



FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE
RICONOSCIUTA DAL CONI



ITA F00 - MEMBRO FONDATORE DELLA CMAS
CONFEDERAZIONE MONDIALE ATTIVITÀ SUBACQUEE



FEDERAZIONE ITALIANA PESCA SPORTIVA ATTIVITÀ SUBACQUEE E NUOTO PINNATO

Settore Didattica Subacquea

Corso di specializzazione

ORIENTAMENTO E NAVIGAZIONE SUB

Programma



Caratteristiche principali del corso

Denominazione	Orientamento e Navigazione Sub
Codice	POn
Organizzazione	Società o CCF
Brevetto	Formato credit card
Abilitato al rilascio	Istruttore di 1° Grado AR (M1)
Età minima	14 anni
Requisiti minimi	- 1° Grado AR (P1) - 10 immersioni certificate
Minime ore di T	3
Minima pratica in BD o AC	2 ore o immersioni
Minime immersioni in AL	2
Obiettivi	Durante il corso l'Allievo acquisisce le nozioni teoriche e le capacità tecniche relative ad orientamento, navigazione e ricerca in ambiente subacqueo
Equivalenza CMAS	<i>Underwater Navigation</i>
Visita medica	Certificato di idoneità sportiva non agonistica
Rapporto ALL/ISTR in BD e AL	4 ALL/1 ISTR 6 ALL/1 ISTR + 1 AIST 8 ALL/1 ISTR + 2 AIST

Indice

PARTE I: STANDARD E SPECIFICHE	3
1 - Obiettivi del corso	3
2 - Requisiti di accesso al corso.....	3
3 - Struttura del corso	3
4 - Durata minima del corso	3
5 - Contenuti minimi del corso	3
6 - Conseguimento del brevetto	4
PARTE II: PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL CORSO	5
7 - Teoria	5
8 - Pratica (BD o AC)	5
9 - Acque Libere.....	6

© 2022 FIPSA S - Federazione Italiana Pesca Sportiva e Attività Subacquee, Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma
Tel.: 0636851, Fax: 0636858109, Sito web: www.fipsas.it, E-mail: didattica@fipsas.it

Tutti i diritti riservati



PARTE I: STANDARD E SPECIFICHE

1 - Obiettivi del corso

- Nozioni base dell'orientamento naturale e strumentale.
- Il funzionamento e l'utilizzo della bussola.
- Le tecniche di navigazione in immersione.
- Le nozioni di base per le mire a terra.
- Le tecniche principali di ricerca subacquea.

2 - Requisiti di accesso al corso

- 14 anni compiuti prima della fine del corso (per i minori occorre l'autorizzazione firmata dei genitori o di chi ne fa le veci).
- Brevetto di 1° Grado AR (P1).
- 10 immersioni certificate.
- Certificato medico per attività sportiva non agonistica.
- Tessera FIPSA.

3 - Struttura del corso

- Il corso è suddiviso in 3 parti:
 - T = Teoria,
 - BD = Bacino Delimitato (o Acque Confinato),
 - AL = Acque Libere non delimitate (Mare o Lago), ma segnalate.

4 - Durata minima del corso

- T 3 ore,
- Pratica in BD o AC 2 ore o immersioni,
- Acque Libere 2 immersioni.

5 - Contenuti minimi del corso

5.1 - Teoria

Durata minima: 3 ore

- T0 - Presentazione del corso.
- T1 - Orientamento e navigazione subacquea.
- T2 - Ricerca subacquea e (cenni) recupero.
- T3 - Prove pratiche.

5.2 - Pratica in BD o AC

Durata minima: 2 ore (o 2 immersioni)

- BD1 - Stima della distanza percorsa e computo delle pinneggiate
- BD2 - Utilizzo della bussola.
- BD3 - Percorsi rettilinei in autonomia.
- BD4 - Percorsi aperti o chiusi in coppia.



5.3 - Acque Libere

Durata minima: 2 immersioni

AL1 - Orientamento naturale e strumentale.

AL2 - Ricerca subacquea e recupero.

6 - Conseguimento del brevetto

- Il conseguimento del brevetto è subordinato al superamento dei moduli di T, BD e AL.
- Teoria: la valutazione può avvenire mediante verifica scritta o discussione orale e, comunque, attraverso un giudizio complessivo formulato in base alla partecipazione dell'Allievo alle lezioni.
- Pratica (BD o AC): la valutazione può avvenire dopo che l'Allievo ha eseguito tutti gli esercizi previsti e raggiunto i relativi obiettivi di apprendimento.
- Acque Libere: la valutazione può avvenire quando l'Allievo ha effettuato tutte le immersioni e tutti gli esercizi previsti e raggiunto i relativi obiettivi di apprendimento.



