



Podstawowy kurs nurkowania SSI Open Water Diver - kończący się egzaminem

Numer usługi 2025/08/12/11660/2935864

2 500,00 PLN brutto

2 500,00 PLN netto

96,15 PLN brutto/h

96,15 PLN netto/h

PRZEDSIĘBIORSTW

O HANDLOWO-

USŁUGOWE

"AQUAMANIA"

MAGDALENA

DĄBROWSKA

★★★★★ 4,9 / 5

1 307 ocen

📍 Olsztyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 26 h

📅 19.09.2025 do 05.10.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane do osób, które nie posiadają żadnych uprawnień nurkowych
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	5
Data zakończenia rekrutacji	18-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	26
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "Podstawowy kurs nurkowania SSI Open Water Diver" potwierdza przygotowanie uczestników do bezpiecznego nurkowania do 18 m wraz z partnerem

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą z zakresu nurkowania do głębokości 18 m	Opisuje zasady bezpieczeństwa podczas nurkowania do głębokości 18 m	Test teoretyczny
	Opisuje zasady dobierania sprzętu w zależności od warunków nurkowania	Test teoretyczny
	Opisuje zasady używania sprzętu do nurkowania i dbania o niego	Test teoretyczny
	Opisuje zasady fizyki i fizjologii wpływające na nurka podczas nurkowania	Test teoretyczny
	Opisuje rolę partnera nurkowego oraz zasady planowania nurkowania	Test teoretyczny
	Opisuje środowisko nurkowe i nasz wpływ na to środowisko	Test teoretyczny
	Opisuje schematy podejmowania decyzji oraz właściwe reakcje w trudnych sytuacjach	Test teoretyczny
Planuje nurkowanie i wykonuje je zgodnie z planem	Obsługuje komputer nurkowy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Korzysta z tabel do planowania nurkowania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje bezpieczne nurkowanie do głębokości 18 m z partnerem	Dobiera i składa sprzęt nurkowy przed nurkowaniem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przeprowadza kontrole bezpieczeństwa przed nurkowaniem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wybiera odpowiedni sposób wejścia do wody	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Oczyszcza z wody maskę oraz automat	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przeprowadza kontrolowane zanurzenie	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Utrzymuje pływalność neutralną podczas nurkowania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykorzystuje awaryjne sposoby wynurzenia wraz z partnerem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Odpowiednio reaguje na sytuacje awaryjne podczas nurkowania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje kontrolowane wynurzenie	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Demontuje sprzęt po nurkowaniu oraz dba o niego pomiędzy nurkowaniem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Pytanie 5. Czy dokument jest certyfikatem, dla którego wypracowano system walidacji i certyfikowania efektów uczenia się na poziomie międzynarodowym?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	PHU Aquamania Magdalena Dąbrowska
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	SSI International
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Nie

Program

Usługa skierowana do osób chcących rozpocząć swoją przygodę z nurkowaniem, niemających żadnego bądź bardzo małe doświadczenie nurkowe.

Zajęcia Teoretyczne - Pierwsza Sesja:

1. Twoje ciało i środowisko wodne

- Krótka historia prób wkroczenia przez człowieka do wodnego świata
- Oddziaływanie ciśnienia na powierzchni i pod wodą
- Ucisk: pierwsze efekty oddziaływania ciśnienia podczas zanurzania
- Techniki wyrównywania ciśnienia
- System Do Snorkelingu (Zestaw ABC)

WARSZTATY - Pierwsza Sesja:

1. Powietrze, którym oddychamy

- Ciśnienie atmosferyczne
- Używanie sprężonego powietrza
- Obliczanie ciśnienia

2. Twoje ciało i środowisko wodne

- Ciśnienie
- Zestaw do Snorkelingu
- Adaptacja do środowiska wodnego

Zajęcia Teoretyczne - Druga sesja:

1. Używanie Twojego sprzętu podtrzymującego życie pod wodą:

- Utrata ciepła w wodzie
- System Ochrony Termicznej
- Kształtowanie prawidłowych wzorców oddechowych
- System Dostarczania Powietrza
- System Przyrządów Informacyjnych
- Pływalność
- System Kontroli Pływalności
- Program Serwisowania Sprzętu
- System Akcesoriów
- Podstawowe zasady nurkowania ze sprzętem

WARSZTATY - Sesja Druga

1. Używanie Twojego sprzętu podtrzymującego życie pod wodą

- Sprzęt
- Pływalność
- Techniki oddechowe

2. Używanie butli nurkowych

- Materiały z jakich wykonane są butle
- Odczytywanie oznaczeń
- Ładowanie i utrzymanie butli nurkowych
- Butle do Nitrox'a

