, la preparazione dell'attrezzatura necessaria, la gestione delle eventuali emergenze, dimostrando il controllo dell'assetto sott'acqua, etc. Per ottenere la certificazione gli allievi dovranno portare a termine con successo **almeno quattro immersioni in acque aperte**, della durata di 15 minuti ciascuna, alla presenza di un istruttore scuba (preparazione, controllo pre-immersione, entrata in acqua, procedure di discesa, attività subacquea, procedure di risalita, emersione, etc....).

Infine, per essere certificato come **Guida subacquea** l'allievo dovrà spiegare cosa si intende per circuito aperto scuba, circuito semichiuso e circuito chiuso, spiegare come funziona un sistema di erogazione a circuito aperto, descrivere i vari tipi di erogatori e i vantaggi /svantaggi di ciascuno, descrivere la differenza tra sistema di erogazione bilanciato e non bilanciato, etc.

Per quanto riguarda la pratica, il subacqueo dovrà dimostrare di essere in grado di pianificare e preparare un'immersione, il che comprende -tra le altre cose- la conduzione di una valutazione ambientale, la preparazione di un piano di emergenza, l'organizzazione di un briefing pre immersione, la selezione e preparazione di aiuti per la discesa e la risalita, etc.. Per diventare "Guida subacquea", l'allievo deve avere al proprio attivo **almeno 60 immersioni in acque aperte**, delle quali 40 devono essere state effettuate dopo il conseguimento del Livello 2. In ogni caso, per garantire il più alto livello possibile di preparazione, almeno 30 di queste immersioni devono essere effettuate in condizioni ambientali critiche. Ad esempio:

- scarsa visibilità (meno di due metri in orizzontale)
- presenza di correnti (più di 0,25 m/s)
- acque fredde (temperatura inferiore ai 10°C)

La nostra Scuola, essendo un Ente Autorizzato ad esercitare da PADI EUROPE, la quale utilizza le metodologie didattiche più diffuse in tutto il mondo, ed essendo esse conformi ai requisiti stabiliti dalle norme UNI, ha già ottenuto la certificazione.

La nostra scuola promuove l'attività subacquea per i giovani che frequentano le scuole superiori statali di tutti i vari indirizzi formativi, allo scopo di :

- poter sfruttare al meglio il tempo libero, inteso come momento di vita che favorisce la gioia dello stare insieme, la socializzazione, il rispetto per l'Altro, la solidarietà, la giustizia, l'autocontrollo per un'educazione integrale della persona;
- poter perseguire come propria linea programmatica prioritaria l'istanza educativa dello sport, promuovere cioè lo sport ponendo l'uomo in primo piano ed assumendo la persona quale oggetto essenziale nella prassi sportiva;
- improntare le attività sportive ad una visione dello sport come momento educativo-formativo, finalizzato a far crescere la persona nella sua integralità e come luogo di aggregazione, di gruppo, di ripresa del dialogo e di educazione;
- considerare caratteristiche fondamentali e pregnanti delle attività sportive la festa, il gioco ed il sorriso, rivalutando dunque l'espressione ludico e festosa dello sport;
- rivalorizzare la centralità della famiglia coinvolgendola nella partecipazione, costruzione, realizzazione e gestione dei progetti e delle attività sportive-educative;
- promuovere attività polivalenti e polisportive al fine di sviluppare tutti gli schemi motori di base e tutte le capacità motorie, per non incorrere nella specializzazione precoce, nonché per evitare la selettività;
- inserire e proporre iniziative per la scuola nel quadro delle innovazioni introdotte dal recente protocollo d'intesa tra il Ministero della Pubblica Istruzione i Progetti PON e POR;
- valorizzare la nuova funzione che l'educazione motoria e sportiva riveste nel complesso della programmazione didattica della scuola dell'autonomia, al fine di favorire la formazione di una personalità che abbia piena disponibilità di se stessa e cioè autonomia, iniziativa, equilibrio emotivo, sicurezza, senso di responsabilità, con l'esclusione di ogni fine estraneo per cui lo studente possa diventare oggetto o strumento;
- poter fare dello sport un mezzo di prevenzione del disagio giovanile e dell'emarginazione, offrendo una continuità tra attività sportiva, scolastica ed extra scolastica;
- promuovere e realizzare in ambito scolastico tutte quelle iniziative che mirano a diffondere lo sport per tutti, garantendo la possibilità di praticare attività motoria pre-sportiva e sportiva a tutti gli allievi;
- collaborare non solo con la scuola, ma anche con altre associazioni e agenzie educative presenti nel territorio.
- non sottovalutare che l'adozione di un sistema di certificazione dei percorsi formativi incentrato sulla modularità del curriculum e sull'adozione di piani di studio, anche individuali, che prevedano crediti formativi e capitalizzabili consentirà di integrare e di esplicitare gli apporti dell'attività per tutti alla crescita civile, umana e culturale degli studenti;

