

Asocijacija ronilačkih instruktora Srbije

Aleksandra Karalić

Siniša Karalić

Ivan Požar

**STANDARDI I USLOVI ZA OBUKU I
OBAVLJANJE RONJENJA ZA DECU**

NASTAVNI PLAN I PROGRAM

Beograd

2010

Izdavač:
Aleksandra Karalić

Štampa:
Aleksandra Karalić

Tiraž:
100

CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

797.26-053.2(083.97)

КАРАЛИЋ, Александра, 1964-

Standardi i uslovi za obuku i obavljanje
ronjenja za decu : nastavni plan i program /
Aleksandra Karalić, Siniša Karalić, Ivan
Požar. - Beograd : A. Karalić, 2010 (Beograd
: A. Karalić). - 23 str. ; 21 cm

Na vrhu nasl. str. : Asocijacija ronilačkih
instruktora Srbije. - Tiraž 100.

ISBN 978-86-906185-1-4

1. Каралић, Синиша, 1956- [аутор] 2. Пожар,
Иван, 1980- [аутор]

а) Рођење - Деца - Обука - Програми

COBISS.SR-ID 173932812

ISBN 978-86-906185-1-4

Copyright © autori - SVA PRAVA ZADRŽANA

Svako umnožavanje, kopiranje, preštampavanje, distribucija ili smeštanje na bilo kakav medij, u celini ili u delovima, podleže prethodnom odobrenju od strane autora prema odredbama Zakona o autorskim i srodnim pravima

SADRŽAJ

1. OPŠTE ODREDBE.....	- 1 -
1.1. <i>Uvod.....</i>	- 1 -
1.2. <i>Definicija ronjenja za decu.....</i>	- 2 -
1.3. <i>Kategorizacija ronjenja za decu.....</i>	- 2 -
1.3.1. <i>Ronilačke kategorije.....</i>	- 2 -
1.3.2. <i>Instruktorske kategorije.....</i>	- 3 -
1.4. <i>Opšti uslovi za sticanje kategorija ronjenja za decu.....</i>	- 3 -
1.4.1. <i>Ronilačke kategorije.....</i>	- 3 -
1.4.2. <i>Instruktorske kategorije.....</i>	- 4 -
1.5. <i>Standardi i uslovi kategorija ronjenja za decu.....</i>	- 4 -
1.5.1. <i>Ronilačke kategorije.....</i>	- 4 -
1.5.1.1. <i>Ronilac sa crvenom zvezdom.....</i>	- 4 -
1.5.1.2. <i>Ronilac sa narandžastom zvezdom.....</i>	- 5 -
1.5.1.3. <i>Ronilac sa žutom zvezdom.....</i>	- 5 -
1.5.1.4. <i>Ronilac sa zelenom zvezdom.....</i>	- 5 -
1.5.1.5. <i>Ronilac sa plavom zvezdom.....</i>	- 6 -
1.5.2. <i>Instruktorske kategorije.....</i>	- 6 -
1.5.2.1. <i>Asistent instruktora ronjenja za decu (AID).....</i>	- 6 -
1.5.2.2. <i>Instruktor ronjenja za decu (ID).....</i>	- 7 -
1.5.2.3. <i>Trener instruktora ronjenja za decu (TID).....</i>	- 7 -
1.6. <i>Uslovi za potvrđivanje kategorija ronjenja za decu.....</i>	- 8 -
1.6.1. <i>Ronilačke kategorije.....</i>	- 8 -
1.6.2. <i>Instruktorske kategorije.....</i>	- 8 -
1.7. <i>Obuka i specijalistički kursevi ronjenja za decu.....</i>	- 9 -
1.7.1. <i>Obuka za sticanje ronilačkih kategorija.....</i>	- 9 -
1.7.2. <i>Specijalistički kursevi.....</i>	- 9 -
1.8. <i>Organizacija obuke.....</i>	- 10 -
1.9. <i>Sadržaj obuke.....</i>	- 10 -
1.10. <i>Bezbednosni standardi ronjenja za decu.....</i>	- 10 -
2. PLAN OBUKE RONJENJA ZA DECU.....	- 12 -
2.1. <i>Ronilac sa crvenom zvezdom.....</i>	- 12 -
2.2. <i>Ronilac sa narandžastom zvezdom.....</i>	- 12 -
2.3. <i>Ronilac sa žutom zvezdom.....</i>	- 12 -
2.4. <i>Ronilac sa zelenom zvezdom.....</i>	- 12 -
2.5. <i>Ronilac sa plavom zvezdom.....</i>	- 13 -

