

Krav til viden og færdigheder til CMAS 3-stjernet sportsdykkerbevis

Forudsætninger

1. Kursisten skal være fyldt 16 år ved kursets start
2. Kursisten skal have CMAS 2-stjernede dykkercertifikat eller PADI Advanced Open Water og PADI Rescue certifikater samt praktisk dykkererfaring svarende til hvad der kræves ved certificering til CMAS 2-stjernede dykkercertifikat – eller tilsvarende viden og færdigheder efter instruktørens vurdering
3. Kursisten skal have en af Dansk Sportsdykker Forbund godkendt lægeattest, der er mindre end 5 år gammel (3 år for kursister over 40 år)
4. Kursisten skal inden for det sidste år have deltaget i et førstehjælpskursus godkendt af Dansk Førstehjælpsråd

Viden

Dykkeren skal have en omfattende forståelse af:

- Dykkerfysik og -fysiologi, årsager til og symptomer på dykkerrelaterede skader og sygdomme, samt deres behandling.
- Førstehjælp ved dykkerskader og genoplivningsteknik.
- Problemer forbundet med dykning til dybder over 30 meter: beregning af luftforbrug og korrekt anvendelse af dekompensationstabeller
- Udvælgelse af dykkersteder, vurdering af dykkere og sammensætning af hold, samt planlægning af dyk for en gruppe af dykkere
- Principper og metoder anvendt ved undervandsnavigation
- De grundlæggende principper for godt sømandskab og håndtering af mindre fartøjer.
- Risici knyttet til flora og fauna, lokale forhold og vejrfænomener.
- Love og regler, der omfatter dykkere og dykning.

Dykkerens viden og forståelse af ovenstående områder testes ved en skriftlig multiple choice prøve udarbejdet af Teknisk Udvalg under Dansk Sportsdykke Forbund.

Færdigheder

Dykkeren skal være helt fortrolig med anvendelse af dykkerudstyr konfigureret til dykning med dekompensionsstop og dykning til dybder over 30 meter.

Dykkeren skal kunne anvende dekompensationstabeller til dykning med dekompensionsstop og skal være fortrolig med dekompensionsdykning.

Dykkeren skal kunne fungere som turløder og dykkerleder for en gruppe dykkere, der dykker fra hhv. kutter, gummibåd eller fra stranden.

Dykkeren skal kunne håndtere en nødsituation, både hvad angår iværksættelse af nødplan med tilkaldelse af ekstern hjælp, og førstehjælp og pleje af den forulykkede.

Dykkeren skal have erfaring fra mindst 50 dykninger i åbent vand. Mindst 20 af dykkene skal være i intervallet 25 – 35 meter.

Dykkerens færdigheder kan bedømmes løbende gennem kurset eller ved en egentlig prøveafleggelse ved kursets slutning. Uanset om instruktøren vælger den løbende vurdering eller en afsluttende prøve skal eleven have demonstreret følgende færdigheder i åbent vand:

- 1500 meter overfladesvømning med finner, maske og snorkel. Dragt kan anvendes, hvis den er neutralt afbalanceret.
- Neddykning til 10 meter med finner, maske og snorkel og ophentning af en tabt genstand. Dragt kan anvendes hvis den er neutralt afbalanceret.

- 100 meter hurtig svømning med finner, maske og snorkel umiddelbart efterfulgt af neddykning til 3 meter og bjergning af dukke, der vejer 1,5 kg under vandet. Dukken bjerges 50 meter.
- 1000 meters overfladesvømning med fuldt udstyr med ånding gennem snorkel.
- Ophentning af bevidstløs makker fra dybder mellem 10 og 30 meter efterfulgt af bjergning i overfladen og ombord eller ilandtagning af forulykkede og demonstration af genoplivningsteknik og organisering af ulykkesstedet.
- Undervandsnavigation med og uden kompas gennem et helt dyk.
- Håndtering af reb og knob under vand
- Håndtering af mindre dykkerbåd
- Lede og deltage i et dyk med tvungen dekompression for en gruppe dykkere. Dykket planlægges og planen følges.
- Anvendelse af søkort, tidevandstabeller og vejrmeldinger ved udvælgelse af dykkersteder og planlægning af dyk

---000---