3. Podstawowe zasady nurkowania ze sprzętem

- Cztery zasady nurkowania ze sprzętem

Zajęcia Teoretyczne - Sesja Trzecia

1 Gazy oddechowe i ich wpływ na Twój organizm

- Urazy ciśnieniowe - Wprowadzenie
- Anatomia układów krążeniowego i oddechowego
- Wpływ ciśnienia podczas wynurzenia
- Urazy ciśnieniowe wynikające z nadmiernego rozprężenia gazu
- Choroba dekompresyjna
- Prawidłowe procedury wynurzenia
- Lot samolotem po nurkowaniu
- Narkoza azotowa
- Toksyczność tlenowa
- Podwyższona ilość dwutlenku węgla (hiperkapnia)
- Zatrucie tlenkiem węgla

WARSZTATY - Sesja Trzecia

1. Gazy oddechowe i ich wpływ na Twój organizm

- Oddychanie
- Urazy ciśnieniowe wynikające z nadmiernego rozprężenia gazu
- Urazy związane z gazem oddechowym

Zajęcia Teoretyczne - Sesja Czwarta

1. Rola partnera nurkowego i wykonywanie nurkowań

- Wartość partnera nurkowego
- Właściwe procedury planowania nurkowania z użyciem komputera nurkowego
- Omówienie przed nurkowaniem (Briefing)
- Prawidłowe procedury nurkowania z brzegu
- Prawidłowe procedury nurkowania z łodzi
- Wykonywanie nurkowania
- Wyliczanie zużycia powietrza i czasu na głębokości
- Zadbanie o sprzęt i zalogowanie nurkowania

WARSZTATY - Sesja Czwarta

1. Rola partnera nurkowego i wykonywanie nurkowań

- Planowanie nurkowania
- Przeprowadzenie nurkowania
- Rejestrowanie nurkowania w logbooku

2. Zrozumieć Twój komputer nurkowy

- Rodzaje komputerów nurkowych
- Korzystanie z komputera nurkowego
- Nurkowanie z komputerami

Zajęcia Teoretyczne - Sesja Piąta

1. Ocean i Twoje możliwości nurkowe

- Ocean
- Życie w morzach i oceanach
- Potencjalnie niebezpieczne zwierzęta morskie
- Środowisko słodkowodne
- Możliwości nurkowania

WARSZTATY - Sesja Piąta

1. Ocean i Twoje możliwości nurkowe

- Organizmy morskie
- Właściwe techniki nurkowania
- Interakcje z morskimi organizmami

Zajęcia Teoretyczne - Sesja Szósta

1. Twoje doświadczenia nurkowe

- Dbaj o siebie
- Unikanie paniki
- Właściwa reakcja w trudnych sytuacjach
- Schemat podejmowania decyzji

WARSZTATY - Sesja Szósta

1. Twoje doświadczenia nurkowe

- Radzenie sobie ze stresem
- Scenariusz stres w wodzie
- Kontynuacja Edukacji

2. Planowanie nurkowań z Tabelami Nurkowymi

- Tabela 1: Limity Bezdekompresyjne
- Tabela 2: Przerwy na powierzchni
- Tabela 3: Czas zalegania azotu
- Nurkowania powtórzeniowe i profil nurkowania

ZAJĘCIA PRAKTYCZNE NA BASENIE

Sesja szkoleniowa na basenie 1:

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Założenie oraz dopasowanie zestawu do Snorkelingu
- Ćwiczenia w wodzie
 - Ocena kondycji pływackiej
 - Wejście wy krokiem | Snorkeling
 - Pływalność oraz dopasowania systemu balastowego
 - Kontrola pływalności
 - Oczyszczanie maski i fajki
 - Kraul
 - Ustalenie pozytywnej pływalności na powierzchni
 - Techniki wyrównywania ciśnienia
 - Zanurzenie szczytykiem
 - Techniki pracy płetwą podczas snorkelingu | Pod wodą
 - Wynurzenie na powierzchnię
 - Wyjście z głębokiej wody
- Ćwiczenia po nurkowaniu
 - Dbanie o sprzęt

Sesja szkoleniowa na basenie 2:

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Ćwiczenia w wodzie
 - Kontrolowanie wejście z pozycji siedzącej
 - Kontrola pływalności
 - Oddychanie z automatu
 - Oczyszczanie automatu
 - Odzyskiwanie automatu
 - Oczyszczanie maski
 - Wyjście
- Ćwiczenia po nurkowaniu
 - Demontaż zestawu
 - Dbanie o sprzęt

