



Szkolenie nurkowe dla początkujących OPEN WATER SCUBA DIVER.

Numer usługi 2026/03/19/48035/3421539

5 300,00 PLN brutto

5 300,00 PLN netto

165,63 PLN brutto/h

165,63 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

WIEŚLAWA
MACIEJEWSKA
Centrum Doradczo
Szkoleniowe

★★★★★ 5,0 / 5

1 057 ocen

📍 Piła

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 32:00 h

📅 11.05.2026 do 14.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Grupa docelowa kursu Open Water Scuba Diver to osoby, które chcą rozpocząć swoją przygodę z nurkowaniem, ale nie mają wcześniejszego doświadczenia w tym zakresie. Szkolenie jest skierowane do szerokiego kręgu osób, zarówno tych, które po prostu chcą spróbować nurkowania, jak i tych, które planują rozwinąć swoją pasję w nurkowaniu na poziomie rekreacyjnym.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

8

Data zakończenia rekrutacji

10-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

32

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie Open Water Scuba Diver jest pierwszym, certyfikującym kursem umożliwiającym bezpieczne nurkowanie w wodach otwartych przygotowanie uczestnika do bezpiecznego nurkowania z partnerem, bez bezpośredniego nadzoru

instruktora, w wodach o warunkach zbliżonych do tych, w których odbywało się szkolenie, do maksymalnej głębokości 18 metrów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik po odbyciu szkolenia : - posługuje się sprzętem nurkowym z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, - organizuje i planuje bezpieczne nurkowanie, - w sposób kontrolowany wynurza się i zanurza, bezpiecznie porusza się pod wodą, - nurkuje w zespole, utrzymuje komunikację z partnerem nurkowym, - przestrzega ustalonych procedur bezpieczeństwa, - rozumie zasady oddychania pod wodą i znaczenie kontrolowanego wynurzenia.	Uczestnik montuje i sprawdza sprzęt nurkowy, demonstruje jego prawidłowe użycie podczas nurkowania, planuje nurkowanie, uwzględnia warunki oraz zasady bezpieczeństwa, prawidłowo wykonuje manewry związane z prawidłowym zanurzeniem i wynurzeniem. Weryfikacja efektów uczenia się odbywa się w ramach egzaminu teoretycznego i praktycznego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://www.idf-global.com>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://www.idf-global.com>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

INTERNATIONAL DIVING FEDERATION Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością

Nazwa Podmiotu certyfikującego

INTERNATIONAL DIVING FEDERATION Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością

Program

Ramowy program usługi

OPEN WATER SCUBA DIVER

1. Historia Nurkowania.

2. Środowisko wodne: widoczność, światło, dźwięk, utrata ciepła, pływy, prądy, fale, rozkołysanie, obrażenia powodowane przez życie morskie.

3. Fizyka i fizjologia: pływalność, ciśnienie, prawo Boylea, przestrzeń powietrzna, oddychanie powietrzem pod zwiększonym ciśnieniem, choroba dekompresyjna, narkoza azotowa, toksyczność tlenowa, zatrucie tlenkiem węgla, mieszaniny gazów, hiperwentylacja.

4. Sprzęt nurkowy: maska, płetwy, fajka, skafandry mokre i suche, kompensator pływalności, automat oddechowy, butle, balast, podwodne przyrządy pomiarowe, wyposażenie dodatkowe.

5. Planowanie nurkowania: sprawność nurka i przemęczenie, znajomość nowych i lokalnych warunków nurkowych, procedury nurkowania z łodzi, system partnerski, pierwsza pomoc.

Ćwiczenia do wykonania i wymagania promocyjne.

Ocena umiejętności pływackich – przepłynięcie 200 metrów bez przerwy dowolnym stylem bez użycia fajki i maski, utrzymywanie się na powierzchni wody przez 10 minut.

Ćwiczenia nurkowe:

1. Montaż i demontaż sprzętu nurkowego, dobranie właściwego obciążenia, zrzuć balastu na powierzchni i na głębokości.

2. Sprawdzenie siebie i partnera przed nurkowaniem.

3. Opróżnienie maski częściowo i w całości na głębokości.

4. Oddychanie i pływanie bez maski pod wodą.

5. Użycie urządzenia kontroli pływalności (BCD).

6. Kontrola pływalności.

7. Użycie automatu oddechowego.

8. Pływanie pod wodą (prawidłowe użycie płetw).

9. Wejście i wyjście z wody.

10. Użycie fajki.

11. Użycie komputera.

12. Zużycie gazów.

13. Holowanie zmęczonego nurka.

14. Komunikacja podwodna.

15. Symulacja braku powietrza.

Aby pozytywnie zakończyć szkolenie uczestnik musi zademonstrować dojrzałe i rozsądne planowanie i wykonanie nurkowania, satysfakcjonująco wypełnić test egzaminacyjny IDF wykonać wszystkie wymagane manewry w wodach otwartych bezpiecznie i sprawnie.

