第 四 章

PFI 领导等级标准

修订记录

修订号	日期	变更
0719	07/01/2019	初始标准
0120	01/01/2020	1. 添加了 PFI 自由潜水主管标准，所有后续标准都重新编号
0720	07/24/2020	2020 年第二季度中旬的 PFI 标准的修正包括降低和调整助理教练的学生与教练比，允许使用假人来练习安全技能，增加安全潜伴与潜水员的距离，改变指导恢复呼吸的方法 ，将大多数技能确立为毕业要求，更正了细微的格式错误和排版错误。
0121	01/01/2021	更正了细微的排版错误

1. 自由潜水员主管（Freediver Supervisor）

1.1 简介

PFI 自由潜水员主管课程是第一个专业级别课程，成功的参与者可以在此课程中购买专业级别的责任保险和 PFI 专业会员资格。参加者学习作为 PFI 专业人士“工作”的知识、技能和技术，以在适合其技能水平的教育环境，运动员和经过认证的自由潜水者在两种适合其技能水平的教育环境中进行比赛，包括全国性至世界冠军水平的比赛，包括创纪录的尝试以及作为经认证的自由潜水者的一般指导 / 监督。

1.2 课程目标

本课程的目的是对个人进行优点、技能、技术和安全与问题管理方面的培训，以针对自由潜水员主管的认证程度进行适当的监督。自由潜水员主管级别的指导重点在于安全和问题管理以及减轻风险，重点是指导、培训、竞赛和休闲环境。重点放在自由潜水现场，counterbalance 系统和使用的总体组织上，同时纳入主要和次要自由潜安全员。

1.3 课程先决条件

1. 18 岁以上
2. 高于平均水平的游泳技能
3. PFI 中级自由潜水员
4. PFI 自由潜水安全员
5. 身体和健康状况良好，并具备由医生签署的允许自由潜水的体检证明
6. 成为活跃状态的 CPR、急救和 AED 操作，其中包括海洋生物伤害和神经系统评估
7. 被证明可以提供紧急供氧能处理潜水员相关伤害的管理（在法律允许的情况下）

1.4 所需的学生装备

1. 中级自由潜水质量的面镜、蛙鞋、呼吸管
2. 中级自由潜水质量的暴露防护（适用于当地环境）
3. 中级自由潜水质量的腰带和配重带和配重（适用于当地环境）
4. 自由潜水电脑表和附加计时装置
5. 自由潜水 AIDA 认可的挂绳

1.5 学生和教师教材

学生教材：

1. PFI 责任与风险豁免表格
2. PFI 医疗声明表格

教练材料：

1. PFI 自由潜水员主管标准
2. PFI 自由潜水员主管投影片
3. PFI 自由潜水员主管期末考试

1.6 毕业生资格

1. 成功完成本课程后，毕业生可以在比赛和创纪录以及 PFI 教育课程中，从事自由潜水活动的监督，以作为休闲活动指导、组织者和安全戒护。
2. 成功完成本课程后，毕业生有资格报名高级自由潜水员，助理自由潜水员教练、Open-line 潜水和专长自由潜水员课程。
3. 成功完成所有知识开发和平静水域培训课程后，潜水员可能会获得“泳池限定自由潜水员主管”认证。此级别的认证没有必需的开放水域培训，并且该级别的潜水员不会得到任何开放水域活动的认证。

1.7 谁可教授自由潜水员主管课程

1. 本课程可由任何活跃的 PFI 中级自由潜水员教练教授

1.8 教练学生比例

学科：

1. 无限制，只要提供足够的设施、支援和时间，以确保全面和完整的训练。

平静水域：

1. 一位 PFI 中级自由潜水员教练（1:8）最多可教授 8 位学生，一位 PFI 中级自由潜水员教练搭配 1 位活跃身份 PFI 中级自由潜水员助理教练最多可教授 16 位学生（1:12）。

开放水域：

1. 一名 PFI 中级自由潜水员教练（1:6）最多可教授 6 位学生。或一位 PFI 中级自由潜水员教练搭配 1 位活跃身份 PFI 中级自由潜水员助理教练最多可教授 12 位学生（1:12）。

1.9 自由潜水员主管深度限制

开放水域：

1. 最大开放水域深度为 40 米 /132 英尺。

平静水域：

1. 最大平静水域深为 10 米 / 33 英尺。

1.10 建议的课程最低要求

学科

1. 4 小时

平静水域

1. 6 小时

开放水域

1. 6 小时

1.11 知识发展概述

课程中必须涵盖以下主题。教练可以使用他们认为有助于介绍这些主题的其他文本或教材。

1. 简介
   a. 参加人员介绍
   b. 课程大纲
   c. 文书工作和先决条件
   d. 装备要求检查
   e. 学科、平静水域和开放水域协议和行为
   f. 安全 / 监督学习
2. 自由潜水员主管的角色和职责
   a. 优先的责任：
      i. 安全：
      ii. 技术：
      iii. 效能：
3. 自由潜水员主管角色：
   a. 专业人士榜样
   b. 直接负责整体环境
   c. 监督安全团队
   d. 急救和自由潜水者寻回系统
   e. 学生与教练之间或运动员与裁判之间的协调
4. 自由潜水员主管在教育课程中的职责：
5. 自由潜水员主管在培训、竞赛和活动中的职责：
6. 自由潜水员主管作业程序
   a. 自由潜水员主管在潜水教育课程前 / 后的潜水作业程序：
      i. 与教练协调：
   b. 在课程教练的协调和指导下，可能会要求您执行以下一些或所有任务：
      i. 开课前 30 分钟或更早与教练会面，以确保：
         01. 教室课：
         02. 泳池课：