3. PROGRAM OBUKE RONJENJA ZA DECU..... - 13 -

3.1. *Ronilac sa crvenom zvezdom* - 13 -

 3.1.1. Teorija - 13 -

 3.1.2. Praksa - 14 -

3.2. *Ronilac sa narandžastom zvezdom* - 15 -

 3.2.1. Teorija - 15 -

 3.2.2. Praksa - 16 -

3.3. *Ronilac sa žutom zvezdom* - 17 -

 3.3.1. Teorija - 17 -

 3.3.2. Praksa - 18 -

3.4. *Ronilac sa zelenom zvezdom*..... - 18 -

 3.4.1. Teorija - 18 -

 3.4.2. Praksa - 19 -

3.5. *Ronilac sa plavom zvezdom* - 19 -

 3.5.1. Teorija - 19 -

 3.5.2. Praksa - 20 -

4. DODACI..... - 21 -

4.1. *Dokumentacija i formulari ronjenja za decu*..... - 21 -

 4.1.1. Ronilačka knjižica - 21 -

 4.1.2. Dnevnik obuke - 22 -

 4.1.3. Dnevnik ronjenja - 22 -

 4.1.4. Saglasnost i odgovornost roditelja/staratelja - 22 -

5. LITERATURA..... - 23 -

1. OPŠTE ODREDBE

1.1. UVOD

Program predviđa učenje dece uzrasta od 8 do 14 godina osnovnim veštinama ronjenja na dah, kao i ronjenja sa autonomnom ronilačkom opremom. Obuka omogućava deci siguran boravak u vodi, preventivu incidenata u ronjenju, sticanje znanja i razumevanja grupe pravila koja se nameću, kao i fizičkim zakonitostima koje vladaju u vodenoj sredini, o reakciji sopstvenog organizma u vodi, razvijanju brige i sticanju poverenja u druge osobe, poštovanju, kao i o očuvanju i opasnostima flore i faune u datom okruženju.

U zavisnosti od godina starosti, iskustva, teorijske i praktične aktivnosti dece, program predviđa pet kategorija (nivoa) obuke. Program se ostvaruje kontinuiranom obukom u godišnjim ciklusima. Nadovezivanje ciklusa povećava efikasnost obuke. Kontinuiranom obukom deca stižu fizičku prilagođenost boravka u vodenoj sredini, uspostavljaju ravnotežu i stabilnost u skoro bestežinskom stanju, usvajaju specifičan način kretanja i disanja u vodi.

Ovaj plan i program izrađen je na osnovu literature zasnovane na fizičkom, antropomotoričkom, psihološkom i kognitivnom razvoju i sposobnostima kod deteta. Takođe su korišćeni programi drugih ronilačkih asocijacija, kao i lična iskustva autora u višegodišnjem radu na obuci ronjenja za decu. Međutim, iako ovaj program služi za obuku najmlađe populacije, sam za sebe ne daje nikakve zaokružene stručne kvalifikacije, već predstavlja samo osnovu za dalje ronilačko usavršavanje, kao i proširivanje opšteg obrazovanja omladine. Program je podložan dopunama i promenama.

1.2. DEFINICIJA RONJENJA ZA DECU

Ronjenje za decu je ronjenje dece uzrasta od 8 do 14 godina uz pratnju vođe ronjenja za decu u zatvorenoj ili otvorenoj vodi do maksimalne dubine od 10 metara u zavisnosti od stečene kategorije.

Vođa ronjenja za decu može biti Asistent instruktora ronjenja za decu, Instruktor ronjenja za decu ili Trener instruktora ronjenja za decu.

Ronjenje za decu u zatvorenoj vodi se izvodi u bazenu, a u otvorenoj vodi u moru, uz poštovanje odgovarajućih bezbednosnih standarda.

Obuka omogućava deci sticanje znanja i razumevanja grupe pravila koja se nameću u vodenoj sredini, o reakciji sopstvenog organizma u vodi, fizičkim zakonitostima koje vladaju u vodenoj sredini, razvijanju brige i sticanju poverenja u druge osobe, poštovanju, kao i o očuvanju i opasnostima flore i faune na i u vodi.

Tokom obuke, deca stiču fizičku prilagođenost boravka u vodenoj sredini, uspostavljaju ravnotežu i stabilnost u skoro bestežinskom stanju (korišćenjem promene zapremine pluća i promene zapremine BCD-a), usvajaju specifičan način kretanja (korišćenjem nogu/peraja kao osnovnog pogona) i disanja (iz veštačkog izvora vazduha) u vodi.