Uczestnicy szkolenia składają oświadczenie o swoim stanie zdrowia, o braku przeciwwskazań do odbycia szkolenia.

Ilość godzin szkolenia: 32 godziny dydaktyczne (zegarowe), w harmonogramie każdego dnia szkoleniowego uwzględniono 2 przerwy 35 min. wliczane do czasu szkolenia.

Assistent Instruktor jest osobą wspomagającą Instruktora w zajęciach programowych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 20

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	11-05-2026	09:00	12:00	03:00
2 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	11-05-2026	12:00	12:35	00:35
3 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	11-05-2026	12:35	15:00	02:25
4 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	11-05-2026	15:00	15:35	00:35
5 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	11-05-2026	15:35	17:00	01:25
6 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	12-05-2026	09:00	12:00	03:00
7 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	12-05-2026	12:00	12:35	00:35
8 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	12-05-2026	12:35	15:00	02:25
9 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	12-05-2026	15:00	15:35	00:35
10 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	12-05-2026	15:35	17:00	01:25
11 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	13-05-2026	09:00	12:00	03:00
12 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	13-05-2026	12:00	12:35	00:35
13 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	13-05-2026	12:35	15:00	02:25

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	13-05-2026	15:00	15:35	00:35
15 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	13-05-2026	15:35	17:00	01:25
16 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	14-05-2026	09:00	12:00	03:00
17 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	14-05-2026	12:00	12:35	00:35
18 z 20 Zajęcia zgodnie z programem.	Radosław Maciejewski	14-05-2026	12:35	14:55	02:20
19 z 20 Przerwa.	Renata Maciejewska	14-05-2026	14:55	15:30	00:35
20 z 20 Walidacja usługi szkoleniowej.	-	14-05-2026	15:30	17:00	01:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 300,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	165,63 PLN
Koszt osobogodziny netto	165,63 PLN
W tym koszt walidacji brutto	1,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	1,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto

0,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto

0,00 PLN

Prowadzący

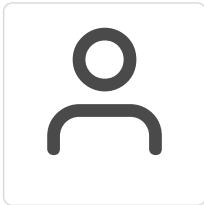
Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Radosław Maciejewski

Wielu wyszkolonych kursantów na różnych poziomach, od podstawowych kursów rekreacyjnych przez kursy techniczne do kursów zawodowych i specjalizacyjnych włącznie. średnie Posiadane uprawnienia instruktora: Open Water Scuba Diver Instructor; Advanced Buoyancy Instructor; Deep Diving Instructor; Dry Suit Diving Instructor; NIGHT-Limited Visibility Diving Instructor; Underwater Navigation Diving Instructor; Wreck Instructor; Underwater Video Instructor; Diver Propulsion Vehicle Instructor; Ice Diving Instructor; SDI Full Face Mask Instructor; Nitrox Instructor; Solo Diving Instructor; SDI Sidemount Instructor; Cave Instructor; Full Cave Instructor.



2 z 2

Renata Maciejewska

Assistent Instruktor. Posiadane uprawnienia: Open Water Scuba Diver, Advanced Buoyancy, DeepDiving, Dry Suit Diving, NIGHT-Limited Visibility Diving, Underwater Navigation Diving, Wreck, Underwater Video, Nitrox, Solo Diving, Cave.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzymuje materiały szkoleniowe w formie elektronicznej.

Informacje dodatkowe

W przypadku zmiany terminu lub godziny planowanych zajęć z powodu zmiany warunków i dostępności zaplecza, informacja zostanie przekazana Operatorowi.

Dojazdy na miejsce szkolenia nie są wliczane w cenę szkolenia.

Osoby mające potrzeby specjalne proszone są o wcześniejszy kontakt z organizatorem szkolenia.

Adres

ul. gen. Sikorskiego 33

64-920 Piła

woj. wielkopolskie

OTW Płotki k. Piły - Baza Nurkowa LONGIMANUS

Kontakt



WIESŁAWA MACIEJEWSKA

E-mail kancelaria.bef@wp.pl

Telefon (+48) 510 601 364