## **Федерация подводного спорта России**

## Школа подводной охоты «Сталкер»

## объявляет набор кандидатов на

**Инструкторский Курс по подводной охоте «Учебка А»**

**30.11 - 12.12.2015**

Москва, РГУФКМСиТ

ул. Сиреневый бульвар д 2

 Всем, кто:

* решил профессионально связать свою жизнь с подводной охотой
* систематизировать свои знания и повысить уровень мастерства

 Зачисление на Курс производится по итогам вступительных испытаний и собеседования. Вступительные испытания состоят из тестов и выполнения практических упражнений.

 Занятия проходят на базе РГУФКСМиТ. Теоретические занятия проходят в учебном классе специализации «**Подводный спорт**» Кафедры «**Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**» (ауд.№44). Практические занятия проходят в бассейне глубиной 6 м.

 Расписание занятий курса:

30 ноября - 12 декабря 2015 года. Ежедневно 9:00 - 18:00. (3 часа теория, 4 часа практика, 1 час обеденный перерыв)

Один выходной - воскресенье 06 декабря.

Вступительные испытания пройдут: Дата **30.11.2015**, Время **9:30.**

 Для прохождения вступительных испытаний кандидат должен 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 анкетирование и собеседование рекомендуем произвести дистанционно: по интернету или телефону.*

**Требования к кандидатам.**

Возраст не менее 25 лет (при наличии высшего физкультурного образования не менее 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;)

·      Сдача вступительных тестов: по плаванию – уверенное владение основными стилями плавания; по нырянию – уверенный проныр 25 метров (без ласт); по задержке дыхания - 2 мин статика, 1 мин динамика.

**Программа курса:**

**Этап 1. «Учимся правильно».**

Образцовое освоение элементной базы курса подводного о охотника.

Теория:

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

Практика:

* + алгоритм подбора оптимального количества грузов для различных глубин;
	+ техника работы на поверхности в движении, в статике;
	+ вход вводу 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:

- методы и способы обучения базовым навыкам подводного охотника.

* презентации теоретического материала;
* определение и изучение цифровых и наглядных показателей правильности выполнения упражнений;
* перечень упражнений для исправления наиболее распространенных ошибок учеников;
* техника безопасности при проведении учебных занятий;
* методические рекомендации к составлению тренировок;
* Медицинское обеспечение процесса обучения

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;
* техника безопасности при проведении учебных занятий;
* тренинг оказания экстренной помощи;

**Итоговый экзамен.** 12.12.2015

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

**Необходимое снаряжение, оборудование и оружие.**

Гидрокостюм охотничий – 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.

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)*

Рекомендуется иметь подводную фото- видео-камеру.

**Стоимость курса:**

Учебная программа - 57000 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 22.11.2015**

Елена Толмачева: +7 495 782 2555; +7 926 888 9445

e-mail: elena.stalker@gmail.com