1.3. KATEGORIZACIJA RONJENJA ZA DECU

1.3.1. Ronilačke kategorije

U zavisnosti od godina starosti, iskustva, teorijske i praktične obučenosti i ronilačke aktivnosti, kategorije ronjenja za decu su sledeće:

- Ronilac sa crvenom zvezdom
- Ronilac sa narandžastom zvezdom

- Ronilac sa žutom zvezdom
- Ronilac sa zelenom zvezdom
- Ronilac sa plavom zvezdom

Podaci o stečenoj kategoriji unose se u ronilačku knjižicu za decu (karnet ronjenja za decu), a mogu se potvrditi karticom i diplomom.

1.3.2. Instruktorske kategorije

U zavisnosti od ronilačke kategorije, iskustva, teorijske i praktične obučenosti i ronilačke aktivnosti, kategorije instruktora ronjenja za decu su sledeće:

- Asistent instruktora ronjenja za decu (AID)
- Instruktor ronjenja za decu (ID)
- Trener instruktora ronjenja za decu (TID)

Podaci o stečenom zvanju unose se u ronilačku knjižicu (karnet) u vidu specijalizacije, a mogu se potvrditi diplomom.

1.4. OPŠTI USLOVI ZA STICANJE KATEGORIJA RONJENJA ZA DECU

1.4.1. Ronilačke kategorije

Da bi se steklo zvanje bilo koje kategorije iz tačke 1.3.1. ovog plana i programa, potrebno je da budu ispunjeni sledeći uslovi:

- minimalna starost 8 godina, a maksimalna 14 godina
- započinjanje obuke programom za Ronioca sa crvenom zvezdom, bez obzira na uzrast
- sposobnost plivanja bez opreme u dužini od najmanje 25 metara
- dobrovoljno opredeljenje za bavljenje podvodnim aktivnostima (uz pismenu saglasnost roditelja/staratelja)
- posedovanje medicinske potvrde za bavljenje podvodnim aktivnostima izdate od strane lekara specijaliste hiperbarične i podvodne medicine. Lekarski pregled se obavlja svakih 6

meseci, izuzev kada lekar koji vrši pregled ne smatra drugačije.

- članstvo u klubu čija je osnovna delatnost bavljenje podvodnim aktivnostima
- ispunjavanje specifičnih uslova predviđenih za svaku kategoriju

1.4.2. Instruktorske kategorije

Da bi se steklo zvanje bilo koje kategorije iz tačke 1.3.2. ovog plana i programa, potrebno je da budu ispunjeni sledeći uslovi:

- posedovanje važeće medicinske potvrde za bavljenje podvodnim aktivnostima izdate od strane lekara specijaliste hiperbarične i podvodne medicine
- članstvo u klubu čija je osnovna delatnost bavljenje podvodnim aktivnostima
- ispunjavanje specifičnih uslova predviđenih za svaku kategoriju

1.5. STANDARDI I USLOVI KATEGORIJA RONJENJA ZA DECU

1.5.1. Ronilačke kategorije

1.5.1.1. Ronilac sa crvenom zvezdom

Osposobljen je da uz nadzor Asistenta instruktora ronjenja za decu, Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu roni na dah u zatvorenoj vodi do dubine od tri metra.

- Specifični uslovi za sticanje kategorije
 - minimalna starost 8 godina ili više
- Sadržaj ispita za sticanje kategorije
 - pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično i teoretsko iskustvo

1.5.1.2. Ronilac sa narandžastom zvezdom

Osposobljen je da uz nadzor Asistenta instruktora ronjenja za decu, Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu roni sa autonomnom ronilačkom opremom u zatvorenoj vodi do dubine od tri metra.

- Specifični uslovi za sticanje kategorije
 - minimalna starost 9 godina ili više
 - posedovanje kategorije Ronilac sa crvenom zvezdom
- Sadržaj ispita za sticanje kategorije
 - pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično i teoretsko iskustvo

1.5.1.3. Ronilac sa žutom zvezdom

Osposobljen je da uz nadzor Asistenta instruktora ronjenja za decu, Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu roni sa autonomnom ronilačkom opremom u zatvorenoj vodi do dubine od pet metara.

- Specifični uslovi za sticanje kategorije
 - minimalna starost 10 godina ili više
 - posedovanje kategorije Ronilac sa narandžastom zvezdom
- Sadržaj ispita za sticanje kategorije
 - pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično i teoretsko iskustvo

1.5.1.4. Ronilac sa zelenom zvezdom

Osposobljen je da uz nadzor Asistenta instruktora ronjenja za decu, Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu roni sa autonomnom ronilačkom opremom u zatvorenoj ili otvorenoj vodi do dubine od pet metara.

