

Duiker 3-ster



Inhoud

1. Inleiding	3
2. Persoonlijke gegevens	4
3. Profiel Duiker 3-ster.....	5
4. Opbouw van dit boekje en wijze van evalueren	7
5. Evaluatie bevoegdheid	8
6. Toelichting afname openwatervaardigheden	8
7. Beschrijving van de duikvaardigheden	9
8. Types duikvaardigheden.....	9
9. Evaluatie blaadjes	10
10. Zwembad praktijkles 1: Demonstratievaardigheden uitvoeren 1.....	12
11. Zwembad praktijkles 2: Demonstratievaardigheden uitvoeren 2.....	14
12. Zwembad praktijkles 3: Redden en Hulpverlening.....	16
13. Zwembad praktijkles 4: Adviseren en Assisteren	18
14. Openwater praktijkles 1: Begeleider duiker 1-ster.....	19
15. Openwater praktijkles 2: Begeleiden Duiker 2-ster	20
16. Openwater praktijkles 3: Duikcoördinator	21
17. Openwater praktijkles 4: Diepe duik (-20m tot -30m)	22
18. Openwater praktijkles 5: Redden en zoekpatronen.....	23
19. Openwater praktijkles 6: Duikcoördinator hulpverlening.....	25
20. Tot Slot.....	29
21. QR-codes vaardigheden D1 / D2 en D3	30

1. Inleiding

Dit boekje vervangt de fysieke vorderingsstaat en alle andere fysieke documenten betreffende de opleiding Duiker 3-ster

Dit boekje wordt bij de start van de opleiding aan de cursist ter beschikking gesteld.

Het is de bedoeling dat de cursist dit boekje steeds bij zich heeft wanneer er opleiding wordt gegeven.

Ieder onderdeel van de opleiding dat afgewerkt is, wordt door een Instructeur die bevoegd is afgetekend.

Wanneer de cursist de opleiding volledig heeft afgewerkt, wordt dit ter controle aan de homologerende instructeur met licentie afgegeven.

Het boekje zal worden ingescand en op de ledenfiche van de cursist worden geplaatst.

De cursist bewaart dit boekje voor minimum 5 jaar.

Veel succes met de opleiding!

De Commissie Opleiding



SIGMA Vorderingsboek

2. Persoonlijke gegevens

De cursist

Naam: _____

Voornaam: _____

Adres: _____

E-mailadres: _____

Telefoon: _____

Geboortedatum: _____

Duiken.Vlaanderen Registrummer: _____

Duikschool: _____

Datum start Opleiding: _____

De verantwoordelijke Instructeur met licentie (Coach)

Naam: _____

Voornaam: _____

Duiken.Vlaanderen Registrummer: _____

E-mailadres: _____

Telefoon: _____

3. Profiel Duiker 3-ster

De duiker 3-ster wordt in het Engels aangeduid als ***Dive Master*** of ***Dive Leader***.

Dit is een internationale bekende term, waarvan de bevoegdheden aansluiten bij wat de Duiken.Vlaanderen Duiker 3-ster in zijn opleiding heeft geleerd.

De kroon op de opleiding van de Recreatieve duiker.

De Duiker 3-ster is een ***onbewust vaardige*** duiker.

De Duiker 3-ster is niet alleen vaardig in het oplossen van de eventuele problemen die zich kunnen voordoen voor, tijdens en na het duiken, maar heeft in zijn opleiding geleerd beginnende duikers te begeleiden tijdens hun eerste duiken.

De Duiker 3-ster is die ervaren duiker waar minder ervaren duikers de wijze raad kunnen halen.

Voor de Duiker 3-ster zijn alle wegen naar het uitbouwen van zijn/haar hobby open.

De Duiker 3-ster kan opteren zich te specialiseren in het begeleiden van beginnende duikers door instructeur te worden, zich richten tot alle takken van het technische duiken en/of alle andere speciale opleidingen voor duikers die er op de markt zijn.

De Duiken.Vlaanderen opleiding Duiker 3-ster geeft de duiker voldoende kennis en vaardigheden om zich kandidaat te stellen voor deze specialisaties.

De Duiker 3-ster is organisator van clubduiken, coördinator en assistent van instructeurs.