Obiettivi e requisiti

L'obiettivo del corso "Open Water Diver PADI" di primo livello, è quello di introdurre l'allievo nel mondo della subacquea, con un programma creato in base alla disponibilità dell'allievo ed alle condizioni meteorologiche. Permette di acquisire un brevetto di primo livello, riservato ai neofiti, per immersioni fino a 18 metri e dà tutte le nozioni necessarie per potersi immergere in sicurezza entro i limiti predefiniti.

Questo programma sarà il loro biglietto d'ingresso ad un nuovo stile di vita, un'intensa avventura con **PADI**, un'organizzazione subacquea internazionale che stabilisce gli standard di addestramento. Verranno insegnate le nozioni teoriche fondamentali e un istruttore seguirà tutte le immersioni. L'allievo apprenderà l'abilità ad immergersi e la conoscenza delle reazioni del corpo nell'ambiente subacqueo. Durante il corso, impareranno i fondamenti dell'immersione con l'autorespiratore, delle attrezzature subacquee e delle tecniche.

Come tutti i corsi **PADI** anche l'**Open Water Diver** è "basato sulle prestazioni", ciò significa che esistono specifici obiettivi che bisogna raggiungere in ognuna delle tre aree prima di essere brevettato. Nel corso **Open Water Diver**, questi obiettivi sono nozioni di base, semplici da apprendere e divertenti.

Il corso **PADI Open Water Diver** è fondato sul concetto dell'apprendimento basato sulle prestazioni. Questo significa che gli studenti progrediscono attraverso il corso dimostrando di aver raggiunto degli obiettivi di apprendimento misurabili: di conseguenza la struttura minima obbligatoria del corso può espandersi per adattarsi al conseguimento di questi obiettivi.

Il corso **Open Water Diver** insegna agli studenti subacquei le nozioni fondamentali nonché le tecniche di base per immergersi con un compagno senza avere bisogno della supervisione di personale qualificato. Permette, dopo il conseguimento del brevetto, la possibilità di effettuare immersioni guidate presso gli innumerevoli **Diving Center** dislocati in tutto il mondo e di pianificare, condurre e registrare immersioni in acque libere senza soste di decompressione.

Requisiti

Possono partecipare tutti coloro che siano in grado di nuotare anche ad un livello base. I requisiti richiesti sono:

- aver compiuto 15 anni all'inizio del corso **Open Water Diver** per una profondità massima di **18 m.**;
- disporre di un Certificato Medico di Idoneità all'Attività Subacquea con validità 12 mesi
- 2 foto formato tessera.

Non sono richieste altre capacità particolari.

Il brevetto

La PADI è una didattica internazionale, la più diffusa al mondo, e tutti i brevetti PADI sono riconosciuti ovunque.

I brevettati PADI Open Water Diver sono qualificati a:

Immergersi in coppia, senza supervisione, applicando le conoscenze e le tecniche apprese durante questo corso, entro i limiti del loro addestramento e della loro esperienza.

- Ottenere la ricarica delle bombole, l'attrezzatura ed altri servizi
- Pianificare, condurre e registrare immersioni in acque libere senza soste di decompressione (in curva di sicurezza), equipaggiati in modo adeguato, in coppia e nelle condizioni in cui sono stati addestrati o per cui hanno fatto esperienza.

