

潜水社会体育指导员职业技能鉴定 工作手册

国家体育总局职业技能鉴定指导中心

2024年12月

说 明

为满足休闲潜水运动发展对潜水从业人员的需要，保证潜水社会体育指导员服务能力和质量，规范潜水社会体育指导员人才培养与专业能力评价工作，体育总局职鉴指导中心组织有关专家编制了《潜水社会体育指导员职业技能鉴定工作手册》（以下简称《手册》）。

一、《手册》依据《社会体育指导员国家职业技能标准》制定，涵盖了潜水社会体育指导员（初、中级）应具备的技能要求和相关知识要求，详细规定了各级别潜水社会体育指导员所应具备的职业能力，并对培训与评价等作出了明确规定，体现了以职业活动为导向、以职业能力为核心、以培训评价为手段的特点。

二、《手册》按照职业能力水平具体明确了潜水社会体育指导员初级、中级的评价申报条件、评价方式与主要评价内容。

三、《手册》由体育总局职鉴指导中心组织编写与审定。主要参与人员有：陈良宝、陈黎、高强、鹿徽、栾茜、齐立滨、陶旻、王刚、王寒、韦庆华、袁东、杨武宁、曾鹏、张春猛。（按姓氏拼音排序）

目 录

第一部分 潜水社会体育指导员工作要求	3
第二部分 潜水社会体育指导员培训大纲	8
一、培训目的与任务	8
二、培训对象	8
三、培训目标	8
四、培训基本原则	9
五、初、中级潜水指导员培训课程专项内容纲要	9
六、培训内容与学时分配	11
第三部分 潜水社会体育指导员鉴定考核实施细则	15
一、总体要求	15
二、初级潜水指导员职业技能鉴定实操考核实施细则	16
三、中级潜水指导员职业技能鉴定实操考核实施细则	31

第一部分 潜水社会体育指导员工作要求

本标准对五级/初级工、四级/中级工的技能要求和相关知识要求依次递进，高级别涵盖低级别。

一、五级/初级工

职业功能	工作内容	技能要求
推介与解答	推介	1、能向咨询者介绍潜水项目的服务内容及其特点。 2、能介绍潜水项目的安全注意事项。 3、能使用文明用语，掌握项目特点并熟练应用服务标准的沟通技巧。
	解答	1、能问询、记录咨询者身体和心理的基本状态信息，为其提供是否适合参与潜水的专业建议。 2、能向咨询者说明潜水项目服务标准和费用情况。 3、能够回答咨询者关于潜水装备使用、场地、健康要求等基本问题。
技术指导	指导准备	1、能够为指导对象准备所需的潜水基本装备，并确保装备安全。 2、能正确指导被指导者组装潜水装备及下水前的安全检查。 3、能制定潜水课程的基本练习方案。
	讲解示范	1、能够完整、准确讲解潜水技术的基本要领。 2、能通过标准的动作示范，展示基本技术。

	练习指导	<p>1、能根据指导对象的身体情况与水域条件设计适当的潜水练习方案。</p> <p>2、能根据练习方案指导练习。</p> <p>3、能在指导过程中，及时发现并纠正指导对象的技术动作错误，确保指导对象能够正确掌握技术。</p> <p>4、能在水深不超过6米的安全可控水域进行教学。</p>
	练习评价	<p>1、能够记录指导对象的潜水技术表现。</p> <p>2、能通过对指导对象的技术观察，提供针对性的反馈，帮助指导对象提升技能。</p>
安全防护	保护帮助	<p>1、能在潜水教学中合理使用教学辅助器材，确保指导对象的安全。</p> <p>2、能指导被指导者如何在紧急情况下进行自我保护，处理如空气耗尽、装备故障、身体不适、环境风险等意外情况。</p> <p>3、能提出针对被指导者身心状况、潜水场地、潜水装备、应急措施等方面的风险保护要求，确保潜水活动的安全。</p>
	应急处理	<p>1、能够迅速识别潜水过程中可能出现的突发情况，并采取有效的紧急处理措施。</p> <p>2、掌握心肺复苏术，能够在突发情况下进行及时、有效的应急处理。</p>

二、四级/中级工

职业功能	工作内容	技能要求
推介与解答	推介	1、能向咨询者介绍潜水项目的特点与锻炼效果，特别是潜水对身心的健康益处，如增强耐力、提高肺活量、缓解心理压力等。 2、能说明潜水中常见的损伤规律，如气压伤、减压病、肺部过度扩张伤害等。 3、能够根据咨询者的需求，推荐适合的潜水课程内容。
	解答	1、能解答指导对象在学习潜水过程中遇到的常见问题，尤其是潜水装备使用、适应潜水环境和身体素质锻炼等方面的疑问。 2、能向咨询者解答不同年龄段及身体条件的人群在练习中遇到的常见问题。
技术指导	指导准备	1、能全面检查潜水场地，掌握潜水前的水温、能见度、深度、水流等环境信息，具备设置水面浮具、入水绳及瞭望点的能力，并确保潜水装备的配备完整、状态良好，符合安全标准。 2、能对指导对象的基本身心素质、技能水平情况进行测试和评估。 3、能根据指导对象的身心素质、技能水平测试和评估结果，制订针对性训练计划。
	讲解示范	1、能阐明潜水技术动作目标、价值，并详细解析动作重难点及与安全相关的注意事项。 2、能通过清晰、合理的步骤进行动作示范技巧展示，并在示范过程中运用手势强调细节与要点。 3、能讲解、演示初学者易犯错误动作。

	练习指导	<p>1、能根据指导对象的练习需求和内容，合理设计分组，明确安排助手的位置与任务，确保队形与环境的相对位置合理；在教学过程中，与指导对象保持适当距离，定时清点人数，确保教学过程的完整性与组织的合理性，从而有效保障练习的安全与效果。</p> <p>2、能通过有效的沟通与助手协作，合理分配其工作任务，及时处理助手反馈的问题，确保练习有序进行，并根据不同练习需求，灵活采用重复练习法、间歇练习法、持续练习法和循环练习法指导学习者完成练习目标。</p> <p>3、能纠正指导对象技术动作中的共性错误，通过细致的示范和调整，确保指导对象在练习中的动作正确，及时发现并处理指导对象出现的技术问题。</p> <p>4、能在水深不超过 20 米的开放水域进行潜水教学。</p>
	练习评价	<p>1、能结合练习过程中速度、耐力、力量等方面的综合表现，评估指导对象的运动能力。</p> <p>2、能够根据指导对象的潜水操作和表现，提供具体、针对性的改进建议，帮助指导对象纠正错误动作、消除安全隐患，提升潜水技术水平和安全意识。</p>
身体素质指导	一般身体素质指导	<p>1、能通过一般身体素质测试，了解学员的身体形态、机能和素质。特别是在潜水前进行身体状态评估，确保指导对象能够安全潜水。</p> <p>2、能阐明潜水运动的特征，包括水下环境对身心的影响。强调身心素质（如肺活量、心肺功能、耐力、平衡能力、心理稳定性等）的重要性，并为学员提供如何提升这些素质的具体建议。</p>

	不同人群身体素质指导	能够根据官方认可的适潜水性评估表，评估不同健康水平的指导对象，并提供有针对性的体能训练建议，以帮助其改善体能、适应潜水需求，确保潜水过程中的安全与舒适。
安全防护	保护帮助	<ol style="list-style-type: none"> 1、能通过保护与帮助，提升指导对象在潜水过程中动作的安全性，有效预防憋气、失控上升、潜水失散等问题的发生。 2、能够识别潜水场地、装备和指导对象的潜在风险，有针对提出相应的风险防护措施。
	应急处理	<ol style="list-style-type: none"> 1、能熟练掌握应对虚弱、恐慌、无反应、装备故障和失踪潜水员等紧急救助情境救援方法；同时具备氧气急救和心肺复苏的专业能力，能够在潜水过程中有效应对如气压伤、减压病、肺部过度扩张伤害等常见突发事件，确保潜水员安全。 2、能向医护人员提供及时的伤者症状信息，并在医生指导下进行有效救助。