Bevoegdheden:

Zie document **“Wie mag met wie duiken en onder welke voorwaarden.”**

Ingangsniveau:

- Duikend lid zijn van een Duiken.Vlaanderen Duikclub / Duikschool.
 - Een geldig medisch getuigschrift hebben.
 - Het brevet Duiker 2-ster behaald hebben.
 - Minimum 16 jaar zijn bij aanvang van de opleiding.
 - Minimaal 18 jaar zijn op de dag van de homologatie van het brevet Duiker 3-ster.
- Nota: Een kandidaat duiker 3-ster (Duiker 2-ster) die een duik wil leiden, moet de leeftijd van 18 jaar hebben. Dit i.v.m. de wettelijke bepalingen aangaande aansprakelijkheid.
- In het bezit van de specialty's HVD-BLS/AED en HVD-Zuurstof toedienen.
 - De kandidaat Duiker 3-ster dient een geldige herscholing te hebben van beide specialty's HVD-BLS/AED en HVD-Zuurstof toedienen voor aanvang van de opleiding Duiker 3-ster.
 - Dieptekwalificatie -30 meter
 - Op de dag van homologatie op zijn minst 60 ervaringsduiken hebben, waarvan 40 duiken na het behalen van het Duiker 2-ster brevet.

Om zeker te stellen dat de duikervaring voldoende divers is, gelden voor de samenstelling van die 60 duiken de volgende regels:

- ten minste 30 duiken in Belgisch of Nederlands water.
- ten minste 10 duiken tussen -25 meter en maximum -30 meter.
- ten minste 5 nachtduiken.
- ten minste 15 getijdenwaterduiken en/of stromingsduiken met beperkt zicht.

Inhoud van de opleiding:

De opleiding omvat twee delen:

- A: 3 theoridelen, minimaal 4 zwembadsessies, minimaal 7 openwatersessies. (zie overzicht punt 9 Evaluatie blaadjes)
- B: De specialty HVD "DUIKER-REDDER" moet volledig afgewerkt zijn bij een specialty Instructeur Hulpverlener Duiker met licentie (IHVD)

De specialty HVD "DUIKER-REDDER" bestaat uit volgende onderdelen:

- Nieuw te behalen specialty HVD-Wondzorg op moment van homologatie
- 2 HVD openwaterlessen "Redden/zoekpatronen en duikcoördinator hulpverlening"
- Geldige specialty HVD-Zuurstof toedienen op moment van homologatie
- Geldige specialty HVD-BLS/AED op moment van homologatie

Ieder voldoende afgewerkt onderdeel wordt door de instructeur afgetekend.

Openwatersessies kunnen pas gestart worden na de theorie- en de zwembadsessies.

De opleidingsduur is maximum 3 jaar geldig na startdatum.

4. Opbouw van dit boekje en wijze van evalueren

De evaluatieblaadjes voor de praktijkoefeningen zwembad en openwater bevatten blokken van de opleiding die elk bestaan uit een reeks vaardigheden. De vaardigheden van iedere praktijkles worden in dit vorderingsboekje meer gedetailleerd beschreven.

De vaardigheden zijn onderverdeeld in 3 groepen:

De aan te leren vaardigheden worden in de kolom met het Type Duikvaardigheid (Type A, Type B of Type C of leeg) weergegeven.

De begeleidende instructeur zal het aanleren van de nieuwe vaardigheid starten met een demo.

Wijze van evalueren:

De instructeur heeft de mogelijkheid om 4 codes achter de vaardigheid te plaatsen A B C D.

A = De cursist beheerst de vaardigheden goed.

B = De cursist beheerst de vaardigheden nog niet volledig. Kleine verbetering is nog nodig.

C = De cursist kan de vaardigheid uitvoeren met hulp van de instructeur.

D = De cursist beheerst de vaardigheid niet.

Aftekenen van een item op het evaluatieblaadje:

Na de les overloopt de instructeur ingeoeffende en/of geëvalueerde vaardigheden met de cursist. Achter iedere ingeoeffende en/of geëvalueerde vaardigheid wordt **een evaluatiecode geplaatst** (A B C D) –zie wijze van evalueren hierboven.

De aantekeningen / opmerkingen die de instructeur aan de cursist wil meegeven worden op het aantekeningen / opmerkingen blaadje van de desbetreffende les geschreven.

De instructeur noteert de datum van de les, plaatst de aantekening en een handtekening.

Een instructeur die niet de “verantwoordelijke Instructeur” is van de cursist – vb. een instructeur van een andere duikschool – stempelt de aantekening af met zijn/haar instructeurstempel.

Indien alle “te evalueren items” met een A zijn geëvalueerd, kan de instructeur de les aftekenen op het evaluatieblaadje in dit vorderingsboekje.