03. 开放水域：

ii. 课程结束时确保：

iii. 招呼和面对学生：

iv. 安排学生进行文书作业：

v. 提供潜点简介：

vi. 根据适合教授课程的水平进行“教育课程中的自由潜水员主管潜水作业程序”

7. 教育课程中的自由潜水员主管水中潜水作业程序：

a. 一般协议

i. 不允许学生在无人看管的情况下进入泳池或海中，并且没有指定的潜伴

ii. 应该检查学生，确保他们没有危险行为

iii. 学生被确实监督

iv. 自由潜水员在水下时由自由潜水员主管或教练监督

v. 始终有直接监督程序

vi. 总是在指导或指导下进行恢复呼吸：

b. 自由潜水作业程序

i. 教练进行“技能简介”，其中包括：

ii. 教练进行“安全简报”

iii. 入水

iv. 游泳前往并到达装束 / 教学点：

v. 开始训练课程。自由潜水员主管应做好准备

vi. 从开放水域游泳到到达岸边 / 船上：

vii. 整理潜水点，包括装束和任何水中设备

viii. 协助学生拆解和存放装备

ix. 进行学生统计

x. 教练进行总结

c. 救援场景：

i. 深处 / 救援模拟

ii. 进行者时间计算（自由潜水员主管）

8. 自由潜水员主管在培训、竞赛和活动中的作业程序

a. 一般标准：

i. 这可能包括比赛、赛事、潜水导游、鱼叉捕猎、推进器。

ii. 熟悉你担任安全戒护协会的竞赛 / 活动标准

b. 在自由潜水活动或指导性中的自由潜水主管：

i. 一般协议

01. 自由潜水主管可以期待执行许多工作

02. 应该检查客户，确保他们不会发生危险 -

03. 在水下时，自由潜水员应由自由潜水员主管或教练监督

04. 随时都有直接监督程序

05. 恢复呼吸始终受到监督：

06. 必要时进行视觉和音响指导

ii. 自由潜水作业程序

01. 自由潜水主管进行“课程简报”

02. 从开放水域游泳到到达岸边 / 船边：

03. 整理潜水点，包括装束和任何水下装备

04. 协助客户整理和存放装备

05. 进行学生统计

c. AIDA 形式比赛：

i. 一般协议：

01. 参加者报到

02. 时间

03. 运动员 45:00 热身

04. 不可使用氧混合气

05. 参加者交错

06. 2:00 倒数

ii. 水面协议：

01. 15 秒

iii. 得分要点：

01. 深度：1 米深度 =1 点

02. 静态：5 秒 =1 点 /1 秒 =0.2 点

03. 动态：距离 2 米 =1 点

iv. 深度比赛程序和协议：

v. 静态比赛程序和协议：

vi. 动态比赛程序和协议：

9. 口令与控制

10. 责任等级：
    a. 最多到最少负责任；
    b. 与小组一起的个别潜水主管；
    c. 小组负责“责任等级”的结构；
11. 风险评估
    a. 识别并帮助缓解风险。在新的或充满挑战的环境中，使用新的自由潜水技巧或策略，或者在大型团体或活动场合工作时，可以使用此方法。风险缓解计划的一般流程包括：
        i. 风险评估计划
    b. “降低潜水点风险”中要考虑的类别包括：
    c. 使用 PFI 潜点评估表
    d. 制定紧急援助 / 行动计划
    e. 帮助找到解决方案以减轻已识别的风险因素
12. 人员和参与组织：
    a. 潜伴指派：
    b. 学生轮替：
13. 对学生和环境的控制
    a. 自我和学生 / 服务对象的安排，以确保整体安全。这些包括：
    b. 有效学习的安排。这些包括：
14. 潜水清点程序
    a. 供所有进入平静水域或开放水域的学生、教练 / 工作人员、船 / 岸边或泳池工作人员 / 船员的清点
    b. 每个参与者的全名和紧急联系信息能够容易取得
    c. 大型团体可能包括具有“签到 / 签出”系统和专职人员的书面名册。船员 / 泳池工作人员可以使用其他系统，这应该是教练 / 安全清点额外的部分
    d. 进行：
        i. 在入水或登船之前确认预期总数（在小组通报之前进行）
        ii. 进出码头后
        iii. 在各个教学 / 训练小组之间的训练中由教练 / 安全员负责
            01. 在教练 / 安全员与学生一起回到水面并完成恢复呼吸后，进行快速的“清点人数检查”
        iv. 在离开装束去岸边或船上之前
        v. 在离开水面到靠岸离船前或到达岸上 / 泳池边后立即进行（在小组总结前进行）