第二部分 潜水社会体育指导员培训大纲

根据中华人民共和国人力资源和社会保障部制定的《社会体育指导员国家职业标准》（以下简称《标准》）中有关培训规定的规定，为潜水社会体育指导员职业技能鉴定理论、技能培训提供科学、规范的依据，结合我国潜水运动对潜水从业人员的要求，制定本大纲。

一、培训目的与任务

通过培训，使申报相应等级职业技能鉴定的人员，掌握潜水运动的理论、相应等级技术和技能，达到《标准》中在理论和技能方面的基本要求，为参加相应级别职业技能鉴定考试做好准备。

二、培训对象

从事和想要从事潜水指导员职业的人员。

三、培训目标

（一）熟悉相应等级潜水指导员工作内容和能力要求。

（二）熟练掌握相应等级潜水理论、技术和训练的基本方法。

（三）初级指导员具备在水深 6 米以内的安全可控水域开展工作的能力。能够带领和指导没有潜水经验的身心健康、适合潜水的人员体验潜水；组织和带领合格潜水员；教授浮潜和水肺潜水的基础技能。

中级指导员具备在水深 20 米以内，符合《体育场所开放条件与技术要求第 10 部分：潜水场所》（GB19079.10-2013）规定的开放水域，开展教学和活动的的能力。能够组织不同年龄段的身心健康、适合潜水人员（不包含特殊人群）进行休闲潜水教学（不包括洞潜、沉船等特殊环境潜水项目的指导和带领）。

（四）能够处理潜水常见的突发情况，具备救援能力，确保潜水活动的安全。

(五) 咨询接待、介绍潜水活动，解答有关潜水活动的问题。

四、培训基本原则

(一) 规范性原则

严格按照《大纲》规定的内容、时间和形式进行培训，认真领会《细则》，统一大纲、统一考核标准。

(二) 实践性原则

注重理论知识与实践相结合，引导学员将所学知识应用于实践，加强学员具体操作能力的培养。

(三) 灵活性原则

形式多样，方法灵活，除采用课堂讲授外，可适当采用录像观摩、交流研讨等方式，开阔学员的思路和眼界。

(四) 安全性原则

突出安全教育，遵守规则，保障潜水安全。

(五) “考培分开”原则

按照国家职业技能鉴定要求，各省职业资格培训机构承担培训，体育行业职业鉴定机构承担考核工作。

五、初、中级潜水指导员培训课程专项内容纲要

(一) 潜水运动概述

1. 水肺潜水运动发展简史
2. 潜水社会体育指导员职业发展

(二) 潜水运动对人体的影响

1. 下潜时压力变化对人体的影响
2. 上升时压力变化对人体的影响
3. 温度对人体的影响
4. 水下声音、光线对人的影响

（三）潜水装备

1. 浮潜装备
2. 水肺装备
3. 附属装备
4. 特殊潜水装备

（四）潜水环境

1. 水底组成
2. 淡水环境
3. 海水环境
4. 水下生物辨识
5. 潜水对环境的影响

（五）潜水技能

1. 潜水技能概述
2. 基本技能
3. 救援技能
4. 专长潜水技能

（六）潜水教学

1. 潜水教学概述
2. 潜水教学原则
3. 潜水教学中常见心理问题与应对
4. 理论教学
5. 平静水域教学
6. 开放水域教学
7. 特殊人群教学

(七) 潜水紧急救护

1. CPR
2. 氧气使用
3. 生物伤害处理
4. 其他急救

(八) 潜水活动管理

1. 潜水活动管理概述
2. 潜水计划
3. 潜水安全管理

六、培训内容与学时分配

(一) 培训总学时分配表

内容 级别	公共理论			专项理论与技能				总学时
	自学	集中	总合	自学	理论	实践	总合	
初 级	38	8	46	16	16	72	104	150
中 级	28	8	36	62	12	40	114	150

(二) 专项学时分配表

等级	内容	自学	专项理论	专项技术与技能	总学时
		学时	学时	学时	
初 级		16	16	72	104
中 级		62	12	40	114

(三) 专项培训内容学时分配比例表

内容 级别	专项理论培训			专项技能培训			总计
	内 容	学时		内 容	学时		
初 级	水肺潜水运动发展	1	16	体能达标	4	72	88
	潜水指导员职业发展	1		心肺复苏	4		
	上升时压力变化对人体的影响	2		基本潜水技术	32		
	下潜时压力变化对人体的影响	2		救援技术	8		

	潜水环境	2		平静水域教学指导能力	8		
	潜水装备	2		开放水域潜水综合实习	16		
	潜水计划	2					
	潜水安全管理	2					
	潜水教学	2					
中级	上升时压力变化对人体的影响	1	12	体能达标	4	40	52
	下潜时压力变化对人体的影响	1		急救氧气	4		
	潜水环境	1		水底指北针导航	3		
	潜水装备	1		释放水面定位浮标(SMB)	3		
	潜水计划	1		蛙鞋踢动技术	3		
	潜水安全管理	2		浮力控制	3		
	潜水紧急救护	2		救援技术	4		
	潜水教学	3		理论教学指导能力	8		
					开放水域教学指导能力		

七、初级潜水指导员培训课程模板

日期	时间	内容	地点
第一天	8:00-11:30	公共理论	教室
	14:00-17:30	公共理论	教室
第二天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第三天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第四天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第五天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第六天	8:00-11:30	专项技能	游泳池
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第七天	8:00-11:30	专项技能	游泳池

	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第八天	8:00-11:30	专项技能	游泳池
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第九天	8:00-11:30	专项技能	游泳池
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第十天	8:00-11:30	专项技能	游泳池
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第十一天	全天	开放水域潜水综合实习	开放水域
第十二天	全天	开放水域潜水综合实习	开放水域
第十三天	全天	考评	教室/游泳池

八、中级潜水指导员培训课程模版

日期	时间	内容	地点
第一天	8:00-11:30	公共理论	教室
	14:00-17:30	公共理论	教室
第二天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	游泳池
第三天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	开放水域
第四天	8:00-11:30	专项理论	教室
	14:00-17:30	专项技能	开放水域
第五天	8:00-11:30	专项技能	开放水域
	14:00-17:30	专项技能	开放水域
第六天	8:00-11:30	专项技能	开放水域
	14:00-17:30	专项技能	开放水域
第七天	8:00-11:30	专项技能	开放水域
	14:00-17:30	专项技能	开放水域
第八天	8:00-11:30	专项技能	开放水域

	14:00-17:30	模拟考核	教室/游泳池/开放水域
第九天	全天	考评	教室/游泳池/开放水域

九、培训管理

（一）培训比例

培训师与学员配比：平静水域培训师与学员最大比例为 1：10；开放水域培训师与学员最大比例为 1:8。

（二）培训场地

培训地点和潜水场所应符合《体育场所开放条件与技术要求第 10 部分：潜水场所》(GB19079.10-2013)的规定。

（三）培训师资

1. 培训教师须经统一培训并获得潜水指导员培训师证书。
2. 培训教师应在培训前掌握潜水场地情况，并根据本大纲制定相关培训计划，做好各项准备工作。
3. 在培训过程中，对学员反馈的有关培训内容和效果的意见、建议进行汇总，提高培训质量。

第三部分 潜水社会体育指导员鉴定考核实施细则

一、总体要求

(一) 适用对象

从事或准备从事潜水指导员职业的人员。

(二) 申报条件

可申报五级/初级工：

经本职业五级/初级工正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

可申报四级/中级工：

取得本职业或相关职业五级/初级工职业资格证书后，累计从事本职业或相关职业1年（含）以上，经本职业四级/中级工正规培训达到规定标准学时数，并取得结业证书。

(三) 鉴定方式

包括理论和实操考核两部分。理论考试以笔试、机考等方式为主，主要考核从业人员从事本职业应掌握的相关知识要求；实操考核分为达标项、基本技术、救援和教学指导，主要采用现场展示、现场模拟等方式进行，主要考核从业人员从事本职业应具备的技能水平及对安全防护知识的了解和掌握。