Als alle onderdelen van de opleiding zijn afgewerkt en alle homologatie voorwaarden zijn voldaan, homologeert de minimum Duiken.Vlaanderen Instructeur 2-ster met licentie het brevet Duiker 3-ster van de cursist door gebruik te maken van [Duiken-Link](#).

Er dienen geen documenten opgestuurd te worden naar het Duiken.Vlaanderen secretariaat.

5. Evaluatie bevoegdheid

Duiker 3*	Instructeur 1*		Instructeur 2* of hoger	
	Instructie	Toetsing	Instructie	Toetsing
Theorie	J	J	J	J
Zwembad	J	J	J	J
Openwater	S	N	J	J

J = De instructeur heeft de bevoegdheid vaardigheden aan te leren en/of te evalueren en af te tekenen.

N = De instructeur heeft geen bevoegdheid vaardigheden aan te leren en/of te evalueren en af te tekenen.

S = De instructeur 1-ster mag onder supervisie van een instructeur 2-ster met licentie of hoger de reeds aangeleerde vaardigheden verder inoefenen.

De eerste maal wordt een vaardigheid aangeleerd door een instructeur 2-ster met licentie.

Instructie = Aanleren

Toetsing = Evaluatie

6. Toelichting afname openwatervaardigheden

Nieuwe openwater-vaardigheden worden aangeleerd door een instructeur 2-ster met licentie.

Indien de tijd te kort is voor de praktijkdelen in openwater of zwembad mogen deze worden gegeven over meerdere lessen.

Veiligheidsstop:

Elke duik beëindigen met een veiligheidsstop van 3 minuten op -5 meter.

Vaardigheden met een "#":

Deze vaardigheden mogen maar 1x geoefend worden tijdens een duik.

Deze vaardigheden mogen niet gecombineerd worden met andere opstijgingen met "#" in dezelfde duik.

Diepe duiken - Dieptekwalificatie:

Tijdens deze duik kan ook maximaal 1 dieptekwalificatie afgenomen worden naar -25m of -30m, per 5 meter per duik.

7. Beschrijving van de duikvaardigheden

Iedere duikvaardigheid wordt als volgt ingedeeld:

- Een inleiding waarin het “waarom” van de vaardigheid wordt uitgelegd;
- Een puntsgewijze beschrijving van de uitvoering;
- Een beschrijving van de buddyvaardigheden (als dat relevant is);
- Een puntsgewijze beschrijving van waar de instructeur op gaat letten bij de uitvoering;
- Een puntsgewijze beschrijving van aandachtspunten voor de instructeur tijdens de les;

8. Types duikvaardigheden

Type A	Beschrijving van de vaardigheden, plus suggesties voor uitvoering.
Bij type A is de uitvoering geen halszaak. Of je nu je vest aan de oppervlakte uit doet op manier A, B of C maakt niet zo veel uit. We kiezen hier ook niet voor een bepaalde manier. Elke manier is goed als deze maar veilig is. Dus dat beschrijven we. Zorg dat je blijft drijven, zorg dat je luchtvoorziening intact blijft, zorg dat je voortstuwing houdt.	
Type B	Procedureel. Stapsgewijze beschrijving van de procedure
Bij type B is er zeker sprake van een technische component maar die is ondergeschikt aan het bereiken van het doel. Hoe je dat doel bereikt, wordt in stappen beschreven. Een goed voorbeeld van Type B is ALV-Opstijging. Daar wordt de uitvoering stapsgewijs beschreven. De techniek wordt bijna niet genoemd.	
Type C	Techniek. Stapsgewijze beschrijving van de techniek.
Bij type C gaat het om de techniek. Een voorbeeld is 'Masker klaren'.	
Type D (enkel bij D3)	Algemeen. Beschrijving van de attitude en aandachtspunten.
Type D kom je alleen bij de 3*-duikopleiding tegen. Het gaat er hier om dat je een aantal eerder geleerde vaardigheden combineert tot een nieuw geheel. Je laat daarbij zien dat je relevante keuzes maakt en dat je je bewust bent van je voorbeeldfunctie. Het delen van kennis, ervaring en enthousiasme staan centraal. Een voorbeeld is Assisteren van de instructeur.	