e. 教学 / 安全团队之间的双重确认

15. 行政角色和现场情况简报

a. 文书工作

b. 课堂规则：

c. 泳池规则和行为：

d. 船只规则和海岸警卫队规则：

e. 开放水域潜点简报：

f. 开放水域装束和潜水规则：

g. 潜水旗法律 / 鱼类和猎物法律法规：

16. 救援心理学

17. 压力 – 是真实的还是想象的？

18. 认识自由潜水员的压力：

19. 处理自由潜水员的压力：

20. 严重意外压力征兆和症状：

21. 帮助 CIS：

22. 自由潜水事故管理

a. 应对自由潜水员紧急情况：

i. 身体上 / 精神上

ii. 训练与技巧

iii. 装备准备就绪

b. 紧急援助计划（针对特定地点）：

c. 应急管理：

d. 自由潜水员失踪：

e. 撤离和疏散：

f. 撤离注意事项：

g. 从船上直升机撤离：

i. 船 – 直升机通讯

ii. 船驶向顺风

iii. 船只准备好

iv. 准备好患者

v. 准备好后对直升机发出信号；准备登船

vi. 让绳索或篮子接触甲板；静电释放

vii. 准备病人；不要把篮子绑在船上

h. 岸上通过直升机撤离：

i. 预定着陆区；18 米 x18 米 /60 英尺 x60 英尺

ii. 清除着陆区域松动物品

iii. 标示迎风区

iv. 等待飞行员信号；低头

v. 让所有人保持远里区域；永远不要从后方接近

i. 在 EMS 到达之前管理现场：

j. 事故后报告：

k. 自由潜水员寻回系统：

1.12 平静水域概述

PFI 一般标准和程序部分概述了以下平静水域技能，由 PFI 中级自由潜水员教练和经认证的活跃身份 PFI 中级自由潜水员助理教练进行简介、演示、评估、练习和总结。

1. 水性测验和耐力

a. 800 米浮潜，不超过 16 分钟

b. 在 10 分钟内（仅可使用面镜 / 蛙镜）不中断的进行 400 米游泳

c. 不使用浮具，在水面踩水至少 15 分钟

d. 水平水下游泳（动态），使用 50 米示范质量的装备

e. 完成不少于 2 分钟的不进行热身的静态闭气和 4 分钟的演示质量呼吸

f. 100 米撤离拖带，不中断的演示等级基本生命支援（BLS）

2. 自由潜水员技能回圈

a. 要获得 PFI 自由潜水员主管的认证，学生必须具备演示水平证明以下所有技能，并得到 PFI 教练认可，如以下所示：

i. 正确使用蛙鞋

ii. 自由式踢动

iii. 海豚踢

iv. 适当的配重和浮力

01. 水面中性浮力的确定（水面）

02. 浮力吐气试验

v. 耳朵、鼻窦和面镜的平压

vi. 水面浮潜

01. 水面呼吸和准备

02. 单腿和双腿抬高下潜

03. 上升程序

vii. 自我紧急上升程序

01. 面镜进水上升

02. 配重移除及上升

viii. 紧急救援及问题管理

01. 恢复呼吸和指导

- 潜伴 A– 恢复中的自由潜水员
- 潜伴 B– 水面安全员

02. 水面发生 LMC

- 潜伴 A– 发生 LMC 的自由潜水员
- 潜伴 B– 水面安全员

03. 水面发生黑视症

- 潜伴 A– 发生黑视症的自由潜水员
- 潜伴 B– 水面安全员

04. 水面发生黑视症面部朝下

- 潜伴 A– 水面发生黑视症的自由潜水员
- 潜伴 B– 水面安全员

05. 水中协助发生黑视症潜水员

- 潜伴 A– 水下发生黑视症需协助的自由潜水员
- 潜伴 B– 水面安全员

06. 在底部发生黑视症潜水员拖带出水

- 潜伴 A– 在底部发生黑视症的自由潜水员
- 潜伴 B– 水面安全员拖带出水

ix. 静态 / 动态闭气

01. 静态闭气

- 学生担任潜伴 A 和潜伴 B；一个进行闭气一个担任安全员，然后交换
- 2x 中级自由潜水员第 2 天静态课程设计（快进时间）
    - 自由潜水员主管可以从容地纠正进行者的问题
    - PFI 教练将分配问题给潜伴 A
    - 计时和安全信号
    - 恢复呼吸和支援协助

x. 动态闭气

01. 学生担任潜伴 A 和潜伴 B；一个进行动态闭气一个担任安全员，然后交换

02. 建立浮力并保持水中姿态

03. 2 次自由潜水员泳池动态课程的设计（快进时间）

- 自由潜水员主管可以从容地纠正进行者的问题
- PFI 教练将问题分配给潜伴 A
- 计时和安全信号
- 恢复呼吸和支援协助

1.13 开放水域概述

要获得 PFI 自由潜水员主管的认证，学生必须以专业等级展示以下所有技能，并得到 PFI 教练的认可：

1. 开放水域培训
   a. 至少一（1）次海洋课程必须完成推荐两次（2）课程
2. 没有教练协助的情况下准备自由潜水装备
   a. 在没有教练帮助的情况下进行准备
   b. 在潜伴的帮助下进行准备和检查
3. 正确的入水程序
   a. 准备好时与好友确认
   b. 准备好所有装备，包括戴上面镜和将呼吸管置入口中
   c. 在水中并准备好时给予“OK”的信号
4. 开放水域自由潜水员技能练习
   a. 恢复呼吸和指导
      i. 潜伴 A– 恢复中的自由潜水员
      ii. 潜伴 B– 水面安全员
   b. 适当的配重和浮力
      i. 中性浮力水面确定
      ii. 水深 10 米 /33 英尺的中性浮力
      iii. 吐气浮力测验
   c. 正确使用蛙鞋
      i. 在水面和深处潜水时使用自由式踢动
      ii. 固定位置 / 划动技巧
   d. 踢动周期