- Continuare il proprio addestramento subacqueo con un'immersione di specialità (Adventure Dive), nel programma PADI Advanced Open Water Diver o nei corsi **PADI** di Specialità.

In detto corso, verranno fornite nozioni di base, per l'utilizzo di macchine fotografiche subacquee.

Comunque, l'obiettivo prefisso durante detto modulo consisterà nel :

- Riuscire ad immergersi con il sistema A.R.A. (Auto Respiratore ad Aria), in totale autonomia e sicurezza, nel rispetto del mondo subacqueo (Flora e Fauna Marina), conoscendo altresì le principali tecniche per le immersioni in apnea;
- Conoscere le tecniche primarie di intervento di primo e primo soccorso in caso di incidente nel mondo marino e soprattutto quello subacqueo;
- Conoscere le principali leggi fisiche applicate nel mondo della subacquea, nonché la conoscenza delle fisiopatologie in immersione;
- Conoscere tutte le tecniche principali per un'immersione sicura, ed in coppia, ovvero immersione con un compagno o di gruppo;
- Conoscere le tecniche per poter effettuare fotografie subacquee, grazie alla conoscenza delle giuste pellicole, flash ed apparati fotografici subacquei, al fine di ottenere i risultati ottimali;
- Conoscere, infine, le terminologie più generiche adottate nel mondo marino, ed i segnali internazionali più comuni adottati nel mondo subacqueo o "sotto il mare".

Operatore Subacqueo "LIVELLO 1"

Obiettivo del corso sarà principalmente quello della formazione di una figura tecnico – sportiva, il cui addestramento sarà improntato alla costituzione di una perfetta acquaticità, inizialmente a corpo libero, in seguito e soprattutto con le attrezzature, in grado di effettuare una immersione didattica – naturalistica e ricreativa in totale sicurezza.

Fondamentale sarà la conoscenza delle leggi fisiche e di alcuni aspetti dell'anatomia umana che sono essenziali per comprendere le modalità di comportamento dell'uomo in immersione e che costituiscono un importante documento di autodisciplina della guida sub e di autocoscienza dell'uomo e dei suoi limiti.

Enorme risalto verrà dato all'aspetto della sicurezza, per la quale amplissimo spazio dedicheremo, procedendo con costanza e forte impegno, che condivideremo con gli allievi tutti, analizzando i vari incidenti che potrebbero accadere o insorgere, e quindi, alla prevenzione ed eventualmente al soccorso da prestarsi.

La formazione dedicherà parte delle sessioni di teoria e pratica, alla conoscenza delle attrezzature subacquee nonché di semplici nozioni di meteorologia, cenni di immersioni in gruppo, nozioni sintetiche di biologia marina, elementi di flora e fauna marina, sicurezza in immersione.

I principali moduli di insegnamento che tratteremo sono :

- 1) principi di fisica;
- 2) cenni di anatomia e fisiologia;
- 3) sicurezza e soccorso;
- 4) conoscenza ed uso delle attrezzature subacquee e loro manutenzione;
- 5) legislazione e normativa vigente;
- 8) immersione subacquea

Il Programma

ARGOMENTO : Teoria di base.

Storia dell'immersione cenni storici, l'immersione in apnea e quella con autorespiratore ad aria, fisica dell'immersione : assetto positivo, negativo, neutro, come controllare l'assetto, il Gav, il sistema di zavorra, il volume polmonare, attrezzatura base, le pinne, la maschera, lo snorkel, variazioni di pressione in discesa, sistemi di compensazione degli spazi aerei del corpo e delle attrezzature, relazione fra volume e pressione di un gas, riduzione della pressione, compensazione degli spazi aerei in risalita, respirazione sott'acqua, relazione fra profondità e riserva d'aria, conduzione del calore in acqua, mute ed accessori per la protezione termica, movimento in acqua, assetto idrodinamico e movimento, le pinne, pianificazione dell'immersione, immersione in coppia, ambiente marino, temperatura, visibilità, correnti e composizione del fondo, cura di se stessi, controllo dei problemi in superficie, cura degli altri, soluzione dei problemi in immersione, affanno, aggrovigliamenti, erogatore in continua, esaurimento dell'aria, fisiopatologia dell'immersione, narcosi da azoto, malattia da decompressione, pianificatore ricreativo di immersione, tabelle di immersione, soste di sicurezza, decompressione di emergenza, considerazione sugli effetti dell'altitudine, volo dopo l'immersione, il computer subacqueo, l'attrezzatura ARA, la bombola, l'erogatore, il manometro, il profondimetro, gli accessori per l'immersione, mezzi di comunicazione subacquea e segnali.