9. Evaluatie blaadjes

Duiker 3-ster Theorie			
Onderwerp	Datum	Instructeur	Cursist
TH 1. Leiden en Begeleiden			
TH 2. Decompressie en luchtplanning			
TH 3. Duikmaterialen			

Duiker 3-ster Zwembad			
Onderwerp	Datum	Instructeur	Cursist
ZW 1. Demonstratievaardigheden 1			
ZW 2. Demonstratievaardigheden 2			
ZW 3. Redden en Hulpverlening			
ZW 4. Adviseren en Assisteren			

Duiker 3-ster Openwater			
Onderwerp	Datum	Instructeur 2-ster	Cursist
OW 1. Begeleider van een D1			
OW 2. Begeleider van een D2 nachtduik of getijdenwaterduik			
OW 3. Duikcoördinator			
OW 4. Diepe duik			
OW 5. Redden en zoekpatronen			
OW 6. Duikcoördinator hulpverlening			

Duiker 3-ster HVD Redden			
Onderwerp	Datum	Instructeur HVD	Cursist
HVD module Wondzorg			
HVD module BLS/AED geldig			
HVD module Zuurstof geldig			
HVD module redden openwaterles 5 & 6			

Aantal Openwaterduiken			
Onderwerp	Datum	Instructeur 2-ster	Cursist
ten minste 60 openwater duiken			
ten minste 30 duiken in Belgisch of Nederlands water			
ten minste 10 duiken tussen -25meter en maximum -30 meter			
ten minste 5 nachtduiken			
ten minste 15 getijdenwaterduiken en/of stromingsduiken met beperkt zicht			

Het brevet Duiker 3-ster is behaald		
Datum	Instructeur 2-ster met licentie	Cursist

10. Zwembad praktijken 1: Demonstratievaardigheden uitvoeren 1

De Instructeur demonstreert de vaardigheden indien nodig aan de kandidaat Duiker 3-ster. De kandidaat Duiker 3-ster zal vervolgens de demo van de Instructeur de vaardigheid zo perfect mogelijk zelf uitvoeren op demonstratie niveau.

Er dient extra aandacht geschonken te worden door de instructeur aan de correctheid van de uitvoering van de vaardigheden en of het traag en theatraal genoeg gedemonstreerd is.

Type	Demonstreren van volgende vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Duikset opbouwen en voorkomen dat het masker beslaat.			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
Type B	Handsignalen en Lichtsignalen			
	Uitrusting aandoen (met hulp van buddy)			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan (schredesprong)			
Type B	Gecontroleerde afdaling (3*D) - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck (2*D) + ALV-controle			
Type B	LTD-controle (2*D)			
Type A	Trimmen (3*D)			
Type B	Communicatie met je buddy			
Type C	Automaat klaren			
Type B	Terugvinden automaat			
Type A	Basistrim (uitloden)			
Type B	Gecontroleerde opstijging (3*D) - (STALK)			
Type C	Gebruik van de snorkel			
Type A	Water verlaten			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

Ezelsbruggetje voor afdalen: TOSTI

T: Tijd - Kijken op de klok

O: Oriëntatie – Kompas / Kant / bodemprofiel / visuele herkenningpunten...

S: Switch naar ademautomaat

T: Teken geven

I: Inflator ontlichten

Ezelsbruggetje voor opstijgen is: STALK

S: Signaal – Duikteken

T: Tijd – LTD controle

A: Arm – omhoog met inflator

L: Look – Kijk

K: Kick – Traag naar boven, blijven ademen, trimvest eventueel ontlichten

Indien de tijd te kort is voor de praktijkdelen zwembad, mogen deze gespreid worden over meerdere zwembadlessen.

Datum	Aantekeningen / opmerkingen ZWEMBADLES 1	Paraaf Instructeur

11. Zwembad praktijken 2: Demonstratievaardigheden uitvoeren 2

De Instructeur demonstreert de vaardigheden indien nodig aan de kandidaat Duiker 3-ster. De kandidaat Duiker 3-ster zal vervolgens de demo van de Instructeur de vaardigheid zo perfect mogelijk zelf uitvoeren op demonstratie niveau.

Er dient extra aandacht geschonken te worden door de instructeur aan de correctheid van de uitvoering van de vaardigheden en of het traag en theatraal genoeg gedemonstreerd is.