i. 如果可能的话，演示对目标深度有适当的踢动周期：

01. 10 米 /33 英尺强力踢动周期

02. 20 米 /66 英尺轻松踢动周期

e. 海豚踢

f. 耳朵、鼻窦和面镜的平压

5. 由潜水员主管能力测试

a. 完成三次 (3) 以 20 秒钟的时间 20 米 /66 英尺示范等级恒定配重潜水。

b. 这三次潜水可以跟其他自由潜水员主管候选人进行正常轮替完成。

6. 自我紧急上升程序

a. 戴面镜从 20 米 /66 英尺上升

i. 面镜进水上升

01. 深度 20 米 /66 英尺面镜完全进水

02. 在上升之前，保持在深处进水 10 秒

03. 正确控制上升和深处恢复呼吸

7. 自由潜水员主管的学生控制和能力

a. 20 米 /66 英尺触底转身（自由潜水员课程）

i. 潜伴 A 和 B– 自由潜水员主管修正并向 PFI 教练提供反馈

01. 遗失绳子

02. 待在盘子上

03. 错误的恢复呼吸

ii. 自由潜水员主管保持在 5 米 /16 英尺之内并且可以目视接触

b. 20/25 米 66/82 英尺触底转身（自由潜水员 / 中级自由潜水员）

i. 基于候选人的能力决定深度 – 对于中级自由潜水员候选人是 20 米 /66 英尺，高级自由潜水员则为 25 米 /82 英尺

ii. 潜伴 A 和 B – 自由潜水员主管修正问题并向 PFI 教练提供反馈

01. 头部位置

02. 经过盘子

iii. 自由潜水员主管保持在 5 米 /16 英尺之内并且可以目视接触

c. 20/30 米 66/99 英尺触底转身（自由潜水员 / 中级自由潜水员）

i. 基于候选人的能力决定深度 – 对于中级自由潜水员候选人是 20 米 /66 英尺，高级自由潜水员则为 30 米 /99 英尺

ii. 潜伴 A 和 B – 自由潜水员主管修正问题并向 PFI 教练提供反馈

01. 头部和身体的位置

iii. 自由潜水员主管保持在 5 米 /16 英尺之内并且可以目视接触

8. 学生救援方案 - 潜伴 A：自由潜水员主管，潜伴 B：学生（由自由潜水员主管教练扮演）

a. 20 米 /66 英尺自由潜水员情景

i. 潜伴 A- 与学生确定深度和时间，总结技巧

ii. 潜伴 B- 延迟开始；身体姿势不好

b. 30 米 /99 英尺中级自由潜水员场景

i. 潜伴 A- 与学生确定深度和时间，总结技巧

ii. 潜伴 B- 延迟开始；下潜不深；恢复呼吸不佳给予指导

1.14 毕业要求

为了成功完成课程，学生必须：

1. 成功完成所有知识发展、平静水域和开放水域培训课程。仅泳池认证不需要进行开放水域培训
2. 表现出与 PFI 专业人士相称的成熟的判断和执行能力
3. 在期末考试中达到 80％的及格分数，并显示出对全部知识理解能力

教练必须：

1. 在课程完成日后的 7 天内，向 PFI 总部提交一份完整的 PFI 教练注册和升级表单，及认证费用。

2. 助理自由潜水教练（Assistant Freediver Instructor）

2.1 简介

本认证课程适用于希望学习教学的基础，在自由潜水训练中和休闲潜水中协助及督导闭气潜水员。

2.2 课程目标

本课程的目的是训练个人具备教学系统的基础及教授休闲等级闭气潜水教学技巧，并达到助理自由潜水员教练的水平。

2.3 课程先决条件

1. 最低年龄为 18 岁
2. 被认证为 PFI 中级自由潜水员
3. 被认证为 PFI 自由潜安全员
4. 被认证为 PFI 自由潜水员主管
5. 身体和健康状况良好，并已签署医生允许自由潜水的医疗证明
6. 目前有效的 CPR，急救和 AED 操作证明，其中包括海洋生命伤害和神经系统评估
7. 目前有效的紧急供氧证明（在法律允许的情况下）