ARGOMENTO : Esercizi di pratica base in piscina.

Montaggio, vestizione e regolazione dell'attrezzatura, uso del gav in superficie, respirare sott'acqua, recupero dell'erogatore, svuotamento erogatore, nuoto subacqueo, uso del manometro, uso della fonte d'aria alternativa, segnali manuali, risalite, controllo di sicurezza pre immersione, entrate in acqua fonda, svuotamento snorkel, scambio snorkel erogatore, discesa con cinque fasi, nuoto in superficie, togliere rimettere e svuotare la maschera in immersione, respirare senza la maschera, scollegamento della frusta di bassa pressione, gonfiaggio e sgonfiaggio gav a bocca in superficie, verifica della galleggiabilità, simulazione di esaurimento dell'aria, risalita con cinque fasi, rimozione zavorra in superficie, rimozione gruppo ara in superficie, assetto neutro, pivoting a bocca e con b.p., nuoto in assetto neutro, rimozione di un crampo, trasporto di un subacqueo stanco, esaurimento dell'aria, respirazione da erogatore in continua, respirazione in coppia stazionaria e in movimento per 15 metri, togliere e rimettere il gruppo ara al fondo, togliere e rimettere la zavorra al fondo,

ARGOMENTO : Esercizi di pratica base in mare.

Montaggio, vestizione e regolazione dell'attrezzatura, controllo pre immersione, entrata da riva, togliere e rimettere il sistema di zavorra e il gruppo ara in superficie, scambio snorkel erogatore, controllo dell'assetto, discesa controllata, nuoto in immersione con assetto neutro, rimozione di un crampo, trasporto di un

subacqueo stanco, controllo assetto con b.p., allagamento parziale e completo della maschera e svuotamento, recupero e svuotamento dell'erogatore, uso della fonte d'aria alternativa da fermi e in risalita, 50 metri di nuoto in superficie con bussola, discesa libera con riferimento, controllo dell'assetto, assetto neutro al fondo con gav a bocca, allagamento completo della maschera, risalita controllata di emergenza nuotando (CESA), respirazione in coppia da fermi e in risalita, discesa libera senza riferimento a 18 metri, controllo dell'assetto, assetto neutro in quota, navigazione subacquea di base con bussola .

ARGOMENTO : teoria avanzata

Navigazione subacquea : importanza della navigazione subacquea, orientamento, stima delle distanze in immersione (con metodo dei cicli di pinneggiata, tempo, pressione bombole, braccia, cima graduata), Navigazione naturale sott'acqua, osservazioni pre-immersioni, discese e navigazione naturale, riferimenti naturali (luci ed ombre, composizione del fondo, profilo del fondo, piante ed animali, rumore), utilizzo dei tracciati subacquei (andata e ritorno, quadrato, triangolo, rettangolo, circonferenza), virate di 90 gradi senza bussola.

Navigazione con la bussola, caratteristiche della bussola, parti fondamentali e nomenclatura, come tenere la bussola, nuotare con la bussola, impostazione della bussola, assetto e navigazione con bussola, tracciati e percorsi andata e ritorno, a triangolo, a quadrato, a rettangolo, a greca.

Immersione notturna : attrezzatura per l'immersione notturna, sistemi di illuminazione subacquea, caratteristiche fondamentali e tipi, altre fonti di illuminazione, uso e manutenzione, programmazione delle immersioni notturne, lo stress nelle notturne, sistema di coppia, spegnimento della luce, separazione dal compagno, perdita di orientamento, segnali subacquei, tecniche di immersione in notturna, notturne dalla riva e dalla barca (organizzazione), discese e risalite, comunicazione, navigazione in notturna.