理论考试和实操考核实行百分制。理论考试60分为及格，实操考核60分为及格。理论考试和实操考核成绩均合格者，颁发《社会体育指导员国家职业资格证书》。单项成绩2年内有效。

(四) 鉴定场所

理论考试在标准化教室进行；实操考核场地符合《体育场所开放条件与技术要求第10部分：潜水场所》（GB19079.10-2013）的要求。

二、初级潜水指导员职业技能鉴定实操考核实施细则

(一) 鉴定内容

达标项目	1.水下屏气潜泳、水面蹿泳 2.心肺复苏	
实操部分	基本技术 (50分)	*组合 1: 装备组装及安全检查; 水面水肺装备着装; 无面镜潜游; 从不断泄漏的调节器呼吸; 上升及深水区出水 *组合 2: 跨步式入水; 水面配重穿脱; 抽筋解除 (小腿); 中性浮力游动, 途中面镜排水; 水下释放浮标 *组合 3: 坐姿后滚式入水; 下潜 (在接触水底前悬浮); 低压管的卸除、口吹式悬浮; 水下配重 (腰带式) 脱着; 紧急游泳上升、水面口吹建立浮力 *组合 4: 水下面镜、脚蹼、呼吸管脱、着装; 水下水肺装备着装; 调节器寻回; 悬浮面镜脱着; 水下水肺装备卸装后出水
	救援 (10分)	*水下无反应潜水员救援
	教学指导能力 (40分)	*中性浮力调节 *调节器寻回 *面镜脱着 *上升 *下潜 *脚蹼的踢动技术 *抽筋解除(小腿)

(二) 初级潜水社会体育指导员达标测试标准

1. 水下屏气潜泳、水面蹿泳

装备：面镜、脚蹼、呼吸管。

测试方式：着面镜、脚蹼、呼吸管，手扶池壁，听到出发口令（口令：水下屏气潜泳，出发倒计时1分钟，30s，20s，10s，9、8、7、6、5、4、3、2、1出发）后出发（可蹬边），水下屏气潜泳至少25米后出水，面部朝下使用面镜、呼吸管和脚蹼游动。总计完成400米。

达标要求：

(1) 水下屏气潜泳至少25米，中途身体及装备任何部分不能露出水面。

- (2) 面部朝下使用面镜、呼吸管和脚蹼游动，完成余下距离。
- (3) 男：8min内完成，女：8min30s内完成(不区分长池、短池)。
- (4) 全程必须使用面镜、脚蹼、呼吸管，到终点时应装备齐全。

备注：

(1) 转身时允许潜泳。

(2) 可以借助手臂划水游动。

(3) 脚蹼：应使用水肺潜水或浮潜常用脚蹼；长度不得超过0.75米；不得使用单蹼。

本达标项须一次通过，不设补考。达标合格后方能进入下一阶段的考核。

2. 心肺复苏

表 1 心肺复苏考核评分标准

分类	考核内容及分值	考核要点	扣分标准
判断意识	环境安全 1分	环视四周，确认环境安全。	未环视四周或未口述环境安全，扣1分。
	判断意识和呼救 4分	用力拍打溺水者双肩同时大声呼唤，无反应，确认溺水者意识丧失。启动应急预案，请他人（拨打急救电话120，拿AED、氧气装置到现场）。	未拍打溺水者肩膀，扣2分；未启动应急预案，扣2分。
	判断呼吸 2分	眼睛观察胸腹部是否有起伏，判断时间5-10秒。	未判断呼吸或时间不足(超过)，扣2分。
	摆放体位 1分	溺水者取仰卧位。	取位错误或体位摆放不正确，扣1分。
开放气道	清理口腔 1分	如果溺水者口腔有异物，则清理；没有则忽略。	未清理口中异物或没有口述“没有异物”，扣1分。
	开放气道 4分	一只手掌压住前额，另一只手食指和中指上抬下颌骨，将头部后仰。	打开手法错误，扣2分；头部后仰位置错误，扣2分。

人工呼吸	口对口吹气 4分	用一只手的拇、食两指捏住溺水者鼻翼，张开口包住溺水者的嘴通气至胸部隆起。吹气后应与溺水者口部脱离。口对口吹气2次，每次通气应该维持大约1秒。2次吹气之间应松开鼻翼。	吹不进气，扣4分； 方法不正确，达到通气结果，漏气扣2分； 方法正确但达不到通气结果，扣2分； 吹气时间不足或通气过度，扣2分； 2次吹气之间未松开鼻翼，扣2分。
胸外按压	胸外按压 22分	部位：掌根按压胸骨下半部，两乳头连线与胸骨交叉点。 姿势：双手交叠，十指相扣，双肘关节伸直，用掌根部按压； 以髋关节为轴，身体重量垂直下压，压力均匀，每次按压后胸廓充分回弹，掌根不能离开胸壁。 胸外按压30次，按压通气比例30:2，按压频率100-120次/分。按压深度5-6厘米。按压与放松的比例为1:1。 按压中断时间小于10秒钟。	按压部位不准确，考核不能通过； 按压动作错误，扣3分； 按压通气比例，错误扣3分；频率错误扣5分； 深度错误扣5分； 未充分回弹，扣3分； 掌根离开胸壁，扣3分。
评估	重新评估 1分	2次口对口通气加30次胸外按压为一个循环，约2分钟，完成5次循环后重新评估。	考评员未示意结束，自行停止，视为未完成。

注：未完成全部考核流程，心肺复苏零分。未达标者不能参加其他技能项目的考核。

分值40分，如果心肺复苏操作程序错误或其该项目总分不足24分，即算该项目考核不合格。

持有游泳救生员国家职业资格证书，免考心肺复苏。

(三) 初级潜水社会体育指导员基本技术实操考核标准

1. 基本技术实操考核题签

	① (陆上或水面)	② (水面或水下)	③ (水下)	④ (水下)	⑤ (水下或水面)
(一)	装备组装及安全检查	水面心肺装备着装	无面镜潜游	从不断泄漏的调节器呼吸	上升及深水区出水
类别	(常用基本类)	(常用基本类)	(浮力类)	(应急类)	(常用基本类)

(二)	跨步式入水	水面配重穿脱	抽筋解除(小腿)	中性浮力游动,途中面镜排水	水下释放浮标
类别	(常用基本类)	(应急类)	(应急类)	(常用基本类)	(浮力类)
(三)	坐姿后滚式入水	下潜(在接触水底前悬浮)	低压管的卸除、口吹式悬浮	水下配重(腰带式)脱着	紧急游泳上升、水面口吹建立浮力
类别	(常用基本类)	(常用基本类)	(浮力类)	(浮力类)	(应急类)
(四)	水下面镜、脚蹼、呼吸管脱、着装	水下心肺装备着装	调节器寻回	悬浮面镜脱着	水下心肺装备卸装后出水
类别	(常用基本类)	(应急类)	(应急类)	(应急类)	(浮力类)

2. 基本技术实操考核评分标准

在四组动作中抽考一组动作，每组动作包括5项技术，考生须按顺序依次完成。单项技术采用10分制，每一项技术的合格分数为6分（考生每项技术得分为三名考评员的平均分）。任何一项技术得分低于6分（不含），操作技能考核不合格。