- Specifični uslovi za sticanje kategorije
 - minimalna starost 11 godina ili više

- posedovanje kategorije Ronilac sa žutom zvezdom
- Sadržaj ispita za sticanje kategorije
- pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično i teoretsko iskustvo

1.5.1.5. Ronilac sa plavom zvezdom

Osposobljen je da uz nadzor Asistenta instruktora ronjenja za decu, Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu roni sa autonomnom ronilačkom opremom u zatvorenoj ili otvorenoj vodi do dubine od deset metara.

- Specifični uslovi za sticanje kategorije
- minimalna starost 12 godina ili više
- posedovanje kategorije Ronilac sa zelenom zvezdom
- Sadržaj ispita za sticanje kategorije
- pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično i teoretsko iskustvo

1.5.2. **Instruktorske kategorije**

1.5.2.1. Asistent instruktora ronjenja za decu (AID)

Osposobljen je da uz nadzor Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu, asistira na obuci i treninzima, kao i da vodi jedno dete na ronjenje. Nije mu dozvoljeno da vodi decu na prvo ronjenje.

Specifični uslovi za sticanje kategorije:

- posedovanje ronilačke kategorije minimum Ronilac sa tri zvezde (P3) ili više
- praktično iskustvo u radu sa decom pod nadzorom Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu

Sadržaj ispita za sticanje kategorije:

- pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično iskustvo u radu sa decom

1.5.2.2. Instruktor ronjenja za decu (ID)

Osposobljen je da vodi ronjenja za decu, da obučava i vodi treninge, kao i da izdaje sertifikate za kategorije i specijalizacije ronjenja za decu.

Specifični uslovi za sticanje katagorije:

- posedovanje ronilačke kategorije minimum Instruktor sa jednom zvezdom (M1) ili više
- praktično iskustvo u radu sa decom u okviru kategorije Asistent ronjenja za decu u trajanju od najmanje godinu dana
- posedovanje pismenog pozitivnog mišljenja mentora koji mora biti Trener instruktora ronjenja za decu (TID)
- posedovanje pismene preporuke kluba čija je osnovna delatnost bavljenje podvodnim aktivnostima, a čiji je član

Sadržaj ispita za sticanje kategorije:

- demonstracija praktične i teoretske nastave dečijeg ronjenja
- pozitivno mišljenje instruktora pod čijim nadzorom je stekao praktično iskustvo u radu sa decom

1.5.2.3. Trener instruktora ronjenja za decu (TID)

Osposobljen je da vodi ronjenja za decu, da obučava i vodi treninge, kao i da izdaje sertifikate za kategorije i specijalizacije ronjenja za decu. Takođe je osposobljen da obučava i izdaje sertifikate za kategorije Asistent ronjenja za decu (AID) i Instruktor ronjenja za decu (ID), kao i da, kao član komisije učestvuje u obuci i sertifikovanju Trenera instruktora ronjenja za decu (TID).

Specifični uslovi za sticanje katagorije:

- posedovanje ronilačke kategorije minimum Instruktor sa jednom zvezdom (M1) ili više
- praktično iskustvo u radu sa decom u okviru kategorije Instruktor ronjenja za decu u trajanju od najmanje godinu dana

- posedovanje pismenog pozitivnog mišljenja mentora koji mora biti Trener instruktora ronjenja za decu (TID)
- posedovanje pismene preporuke kluba čija je osnovna delatnost bavljene podvodnim aktivnostima, a čiji je član
- izvođenje obuke za Instruktora ronjenja za decu tokom svoje obuke za Trenera instruktora ronjenja za decu

Sadržaj ispita za sticanje kategorije:

- odbrana pismenog rada na temu u vezi sa ronjenjem za decu, odobrenu od strane tročlane komisije, sastavljene od minimum dva Trenera instruktora ronjenja za decu (TID) i jednog Instruktora ronjenja za decu (ID)
- pozitivno mišljenje iste komisije o uspešnosti i odbrani pismenog rada

1.6. USLOVI ZA POTVRĐIVANJE KATEGORIJA RONJENJA ZA DECU

1.6.1. Ronilačke kategorije

Uslov za potvrđivanje Ronilačke kategorije je redovno i kontinuirano prisustvo na obuci. Izostanak sa više od 20% časova obuke za bilo koju Ronilačku kategoriju, uslovljava ponovno pohađanje obuke za poslednju stečenu kategoriju.