PARTE II: PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL CORSO

Il programma proposto costituisce una linea guida di base e il riferimento per i contenuti minimi da svolgere.

7 - Teoria

T0 - Presentazione del corso

- Obiettivi del corso.
- Requisiti di accesso al corso.
- Calendario ed orario delle lezioni e delle uscite in Acque Libere.
- Logistica per Teoria, Bacino Delimitato ed Acque Libere.
- Distribuzione e descrizione supporti didattici.

T1 - Orientamento e navigazione subacquea

- Difficoltà di orientamento in acqua.
- Benefici derivanti da un buon orientamento subacqueo.
- Orientamento naturale
 - osservazioni in superficie,
 - osservazioni in immersione
 - metodi per la stima della distanza percorsa,
 - lavagnetta subacquea o wetnotes.
- Orientamento strumentale
 - definizioni preliminari,
 - bussola: funzionamento e caratteristiche,
 - utilizzo della bussola,
 - interferenze sul funzionamento della bussola,
 - effetto della corrente sulla navigazione,
 - limitare gli errori di navigazione.
- Orientamento in immersione (navigazione).

T2 - Ricerca subacquea e recupero

- Organizzazione della ricerca.
- Localizzazione del luogo di ricerca - riferimenti e mire a terra.
- Preparazione del campo.
- Percorsi con sagola e zavorra, percorsi con bussola.
- Tecniche di recupero - imbrago, palloni di sollevamento (cenni).

T3 - Prove pratiche

- Prove di utilizzo della bussola (a secco).

8 - Pratica (BD o AC)

Attrezzatura prevista

Attrezzatura ARA completa. Bussola personale.

BD1 - Stima della distanza percorsa e computo delle pinneggiate

- Percorsi rettilinei di lunghezza nota, al fine di correlare i metri percorsi col numero di pinneggiate.



BD2 - Utilizzo della bussola

- Esercitazione per la corretta impugnatura e lettura della bussola, prima da fermi, mantenendosi in assetto, quindi in movimento, durante il pinneggiamento.
- Rilevazione della rotta su percorsi chiusi segnalati, sia in senso orario che in senso antiorario (es.: il bordo della piscina se si opera in BD o un percorso sagolato sul fondo se si opera in AC).

BD3 - Percorsi rettilinei in autonomia

- Percorso rettilineo andata e ritorno in coppia, a partire da un punto segnalato, effettuando in autonomia il computo delle pinneggiate e il mantenimento della rotta.
- Se il conto delle pinneggiate è preciso ed il ritmo costante e la rotta è mantenuta con sufficiente precisione, l'Allievo, al termine di ogni percorso, deve ritornare sull'oggetto di riferimento con uno errore accettabile.

BD4 - Percorsi aperti o chiusi in coppia

- Percorsi aperti andata e ritorno (ad es. a L) o percorsi chiusi (ad es. quadrato, rettangolo) in coppia, a partire da un punto segnalato.
- Un Allievo utilizza la bussola per seguire la direzione dei vari tratti del percorso, l'altro Allievo conta il numero di pinneggiate necessarie per percorrere ogni tratto e comunica al navigatore quando cambiare direzione.

9 - Acque Libere

Attrezzatura prevista

Attrezzatura ARA completa. Bussola personale.

AL1 - Orientamento naturale e strumentale

- Individuazione dei possibili riferimenti utili per l'orientamento naturale (ondulazioni della sabbia, conformazione del fondale, rocce, ecc.).
- Esecuzione degli esercizi già affrontati nelle immersioni di pratica, ad esempio
 - percorsi rettilinei con l'uso della bussola, computo delle pinneggiate e verifica del punto di rientro.
 - percorsi aperti o chiusi con l'uso della bussola, computo delle pinneggiate e verifica del punto di rientro.
- Navigazione mista (naturale/strumentale) punto a punto, lungo un percorso generico. Gli Allievi utilizzano la bussola, abbinata al rilevamento di riferimenti naturali cospicui (e al numero di pinneggiate), per compiere dei percorsi poligonali "qualsiasi" di andata e ritorno. Durante il percorso un Allievo indica la direzione con la bussola, l'altro Allievo annota sulla lavagnetta i riferimenti cospicui ed il computo delle pinneggiate.

AL2 - Ricerca subacquea

- Ricerca subacquea di un oggetto con uno dei metodi conosciuti, ad esempio
 - percorso a chiocciola con sagola e zavorra,
 - percorso a spirale con bussola.