所有技术考核过程中，考生出现评分标准之外的明显错误，考评员可酌情扣分。

(1) 第一组合

技术名称	考核要点	评分标准
1.装备组装及安全	<p>使用常规心肺装备。包括：气瓶、呼吸调节器组（含主呼吸调节器、备用呼吸调节器和压力深度仪表组）和浮力调整装置及配重系统。</p> <p>1.组装前检查气瓶气体、气瓶 O 型圈、气瓶外观、气瓶标识。</p> <p>2.浮力调整装置与气瓶的连接：气瓶出气口朝前，与浮力调整装置内侧同向，出气口平面与背架平行，气瓶箍连接完整牢固、高度适中。</p> <p>3.呼吸调节器一级与气瓶阀连接：打开气瓶阀后连接稳固、呼吸器和备用呼吸器在右侧、仪表组和低压管在左侧。气瓶阀开启完全且有半圈回转。备用呼吸器放置在专用口袋或用卡扣固定。低压管牢固连接浮力调整装置充排气阀。</p> <p>4.组装后安全检查包括：</p> <p>呼吸调节器组：</p> <p>主、各呼吸调节器的呼吸阻抗、呼吸顺畅；呼吸时压力表指针无摆动；深度表归零。</p> <p>浮力调整装置：</p>	<p>0分：未完成考核；组装后装备不能使用；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及上）；</p> <p>6分：按照考核要点在3分钟内完成。</p> <p>加分项：</p> <p>动作细节有提示或强调手势加1-2分；</p> <p>准确叙述气压测试、气瓶出厂时间加1分；</p> <p>准确说出气瓶压强加1分。</p>

	<p>各充排气阀有效、密闭无泄漏。 装备没有漏气现象；压力表度数检查；整体牢固性检查。</p> <p>5.固定摆放 将组装好的水肺系统和面镜、呼吸管、脚蹼、整合摆放。 整体水平放置、利用配重系统固定。 示意考评员完成考核。</p>	
2.水面水肺装备着装	<p>考生将水肺装备放置在水面。</p> <p>1.考生佩戴面镜、脚蹼，含住呼吸管，从池边入水接触装备后，调整浮力调整装置气量，浮力调整装置处于正浮力状态。</p> <p>2.在自身双臂展开的区域内，采用先右手后左手的顺序将水肺装备穿上，并自下而上固定卡扣。</p> <p>3.检查整理管线，确保管线和装备没有阻碍和缠绕。 着装过程中身体不能完全没入水面以下，水肺装备与身体始终保持接触。 示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：没有保证浮力调整装置正浮力；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 全程面向考评员加1分； 位移小于1米加1分。</p>
3.无面镜潜游	<p>1.考生在水中保持俯卧悬浮状态（悬浮时间不小于30秒）。</p> <p>2.摘掉面镜，正常呼吸。</p> <p>3.保持水平的中性浮力游动10米。 游动中，身体保持流线型，除一只手可以触底外，任何部位不能接触水底或露出水面。</p> <p>4.游完10米后，在俯卧悬浮状态下，重新戴回面镜，并清除积水。 示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：呛水后失控；没有完成中性浮力游动；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 脚蹼打水动作协调加1分； 悬浮稳定（身体起伏0.5米以内，不借助手脚动作维持悬浮状态）加1分。</p>

<p>4.从不断泄漏的调节器呼吸</p>	<p>考生在水底以按压调节器二级排气阀的方式，模拟不断泄漏的调节器。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.将调节器二级拿离口中，并持续按压排气阀，模拟气体大量泄漏。 2.调节器二级离口后，口中要持续吐出气泡。 3.含住呼吸器咬嘴的一半，低头，向未含住咬嘴的一侧转头。 <p>呼吸时间至少 30 秒，至少完成 5 次有效呼吸。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0 分：未完成考核呛水；屏气；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 操作过程身体稳定加 1 分； 口吐气泡持续、明显加 1 分。</p>
<p>5.上升及深水区出水</p>	<p>考生上升前，跪姿保持中性浮力状态。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.做出上升手势；检查仪表组、电脑表、计时器。 2.左手高举充排气阀，保持充排气阀在浮力调整装置最高点。抬头，眼睛向游动方向的前上方观察，踢动脚蹼，以不超过 8-10m/min 速率上升。 <p>出水前将右手手心朝上，举在头顶上方。</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.到达水面后，口吹低压充排气阀，建立正浮力后呼吸调节器换呼吸管。 <p>游到扶梯边，依次卸除配重、水肺装备、脚蹼后上岸。</p> <p>如水深不足以完成考核要点，则需要采用在水下斜向上的游动方式执行此技巧。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0 分：充气上升；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 上升过程中手指放在排气阀上加 1 分； 上升速度控制准确；口吹浮力调整装置没有漏气现象加 1 分。</p>

(2) 第二组合

项目名称	考核要点	评分标准
1.跨步式入水	<p>1.考生向同伴做出准备入水的手势。 浮力调整装置适当充气。 检查并固定管线。 佩戴面镜、口含住主呼吸调节器二级。 检查水面。</p> <p>2.一只手的手指压住面镜、手掌压住二级，另一只手护住胸前管线或扶住气瓶或在腹前固定住管线，目视前方入水区域。</p> <p>3.一条腿向前跨步迈出入水，另一条腿脚蹼蹼面先触水，双腿成人字形；上身保持直立。</p> <p>4.入水后，检查装备、浮力，呼吸调节器换呼吸管，在水面向同伴做出 OK 手势。 游到安全区域。 示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：未检查水面、未建立正浮力；跌入水中；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 跨步时重心平稳移动加1分； 游出3米外向同伴做出ok手势加1分。</p>
2.水面配重穿脱	<p>考生全程佩戴面镜，含呼吸管或调节器。操作应在自身双臂展开的范围内完成。</p> <p>1.浮力调整装置适当充气，建立正浮力。 打开配重带快卸扣，脱下配重带放在腹部靠近身体重心处。 穿回配重带。</p> <p>2.完成动作后检查配重系统、浮力调整装置和管线。 配重系统始终在潜水员的有效控制之内。潜水员始终漂浮在水面以上。 示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：未佩戴面镜，口含呼吸管或调节器；配重脱落；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 全程面向考评员加1分； 位移小于1米加1分。</p>
3.抽筋解除（小腿）	<p>考生着全套水肺装备保持原位。</p> <p>1.在水中完成用手牵拉抽筋腿脚蹼尖。</p> <p>2.至抽筋腿膝关节伸展，踝关节背伸。 在中性浮力状态下完成，不可触底。 示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：触底未保持中性浮力状态；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调性手势加1分； 身体未出水加1分； 位移小于0.5米加1分。</p>

<p>4.中性浮力游动，途中面镜排水</p>	<p>考生下潜后，</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.身体伸展成流线型，保持中性浮力直线游动，至10米处俯卧悬浮（悬浮时间不小于30秒），悬浮期间使面镜进水，再完成面镜排水； 2.继续游动5米。 <p>全程身体不可触底或出水。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：未保持悬浮状态，出水或碰触池底；没有完全排出面镜积水；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调性手势加1分； 游动过程身体保持水平加1分； 悬浮稳定（身体起伏0.5米以内）加1分。</p>
<p>5.水下释放浮标</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.考生在水下将线轮与浮标连接。 2.用备用调节器给水面浮标用点充的方法充气。释放浮标直立出水面，内部气量至少为3/4。线轮有效固定，无缠绕或脱手现象。 3.收线轮上升出水。 <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：跟随浮标上浮；浮标脱手失控；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 30秒内完成加1分； 线轮、线与浮标取出后始终未与手以外身体和装备接触加1分。</p>