1.6.2. Instruktorske kategorije

Uslov za potvrđivanje Instruktorske kategorije ronjenja za decu je potvrđivanje odgovarajuće ronilačke/instruktorske kategorije (minimum Ronilac sa tri zvezde ili više za Asistenta instruktora ronjenja za decu, odnosno, minimum Instruktor sa jednom zvezdom ili više za Instruktora ronjenja za decu ili Trenera instruktora ronjenja za decu).

1.7. OBUKA I SPECIJALISTIČKI KURSEVI RONJENJA ZA DECU

1.7.1. Obuka za sticanje ronilačkih kategorija

Ova obuka se organizuje sa ciljem da se deci u njihovim matičnim klubovima omogući usvajanje teoretskih i praktičnih znanja radi njihovog pripremanja za sticanje određene kategorije ronjenja za decu.

Obuka se organizuje za sticanje sledećih kategorija ronjenja za decu:

- Ronilac sa crvenom zvezdom
- Ronilac sa narandžastom zvezdom
- Ronilac sa žutom zvezdom
- Ronilac sa zelenom zvezdom
- Ronilac sa plavom zvezdom.

1.7.2. Specijalistički kursevi

Ovi kursevi se organizuju s ciljem da se deca motivišu da, pored sticanja pojedinih kategorija, na organizovan način, kontinuiranim obučavanjem, obogaćuju svoja teoretska znanja i praktična iskustva.

Specijalistički kursevi se razlikuju od obuke za kategorije ronjenja za decu, ali mogu da se izvode u isto vreme, počevši od stečene kategorije Ronilac sa crvenom zvezdom.

Sticanje određene specijalizacije je rezultat pažljivog ocenjivanja sposobnosti u vodi, teoretskog znanja, fizičke i emocionalne zrelosti. Instruktor mora da bude upoznat sa specifičnom problematikom odgovarajuće kvalifikacije i ima diskreciono pravo da proceni uspešnost u obuci iste.

Specijalistički kursevi su:

- ronjenje s plovila
- biologija mora
- podvodna arheologija

- okeanografija
- podvodna fotografija i video (za ronioce sa plavom zvezdom)
- podvodna orijentacija
- prva pomoć

1.8. ORGANIZACIJA OBUKE

Osnovni realizatori obuke za sticanje kategorija i specijalizacija ronjenja za decu su instruktori ronjenja za decu odgovarajuće kategorije, a obuka se organizuje u okviru aktivnosti ronilačkih klubova.

Prisustvo lekara specijaliste hiperbarične i podvodne medicine tokom obuke ronjenja za decu je obavezno.

Obuka ronjenja za decu zahteva potpunu i ispravnu opremu prilagođenu uzrastu dece, kao i sredstva za pruženje prve pomoći.

Mesto održavanja teoretskog i praktičnog dela obuke ronjenja za decu, kao i korišćena nastavna sredstva, moraju biti prilagođeni boravku i aktivnostima dece.

1.9. SADRŽAJ OBUKE

Obuka se izvodi prema Nastavnom planu i programu ronjenja za decu, koje predstavlja obavezan minimum. U zavisnosti od specifičnih okolnosti i sposobnosti dece dozvoljeno je proširivanje Nastavnog plana, ali ne i programa ronjenja za decu.

1.10. BEZBEDNOSNI STANDARDI RONJENJA ZA DECU

Ronjenje za decu se može obavljati maksimalno jednom dnevno i ograničeno je dubinom, u zavisnosti od stečene kategorije. Noćni zaroni nisu dozvoljeni.

Vreme ronjenja za decu je ograničeno na maksimum 20 minuta. Temperatura vode ne sme biti niža od 12°C. Pri temperaturi vode do 16°C, ronjenje je ograničeno na 10 minuta.

Mesto ulaska i izlaska iz vode, mora da bude prilagođeno deci, a tip dna takav da deca bezbedno mogu da obavljaju definisane aktivnosti. Opremanje ARO deca vrše nakon ulaska, a raspremanje pre izlaska iz vode uz asistenciju. Ronjenje za decu ne sme da bude „u plavom“, niti u zatvorenom prostoru (olupine, pećine itd.). Vidljivost kod ronjenja za decu ne sme da bude manja od deset metara.

Ronjenje za decu se obavlja uz pismenu saglasnost roditelja/staratelja, koji time preuzima potpunu odgovornost o deci, kao i o svim njihovim potrebama tokom obuke, odnosno ronjenja, kao i pre, odnosno posle ovih aktivnosti.

Instruktor ronjenja za decu, koji vodi ronjenje, odnosno obuku, dužan je da vodi i evidenciju svih aktivnosti koje se odnose na ronjenje za decu (dnevnik ronjenja za decu ili dnevnik obuke ronjenja za decu).