2.4 所需的学生装备

1. 面镜、蛙鞋、呼吸管、暴露防护、配重带和配重（适用于当地环境）、计时气和自由潜水电脑表，以及与教学等级相关的任何推荐设备。

2.5 辅助教材

学生资料

1. PFI 自由潜水员学生手册或在线学习课程
2. PFI 自由潜水员教练手册
3. PFI 标准与程序

教练训练官教材

1. PFI 助理教练投影片
2. PFI 教练手册
3. ITI 教练评估表
4. ITI 平静水域、开放水域评估表或写字板
5. PFI 教练训练官手册

2.6 毕业生资格

1. 成功完成本课程后，毕业生可以在 PFI 教练的直接指导下共同教授自由潜水课程

2. 成功完成本课程后，毕业生将有资格参加自由潜水员教练课程

2.7 谁可以教授

本课程可由自由潜水员教练训练官教授

2.8 教练学生比例

学科

1. 无限制，只要提供足够的设施、支援和时间，以确保全面和完整的训练。

平静水域

1. 一名教练最多教授八名学生（1:8）或一名教练加上一名合格的助手（1:12）。

开放水域

1. 一名教练最多教授六名学生（1:6）或一名教练加上一名合格的助手（1:10）。

2.9 深度限制

开放水域

1. 最大深度为 25 米 /82 英尺

平静水域

1. 最大深度为 10 米 /33 英尺

2.10 建议的课程最低要求

学科

1. 12 小时

平静水域

1. 6 小时

开放水域

1. 8 小时

2.11 知识发展概述

本课程中必须涵盖以下主题。

1. 简介：
   a. 什么是 PFI？
   b. 课程大纲
   c. 先决条件
   d. 装备要求
   e. 安全练习
   f. 道德标准

g. PFI 教练行为准则

2. PFI 标准与程序：
   a. PFI 课程结构
   b. 一般标准与程序
   c. 个别课程标准与程序
3. 课前评估：
   a. 实际评估
      i. 评分和复习
   b. 潜水轮廓 / 术语评估
      i. 评分和复习
4. 学科简介：
   a. 浮潜课程
   b. 自由潜水员课程
   c. 安全潜伴课程
5. 对自由潜水员的监督和控制：
   a. 平静水域学生训练
   b. 开放水域学生训练
   c. 指导自由潜水员
6. 教育制度基础与指引：
   a. 教育系统作为工具
   b. 赋予自由潜水知识
   c. 设计课堂演示
   d. 设计开放水域演示
   e. 评估学术和开放水域理解
7. 课程安排和营销：
   a. 一般课程安排
   b. 一般课程营销
   c. 浮潜、安全潜伴和自由潜水员等级
8. 学科教学演示
   a. 至少进行 4 次演示。
   b. 在至少两次知识发展演示中获得及格分数。

2.12 平静水域

要被认证为 PFI 助理自由潜水员教练，考生必须证明其技能得到 PFI 教练训练官认可。

1. 水性测验和耐力 - 水面：
   a. 800 米浮潜，少于 16 分钟
   b. 可使用蛙镜。不中断连续游泳 400 米，少于 10 分钟。
   c. 在没有辅助漂浮装置的情况下踩水 15 分钟。
   d. 穿戴装备完成 50 米水平水下游泳（动态闭气）
   e. 完成不少于 2 分钟的无热身静态闭气和 4 分钟的呼吸
   f. 不中断基本生命支持（BLS）进行 100 米拖带
2. 现场简报
   a. 学科简报
   b. 泳池简报
3. 紧急上升和问题管理：
   a. 水面 LMC 控制
   b. 水面 BO 控制
   c. 昏迷的 BO 潜水员在水面面部朝下
   d. 水下在上升阶段发生 BO- 从有意识变成无意识
   e. 从底部找到一个昏暗的潜水员并上升
   f. 在进行救援拖带时在水中进行人工呼吸
4. 学生的指挥与控制
   a. 演示有或没有助手时学生的命令和控制 / 位置。
   b. 作为助理演示对学生的命令和控制 / 的位置。
5. 技能流程 / 教学演示
   a. 完成以下技能流程并展示教学能力：
      i. 压力测试 / 团队合作
      ii. 面镜技巧（部分面镜进水和清除，全面罩进水和清除）
      iii. 呼吸管清除 - 吹气法和换置方法
      iv. 踢动技巧（自由踢，摆动和海豚踢）
      v. 水面入水（一脚和两脚的入水）
      vi. 水面恢复（兼顾安全和进行者）
         01. 2 手浮动
         02. 3 次虎克呼吸和 3 次清除呼吸
         03. 共 30 秒