(3) 第三组合

项目名称	技术要点	评分标准
1. 坐姿后滚式入水	<p>1. 考生坐在入水点处，向考评员发出入水手势；浮力调整装置适当充气。</p> <p>检查水面，确认入水安全。</p> <p>2. 一手按住呼吸调节器和面镜，另一手把管线等固定到胸前。</p> <p>3. 低头身体团身顺势后倒，气瓶瓶身首先入水；身体团身落入水中。</p> <p>4. 入水后浮出水面，呼吸调节器换呼吸管，对考评员发出“OK”手势，并游到安全区（3 米外）。</p>	<p>0 分：未建立适当正浮力；呛水或面镜移位；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 点式入水加 1 分； 入水时头顶未没水加 1 分。</p>
2. 下潜（在接触水底前悬浮）	<p>1. 考生对考评员做出下潜手势；确定方位；呼吸管换呼吸调节器；确认时间及深度表归零。</p> <p>2. 左手举起充排气阀点放排气，右手捏鼻准备平衡耳压；水平面与眼睛齐平时，停止排气，吐气下潜；水没顶后左手手持充排气阀。</p> <p>3. 控制下潜速度，及时平衡耳压，在接触水底前身体呈俯卧悬浮状态（悬浮时间不小于 10 秒）。完成下潜到池底。</p>	<p>0 分：没有做出平衡耳压的动作；下潜时未完成悬浮；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 耳压平衡时停止下潜加 1 分； 悬浮时身体躯干保持水平状态加 1 分。</p>
3. 低压管的卸除、口吹式悬浮	<p>考生按压充气阀，身体呈正浮力上浮或有上浮的趋势，模拟浮力调整装置充气阀不断充气的故障。</p> <p>利用泄气阀排除浮力调整装置内的空气，控制上浮。</p> <p>1. 在池底卸下低压管。</p> <p>2. 运用口吹法给低压充排气阀充气。</p> <p>调节器离口时，要保持不断吐出气泡。</p> <p>达到中性浮力后，俯卧悬浮在水中（悬浮时间 30 秒）。</p> <p>3. 在俯卧悬浮状态下，插回低压管。</p> <p>示意考评员完成考核。</p> <p>潜到池底，准备下一项考核。</p>	<p>0 分：浮出水面；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 吹气 2 口完成中性浮力调节加 1 分； 悬浮稳定（0.5 米以内）加 1 分。</p>

<p>4.水下配重 (腰带式)脱着</p>	<p>考生水底保持中性浮力状态。</p> <p>1.脱下配重系统。 保持配重系统不触底。</p> <p>2.穿回、调整、固定、检查配重系统。 示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：配重系统脱手或触底； 身体浮出水面；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 全程不位移，双脚稳定加1分； 快卸扣位置居中加1分；</p>
<p>5.紧急游泳 上升、水面 口吹建立浮力</p>	<p>1.考生保持所有装备在原位，眼看前进方向。左手举高排气阀，右手臂伸直，手心向前。</p> <p>2.抬头，口中保持持续吐气，缓慢踢动脚蹼，在水面以下完成斜上游动至少9米后出水。</p> <p>游动中不可出水，不可触底；出水后口吹低压充排气阀建立正浮力。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：上升游动水平距离少于9米触底或出水；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 不间断吐气加1分； 口吹低压充排气阀没有漏气加1分。</p>

(4) 第四组合

项目名称	技术要点	评分标准
1.水下面镜、脚蹼、呼吸管脱、着装	<p>1.着面镜、呼吸管、脚蹼，从水面潜入水中，依次卸下脚蹼、面镜、呼吸管，上升出水。</p> <p>2.水面休息（不超过 20 秒）后，再次潜入水中，穿着脚蹼、面镜、呼吸管，上升时完成面镜、呼吸管排水，出水后水面俯卧面部没水间隔时间至少 5 秒钟后进行下一个动作。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0 分：面镜积水没有清除干净；呼吸管积水没有清除；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 60 秒内完成加 1 分； 50 秒内完成加 2 分。</p>
2.水下水肺装备着装	<p>考生着面镜、脚蹼、呼吸管下潜，接近水肺装备；</p> <p>按照合理的顺序完成水肺和配重系统穿着。顺序如下：</p> <p>1.口含调节器；穿着水肺系统；穿着配重；</p> <p>2.整理装备，着装整齐，管线没有缠绕；</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0 分：穿着过程中身体出水。完成操作后管线发生缠绕；</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调手势加 1 分； 始终正对考评员加 1 分； 着装过程身体位移小于 1 米加 1 分。</p>
3.调节器寻回	<p>1.考生从口中取出呼吸调节器，口吐气泡，身体向右倾斜。</p> <p>2.右手前伸，沿身体中线、大腿外侧、气瓶划弧水平向前伸直。</p> <p>3.左手顺右手手臂寻回调节器；清除积水后呼吸。</p> <p>4.若横扫法无法完成寻回，应采用后取法寻回。</p> <p>5.进行中性浮力调节。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0 分：调节器离口后屏气；身体出水。</p> <p>1-3 分：完成操作但有动作缺失；顺序错误</p> <p>4-5 分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6 分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加 1 分； 动作细节有强调性手势加 1 分； 一次完成寻回加 1 分； 身体稳定加 1 分。</p>

4.悬浮面镜 脱着	<p>考生身体始终保持俯卧悬浮状态，脱下、戴回面镜、清除积水。（悬浮时间≥ 30秒）。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：身体出水或触底；呛水；面镜积水没有完全排出；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 一次性完成面镜排水加1分； 悬浮稳定（身体上下移动0.5米以内）加1分。</p>
5.水下水肺 装备卸装后 出水	<p>1.考生在水底，将浮力调整装置气体排空。呼吸调节器保持在口中，脱下水肺装备。</p> <p>2.脱下配重系统。 将配重系统固定在水肺装备上，拿掉呼吸调节器。</p> <p>3.潜水员佩戴面镜、脚蹼、呼吸管上升出水；上升过程持续吐气。</p> <p>示意考评员完成考核。</p>	<p>0分：装备出水；屏气上升；</p> <p>1-3分：完成操作但有动作缺失；顺序错误；</p> <p>4-5分：操作中断；反复操作（三次及以上）；</p> <p>6分：按照考核要点完成。</p> <p>加分项： 展示动作缓慢、清晰、便于观察加1分； 动作细节有强调手势加1分； 身体正对考评员加1分； 调节器没有自动供气加1分。</p>

（四）初级潜水社会体育指导员救援技术实操考核标准

1. 救援技术实操考核内容：水下无反应潜水员救援。

2. 救援技术实操考核评分标准

救援技术实操考核采用10分制，合格分数为6分。救援技术得分低于6分（不含），操作技能考核不合格。

考核过程中，考生出现评分标准之外的明显错误，考评员可酌情扣分。

考核内容及 分值	考核要点
-------------	------

发现、观察接近、判断意识和呼吸、观察面镜呼吸管（1分）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 考生着装水肺装备，水下快速游动 15 米，发现水中无反应潜水员； 2. 观察环境是否安全； 3. 从下肢接近（无反应潜水员在水底俯卧）或从头部接近（无反应潜水员在水底仰卧）； 4. 拍打遇险潜水员肩部，快速判断意识和呼吸； 5. 观察面镜、呼吸调节器的状况。
控制上升（4分）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 无反应潜水员在水底俯卧。 考生左手握住自己装备的充排气阀，右手从无反应潜水员右腋下伸到前面，手指扶住无反应潜水员调节器、手掌推下颌打开呼吸道，保持无反应潜水员头部正位，观察水面方向后，踢动脚蹼上升出水。出水后，保持无反应潜水员水面仰卧。 2. 无反应潜水员在水底仰卧。 考生左手从无反应潜水员左腋下伸过并握住自己装备的充排气阀，右手手指扶住无反应潜水员的调节器、打开呼吸道，保持无反应潜水员头部正位，观察水面方向后，踢动脚蹼上升出水。出水后，保持无反应潜水员水面仰卧。 扶住呼吸调节器，握住充排气阀，1分； 头部正位，打开呼吸道，1分； 观察水面、身体垂直上升出水，1分； 保持仰卧体位，1分。
水面建立浮力，求救（2分）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 给浮力调整装置充气，移除无反应潜水员配重，建立正浮力。（1分） 2. 大声求救，请他人（拨打急救电话 120，拿 AED、氧气装置到现场）。（1分）
救援呼吸（2分）	<ol style="list-style-type: none"> 1. 去掉面镜、调节器，眼睛观察胸腹部是否有起伏，判断时间 5-10 秒。（1分） 2. 没有呼吸，考生位于无反应潜水员身体的任何一侧。一只手扶住无反应潜水员的项部，用另一手小鱼际放在无反应潜水员前额向下压迫，打开呼吸道，捏紧鼻翼，转动头部；朝向下颌区域；给与 2 次救援呼吸（每次持续 1 秒钟），两次吹气之间松开鼻翼。（1分）
拖带靠岸（1分）	快速拖带 15 米至池边，途中开始卸除装备，装备卸除完毕后，将无反应潜水员双手搭到池边。（1分）