Instruktor ronjenja za decu je dužan da poseduje aktuelne kontaktne informacije relevantnih zdravstvenih i spasilačkih službi, kao i opremu za uspostavljanje komunikacije s istim.

Tokom obuke ronjenja za decu, neophodno je prisustvo lekara hiperbarične i podvodne medicine. Sigurnosna oprema mora da sadrži komplet prve pomoći sa kiseoničkim aparatom koji je prilagođen deci.

Medij za disanje koji se koristi u obuci i ronjenju za decu je isključivo vazduh.

Ronilačka oprema koju u ronjenju upotrebljavaju deca, mora da bude ispravna i prilagođena uzrastu dece (boce i regulatori prilagođene težine, usnici i BCD/samari prilagođene veličine, tegovi bez oštrih ivica). Mokro odelo i čarapice/čizmice, su obavezni deo opreme prilikom obavljanja aktivnosti u otvorenoj vodi.

Ronilačka oprema koju u ronjenju za decu koriste instruktori, mora da sadrži dubinomer, sat i termometar, kao i oktopus ili drugi regulator sa usnikom za decu.

Kada se ronjenje za decu obavlja sa plovila, plovilo mora da ima odgovarajuće mesto ulaska i izlaska prilagođeno deci, kao i mesto za odlaganje opreme. Vreme provedeno u plovilu mora biti svedeno na minimum.

2. PLAN OBUKE RONJENJA ZA DECU

2.1. RONILAC SA CRVENOM ZVEZDOM

Redovno i kontinuirano prisustvo na obuci u trajanju od najmanje četiri meseca.

2.2. RONILAC SA NARANDŽASTOM ZVEZDOM

Redovno i kontinuirano prisustvo na obuci u trajanju od najmanje četiri meseca, od sticanja kategorije ronica sa crvenom zvezdom.

2.3. RONILAC SA ŽUTOM ZVEZDOM

Redovno i kontinuirano prisustvo na obuci u trajanju od najmanje četiri meseca, od sticanja kategorije ronica sa narandžastom zvezdom.

2.4. RONILAC SA ZELENOM ZVEZDOM

Redovno i kontinuirano prisustvo na obuci u trajanju od najmanje četiri meseca, od sticanja kategorije ronica sa žutom zvezdom.

2.5. RONILAC SA PLAVOM ZVEZDOM

Redovno i kontinuirano prisustvo na obuci u trajanju od najmanje šest meseca, od sticanja kategorije ronica sa zelenom zvezdom.

3. PROGRAM OBUKE RONJENJA ZA DECU

3.1. RONILAC SA CRVENOM ZVEZDOM

3.1.1. Teorija

T1 Cilj obuke i način realizacije

- Predstavljanje i upoznavanje
- Cilj i program obuke
- Način provere znanja
- Kategorije ronjenja za decu
- Verifikacija obuke
- Prava i obaveze Ronioca sa crvenom zvezdom

T2 Oprema

- Osnovna ronilačka oprema
 - maska
 - disalica
 - peraja

T3 Flora i fauna

- Razlikovanje živog od neživog sveta
- Razlikovanje životinja od biljaka

T4 Fiziologija

- Sporazumevanje u ronjenju - osnovni signali
 - OK
 - nije OK

- idemo gore
- idemo dole

3.1.2. **Praksa**

V1 Bez ABC

- Ulazak i izlazak iz vode
- Plivanje
- Ronjenje
 - pravilan zaron
 - izjednačavanje pritiska u ušima u vodi
 - gledanje u vodi
 - pravilan izron

V2 Sa ABC

- Opremanje i raspremanje na suvom
- Ulazak u vodu
 - poluokretom iz sedećeg položaja
 - iskorakom iz stojećeg stava
- Izlazak iz vode
 - raspremanje prilikom izlaska iz vode
- Plivanje
 - upotreba disalice
 - upotreba peraja
- Ronjenje
 - pravilan zaron i izron
 - upotreba maske
 - izjednačavanje pritiska
 - u ušima
 - u maski
 - pražnjenje maske
 - upotreba disalice
 - pražnjenje disalice

- upotreba peraja
 - o kretanje u svim pravcima
- Održavanje opreme
- ispiranje opreme nakon upotrebe
- sušenje opreme
- skladištenje opreme