Sesja szkoleniowa na basenie 3:

- Montaż zestawu
- Zakładanie sprzętu nurkowego
- Kontrola przed nurkowaniem
- Wejście wykrokiem
- Kontrolowane zanurzenie
- Zdjęcie i założenie maski
- Stacjonarne dzielenie się powietrzem
- Neutralna pływalność | Pozycja nurkowa
- Techniki pracy płetwą
- Kontrolowane wynurzenie
- Wyjście z głębokiej wody
- Demontaż zestawu
- Dbanie o sprzęt

Sesja szkoleniowa na basenie 4:

- Montaż zestawu
- Zakładanie sprzętu nurkowego
- Kontrola przed nurkowaniem
- Zdjęcie i założenie balastu | Na powierzchni
- Wejście wykrokiem
- Kontrolowane zanurzenie
- Zdjęcie i założenie balastu | Pod wodą
- Zdjęcie i założenie maski
- Neutralna pływalność | Pozycja nurkowa
- Wynurzenie dzieląc się powietrzem
- Kontrolowane wynurzenie
- Wyjście
- Demontaż zestawu
- Dbanie o sprzęt

Sesja szkoleniowa na basenie 5:

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Ćwiczenia w wodzie
 - Wejście do wody - Przewrót w tył
 - Kontrolowane zanurzenie
 - Demontaż i wymiana zestawu do nurkowania | Pod wodą
 - Zawieszenie w toni (hovering)
 - Pływanie bez maski
 - Wynurzenie awaryjne płynąc

- Demontaż i wymiana zestawu do nurkowania | Na powierzchni
- Wyjście
- Ćwiczenia po nurkowaniu
 - Demontaż zestawu
 - Dbanie o sprzęt
- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Ćwiczenia w wodzie
 - Odłączanie/podłączanie węża inflatora.
 - Oddychanie ze wzbudzonego automatu
 - Przystanek bezpieczeństwa
 - Wynurzenie awaryjne z dodatnią pływalnością
 - Wypuszczanie bojki sygnalizacyjnej DSMB. | Na powierzchni
 - Ćwiczenia ratownicze
- Ćwiczenia po nurkowaniu
 - Demontaż zestawu
 - Dbanie o sprzęt

Sesja szkoleniowa na basenie 6:

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu SCUBA
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Ćwiczenia w wodzie
 - Wejście
 - Odłączanie/podłączanie węża inflatora.
 - Oddychanie ze wzbudzonego automatu
 - Przystanek bezpieczeństwa
 - Wynurzenie awaryjne z dodatnią pływalnością
 - Wypuszczanie bojki sygnalizacyjnej DSMB. | Na powierzchni
 - Ćwiczenia ratownicze
 - Wyjście
- Ćwiczenia po nurkowaniu
 - Demontaż zestawu
 - Dbanie o sprzęt

Nurkowanie szkoleniowe na Wodach Otwartych nr 1

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu SCUBA
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Umiejętności w wodach otwartych
 - Kontrolowanie wejście z pozycji siedzącej
 - Kontrola pływalności | Pełny System Nurkowy
 - Kontrolowane zanurzenie
 - Neutralna pływalność | Pozycja nurkowa
 - Odzyskiwanie automatu
 - Oczyszczanie maski
 - Kontrolowane wynurzenie
 - Przystanek bezpieczeństwa
 - Wyjście

Nurkowanie szkoleniowe na Wodach Otwartych nr 2

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu

- Zakładanie sprzętu nurkowego
- Kontrola przed nurkowaniem
- Umiejętności w wodach otwartych
 - Wejście do wody
 - Kontrolowane zanurzenie
 - Neutralna pływalność | Pozycja nurkowa
 - Zdjęcie i założenie maski
 - Stacjonarne dzielenie się powietrzem
 - Kontrolowane wynurzenie
 - Przystanek bezpieczeństwa
 - Wymiana fajka/automat
 - Pływanie po powierzchni
 - Wyjście

Nurkowanie szkoleniowe na Wodach Otwartych nr 3

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu SCUBA
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Umiejętności w wodach otwartych
 - Wejście wy krokiem | SCUBA
 - Kontrolowane zanurzenie
 - Neutralna pływalność | Pozycja nurkowa
 - Zdjęcie i założenie maski
 - Wynurzenie dzieląc się powietrzem
 - Zdjęcie i założenie balastu | Na powierzchni
 - Wyjście