否定项：1. 没给救援呼吸；2. 未在 3 分钟内完成全部考核流程。

（五）初级潜水社会体育指导员教学能力实操考核标准

1. 教学能力实操考核题签

题签1. 中性浮力调节

题签2. 调节器寻回

题签3. 面镜脱着

题签4. 上升

题签5. 下潜

题签6. 脚蹼的踢动技术

题签7. 抽筋解除（小腿）

2. 教学能力实操考核评分标准

考生在7个题签中抽签一项技术，模拟带领3-4名学员进行教学的场景。考生于考核前15min抽取考题，独立准备，考核时间不超过10min。其他考生不得在现场。

教学指导能力的考核总分40分，及格为24分。得分低于24分（不含），教学指导能力考核不及格。教学指导能力考核不合格者，操作技能考核不合格。

内容	分值	考核要点（给分）
介绍	8	1. 准备本次课所用器材；（1分） 2. 上课场地检查（水域、岸上）；（1分） 3. 集队、自我介绍；（1分） 4. 点名；（1分） 5. 讲述学习内容与目标、应用价值、提倡环保；（3分） 6. 对技术动作的风险点进行说明；有针对性的安全教育。（1分）

陆上 练习	10	<p>1. 讲解技术正确；（3分） 注：根据讲解的完整程度给 1-3 分；否定项：讲解错误。</p> <p>2. 讲解语速、声音适宜；（1分）</p> <p>3. 利用器材；（1分）</p> <p>4. 示范正确规范、重点突出；（3分） 注：根据考生表现情况给 1-3 分；否定项：示范动作错误。</p> <p>5. 介绍手势运用；（1分）</p> <p>6. 讲解示范结合合理。（1分）</p>
水中 练习	8	<p>1. 教练示范动作正确；（2分） 注：根据考生表现情况给 1-2 分；否定项：示范动作错误。</p> <p>2. 教练示范动节奏清晰、重点突出；（1分）</p> <p>3. 教练示范动位置恰当（1.5-2米）；（1分）</p> <p>4. 及时发现错误；（1分）</p> <p>5. 正确纠正错误（指出错误、正确方法、重复练习）；（2分）</p> <p>6. 水中清点人数。（1分）</p>
教学 控制	10	<p>1. 练习、示范队形合适；（1分）</p> <p>2. 各环节安排有序，能够给学员明确的、合理的指引。（如练习学员、待练习学员、队伍位置变动、练习内容转换等）；（3分） 注：根据考生表现情况给 1-3 分。</p> <p>3. 学员移动过程中，教练位置恰当；（1分）</p> <p>4. 有效关注练习学员，始终关注全体学员；（1分）</p> <p>5. 合理使用助手；（1分）</p> <p>6. 注重安全（针对学员、学习内容、练习环节等环节的危险提出安全要求）。（3分） 注：根据考生表现情况给 1-3 分。</p>
总结	4	<p>1. 点名；（1分）</p> <p>2. 课程小结（指出课堂优点、不足之处）；（2分） 注：根据考生小结内容情况给 1-2 分。</p> <p>3. 重申目标、价值。（1分）</p>

三、中级潜水指导员职业技能鉴定实操考核实施细则

(一) 鉴定内容

项目	内容	考核要求	鉴定比重
达标项	400米组合游	达标	-
	氧气急救	达标	-
基本技术	5米屏气潜水	技术评定	10%
	水平悬浮面镜脱着	技术评定	5%
	坐姿倒向中性浮力游动	技术评定	5%
	释放水面定位浮标(SMB)	技术评定	10%
	开放水域导航	技术评定	10%
救援	协助上升	技术评定	10%
教学指导能力	理论教学	现场模拟教学	20%
	开放水域潜水教学	现场模拟教学	30%

(二) 技能考核说明及评分标准

本职业中级实操考核要求如下：

1. 达标项

达标项须一次通过，不设补考。达标合格后方能进入下一阶段的考核。

(1) 400米组合游

①考生于水中手扶池壁，听到出发口令后出发（可蹬边），徒手连续游泳200米。

②200米游泳完成后，考生于水中穿戴并使用面镜、呼吸管和脚蹼进行水面蹼泳200米，到达终点并触壁。

③达标要求：

a. 按上述游进要求完成考核，400米达标要求：男（9min30s），女（10min）。

b. 全程不得穿着潜水服。徒手游泳时，不得穿戴泳镜、面镜、呼吸管、鼻夹、手蹼或脚蹼等辅助装备。

c. 除穿戴面镜、脚蹼和呼吸管外，不得有抓握水线、抓握池壁（边）、站立水底等借力或休息行为。

d. 每次到边时必须以身体或装备的任一部位触壁。

e. 进行200米水面蹼泳时，必须使用面镜、脚蹼和呼吸管，到达终点时应保证装备穿戴齐全。

备注：

游动过程中可配合划手，允许潜泳；

脚蹼：应使用水肺潜水或浮潜常用脚蹼，长度不得超过0.75米，不得使用单蹼；

泳池要求：25米或50米标准泳池。

(2) 氧气急救

对一名具有自主呼吸能力、需要高浓度氧气支持的潜水员实施紧急供氧操作。操作需严格按规范流程执行，确保设备连接正确，氧气供应稳定，并实时监控伤患状态。

氧气急救考核内容及评分要点

考核内容与分值	考核要点	扣分项
环境与设备安全 (1分)	1. 环顾检查周围环境, 确保远离火源、电源, 确保环境符合安全要求。 2. 检查氧气瓶外观完好, 密封性良好, 确保无损坏和漏气。 3. 口述“现场环境安全”和“设备外观正常, 气密性良好”。	未检查环境与设备以及口述“现场环境安全”“设备外观正常、气密性良好”扣1分。
设备连接与操作 (3分)	1. 正确连接氧气瓶、输气管和呼吸面罩, 确保无漏气。 2. 正确开启气阀, 调节流量至15-20L/分钟, 确保供氧流量稳定。	设备连接不正确或出现漏气, 扣2分; 未调整流量或流量不符合要求扣1分。
设备测试 (1分)	救援人员使用面罩呼吸1-2次, 检查氧气是否无异味, 并确保设备正常工作。	未进行设备测试, 扣1分。
伤患管理与沟通 (1分)	供氧前, 对有意识伤患应先征得同意; 对无意识伤患, 则视为默认为同意。	未询问有意识伤患, 扣1分。
面罩佩戴与供氧操作 (2分)	1. 面罩正确覆盖伤患口鼻, 确保密封性良好, 并保证供氧流量适当和持续。 2. 观察伤患呼吸是否顺畅, 调整设备确保效果。	面罩佩戴不当、供氧不持续、密封性差, 影响供氧效果, 扣2分。
持续监控与评估 (1分)	固定供氧设备, 持续观察氧气瓶压力和伤患呼吸情况, 适当调整设备。(至少监控1分钟, 确保供氧过程稳定顺利。)	未监控伤患状态、监控时间不足, 扣1分。
操作结束与安全处理 (1分)	1. 供氧结束后, 关闭气阀, 正确拆除设备并妥善安全放置。 2. 确保周围环境无潜在危险, 并按照标准流程进行操作后的清理和安全处理。	未关闭气阀、设备拆除不规范或环境处理不当, 扣1分。

注:

