

Федерация подводного спорта России



объявляет набор кандидатов на  
**Инструкторский Курс по подводной охоте «Учебка "А"»**

**Весенний призыв -  
16.04 - 29.04.2018**

Москва, РГУФКСИТ  
ул. Сиреневый бульвар д 2

**Всем, кто:**

- уверен в своих силах, опыте и знаниях,
- готов профессионально связать свою жизнь с подводной охотой,
- решил систематизировать свои знания и повысить уровень мастерства,
- ищет как повысить свою компетенцию и стать лидером в продажах подводного снаряжения,
- мечтает изменить свою жизнь к лучшему и освоить новую интересную профессию.

Срочно записаться на уникальный **Инструкторский Курс - «Учебка «А»»**.

Занятия проходят на базе Кафедры «**Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**» РГУФКСИТ.

Теория изучается в учебном классе специализации «**Подводный спорт и дайвинг**» (ауд. №44).

Практические занятия проходят в бассейне глубиной **6 м**.

Расписание занятий:

Ежедневно 9:00 - 17:00. (3 часа теория, 4 часа практика, 1 час обеденный перерыв)

Один выходной - воскресенье 22 апреля.

Зачисление на Курс производится по итогам вступительных испытаний и собеседования.

Вступительные испытания пройдут:

**16.04.2018, ауд. 44**

При себе иметь:

1. Паспорт.
2. Медицинскую справку с допуском к занятиям подводным плаванием.
3. Снаряжение для подводного плавания.
4. Документы удостоверяющие квалификацию подводника.
5. Сменную обувь и все необходимое для посещения бассейна.

*Для ускорения процесса анкетирования и собеседование рекомендуем произвести дистанционно: по интернету или телефону.*

## **Требования к кандидатам.**

- Возраст не менее 25 лет (при наличии высшего физкультурного или педагогического образования допускаются с 21 года);
- Образование не ниже среднего;
- Стаж подводной охоты не менее 5 лет. (По возможности подтвержденный протоколами соревнований по подводной охоте, рекомендацией из местного отделения ФПСР, ДОСААФ, спорткомитета города, области, республики или других региональных организаций занимающихся подводной деятельностью, а также рекомендация от сертифицированного инструктора по подводной охоте;)
- Физическая подготовка: плавание – уверенное владение одним из основных стилей плавания (вольный стиль, брас, на спине); ныряние – уверенный прорыв 25 метров (в ластах, без ласт); задержка дыхания - 1:30 статика, 1:00 динамика.

## **Программа курса:**

### **Этап 1. «Учимся учиться».**

Освоение «Образцовой» элементной базы курса подводного охотника.

Теория:

- физические и физиологические основы ныряния с задержкой дыхания;
- снаряжение для подводной охоты, алгоритмы правильной экипировки;
- причины возникновения нештатных и аварийных ситуаций, способы предотвращения;
- техника безопасности в подводной охоте;
- приемы и способы подводной охоты в различных условиях.
- гигиена и здоровье подводного охотника

Практика:

- алгоритм оптимальной огрузки для различных глубин;
- техника работы на поверхности в движении, в статике;
- вход в воду и движение под водой;
- базовая техника маневрирования на поверхности и под водой.
- «Протокол всплытия» - основной элемент безопасности;
- освоение режимов ныряния, работа с приборами. Самоконтроль;
- работа с подводным оружием различного типа, манёвры с оружием; безопасность;
- техника стрельбы из устойчивых положений;
- работа с ножом в штатных и экстремальных ситуациях.

### **Этап 2. «Учимся учить».**

Педагогические навыки в теории и практике.

Теория:

- педагогические приемы и методы обучения базовым навыкам подводного охотника.
- «элементная база» техники ныряния, плавания под водой, маневрирования и стрельбы.
- презентации теоретического материала;
- цифровые и наглядные показатели правильности выполнения упражнений;
- перечень упражнений для исправления наиболее распространенных ошибок учеников;
- техника безопасности при проведении учебных занятий;
- методические рекомендации к составлению тренировок;
- медицинское и правовое обеспечение процесса обучения;
- организация клубной и учебной работы на местах;

Практика

- демонстрация правильного выполнения упражнений, контроль выполнения упражнений;
- освоение упражнений для отработки практических навыков подводного охотника;
- изучение и отработка упражнений для исправления наиболее распространенных ошибок учеников;
- тренинг подачи команд и управления процессом обучения;
- тренинг по организации и проведению практических занятий по стрельбе;
- техника безопасности при проведении учебных занятий и учебных стрельб;
- тренинг оказания экстренной помощи при проведении учебных занятий;

### **Итоговый экзамен: 29.04.2018**

По результатам успешной сдачи итоговых экзаменов присваивается квалификация и выдается сертификат «Инструктор по подводной охоте - 1 степень» ФПСР.

### **Необходимое снаряжение, оборудование и оружие.**

Гидрокостюм охотничий – 1,5 - 3 мм (допустимо 5 мм),

Маска охотничья малообъемная, трубка, ласты охотничьи длинные.

Грузовой пояс. *(Груза выдаются на месте)*

Буй надувной, типа «торпедо» + плавающий буй-реп не менее 10 метров.

Нож подводного охотника.

Индивидуальный наручный прибор (компьютер) типа: Suunto D3, D4, D6i, Mares Apneist, Mares Nemo Exel, Cressi Sub DRAKE, Sargan Сталкер 100M.

Ружья: пневматические 50-70 см, арбалеты 75-90 см.

Сменная обувь и комплект для посещения бассейна.

Тетрадь или блокнот для записей. *(Ведение конспектов - обязательное условие обучения.*

*Качество ведения конспектов контролируется)*

Настоятельно рекомендуется иметь подводную фото- видео-камеру.

### **Стоимость курса:**

Учебная программа - 50000 руб.

Оформление сертификата - *(согласно информации ФПСР, <http://ruf.ru/1kontakti.aspx>)*

Дополнительные взносы и пр. -*(согласно информации ФПСР, <http://ruf.ru/1kontakti.aspx>)*

### **Курс ведет:**

Павел Антонов, инструктор-тренер ФПСР

**Заявки принимаются до: 22:00 14.04.2018**

**Антонов Павел Евгеньевич: +7 985 222 1314, [antonow@mail.ru](mailto:antonow@mail.ru)**