04. 90 度定位

05. 数数的手放在面部前方，另一只手准备垂直支撑

vii. 配重带的拆卸 / 更换（温水和冷水中）

viii. 静态程序（作为安全和进行者）

01. 正确入水、出水，及进行者发出信号

02. 为了安全起见，对静态闭气时间进行倒计时（2：00、1：30、1：00，0：30，0：20，0：10，0：05-0：01）

03. 为安全起见，对自由潜水员等级 STA 课程发出正确信号并进行指导

ix. 动态程序（作为安全和执行者）

x. 正确的呼吸

01. 计数、清除、预先均衡、峰值吸气

02. 拆下呼吸管

6. 平静水域教学简报

a. 至少演示 4 次简报，并根据需要提供其他备用简报。

b. 提出至少两次通过的平静水域发展简报。

2.13 开放水域

要被认证为 PFI 助理自由潜水员教练，候选人必须能够以示范等级进行协助和执行技能，并得到 PFI 教练训练官的认可。

1. 现场简报

a. 海洋简报

b. 船上简报

c. 装束简报

2. 现场设置和细分

a. 在教练的帮助下准备海洋装束

b. 在没有教练帮助的情况下分解和存放海洋装束

c. 展现环境和状态意识

3. 开放水域恒定压舱潜水评估

a. 在 20 秒的悬挂时间内完成 3 次恒定压舱潜水，直至 20 米 /66 英尺，展示了从深呼吸到恢复呼吸的精通和示范质量技巧。

4. 问题管理和救援场景

a. 成功完成水面救援评估。

b. 成功完成有蹼恒重下潜（CWT）对潜水的监督，包括水下黑视症和对水面两次完整

呼吸的救援评估。

c. 使用适当的恢复技巧成功完成 20 米 /66 英尺无面镜上升

d. 成功完成以教练等级演示救援场景，显示出能够计算学生和教练的时间安排，以及发现和纠正任何时间安排或救援技巧问题的能力。

5. 学生的指挥与控制

a. 在有或没有助手的情况下，展示学生的命令和控制 / 位置。

b. 作为助理演示对学生的命令和控制 / 的位置。

6. 技能评估

a. 在所有技能演示中表现出精通和演示的质量。

7. 开放水域教学演示

a. 至少演示 4 次演示，并根据需要提供其他备用演示。

b. 提出至少两次通过的平静水域发展演示。

2.14 毕业要求

为了成功完成课程，教练候选人必须：

1. 参加并协助所有教室、平静水域和开放水域课程
2. 进行不少于四次学科简报，至少两次通过
3. 进行不少于四次平静水域和四次开放水域教学演示，每场至少两次通过。
4. 表现出对平静水域和开放水域的掌握。
5. 表现出与 PFI 专业人士相称的成熟的判断和执行能力

2.15 认证程序

1. 领导级别评分在 PFI 教练注册和升级表格中进行

3. 自由潜水员教练（Freediver Instructor）

3.1 简介

这是入门级自由潜水员教练评估课程（IEC），适用于希望教授闭气潜水基础知识以提高学生水下意识的个人。

3.2 课程目标

本课程的目的是在 20 米 /66 英尺的深度上，对个人进行技能培训，以帮助他们学习有关益处、危害和正确的入门闭气式潜水指导程序。

3.3 课程先决条件

1. 最低年龄 18 岁
2. 被认证为 PFI 中级自由潜水员或同等级别
3. 被认证为 PFI 助理教练
4. 身体和健康状况良好，并具有医生签署允许自由潜水的医疗证明。
5. 目前有效的 CPR、急救和 AED 操作证明，其中包括海洋生命伤害和神经系统评估。
6. 目前有效的紧急供氧证明（在法律允许的情况下）。

3.4 所需的学生装备

自由潜水质量的面镜、蛙鞋、呼吸管、暴露保护、配重带和配重（适用于当地环境）、自由潜水电脑表和计时装置。

3.5 辅助教材

学生教材

1. PFI 自由潜水员手册或在线学习课程
2. PFI 自由潜水员教练资源
3. PFI 标准与程序

教练训练官教材

1. PFI 教练手册
2. ITI 教练评估表
3. ITI 限制和开放水域评估表或写字板
4. PFI 自由潜水员教练测验与答案
5. PFI 教练训练官手册

3.6 毕业生资格

1. 成功完成本课程后，毕业生可以教授以下 PFI 自由潜水课程：

浮潜员

自由潜水员

安全潜伴

Open Line 潜水

指导课程

自由潜水课程介绍

成功完成本课程后，毕业生可能有资格参加中级助理教练、中级自由潜水员教练或专长自由潜水教练课程。

3.7 谁可教授

PFI 自由潜水员教练训练官

3.8 教练学生比例

学科

1. 无限制，只要提供足够的设施、支援和时间，以确保全面和完整的训练。

平静水域

1. 一位教练教练训练官最多可教授 6 位学生（1:6）或是一位教练训练官搭配助理最多可教授 10 位学生（1:10）。

开放水域

1. 一位教练教练训练官最多可教授 6 位学生（1:6）或是一位教练训练官搭配助理最多可教授 8 位学生（1:8）。

3.9 深度限制

开放水域

1. 最大开放水域深度为 25 米 /82 英尺。

平静水域

2. 最大平静水域深度为 10 米 /33 英尺。

3.10 建议的课程最低要求

学科

1. 4 小时

平静水域

1. 8 小时

开放水域潜水

2. 4 小时

3.11 知识发展概述

必须涵盖以下主题。

1. 简介
   a. 课程大纲
   b. 文书工作和先决条件
   c. 装备要求检查
   d. 泳池协议和行为
   e. 水下协议和行为
   f. 安全 / 监督学习
2. 协助所有学科简报
   a. 完整的课堂自我介绍
   b. 协助收集所有文书工作
   c. 协助所有课堂演示
3. 知识发展简报
   a. 使用“ PFI 理论演示大纲”表单完成一次课堂简报（课堂简报是一次的简报主题）
   b. 以简报 / 内容 / 摘要的教学形式呈现
   c. 达到及格的成绩
4. 标准与程序考试
   a. 在标准与程序考试中达到 80％的及格分数

3.12 平静水域

要被认证为自由潜水员教练，学生必须证明以下技能，并得到 PFI 教练训练官认可：

1. 水性测验和耐力 - 水面
   a. 800 米浮潜，少于 16 分钟
   b. 可使用蛙镜。不中断连续游泳 400 米，少于 10 分钟
   c. 在没有辅助漂浮装置的情况下踩水 15 分钟
   d. 不中断基本生命支持（BLS）进行 100 米拖带
2. 进行泳池现场简介
3. 平静水域教学演示
   a. 在一个平静水域教学演示中获得及格分数
4. 平静水域技能评估
   a. 完成 4 分钟的深呼吸且不进行热身进行不少于 2 分钟的静态闭气
   b. 使用装备完成不少于 50 米的动态闭气，在无热身状况下展示从 4 分钟深呼吸到恢复呼吸的适当技巧
   c. 在所有技能上表现出精通和示范品质