本项目满分为10分, 总得分不足6分即为未达标, 未达标者不能参加其他技能项目考核。

2. 基本技术考核内容及评分标准

(1) 开放水域考核场地具体要求

- ①水温不低于20℃；
- ②能见度不低于3米；
- ③深度不得低于5米；
- ④底质环境安全，不易对考生造成伤害；
- ⑤浪高 ≤ 0.5 米，风速 ≤ 5.5 米/秒，无雷暴或大雨（参考当地官方天气预报数据）；
- ⑥水流流速低于1节（0.5米/秒）；
- ⑦水面环境安全，可直接上升回水面，有明显的考核区域标识；
- ⑧配备安全保障人员及救护设施；
- ⑨合理划分考核场地。

(2) 基本技术

考生依次完成以下5项基本技术考核。

基本技术考核内容及评分要点

考核内容	技术要点	评分标准
5米屏气潜水	下潜	<p>0分：无法达到5米深度；出现昏厥或低氧表现（LMC，身体失去控制的自主颤抖）；未做出手捏鼻压力平衡动作；重复尝试任何技术环节超过3次（含）；下潜或上升时头部撞到水底、水面浮标等任何影响安全的障碍。</p> <p>3分：下潜或上升路线明显偏离下潜绳；踢蹼效率低或明显屈膝打腿；技术过程出现明显卡顿；或重复尝试任何技术环节达到2次。</p> <p>6分：按技术要点完成操作，未出现上述问题。</p>
	上升	<p>8分：按技术要点一次性正确完成操作，且下潜效率高，身体呈流线型（下颌适当收紧、捏鼻手臂夹紧、前伸手臂伸直；头部、躯干和腿部在一条直线上，平行下潜绳下潜），踢蹼效率高（有力且稳定地鞭状打水、节奏均匀、幅度和频率适当）。</p> <p>10分：将技术分成3-5个清晰、合理的步骤进行展示，且做出以下手势中的3个：本技巧手势、捏鼻手势、检查上升、下潜路线安全手势以及保护头部手势。</p>
水平悬浮面镜脱着	5分	<p>0分：水平悬浮不足10秒；触底或浮出水面；借助划手维持平衡或保持浮力超过3次；明显憋气；面镜积水超过一半；重复尝试任何技术环节≥3次。</p> <p>2分：完成30秒悬浮，但上浮或下沉的距离超过1米或未维持水平悬浮；借助划手维持平衡或保持浮力达到2次；面镜有明显积水；或重复尝试任何技术环节达到2次。</p> <p>3分：按技术要点完成操作，未出现上述问题。</p> <p>4分：按技术要点一次性正确完成操作，且将身体由负浮力调整至水平悬浮的过程，以及面镜脱下、戴回和清除积水等技术环节缓慢、清晰、流畅和熟练。</p> <p>5分：将技术分成3-5个清晰、合理的步骤进行展示，且做出以下手势中的3个：本技巧手势、身体姿态手势、呼吸手势、禁止憋气手势、提示时间手势、握紧面镜手势。</p>

考核内容	技术要点	评分标准
坐姿 倒向 游动 5分	1. 考生将身体由负浮力调整至接近“坐姿”中性浮力状态； 2. 保持坐姿以中性浮力状态，向背后方向游动不少于8个踢动周期； 3. 游动过程中至少2次查看游进方向状况。 示意考评员完成考核。 游动要求： 游动过程中，身体上浮或下沉的距离 ≤ 1.5 米。	0分：游动过程触底或浮出水面；查看游进方向状况次数不足2次；多次借助划手移动、维持平衡或保持浮力；明显憋气。 2分：游动过程中身体上浮或下沉的距离 > 1.5 米；借助划手维持平衡或保持浮力达到2次。 3分：按技术要点完成操作，未出现上述问题。 4分：按技术要点一次性正确完成操作，且身体呈流线型，手臂置于身体游动“阻力面”内；踢蹼效率高（有力且稳定地打水、节奏均匀、幅度和频率适当），身体上浮或下沉的距离 ≤ 1 米。 5分：将技术分成3-5个清晰、合理的步骤进行展示，且游动过程中对考评员做出以下手势中的3个：ok、查看气压表、保持潜伴距离、放松、观察某个方向、查点人数。
开放 水域 导航 10分	考评员在水下随机给出2个导航角度，每个阶段导航须完成8-10个踢动周期，每次度数调整时间不得超过45秒。出发前向考评员示意指北针度数；持握指北针方式正确，前进准线与身体纵轴平行。 注：不得使用电子指北针。	0分：未按照规定度数方向前进；考生在导航游动过程中浮出水面。 3分：持握指北针方式错误或1个导航角度错误。 6分：按技术要点完成操作。 8分：导航过程中方向正确，踢动过程中身体上浮或下沉的距离 ≤ 1 米。 10分：考生依次做好2次导航，导航过程中方向正确且不偏移，踢动过程中身体始终保持在同一深度，行进过程流畅。
释放 水面 定位 浮标 (SMB) 10分	1. 考生将身体由负浮力调整至悬浮姿态； 2. 观察水面及四周环境； 3. 用备用二级或口吹方式给SMB充气；释放SMB出水面，并能使SMB超过1/2立于水面； 4. 收绳上升返回水面。 示意考评员完成考核。 悬浮要求： 身体上浮或下沉的距离 ≤ 1.5 米，不得借助游动保持悬浮状态。	0分：无法完成技术要求；触底或浮出水面；浮标失控脱手上浮；或出现下述影响安全的表现，包括但不限于明显憋气、被线严重缠绕、失控上升。 3分：按技术要点完成操作，但借助划手维持平衡或保持浮力超过3次；悬浮时身体上浮或下沉的距离超过1.5米；或重复尝试任何技术环节达到2次（充气动作除外） 6分：按技术要点完成操作，未出现上述问题。 8分：按技术要点一次性正确完成操作，且清楚展示以下技术细节：调整浮力、操作SMB和线轮、SMB充气、收绳，以及上升浮力控制。 10分：水平悬浮完成技巧，将技术分成3-5个清晰、合理的步骤进行展示，且做出以下手势中的3个：：本技巧手势、观察水面及四周环境、防止缠绕、SMB充气。

注：基本技术共50分，每项技巧需达到相应分值的60%，单个不合格，则实操考核不合格。

3. 救援

协助上升：水深5米处，考生使用脚蹼或BCD，协助潜伴上升至水面，遵守上升速度要求。上升过程中保持正常呼吸。水面建立正浮力，将潜水员拖带至少50米至岸边或船边，卸除装备。

协助上升考核内容及评分要点

考核内容及分值	操作要点	扣分项
发现、观察评估、 (0.5分)	1. 考生着装水肺装备，在水深5米处，发现潜伴需要协助上升； 2. 观察环境是否安全。	未观察环境，扣0.5分。
接近、控制 (1.5分)	1. 确认安全后接近潜伴，做出“OK”“上升”的手势； 2. 左手抓住潜伴BCD的肩带，右手检查潜伴气压表，观察潜伴的面部状态。	未做出手势（“OK”、“上升”等），扣0.5分； 未抓住潜伴的肩带，扣0.5分； 未确认气压，扣0.5分。
上升 (5.5分)	1. 调整浮力状态，踢动脚蹼； 2. 上升过程中适时给两人BCD排气，上升速度不超过潜水电脑表的警告限度； 3. 观察水面情况； 4. 到达水面后，为双方建立正浮力； 5. 水面呼救。	上升速度过快，触发电脑表警报，扣2.5分； 未观察水面，扣1分； 未建立正浮力，扣1分； 未呼救，扣1分。
拖带、固定 (2.5分)	1. 拖带潜伴50米，确保其呼吸道始终保持在水面上； 2. 卸除潜伴配重及装备； 3. 将潜伴双手固定在船梯或浮具上。	拖带过程中潜伴的呼吸道没水，扣1.5分； 卸除装备顺序不合理，扣0.5分； 未将潜伴双手固定在船梯或浮具上，扣0.5分。
否定项：未完成；上升过程中未保持正常呼吸。		