Type	Demonstreren van volgende vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Duikset opbouwen en voorkomen dat het masker beslaat.			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
Type B	Handsignalen en Lichtsignalen			
	Uitrusting aandoen (met hulp van buddy)			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan (rol achterover)			
Type B	Gecontroleerde afdaling (3*D) - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck (2*D) + ALV-controle			
Type B	LTD-controle (2*D)			
Type A	Vinslagen			
Type B	Communicatie met je buddy			
Type C	Masker klaren			
Type B	Kramp verhelpen			
Type B	Alarmeren buddy			
Type B	ALV-opstijging (3*D) - (STALK)			
Type A	Water verlaten			
Type A	Af- en aandoen duikuitrusting aan de oppervlakte			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

Ezelsbruggetje voor opstijgen is: STALK

S: Signaal – Duikteken

T: Tijd – LTD controle

A: Arm – omhoog met inflator

L: Look – Kijk

K: Kick – Traag naar boven, blijven ademen, trimvest eventueel ontluchten

Indien de tijd te kort is voor de praktijkdelen zwembad, mogen deze gespreid worden over meerdere zwembadlessen.

Datum	Aantekeningen / opmerkingen ZWEMBADLES 2	Paraaf Instructeur

12. Zwembad praktijken 3: Redden en Hulpverlening

Voorafgaande deze zwembadles, de cursus HVD Redden doornemen.

Type	Vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Check de Stek (2*D)			
Type D	Duikcoördinator - Verlenen van hulp			
Type a	Duikset opbouwen			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
Type B	Handsignalen en Lichtsignalen			
	Uitrusting aandoen met hulp van buddy			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan			
Type B	Gecontroleerde afdaling (3*D) - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck (2*D) + ALV-controle			
Type B	LTD-controle (2*D)			
Type B	Procedure Vermiste Duiker			
Type B	Zoekpatronen			
Type A	# Reddingsopstijging (3*D)			
	Positief drijfvermogen creëren bij duiker in nood + simulatie afwerpen gewichtssysteem			
	Duiker in nood slepen naar de kant d.m.v. 3 sleeptechnieken (elke 10m een ander sleeptechniek)			
	Duiker in nood in het water van uitrusting ontdoen			
	Eigen duikset uitdoen			
	Duiker in nood in horizontale positie aan land brengen			
Type A	Simuleren Alarmering van de hulpdiensten			
	Afhandelen duikongeval Reanimeren			
	Zuurstof toedienen (3*D)			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

#: mag niet gecombineerd worden met andere opstijgingen met # in dezelfde duik.

Facultatieve vaardigheden vrij in te plannen:

Aangeleerde skills oefenen met kap en handschoenen

Indien de tijd te kort is voor de praktijkdelen zwembad, mogen deze gespreid worden over meerdere zwembadlessen.

Datum	Aantekeningen / opmerkingen ZWEMBADLES 3	Paraaf Instructeur

13. Zwembad praktijkles 4: Adviseren en Assisteren

Als 3*-duiker word jij gezien als een voorbeeld: andere duikers kopiëren zowel je woorden als je gedrag. Tijdens het adviseren van duikers en het assisteren bij de opleidingen laat jij zien dat jij je daar bewust van bent en ernaar handelt.

In het zwembad en buitenwater kun je een waardevolle rol spelen bij het oefenen van vaardigheden die cursisten al eerder met hun instructeur hebben gedaan.

Bovendien waarborg jij met je aanwezigheid de veiligheid in een oefensituatie.

Dat kan voor een instructeur een steun in de rug zijn.

Type	Vaardigheden	Evaluatie		
Type D	Adviseren van duikers			
Type A	Adviseren over duiklocatie Check de Stek			
Type B	Adviseren over duikplanning Duikplan maken en bewaken			
Type A	Adviseren over duikmateriaal Duikset opbouwen			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
	Briefing			
Type B	Adviseren over veiligheid Handsignalen			
	Uitrusting aandoen met hulp van buddy			
Type B	Adviseren over duiktechniek Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan			
Type B	Gecontroleerde afdaling - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck			
Type B	LTD-controle			
Type D	Assisteren van de instructeur 2 op 2 veiligheid bij oefensituatie			
Type B	Communicatie met je buddy			
Type B	Gecontroleerde opstijging - (STALK)			
Type A	Water verlaten			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			

Datum	Aantekeningen/ opmerkingen ZWEMBADLES 4	Paraaf Instructeur

14. Openwater praktijkles 1: Begeleider duiker 1-ster

De Duiker 3-ster is als ervaringsdeskundige de aangewezen duiker om beginnende duikers te begeleiden. Het is zeer belangrijk dat de Duiker 3-ster de begeleiding van beginnende duikers in al zijn aspecten beheerst.

De begeleidende Instructeur coacht, begeleidt en evalueert de kandidaat Duiker 3-ster totdat deze de vaardigheden onbewust vaardig is.

