



Ratowniczy kurs nurkowania SSI Diver Stress & Rescue

Numer usługi 2026/06/08/43359/3611530

2 952,00 PLN brutto
2 400,00 PLN netto
113,54 PLN brutto/h
92,31 PLN netto/h
264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA AQUA

FLY Miłosz

Dąbrowski

★★★★★ 5,0 / 5

1 306 ocen

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe z praktyką indywidualną

🕒 26:00 h

📅 04.08.2026 do 28.08.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane do osób, które posiadają uprawnienia nurkowe, chcących poszerzyć swoją wiedzę oraz umiejętności w temacie ratownictwa nurkowego
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	03-08-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "Ratowniczy kurs nurkowania SSI Diver Stress & Rescue" przygotowuje uczestników do rozpoznawania stresu, zapobiegania wypadkom oraz radzenia sobie w sytuacjach awaryjnych, do których dochodzi podczas nurkowań rekreacyjnych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje pojęcie stresu	Opisuje czym jest stres	Wywiad swobodny
	Charakteryzuje reakcje na stres	Wywiad swobodny
	Omawia cykl stresowo-hiperwentylacyjny	Wywiad swobodny
	Opisuje przyczyny stresu fizyczne i psychiczne w nurkowaniu	Wywiad swobodny
	Wykrywa i opanowuje stres przed nurkowaniem u siebie i innych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykrywa i opanowuje stres podczas nurkowania u siebie i innych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Zarządza wypadkiem nurkowym	Organizuje zadania podczas akcji ratunkowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Ratuje ofiary incydentu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Organizuje poszukiwania zaginionego nurka	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Udziela pierwszej pomocy nieprzytomnemu nurkowi	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Udziela wsparcia potrzebującemu nurkowi	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie skierowane do osób, które posiadają uprawnienia nurkowe, chcących poszerzyć swoją wiedzę oraz umiejętności w temacie ratownictwa nurkowego

Sesje Teoretyczne

1. Stres

- Czym jest stres?
- Reakcja na stres
- Cykl stresowo-hiperwentylacyjny

2. Stres w nurkowaniu- przyczyny i zapobieganie:

- Przyczyny fizyczne
- Przyczyny psychiczne
- SSI Equipment Service Program
- Brak kontroli przyrządów pomiarowych
- Warunki środowiska
- Brak umiejętności i wyszkolenia
- Powtarzanie umiejętności

3. Wykrywanie i opanowanie stresu:

- Etap 1: Przed nurkowaniem
- Etap 2: Podczas nurkowania

4. Zarządzanie Wypadkiem:

- Ratowanie ofiary incydentu
- Udzielanie pierwszej pomocy

5. Umiejętności ratownicze:

- Zatrzymaj się-oddychaj-pomyśl-działaj
- Udzielenie wsparcia partnerowi
- Udzielanie pomocy nieprzytomnemu nurkowi

6. Czynniki utrudniające akcję ratunkową

Sesje praktyczne

1. Sesja Aktywnej Nauki | Rozpoznanie oraz radzenie sobie ze stresem

2. Sesje szkoleniowe na ograniczonym akwencie:

- Stres i autoratownictwo
- Asystowanie nurkowi zestresowanemu lub w panice
- Udzielanie pomocy nieprzytomnemu nurkowi

3. Nurkowania Szkoleniowe na Wodach Otwartych:

- Scenariusz ratunkowy 1 | Radzenie sobie ze stresem
- Scenariusz ratunkowy 2 | Asystowanie świadomemu nurkowi
- Scenariusz ratunkowy 3 | Udzielanie pomocy nieprzytomnemu nurkowi

Zajęcia odbywają się w siedzibie firmy przy ul. Olimpijskiej 11, 10-164 Olsztyn, na terenie Portu Bryza

Harmonogram usługi szkoleniowej zawiera przerwy, które nie liczą się do czasu szkolenia.

Liczba godzin teorii - 7 h

Liczba godzin praktyki - 16 h

Liczba godzin walidacji - 2 h

Harmonogram usługi szkoleniowej zawiera walidację, która jest wliczona w czas szkolenia.

Harmonogram usługi szkoleniowej zawiera przerwy, które nie są wliczone w czas szkolenia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Rejestracja uczestników, omówienie organizacji szkolenia	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	04-08-2026	09:00	09:15	00:15
2 z 13 Stres w nurkowaniu – definicja, rodzaje stresu, reakcje organizmu na stres	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	04-08-2026	09:15	10:15	01:00
3 z 13 -	Przerwa	-	04-08-2026	10:15	10:30	00:15
4 z 13 Cykl stresowo-hiperwentylacyjny oraz wpływ stresu na bezpieczeństwo nurkowania	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	04-08-2026	10:30	11:30	01:00
5 z 13 Przyczyny stresu w nurkowaniu – czynniki fizyczne, psychologiczne i środowiskowe	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	11-08-2026	10:00	11:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 13 Rozpoznawanie oznak stresu przed nurkowaniem i podczas nurkowania	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	11-08-2026	11:00	12:00	01:00
7 z 13 -	Przerwa	-	11-08-2026	12:00	12:15	00:15
8 z 13 Zapobieganie sytuacjom awaryjnym oraz ograniczanie ryzyka podczas nurkowań rekreacyjnych	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	11-08-2026	12:15	13:15	01:00
9 z 13 Zarządzanie wypadkiem nurkowym i organizacja akcji ratunkowej	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	18-08-2026	10:00	11:00	01:00
10 z 13 Umiejętności ratownicze oraz czynniki utrudniające prowadzenie akcji ratunkowej	Zajęcia	Marta Siergiej-Targońska	18-08-2026	11:00	12:00	01:00
11 z 13 -	Przerwa	-	18-08-2026	12:00	12:15	00:15
12 z 13 -	Walidacja	-	18-08-2026	12:15	13:15	01:00
13 z 13 -	Walidacja	-	28-08-2026	10:00	11:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	26:00
w tym suma godzin zajęć	07:15

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin walidacji	02:00
w tym suma przerw	00:45
w tym liczba godzin zajęć praktycznych indywidualnych	16:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	33:30

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 952,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	113,54 PLN
Koszt osobogodziny netto	92,31 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	26:00
w tym liczba godzin zajęć praktycznych indywidualnych	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marta Siergiej-Targońska

Instruktor/Trener

Instruktor nurkowania „PADI” MSDT – 2011 rok, Instruktor nurkowania „SSI” – 2016 rok, Instruktor nurkowania „SDI” - 2013 rok. Instruktor specjalizacji: Suchy skafander, Nawigacja, Głęboka, Nitrox, Wrakowa, Podlodowa, Nurkowanie ze skuterem, Nocne, Poszukiwanie i Wydobywanie, Doskonała Pływalność, Nurkowanie z łodzi, Nurkowanie w prądzie, Instruktor EFR 2011 rok - CPR/AED/Pierwsza pomoc

Wyższe

Przez ostatnie 5 lat wyszkoliłam ponad 150 nurków na różnych poziomach zaawansowania.

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.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom/-czkom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania

Adres

ul. Olimpijska 11

10-164 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie firmy przy ul. Olimpijskiej 11, 10-164 Olsztyn, na terenie Portu Bryza

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Marta Siergiej-Targońska

E-mail marta@aquadiver.pl

Telefon (+48) 608 450 707