5. 问题管理评估
   a. 在示范质量的静态闭气救援中获得及格分数
   b. 在示范质量的动态闭气救援中获得及格分数

3.13 开放水域

要成为认证的自由潜水员教练，候选人必须要能够教授与进行示范等级的技能，并得到 PFI 教练训练官的认可：

1. 开放水域恒定配重潜水评估
   a. 在 20 米 /66 英尺内完成 4 次恒定配重潜水，展示了从深呼吸到恢复呼吸的精通和示范质量技巧，两次潜水中水面间隔不超过 2 分钟，同时为学生提供了简介、总结和纠正潜水过程中的任何问题。
2. 开放水域教学评估
   a. 在开放水域教学演示中获得及格分数。
3. 问题管理
   a. 成功完成救援评估。
   b. 成功对完成有蹼恒重下潜（CWT）的监督，包括水下黑视症和对水面两次完整呼吸的救援评估。
   c. 成功完成 20 米的压力测试。
4. 技能评估
   a. 在所有技能演示中表现出精通和演示的质量。

3.14 毕业要求

为了成功完成课程，学生必须：

1. 参加并协助所有教室、平静水域和开放水域课程
2. 在所有笔试中获得 80%或更高的分数
3. 进行至少一份学科教学、一次平静水域和一份开放水域教学演示，每份均获得合格分数
4. 通过对静态、动态和开放水域的救援评估
5. 掌握平静水域和开放水域技巧示范
6. 演示组织能力包括现场安装和拆解
7. 表现出与 PFI 专业人士相称的判断和执行成熟度。

3.15 认证程序

1. 在领导等级登记表上填写领导等级评定。

4. 中级自由潜水员助理教练（Assistant Intermediate Freediver Instructor）

4.1 简介

此下一等级的助理教练认证，将让自由潜水员教练可以继续通过专注于中级自由潜水员教育水平，进行更多的自由潜水教育课程，并获得更多技能和经验。本领域的助理教练具有很高的知识、技能、能力、技术专长和能力，将被要求重复在 40 米 /132 英尺深度范围内工作，同时还必须采用安全和问题管理技术。本课程可以作为独立课程进行授课，也可以与中级自由潜水员教练课程合并授课。

4.2 课程目标

本课程的目的是在 40 米 /132 英尺的深度中，对个人进行有关中级闭气潜水助理教练的好处、危害和适当程序的技能培训。

4.3 课程先决条件

1. 最低年龄 21 岁
2. 被认证并身为活跃身份 PFI 自由潜水员教练
3. 作为自由潜水员助理教练至少助教了一次 PFI 中级自由潜水员课程
4. 身体和健康状况良好，并具有医生签署允许自由潜水的医疗证明
5. 目前有效的 CPR、急救和 AED 教练，其中包括海洋生命伤害和神经系统评估（在法律允许的情况下）
6. 目前有效的紧急供氧证明（在法律允许的情况下）

4.4 所需的学生装备

1. 面镜、蛙鞋、呼吸管、暴露防护、配重带和配重（适用于当地环境）以及自由潜水电脑表和计时装置

4.5 辅助教材

学生教材

1. PFI 中级自由潜水员手册或在线学习课程
2. PFI 中级自由潜水员教练资源
3. PFI 标准与程序
4. PFI 教练手册

教练训练官教材

1. PFI 教练手册
2. ITI 教练评估表

3. ITI 平静水域、开放水域评估表或训练板
4. PFI 中级自由潜水员教练测验与答案
5. PFI 教练训练官手册
6. 中级自由潜水员期末考试（候选人未完成在线学习时）

4.6 毕业生资格

1. 成功完成本课程后，毕业生可以在 PFI 中级教练或更高级别的直接监督下共同教授 PFI 中级自由潜水员课程。
2. 成功完成本课程后，毕业生可能有资格参加中级自由潜水员教练或自由潜水员专长教练课程。

4.7 谁可教授

本课程可由 PFI 中级自由潜水员教练训练官教授。

4.8 教练学生比例

学科

1. 无限制，只要提供足够的设施、支援和时间，以确保全面和完整的训练。

平静水域

1. 一位教练教练训练官最多可教授六位学生（1:8）或是一位教练训练官搭配助理最多可教授十二位学生（1:12）。

开放水域

1. 一位教练教练训练官最多可教授六位学生（1:6）或是一位教练训练官搭配助理最多可教授十二位学生（1:10）。

4.9 深度限制

开放水域

1. 最大开放水域深度为 40 米 /132 英尺

平静水域

1. 最大平静水域深度 10 米 /33 英尺

4.10 建议的课程最低要求

学科

1. 17.0 小时

平静水域

1. 7.0 小时

开放水域潜水

2. 10.5 小时

4.11 知识发展概述

必须涵盖以下主题：

1. 简介
   a. 课程大纲
   b. 文书工作和先决条件
   c. 装备要求检查
   d. 泳池协议和行为
   e. 水下协议和行为
   f. 安全 / 监督学习
2. 协助所有学科简报
   a. 完整的课堂自我介绍
   b. 协助收集所有文书工作
   c. 协助所有课堂演示
3. 知识发展简报
   a. 使用 PFI 理论演示大纲表单至少完成四次课堂简报
   b. 正如 PFI 教练训练官所概述的那样，必须通过两次简报
4. 标准与程序考试
   a. 以 90% 以上的准确率通过中级自由潜水员最终考试 / 在线课程
   b. 在可翻阅教材的前提下，以 80% 以上的准确率通过中级自由潜水员教练考试