Type	Begeleider bij volgende vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Check de Stek			
Type B	Duikplan maken en bewaken			
Type A	Duikset opbouwen			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
	Briefing			
Type B	Handsignalen			
	Uitrusting aandoen met hulp van buddy			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan			
Type B	Gecontroleerde afdaling - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck + ALV-controle			
Type B	LTD-controle			
Type A	Leiden van de duik			
Type B	Communicatie met je buddy			
Type A	Navigeren			
Type B	Gecontroleerde opstijging - (STALK)			
Type A	Water verlaten			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

Datum	Aantekeningen/ opmerkingen OPENWATERLES 1	Paraaf Instructeur

15. Openwater praktijkes 2: Begeleiden Duiker 2-ster

De begeleidende Instructeur heeft de keuze om de kandidaat Duiker 3-ster te laten duiken met een beginnende duiker 2-ster tijdens een nachtduik of tijdens getijdenwaterduik (stromingsduik). Het is zeer belangrijk dat de Duiker 3-ster de begeleiding in al zijn aspecten onder de knie heeft. De begeleidende Instructeur coacht, begeleid en evalueert de kandidaat Duiker 3-ster totdat deze de vaardigheden onbewust vaardig is.

Type	Begeleider bij volgende vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Check de Stek (2*D) voor een nachtduik of getijdenwaterduik			
Type B	Duikplan maken en bewaken (2*D)			
Type A	Duikset opbouwen			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
	Briefing			
Type B	Handsignalen (ingeval van een nachtduik: Nacht-Lichtsignalen)			
	Uitrusting aandoen met hulp van buddy			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan			
Type B	Gecontroleerde afdaling (2*D) via bodemprofiel (<i>TOSTI</i>)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck (2*D) + ALV-controle			
Type B	LTD-controle (2*D)			
Type A	Leiden van de duik			
Type B	Communicatie met je buddy (2*D)			
Type A	Navigeren Oriëntatie onder water volgens duikplanning			
Type B	Gecontroleerde opstijging (2*D) langs de bodem - (<i>STALK</i>)			
Type A	Water verlaten			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

Datum	Aantekeningen/ opmerkingen OPENWATERLES 2	Paraaf Instructeur

16. Openwater praktijkles 3: Duikcoördinator

De Duiker 3-ster is bevoegd om duiken met grotere groepen duikers te organiseren en te begeleiden.

Een duikorganisatie bestaat uit minimum 6 duikers en/of 3 duikgroepen

Voorafgaande: [Verkennen nieuwe duikstekken \(3*D\)](#) wordt aanzien als een extra nieuwe duik.

Type	Vaardigheden	Evaluatie		
Type D	Verkennen nieuwe duikstekken (3*D)			
Type D	Duikcoördinator – voorbereiden van een duik			
Type D	Duikcoördinator – plannen van een duik			
	veiligheidsbeoordeling			
Type D	Duikcoördinator – uitvoeren van een duik			
	Debriefing			
	Evaluatie			

Datum	Aantekeningen/ opmerkingen OPENWATERLES 3	Paraaf Instructeur

17. Openwater praktijkles 4: Diepe duik (-20m tot -30m)

Deze oefening geeft de Kandidaat Duiker 3-ster geen enkele bevoegdheid voor het uitvoeren van duiken waar een verplichte decompressiestop nodig is.

Een goede duikplanning van deze duik is essentieel!

Type	Vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Check de Stek (2*D)			
Type B	Duikplan maken en bewaken (3*D) Extra focus op luchtberekening			
Type A	Duikset opbouwen			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
	Briefing			
Type B	Handsignalen en Lichtsignalen			
	Uitrusting aandoen met hulp van buddy			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan			
Type B	Gecontroleerde afdaling (3*D) min. -10m 'in het blauw' - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren extra aandacht			
Type A	Bubblecheck (2*D) + ALV-controle			
Type B	LTD-controle (2*D)			
Type A	Leiden van de duik			
Type A	Trimmen (3*D)			
Type B	Communicatie met je buddy (2*D)			
Type A	Navigeren			
Type A	Gebruik Delayed Surface Marker Buoy (DSMB - 3*D) 'in het blauw'			
Type B	Gecontroleerde opstijging (3*D) 'in het blauw'- (STALK)			
Type A	Water verlaten			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