4. 教学指导能力考核内容及评分标准

(1) 理论教学

①考核要求

考生在10个题签中抽考一个。考生于考核前10min抽取考题，独立准备，考核时间不超过10min。其他考生不得在现场。总分20分，及格为12分。得分低于12分，理论教学指导能力考核不及格，即实操考核不合格。

理论教学考核内容及评分要点

内容	分值	评分要点
课堂导入	4	1. 介绍教学对象的基本信息（含年龄段、学习进度）。（0.5分） 2. 激发学生兴趣，提出问题导入。（1分） 3. 清晰准确的阐明教学主题。（0.5分） 4. 阐明本主题在潜水实践中的应用。（1分） 5. 概述课程目标、结构和基本内容（1分）
教学组织	5	1. 结合主题合理使用板书。（1分） 2. 结合主题合理使用教具（潜水装备或非潜水装备类教具）。（0.5分） 3. 课堂各个环节时间分配合理。（1分） 4. 课堂各个环节进展的节奏、逻辑、顺序合理。（1分） 5. 教学互动的方式、频次和时机合理。（1.5分）
教学内容	5	1. 教学重难点明确。（1分） 2. 全面、准确阐明本主题在当前课程潜水实践中的应用。（1分） 3. 教学内容充实且深度、广度合理。（1.5分） 4. 结合主题，传递环保理念。（0.5分） 5. 结合主题，传递安全信息。（1分）

教学总结	2	1. 重申学习目标 (0.5 分) 2. 重申主题应用 (0.5 分) 3. 教学目标达成测试 (1)
教法	2	1. 教学言语与教学对象相适应。 (0.5 分) 2. 专业用语规范。 (0.5 分) 3. 讲述条理清晰、层次分明。 (1 分)
教态	2	1. 教学仪表得体。 (0.5 分) 2. 合理运用肢体语言。 (0.5 分) 3. 尊重学生, 表现亲和力。 (1 分)
否定项		1. 缺少课堂导入、教学组织、教学内容、教学总结任何一项。 2. 讲解错误或未传递安全信息。 3. 使用不文明用语。

②理论教学题签

- 波义耳定律。
- 浮力定律。
- 声音在水中的传播。
- 耳压和平衡耳压的方法。
- 肺部过度扩张伤害和应急处理。
- 潜水呼吸调节器的构成和工作原理。
- 浮力调整装置的主要功能。
- 备用气源的种类和使用。
- 六种潜水中常用的手势。
- 水肺潜水中的不憋气原则。

(2) 开放水域教学指导能力

①考核要求

考生在10个题签中抽考一个题目。模拟带领3-4名学员进行开放水域教学。考生于考核前15min抽取考题，独立准备，考核时间建议不超过15min。除模拟学员的考生，其他考生不得在教学现场。总分30分，及格为18分。得分低于18分，则开放水域教学指导能力考核不及格。开放水域教学指导能力考核不合格者，即实操考核不合格。

开放水域教学指导能力考核内容及评分要点

内容	分值	评分要点	得分
介绍	8	1. 教学前简介（1分） 2. 介绍教学内容、学习目标、应用价值（1.5分） 3. 技巧复习（重点+不同）（1.5分） 4. 介绍教学手势（1分） 5. 结合环境进行教学场地安排（1分） 6. 教学顺序安排和安全要求（2分）	
指导 纠错	5	1. 合理安排练习（1分） 2. 对教学对象的表现进行及时的反馈及正面鼓励（2分） 3. 指导手段简洁、合理（1分） 4. 向学员再次提醒出现过的问题（1分） 说明：遗漏非安全性错误，本部分按1分计算。	
教学 组织	11	1. 水中清点学生人数（1分） 2. 有效使用水面浮具和引导绳（1分） 3. 教练与学员的距离合理（1分） 4. 学员队形合理、与环境相对位置合理（1分） 5. 助手位置、任务安排合理（2分） 6. 与助手沟通有效明确、频次合理（1分） 7. 及时发现安全隐患并有效处理解决（1分）	

		8. 关注和检查学生气瓶压力(1分) 9. 在教学各个环节体现安全措施、监控、保护(1分) 10. 教学过程完整、组织合理(1分)	
总结	3	1. 点名(0.5分) 2. 正面鼓励(0.5分) 3. 提出学员出现过的问题, 给出问题的解决方案(1分) 4. 重申目标及应用价值(1分)	
教法 教态	3	1. 仪表仪态得体(1分) 2. 节奏顺畅合理(1分) 3. 语言流畅、清晰、简洁(1分)	
否定项		1. 在教学过程中, 存在重大安全隐患; 2. 教学内容讲解或示范错误; 3. 教学过程中粗暴或不合理触碰学生; 4. 介绍、指导纠错、教学组织或总结任一环节缺失。	

②开放水域教学指导能力题签

题签 1: 面镜脱着

学习目标: 在水中保持中性浮力状态, 脱下并重新戴回面镜, 清除积水。

常见错误: 屏气、呛水、面镜遗失、面镜戴反、裙边压到头发(头罩或面镜带)、不能排净积水、口吹气排水、低头排水、排水时未按压面镜上框。

题签 2: 绕臂法调节器寻回

学习目标: 在水中保持中性浮力状态, 使用绕臂法找回脱落的呼吸调节器, 清除积水恢复呼吸。

常见错误：屏气、呛水、身体未向右侧倾斜、手臂搜索路线缺失或错误、长时间无法寻回、反转二级头呼吸、未首先使用备用呼吸器呼吸、寻回主调节器后未固定备用调节器。

题签 3：中性浮力

学习目标：在水底，使用充排气阀调整身体至中性浮力，以身体的任意接触点为轴，达到吸气上升呼气下降的效果。

常见错误：持续按压充气阀、屏气、划手、充气不足、没有起伏、触底、浮出水面。

题签 4：悬浮

学习目标：在水中，使用充排气阀调整身体至中性浮力，不借助手脚划水悬浮在水中至少 30 秒。

常见错误：持续按压充气阀、屏气、手脚划水、起伏过大、触底、悬浮时间不足 30 秒。

题签 5：使用同伴备用气源

学习目标：潜水员模拟空气耗尽且同伴未察觉的情况，游至同伴身边，从同伴身上找到备用气源并建立呼吸。

常见错误：无法找到同伴备用气源、反转二级头呼吸、屏气、呛水、未打手势、与潜伴间未建立连接。

题签 6：有控制式紧急游泳上升

学习目标：从水下 5-9 米处，完成一次紧急游泳上升，回到水面后运用口吹法建立正浮力。

常见错误：没有借助引导绳控制学生、充气上升、屏气上升、速度过快、调节器从口中脱落、出水后借助辅具支撑、未采用口吹法。

题签 7：有控制式下潜

学习目标：从水面和潜伴一起，运用五步下潜的方式，借助引导绳完成一次有控制式下潜。

常见错误：失控下潜、未平衡耳压、五步下潜步骤错误或环节缺失、松开引导绳、未关注潜伴。

题签 8：卸下低压充气管

学习目标：在水底保持中性浮力状态，模拟在低压充气阀故障导致持续充气的情况下，卸下低压充气管，并重新装回。

常见错误：未及时排气、屏气、没有拨动滑块、安装不到位。

题签 9：气瓶头法调节器寻回

学习目标：在水中保持中性浮力状态，使用气瓶头摸索法找回丢在身后的呼吸调节器，清除积水恢复呼吸。

常见错误：屏气、呛水、没有松开肩带、左手未托气瓶、反转二级头呼吸、未首先使用备用呼吸器呼吸、寻回主调节器后未固定备用调节器。

题签 10：口吹式中性浮力

学习目标：在水底，使用口吹充排气阀的方法调整身体至中性浮力，以身体的任意接触点为轴，达到吸升呼降的效果。

常见错误：未采用口吹式、吹气不足、屏气、划手、没有起伏、触底、浮出水面。