Immersione profonda : definizione e limiti delle immersioni profonde, attrezzature personali (tipologie e caratteristiche), attrezzature speciali, stazioni di supporto in superficie, computer subacquei, kit pronto soccorso, tecniche di immersione profonda, contatto con il compagno, assetto neutro in profondità ed in quota di decompressione, discese e risalite con riferimento e senza riferimento, consumo dell'aria, controllo della scorta d'aria, tecniche anti sospensione, tappe di decompressione preventive e di emergenza, narcosi da azoto, malattia da decompressione.

Massima esecuzione dell'assetto: verifica pesata, microregolazione della galleggiabilità, posizionamento e distribuzione della zavorra, assetto idrodinamico, utilizzo ottimale del gav, controllo della respirazione.

ARGOMENTO : Esercizi di pratica avanzata in mare.

Navigazione: stima delle distanze con metodo dei cicli di pinneggiata, tempo, pressione bombole, braccia,

cima graduata, navigazione lungo una linea retta sott'acqua e ritorno usando riferimenti naturali, navigare sott'acqua lungo una linea retta con bussola e ritorno, tracciato bussola a quadrato, triangolo, rettangolo e greca.

Notturna :immersioni dalla riva, tecniche di entrata ed uscita, navigazione subacquea con bussola, percorsi subacquei in notturna, tecniche di discesa e risalita, rientro al punto di partenza.

Profonda: immersione fra i 21 e i 30 metri da terra e dalla barca, svolgimento di compiti a quota trenta metri (esercizi di calcolo, nodi etc.), controllo dei sintomi da narcosi da azoto, navigazione subacquea, risalita a quota di decompressione simulata a 5 metri con riferimento e senza riferimento.

ARGOMENTO : Teoria SALVATAGGIO IN MARE

L'auto-soccorso, il fattore stress dell'immersione, stress fisico, stress psicologico, fisiologia dello stress, riconoscere lo stress, controllo dello stress, pronto soccorso subacqueo, equipaggiamento di pronto soccorso, maschera tascabile, equipaggiamento ad ossigeno, priorità nelle azioni di pronto soccorso, valutazione con vittime inconse, trasporto in superficie di vittime inconsapevoli.

Programma Orientativo Open Water Diver PAdi 1° Livello

Addestramento in Acque Confinite

Il termine Acque Confinite si riferisce sia ad una piscina sia ad un luogo di acque libere che offra condizioni di limpidezza, calma e profondità simili a quelle di una piscina.

1. La profondità del luogo per le acque delimitate utilizzato per una particolare sessione deve permettere agli studenti di soddisfare tutti i requisiti di esecuzione elencati per detta sessione. Inizialmente, gli studenti necessitano di acqua sufficientemente bassa da toccare e dopo procedono in acqua sufficientemente fonda da non poter toccare.

Dopo una sessione in acque confinate, gli studenti devono uscire dall'acqua e rimuovere le loro attrezzature prima di iniziare qualsiasi attività di immersione di addestramento in acque libere.

Addestramento in Acque Libere

Il termine Acque Libere si riferisce a qualsiasi zona d'acqua considerevolmente più larga di una piscina che esponga gli studenti ad un ambiente simile a quello sperimentato dai subacquei ricreativi.

1. Sarà nostra discrezione scegliere un luogo di acque libere che rappresenti un appropriato ambiente di immersione mentre offra condizioni che contribuiscano a completare l'addestramento richiesto. Prenderemo in considerazione quanto segue:

- a. condizioni dell'acqua – inclusi movimento, temperatura, visibilità, profondità e vita acquatica
- b. livello di corso
- c. requisiti del corso
- d. numero degli assistenti brevettati, se utilizzati
- e. tipo di attrezzatura
- f. condizioni del tempo
- g. personale familiarità con il luogo

2. La profondità minima per la valutazione delle abilità in acque libere è di 5 metri.

In aggiunta:

- a. Pianificheremo immersioni in profondità che non eccederanno mai i limiti previsti dal brevetto che si andrà a conseguire (nel caso del brevetto Open Water Diver sarà 18 metri) .
- b. Non pianificate né conducete immersioni che eccedano i limiti del Pianificatore di Immersioni Ricreative od i limiti di non decompressione o dei limiti di non decompressione del computer dello studente (come specificato dalle istruzioni del fabbricante).