Datum	Aantekeningen/ opmerkingen OPENWATERLES 4	Paraaf Instructeur

18. Openwater praktijkles 5: Redden en zoekpatronen

Type	Vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Check de Stek (2*D)			
Type a	Duikset opbouwen			
Type B	Materiaalcontrole - KORAAL			
Type B	Handsignalen en Lichtsignalen			
	Uitrusting aandoen met hulp van buddy			
Type B	Buddycheck - KILO			
Type A	Te water gaan			
Type B	Gecontroleerde afdaling (3*D) - (TOSTI)			
Type A	Oren klaren			
Type A	Bubblecheck (2*D) + ALV-controle			
Type B	LTD-controle (2*D)			
Type B	Procedure Vermiste Duiker			
Type B	Zoekpatronen			
Type A	Navigeren naar -20 meter diepte			
Type A	# ALV-opstijging (3*D) over gaan naar Reddingsopstijging (3*D)			
	Positief drijfvermogen creëren bij duiker in nood + simulatie afwerpen gewichtssysteem			
	Duiker in nood slepen naar de kant d.m.v. 3 sleeptechnieken (elke 10m een ander sleeptechniek)			
	Duiker in nood in het water van uitrusting ontdoen			
	Eigen duikset uitdoen			
	Duiker in nood in horizontale positie aan land brengen			
Type A	Simuleren Alarmering van de hulpdiensten			
	Afhandelen duikongeval Reanimeren			
	Zuurstof toedienen (3*D)			
Type A	Duikset afbouwen en nazorg			
	Evaluatie			

#: mag niet gecombineerd worden met andere opstijgingen met # in dezelfde duik.

Hier is het de bedoeling dat de stijging gestart wordt met een ALV-opstijging en tijdens dezelfde stijging overgegaan wordt naar een Reddingsopstijging: dus 1 x de stijging oefenen per duik.

Indien de tijd te kort is voor de praktijkdelen in openwater mogen deze gespreid worden over meerdere openwaterlessen.

Datum	Aantekeningen / opmerkingen OPENWATERLES 5	Paraaf Instructeur

19. Openwater praktijkles 6: Duikcoördinator hulpverlening

De 3*-duiker leert hoe hij bij een duikongeval de hulpverlening kan organiseren en coördineren.

Daarmee draagt hij bij aan een snelle en effectieve hulpverlening en maak je de kans op een goede afloop een stuk groter, want elke helper zet jij in op de meest effectieve plek.

Dit is best een pittige taak die je bij grote voorkeur vaker dan eens moet oefenen.

In elk geval bied jij de vereniging nu weer een mooie gelegenheid om weer eens een ongeval simulatie* te oefenen.

Jij coördineert en de andere leden poetsen daarbij meteen hun eigen vaardigheden op, zoals zoekpatronen, alarm slaan, reanimeren of zuurstoftoediening

Type	Vaardigheden	Evaluatie		
Type A	Check de Stek (2*D)			
Type D	Duikcoördinator – voorbereiden van een duik			
Type D	Duikcoördinator – plannen van een duik			
	veiligheidsbeoordeling			
	Jij blijft op de kant en zorgt voor de veiligheid			
	simuleren alarmsituatie door een buddy paar in het water			
Type D	Duikcoördinator - Verlenen van hulp			
	Volg de flow chart ongevallen			
Type A	Coördinatie simuleren Alarmering van de hulpdiensten			
Type B	Coördinatie voor Zoekpatronen			
	Coördinatie Reanimeren			
	Coördinatie Zuurstof toedienen (3*D)			
	Coördinatie en afhandelen ongeval formulieren			
	Simuleren volgende instanties inlichten: * Je duikschool verantwoordelijke contacteren * De verzekeringsaangifte en het medisch formulier invullen * De medische commissie op de hoogte brengen			
	Debriefing over deze ongeval simulatie			
	Evaluatie			

Indien de tijd te kort is voor de praktijkdelen in openwater mogen deze gespreid worden over meerdere openwaterlessen.