V3 Bezbednost na mestu obuke

- Prilikom kretanja
- Pri odlaganju opreme
- U odnosu na tuđu opremu

3.2. RONILAC SA NARANDŽASTOM ZVEZDOM

3.2.1. Teorija

T1 Cilj obuke i način realizacije

- Predstavljanje i upoznavanje
- Cilj i program obuke
- Način provere znanja
- Kategorije ronjenja za decu
- Verifikacija obuke
- Prava i obaveze Ronioca sa narandžastom zvezdom

T2 Oprema

- Osnovna ronilačka oprema
 - mokro ronilačko odelo
 - tegovi
 - kompenzator plovnosti (BCD)
- Autonomna ronilačka oprema (ARO)
 - boca
 - regulator
- Merni instrumenti
 - manometar

T3 fiziologija

- Čula u vodi
 - vid
 - sluh
- Sporazumevanje u ronjenju - osnovni signali
 - nedostaje mi vazduha
 - hladno mi je
 - pogledaj
 - ti
 - ja
 - na rezervi sam
 - zadihao/la sam se

T4 Flora i fauna

- Prepoznavanje vrsta riba i biljaka
- Prepoznavanje opasnih biljaka i životinja

T5 Ronilačka sredina

- Mesto ronjenja (more, jezero...)
- Temperatura vode

3.2.2. Praksa

V1 Autonomna ronilačka oprema

- Opremanje i raspremanje
 - sastavljanje i rastavljanje ARO
 - ispravan redosled opremanja i raspremanja
- ulazak u vodu
 - poluokretom iz sedećeg položaja
 - iskorakom iz stojećeg stava
- Pravilan zaron
- Izjednačavanje pritiska
 - u ušima
 - u maski

- Korišćenje regulatora
 - disanje
 - na površini
 - pod vodom
 - vađenje i vraćanje usnika u usta
 - tokom udaha
 - tokom izdaha
 - pronalaženje regulatora
- Pražnjenje maske
- Kretanje pod vodom
- Pravilan izron
- Izlazak iz vode
- Održavanje opreme
 - ispiranje opreme nakon upotrebe
 - sušenje opreme
 - skladištenje opreme

V2 Bezbednost na mestu obuke

- Prilikom kretanja
- Pri odlaganju opreme
- U odnosu na tuđu opremu

3.3. RONILAC SA ŽUTOM ZVEZDOM

3.3.1. Teorija

T1 Cilj obuke i način realizacije

- Predstavljanje i upoznavanje
- Cilj i program obuke
- Način provere znanja
- Kategorije ronjenja za decu
- Verifikacija obuke
- Prava i obaveze Ronioca sa žutom zvezdom

T2 Flora i fauna

- Prepoznavanje novih vrsta biljaka i životinja

T3 Fiziologija

- Sporazumevanje u ronjenju - osnovni signali
 - OK (na površini)
 - nije OK (na površini)
 - zadihao sam se
 - priđi bliže
 - stani
 - količina vazduha u boci

3.3.2. Praksa

V1 Korišćenje BCD-a i balansiranje

V2 Pozicioniranje

- U odnosu na površinu
- U odnosu na druge ronioce
- U odnosu na okruženje

V3 Plivanje sa ARO

3.4. RONILAC SA ZELENOM ZVEZDOM

3.4.1. Teorija

T1 Cilj obuke i način realizacije

- Predstavljanje i upoznavanje
- Cilj i program obuke
- Način provere znanja
- Kategorije ronjenja za decu
- Verifikacija obuke
- Prava i obaveze ronioca sa zelenom zvezdom

T2 Oprema

- Autonomna ronilačka oprema
- oktopus

T3 Flora i fauna

- Tablice za prepoznavanje flore i faune

T4 Ronilačka sredina

- Vrste dna
- Zaštita EKO sistema

T5 Ostalo

- Diskusija o ronjenju
- u odnosu na svoj napredak
- u odnosu na svoju oblast interesovanja

3.4.2. Praksa

V1 Prepoznavanje svojstva dna

V2 Pozicioniranje u prostoru uz pomoć sunčevih zraka

V3 Ronjenje bez maske

V4 Korišćenje oktopusa

3.5. RONILAC SA PLAVOM ZVEZDOM

3.5.1. Teorija

T1 Cilj obuke i način realizacije

- Predstavljanje i upoznavanje
- Cilj i program obuke
- Način provere znanja
- Kategorije ronjenja za decu
- Verifikacija obuke
- Prava i obaveze Ronioca sa plavom zvezdom

T2 Oprema

- Pomoćna ronilačka oprema
 - ronilačka zastava i bova
 - ronilački nož
 - lampa

T3 Fiziologija

- Čula u vodi (detaljno)
 - vid
 - sluh
- Plovnost i primena u ronjenju
 - koncept plovnosti
 - plovnost odela
 - svrha tegova
 - svrha BCD-a
- Odnos zapremine i pritiska prilikom izrona i zarona
- Sprečavanje pojave barotraume
 - pluća
 - maske
 - ušiju