Nurkowanie szkoleniowe na Wodach Otwartych nr 4

- Ćwiczenia przed nurkowaniem
 - Montaż zestawu SCUBA
 - Zakładanie sprzętu nurkowego
 - Kontrola przed nurkowaniem
- Umiejętności w wodach otwartych
 - Wejście
 - Swobodne zanurzenie
 - Neutralna pływalność | Pozycja nurkowa
 - Kurs powrotny z kompasem
 - Kontrolowane wynurzenie
 - Przystanek bezpieczeństwa
 - Demontaż i wymiana zestawu do nurkowania | Na powierzchni
 - Wypuszczanie bojki sygnalizacyjnej DSMB. | Na powierzchni
 - Wyjście

Warunki organizacyjne do przeprowadzenia szkolenia:

Zajęcia teoretyczne odbywają się w siedzibie firmy, przy ul. Żeglarskiej 6, 10-160 Olsztyn w formie wykładów i warsztatów.

Zajęcia basenowe odbywają się na pływalni Aquasfera, przy aleja Marszałka Józefa Piłsudskiego 69b, 10-449 Olsztyn

Zajęcia na Wodach Otwartych odbywają się przy dzikiej plaży nad jeziorem Ukiel, przy ul. Bałtyckiej 103, 11-041 Olsztyn

Przerwy nie są wliczone do czasu szkolenia.

Liczba godzin szkoleniowych - 26 godzin dydaktycznych = 19 godzin 30 min

Zajęcia teoretyczne - 6 godzin dydaktycznych

Warsztaty - 3 godziny dydaktyczne

Zajęcia basenowe - 6 godzin dydaktycznych

Zajęcia praktyczne w jeziorze - 9 godzin dydaktycznych

Walidacja = 2 godziny dydaktyczne

Walidacja przeprowadzana jest dwu etapowo - sprawdzenie efektów szkolenia przeprowadza zawsze osoba która nie szkoliła danej grupy kursantów):

- Test wiedzy teoretycznej - przygotowany przez SSI International, sprawdzany przez naszego walidatora - wszyscy uczestnicy piszą jednocześnie
- Test umiejętności praktycznych - zakres ćwiczeń przygotowany przez SSI International - nurkowanie z naszym walidatorem, po czterech uczestników jednocześnie

Zajęcia teoretyczne: 12.08.2025; 19.08.2025; 26.08.2025

Zajęcia basenowe + warsztaty: 16.08.2025; 23.08.2025; 30.08.2025

Walidacja - teoria: 29.08.2025

Szkolenie Praktyczne - Część praktyczna jest ustalana indywidualnie z Uczestnikiem usługi i odbędzie się w okresie od 06.09.2025 do 07.09.2025 Szczegółowe godziny części praktycznej kursu dostępne będą u osoby nadzorującej usługę po stronie Dostawcy Usług.

Walidacja - praktyka - początek 07.09.2025; godzina 13:00 (45 min na uczestnika - po czterech kursantów w grupie)

+++++

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	96,15 PLN
Koszt osobogodziny netto	96,15 PLN
W tym koszt walidacji brutto	100,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	100,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto

250,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto

250,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Miłosz Dąbrowski

Instruktor nurkowania w czterech Międzynarodowych organizacjach nurkowych CMAS, PADI, SDI i SSI od 1997

Sternik motorowodny - 1997,

Ratownik wodny WOPR 1998

Biegły sądowy

Od 1997 organizuje wyjazdy nurkowe i szkoli nurków na całym Świecie

Przez ostatnie 5 lat wyszkolił ponad 200 nurków na różnych poziomach zaawansowania, a sprawdził wiedzę oraz umiejętności ponad 100 uczestnikom szkoleń nurkowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma dostęp do materiałów szkoleniowych w Aplikacji mySSI

Każdy uczestnik otrzymuje pełny zestaw sprzętu do nurkowania na czas szkolenia

Warunki uczestnictwa

- ukończony 10 rok życia,
- brak przeciwwskazań zdrowotnych - zaświadczenie lekarza,
- oświadczenie dotyczące ogólnego zwolnienia z odpowiedzialności i przyjęcie ryzyka (podpisujemy w dniu szkolenia), podstawowe umiejętności pływackie

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu. Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Adres

ul. Żeglarska 6
10-160 Olsztyn
woj. warmińsko-mazurskie

Zajęcia teoretyczne odbywają się w siedzibie firmy, przy ul. Żeglarskiej 6, 10-160 Olsztyn w formie wykładów i warsztatów

Zajęcia na Wodach Otwartych odbywają się przy dzikiej plaży nad jeziorem Ukiel, przy ul. Bałtyckiej 103, 11-041 Olsztyn w formie ćwiczeń

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Miłosz Dąbrowski

E-mail marta@aquadiver.pl

Telefon (+48) 608 450 707