Datum	Aantekeningen / opmerkingen OPENWATERLES 6	Paraaf Instructeur

Basisverloop van een duik voor D3
Check de Stek (2*D)
Duikplan maken en bewaken (3*D)
Duikset opbouwen
Materiaalcontrole
Briefing
Handsignalen
Buddycheck
Te water gaan
Gecontroleerde afdaling (3*D)
Oren klaren
Bubblecheck (2*D)
LTD-controle (2*D)
Leiden van de duik
Navigeren
Vinslagen
Trimmen (3*D)
Communicatie met je buddy (2*D)
Gecontroleerde opstijging (3*D)
Water verlaten
Duikset afbouwen en nazorg

Dieptekwalificatie: afdalen naar diepte
Beantwoorden Handsignalen
Automaat klaren op 2 manieren
Ademen (2x) met volgelopen masker
Masker klaren
Alarmeren buddy "Geen-lucht-situatie"
Overgaan op ALV
LTD-controle (2*D)
Aanvang ALV-opstijging (2*D)

Extra skills over de duiken heen
Af- en aandoen duikuitrusting aan de oppervlakte
Alarmeren buddy
Alarmering van de hulpdiensten
ALV-controle
ALV-opstijging (3*D)
Automaat klaren
Basistrim
Begeleide opstijging (3*D)
Blazende automaat (bij voorkeur enkel in zwembad)
Buddy-kwijtprocedure
Gebruik van de snorkel
Gebruik Delayed Surface Marker Buoy (DSMB - 3*D)
Kramp verhelpen
Masker klaren
Procedure Vermiste Duiker
Reanimeren
Reddingsopstijging (3*D)
Terugvinden automaat
Verkennen nieuwe duikstekken (3*D)
Zwemmen zonder masker
Zoekpatronen
Zuurstof toedienen (3*D)

Extra vaardigheden D3: Adviseren en Assisteren

[Adviseren van duikers](#)

[Assisteren van de instructeur](#)

Extra vaardigheden D3: Duikcoördinator

[Duikcoördinator – voorbereiden van een duik](#)

[Duikcoördinator – plannen van een duik](#)

[Duikcoördinator – uitvoeren van een duik](#)

[Duikcoördinator - Verlenen van hulp](#)

20. Tot Slot...

Als de cursist alle vaardigheden voldoende beheerst en de homologerende Duiken.Vlaanderen instructeur alle evaluaties met een **A** heeft kunnen evalueren, is het zover...




















Proficiat, je derde brevet - Duiker 3-ster Duiken.Vlaanderen heb je behaald.







Wij (Duiken.Vlaanderen en je instructeur) hopen dat je het een leuke ervaring hebt gevonden.









We hopen je spoedig terugzien op een van de vervolgopleidingen!















Veel duikplezier, duik veilig en respecteer de natuur!

21. QR-codes vaardigheden D1 / D2 en D3





Basisverloop van een duik			
			
Check de Stek (2*D)	Duikplan maken en bewaken (3*D)	Duikset opbouwen	Materiaalcontrole
			
Briefing	Handsignalen	Buddycheck	Te water gaan
			
Gecontroleerde afdaling (3*D)	Oren klaren	Bubblecheck (2*D)	LTD-controle (2*D)
			
Leiden van de duik	Navigeren	Vinslagen	Trimmen (3*D)
			
Communicatie met je buddy (2*D)	Gecontroleerde opstijging (3*D)	Water verlaten	Duikset afbouwen en nazorg

Dieptekwalificatie: afdalen naar diepte			
			
Beantwoorden Handsignalen	Automaat klaren op 2 manieren	Ademen (2x) met volgelopen masker	Masker klaren
			
Alarmeren buddy "Geen-lucht-situatie"	Overgaan op ALV	LTD-controle (2*D)	Aanvang ALV-opstijging

Extra skills over de duiken heen			
			
Af- en aandoen duikuitrusting aan de oppervlakte	Alarmeren buddy	Alarmering van de hulpdiensten	ALV-controle
			
ALV-opstijging (3*D)	Automaat klaren	Basistrim	Begeleide opstijging (3*D)

Extra skills over de duiken heen			
			
Blazende automaat (bij voorkeur enkel in zwembad)	Buddy-kwijtprocedure	Gebruik van de snorkel	Gebruik Delayed Surface Marker Buoy (DSMB - 3*D)
			
Kramp verhelpen	Masker klaren	Procedure Vermiste Duiker	Reanimeren
			
Reddingsopstijging (3*D)	Terugvinden automaat	Verkennen nieuwe duikstekken (3*D)	Zwemmen zonder masker
			
Zoekpatronen	Zuurstof toedienen (3*D)		

Extra vaardigheden D3: Adviseren en Assisteren			
			
<u>Adviseren van duikers</u>	<u>Assisteren van de instructeur</u>		

Extra vaardigheden D3: Duikcoördinator			
			
<u>Duikcoördinator – voorbereiden van een duik</u>	<u>Duikcoördinator – plannen van een duik</u>	<u>Duikcoördinator – uitvoeren van een duik</u>	<u>Duikcoördinator - Verlenen van hulp</u>