T4 Flora i fauna

- Staništa i ponašanje životinja

3.5.2. Praksa

V1 Provera opreme pre zarona

V2 Bratsko disanje u mestu

V3 Raspremanje i opremanje na dnu (bez slobodnog izrona)

V4 Usavršavanje znanja i tehnika ronjenja

V5 Bezbednost

- Pre ronjenja

- Na plovilu
- Na površini vode
- Tokom ronjenja
- Posle ronjenja

4. DODACI

4.1. DOKUMENTACIJA I FORMULARI RONJENJA ZA DECU

4.1.1. Ronilačka knjižica

Ronilačka knjižica je lični dokument svakog deteta ronioca koji sadrži:

- Identifikacione podatke (fotografija, ime i prezime, JMBG, kontakt adresu i telefon)
- Identifikacione podatke roditelja/staratelja (ime i prezime, JMBG, potpis, kontakt adresu i telefon)
- Podatke o redovnom pohađanju obuke ronjenja verifikovanu od strane instruktora koji vodi obuku
- Podatke o obučenosti (ronilačka kategorija, specijalistički kursevi, datum sticanja kategorija/kurseva i identifikacioni broj, potpis i pečat instruktora koji je vodio obuku i pečat kluba organizatora obuke)
- Podatke o zdravstvenom stanju (datum overe, potpis i pečat lekara, dodatne napomene)
- Overu kategorija (pečat kluba)
- Podatke o realizovanim ronjenjima (datum, mesto i vreme zarona, trajanje i maksimalna dubina ronjenja, minimalna temperatura vode, overa instruktora ronjenja za decu)

4.1.2. Dnevnik obuke

Dnevnik obuke predstavlja dokument kojim se potvrđuje realizacija obuke kojom se stiču ronilačke kategorije i specijalnosti ronjenja za decu i sadrži:

- Vrstu obuke/specijalizacije
- Vreme i mesto održavanja
- Osnovne podatke o organizatoru i realizatorima
- Identifikacione podatke polaznika (ime i prezime, JMBG, kontakt adresa i telefon)
- Sadržaj obuke i postignut rezultat
- Potpis i pečat instruktora ronjenja za decu koji vodi obuku

4.1.3. Dnevnik ronjenja

Dnevnik ronjenja je osnovni dokument o realizovanim ronjenjima i sadrži:

- Datum i mesto obavljenog ronjenja
- Imena učesnika i njihove ronilačke kategorije
- Vreme zarona, trajanje i maksimalnu dubinu ronjenja i minimalnu temperaturu vode
- Napomene i komentare
- Potpis i pečat instruktora ronjenja za decu koji vodi ronjenje

4.1.4. Saglasnost i odgovornost roditelja/staratelja

Pre početka obuke neophodno je da roditelj ili staratelj da saglasnost za sve aktivnosti u okviru obuke i ronjenja za decu potpisivanjem Izjave odgovornosti.

5. LITERATURA

Standardni uslovi za obuku ronilaca (SUZOR).(2001). Beograd: Asocijacija Ronilačkih Instruktora ARI Srbije

Inhelder, B. i B. Matalon (1969): Proučavanje rešavanja problema u mišljenju; u P. Musen (ed.): *Priručnik o istraživačkim metodama dečjeg razvoja*. Beograd: Vuk Karadžić.

Inhelder, B. (1970): Some aspects of Piaget's genetic approach to cognition; in *Cognitive development in children* (Five monographs of the society for research in child development). Chicago: The University of Chicago Press.

Inhelder, B. i H. Sinclair (1969): Learning cognitive structures; in P. Mussen, J. Langer & M. Convington (eds.): *Trends and issues in developmental psychology*. New York: Holt, Rinehart Winston.

Ivić, I. (1977). *Čovek kao animal symbolicum: Razvoj simboličkih sposobnosti*. Beograd: Nolit.

Miočinović, Lj. (2002): *Pijaževa teorija intelektualnog razvoja*. Beograd: Institut za pedagoška istraživanja

Nešić, G. (2002). *Osnovi Antropomotorike*. Beograd: Sportska akademija

Rodić, N. (1997). *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja* (udžbenik). Sombor: Učiteljski fakultet

Smiljanić, V. (1987). *Psihologija starenja*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.

Smiljanić, V. (1986). *Razvojna psihologija*. Beograd: Savez društava psihologa SR Srbije.