4. Per lo scopo dell'addestramento, un'immersione in acque libere è un'immersione durante la quale uno studente spende la maggior parte del tempo ad una profondità di almeno 5 metri e:

- a. respiri almeno 1400 litri di gas compresso.

OPPURE

- b. rimanga immerso per almeno 20 minuti.

5. Prima dell'addestramento pratico effettueremo:

- a. un briefing
- b. la preparazione all'immersione (montaggio dell'attrezzatura)
- c. un'entrata
- d. un'uscita
- e. un debriefing e lo smontaggio dell'attrezzatura.

6. Condurremo le immersioni di addestramento in acque libere solamente durante le ore diurne. Le ore diurne sono definite come il tempo che intercorre da un'ora dopo l'alba ad un'ora prima del tramonto.

7. Condurremo non più di due immersioni di addestramento in acque libere in un solo giorno. Quando condurremo la terza immersione di addestramento, la profondità massima per la seconda immersione non deve superare i 18 metri.

Requisiti dell'Attrezzatura

1. Durante tutte le immersioni di addestramento in acque libere, ogni studente, assistente brevettato ed istruttore devono avere:

- a. pinne, maschera e snorkel
- b. bombola di aria compressa con rubinetteria
- c. giubbotto di assetto (GAV) e dispositivo di gonfiaggio a bassa pressione
- d. erogatore e fonte d'aria alternativa
- e. manometro subacqueo (dispositivo di controllo)
- f. profondimetro (dispositivo di controllo)
- g. sistema di zavorra e zavorra (se necessario per l'assetto neutro)
- h. protezione termica adeguata per le locali condizioni di immersione

2. Durante tutte le immersioni di addestramento in acque libere, istruttori ed assistenti brevettati avranno in dotazione un dispositivo segnatempo, bussola, coltello/utensile subacqueo (eccetto dove proibito dalla legge o dai regolamenti locali) ed un dispositivo di segnalazione di emergenza (es. fischiello, razzo, ecc.).

3. Utilizzeremo un galleggiante di supporto con bandiera di immersione per segnalare la nostra presenza in mare..

ORARI per tutto l'addestramento:

- **Teoria** - Aula Didattica attrezzata di supporto visivo ben chiaro (TV – Computer – Diaproiettore), Fondamentale il supporto multimediale interattivo (vs. sede o ns. sede).
- **Pratica in Piscina** – l'impianto è la Piscina Olimpionica presso la Cittadella dello Sport di Siracusa ;
- **Pratica in Mare** – per i nostri corsi regolari in genere pratichiamo le immersioni la mattina o il primo pomeriggio, dalle splendide costa della nostra città, in particolare, all'interno del limite della Riserva Marina Protetta "Capo Murro di Porco", in quanto autorizzati.

Relazione Sintetica Finale

È il primo livello del percorso di formazione che porterà gli allievi ad immergersi autonomamente.

Durante il corso PADI Open Water Diver i nostri istruttori trasmetteranno le conoscenze di base.

Già dopo le prime immersioni in piscina e in acque libere, essi sentiranno che la voglia di immergersi aumenterà in modo esponenziale.

Sotto la supervisione di un professionista PADI si procederà a piccoli passi alla scoperta del mondo subacqueo.

Un mondo caratterizzato da leggi proprie, che affascineranno e coinvolgeranno immediatamente.

Dopo la conclusione del corso PADI Open Water Diver, tutti i neo brevettati, avranno la possibilità di accedere a vari corsi di specialità, per approfondire e perfezionare specifiche aree di immersione.

Descrizione Sintetica di alcuni Esercizi Base e Fondamentali che si effettueranno nella sezione “Pratica”

- Nuoto e Acquaticità ;
- Sostentamento ;
- Assemblaggio Attrezzatura ;
- Recupero Erogatore e Rimozione Erogatore;
- Svuotamento Erogatore;
- Svuotamento Parziale e Totale della Maschera ;
- Ingresso da Pontile ;
- Passeggiata del Subacqueo senza Maschera :
- Pivoting con gonfiaggio a bocca e Pivoting con gonfiaggio tramite VIS Hovering;
- Erogatore in continua ;
- Risalita normale e Risalita con utilizzo fonte d’aria alternativa;
- Risalita in coppia e Risalita controllata d’emergenza con pinneggiamento ;
- Eliminazione crampi ;
- Simulazione esaurimento d’aria;
- Rimozione e Riposizionamento zavorra e Sistemazione ARA ;
- Ingresso “Passo da Gigante”
- Ingresso da Barca
- Vestizione per “Scivolamento”;
- Trasporto del Sub esausto.

Programma Orientativo Corso Advanced Open Water Diver PAdi - 2° Livello

Addestramento in Acque Libere

Il termine Acque Libere si riferisce a qualsiasi zona d’acqua considerevolmente più larga di una piscina che esponga gli studenti ad un ambiente simile a quello sperimentato dai subacquei ricreativi.

1. Sarà nostra discrezione scegliere un luogo di acque libere che rappresenti un appropriato ambiente di immersione mentre offra condizioni che contribuiscano a completare l’addestramento. Anche per questo addestramento specifico, prenderemo e in considerazione quanto segue:

- a. condizioni dell’acqua – inclusi movimento, temperatura, visibilità, profondità e vita acquatica
- b. livello di corso
- c. requisiti del corso
- d. numero degli assistenti brevettati, se utilizzati
- e. tipo di attrezzatura
- f. condizioni del tempo
- g. personale familiarità con il luogo

2. Fondamentale come sempre eseguire le operazioni di seguito riportate

- a. Pianificheremo immersioni in profondità che non eccederanno mai i limiti previsti dal brevetto che si andrà a conseguire (nel caso del brevetto Advanced Open Water Diver sarà 30 metri) .
- b. Non pianificate né conducete immersioni che eccedano i limiti del Pianificatore di Immersioni ricreative od i limiti di non decompressione.

3. Per lo scopo dell’addestramento, un’immersione in acque libere è un’immersione durante la quale uno studente spende la maggior parte del tempo ad una profondità di almeno 5 metri e:

a. respiri almeno 1400 litri di gas compresso.

OPPURE

b. rimanga immerso per almeno 20 minuti.

4. Prima dell'addestramento pratico effettueremo:

a. un briefing

b. la preparazione all'immersione (montaggio dell'attrezzatura)

c. un'entrata

d. un'uscita

e. un debriefing e lo smontaggio dell'attrezzatura.

5. Condurremo le immersioni di addestramento in acque libere solamente durante le ore diurne. Le ore diurne sono definite come il tempo che intercorre da un'ora dopo l'alba ad un'ora prima del tramonto, ad eccezione dell'immersione specialistica prevista dal corso avanzato, denominata immersione notturna.

6. Le altre immersioni previste dal corso Advanced sono:

a. Immersione per il massimo controllo dell'assetto;

b. Immersione notturna (sopra citata);

c. Immersione Naturalistica;

d. Immersione Profonda;

e. Immersione da barca,

7. Condurremo non più di due immersioni di addestramento in acque libere in un solo giorno. Quando condurremo la terza immersione di addestramento, la profondità massima per la seconda immersione non deve superare i 18 metri.

Requisiti dell'Attrezzatura

1. Durante tutte le immersioni di addestramento in acque libere, ogni studente, assistente brevettato ed istruttore devono avere:

a. pinne, maschera e snorkel

b. bombola di aria compressa con rubinetteria

c. giubbotto di assetto (GAV) e dispositivo di gonfiaggio a bassa pressione

d. erogatore e fonte d'aria alternativa

e. manometro subacqueo (dispositivo di controllo)

f. profondimetro (dispositivo di controllo)

g. sistema di zavorra e zavorra (se necessario per l'assetto neutro)

h. protezione termica adeguata per le locali condizioni di immersione

2. Durante tutte le immersioni di addestramento in acque libere, istruttori ed assistenti brevettati avranno in dotazione un dispositivo segnatempo, bussola, coltello/utensile subacqueo (eccetto dove proibito dalla legge o dai regolamenti locali) ed un dispositivo di segnalazione di emergenza (es. fischiello, razzo, ecc.).

3. Utilizzeremo un galleggiante di supporto con bandiera di immersione per segnalare la nostra presenza in mare..

ORARI per tutto l'addestramento:

- **Teoria** - Aula Didattica attrezzata di supporto visivo ben chiaro (TV – Computer – Diaproiettore), Fondamentale il supporto multimediale interattivo.
- **Pratica in Piscina** – l'impianto è la Piscina Olimpionica presso la Cittadella dello Sport di Siracusa, o la Piscina all'interno del T.C. Match Ball di Siracusa – ;
- **Pratica in Mare** – per i nostri corsi regolari in genere pratichiamo le immersioni la mattina dalla splendida costa della nostra città. Per le immersioni avanzate sarà possibile effettuare immersioni da una barca attrezzata.

MODULO 1**Tecniche di immersione con ARA**

Attività Teoriche	18	Attività Pratiche	30	Tot. Ore Modulo 48
<u>OBIETTIVI:</u>	Fornire le nozioni in curva di sicurezza, immersioni profonde e notturne Specialistiche e di Base Corretto uso dell'attrezzatura subacquea e relativa manutenzione di sicurezza			
<u>CONTENUTI:</u>	Open Water Diver (Immersione fino a - 18 metri) Neutral Buoyancy (Assetto Neutro) Immersione Profonda (Fino a -30 metri) Immersione Notturna - Immersione da barca Emergenze Subacquee Immersione di coppia			
<u>METODOLOGIA ;</u>	Lezioni Frontali Studio di casi Simulazioni Esercitazioni in mare			
<u>MATERIALI DIDATTICI :</u>	Kit didattico contenente : Manuale dell'allievo a colori Videocassetta Tabella o Pianificatore dell'immersione Riproduzione Materiale Informativo Riviste del settore			
<u>STRUMENTI :</u>	Lavagna a Fogli Mobili Televisore e Videolettore Supporti Multimediali (Computer e Stampante) Attrezzatura individuale leggera (Muta - Maschera - Pinne - Snorkel - Calzari Guanti - Coltello - Torcia - Cintura e pesi) Attrezzatura Pesante - Sistema A.R.A. (Monobombola - Jacket - Sist. Octopus) Torce Subacquee			
DOCENTI :	Istruttori PADI - Tecnici Specializzati in Attrezzature Subacquee Docenti dell'istituto tecnico nautico di Siracusa			

Operatore Subacqueo Livello 1**Tabela Riepilogativa Moduli - Totale Ore**

N° Mod.	Descrizione Modulo	Ore Teoria	Ore Pratica Mare + Pisc	Stage	Vis. Didatt	Totali
1	A.R.A. Addestram con Attrezz	18	20	10		48
Totale Ore		18	20	10	0	48

Per informazioni ed iscrizioni inviare e-mail a:

presidenauticosr@virgilio.it o claudio.agati@istruzione.it

indicare telefono e e-mail .

Non telefonare, sarete contattati

Scheda di Iscrizione:

c. a. Prof. Agati

Nome Cognome

Indirizzo Città Società

Tel. Fax Cell.

E-mail Chiede di partecipare al corso modulo

Data di nascita: Luogo di nascita:

Titolo di studio: Occupazione

Data e firma del corsista.....

Informativa ai sensi dell'art. 13 D. Lgs n. 196/03: I suoi dati saranno trattati da I.T.N. "G.A. della Targia" esclusivamente per evadere la Sua richiesta di partecipare ai corsi prescelti. Tutti i dati richiesti sono indispensabili per il suddetto fine