4.12 平静水域

要被认证为中级助理自由潜水员教练，学生必须以示范质量演示以下技能：

1. 水性测验和耐力 - 水面
   a. 800 米浮潜，少于 16 分钟
   b. 可使用蛙镜。不中断连续游泳 400 米，少于 10 分钟
   c. 在没有辅助漂浮装置的情况下踩水 15 分钟
   d. 不中断基本生命支持（BLS）进行 100 米拖带
2. 进行泳池定向简报并提供安全监督
   a. 完成泳池定向简报
   b. 掌握所有泳池学生分组
   c. 提供水中安全和监督
3. 协助所有泳池课程
   a. 到达泳池学生分组后入水

b. 协助学生准备装备
c. 协助所有泳池示范

4. 平静水域教学演示
   a. 使用 PFI 平静水域演示大纲表格至少完成四（4）次平静水域演示
   b. 至少通过两（2）次演示获得合格分数
5. 平静水域技能评估
   a. 完成 4 分钟的深呼吸且不进行热身也不少于 3 分钟的静态闭气
   b. 使用装备完成不小于 75 米的动态闭气，展示无热身下 4 分钟深呼吸到恢复呼吸的正确技巧
   c. 在所有技能上表现出精通和示范等级
6. 问题管理评估
   a. 在静态闭气救援中获得及格分数
   b. 在动态闭气救援中获得及格分数

4.13 开放水域

要成为认证的中级助理自由潜水员教练，候选人必须要能够教授与进行示范等级的技能，并得到 PFI 中级自由潜水员教练训练官的认可：

1. 完成开放水域教学简介并提供安全监督
   a. 完成开放水域状况介绍并提供水中安全和监督
   b. 处理所有开放水域学生分组
2. 完成装束 / 潜水系统的组装拆卸
   a. 完成开放水域潜水装束组装并确保安全与功能性
   b. 完成拆解潜水装束方便移动跟储存
3. 协助所有开放水域演示
   a. 到达开放水域时对学生分组及入水
   b. 协助学生准备装备
   c. 协助进行所有开放水域示范
4. 开放水域教学评估
   a. 至少完成四（4）次开放水域演示
   b. 至少要通过两（2）次演示，才能获得及格分数
5. 技能评估
   a. 在所有技能演示中表现出精通和演示质量
6. 完成两次开放水域救援场景

a. 通过简报、安全 / 监督和总结完成至少两次学生开放水域救援场景，并具备计算学生和教练自由潜水时间的能力

b. 精通所有救援技能和能力

7. 问题管理评估

a. 成功完成有蹼恒重下潜（CWT）对潜水的监督，包括水下黑视症和对水面两次完整呼吸的救援评估，然后进行连续救援呼吸和拖带直到考官告知中止

b. 成功完成 40 米的压力测试

8. 开放水域自由潜水能力评估

a. 完成三次恒定压舱潜水至 30 米、35 米和 40 米，展示精通从深呼吸到恢复呼吸及示范等级技巧，每次潜水间隔水面休息不超过 4 分钟，并提供简介及总结。在每次潜水中将要求候选人提供技巧提示以及保持安全的潜水环境。

4.14 毕业要求

为了成功完成课程，学生必须：

1. 参加并协助所有学科、平静水域和开放水域课程
2. 通过所有笔试
3. 至少进行四（4）次学科、四（4）次平静水域和四次（4）开放水域教学演示，每四（4）次中至少有两（2）次获得及格分数
4. 通过示范质量救援评估
5. 展示精通平静水域和开放水域技能并演示的最大能力以及展现潜水潜能
6. 演示有关现场设置和拆解以及分组能力
7. 成功完成 40 米 /132 英尺的开放水域压力测试
8. 表现出与 PFI 专业人士相称的判断力和执行力

4.15 认证程序

1. 在 PFI 教练注册和升级表格上填写领导等级评定

5. 中级自由潜水教练（Intermediate Freediver Instructor）

5.1 简介

本级别的教练资格允许晋级的教练提供更多的自由潜水再教育课程，重点是与学生进行中级自由潜水员水平的教学。此领域的教练具有高等级的知识、技巧、能耐、技术专长和能力，将被要求反复在 40 米 /132 英尺深度范围内工作，同时还必须采用安全和问题管理技术。根据中级自由潜水员助理教练候选人的技能 / 经验，本课程可以作为独立课程进行授课，也可以与中级自由潜水员助理教练课程合并授课。

5.2 课程目标

本课程的目的是在 40 米 /132 英尺的深度中对个人进行有关中级闭气潜水指导的好处、危害和适当程序的技能培训。

5.3 课程先决条件

1. 最低年龄 21 岁
2. 被认证并身为活跃身份 PFI 自由潜水员教练
3. 签发 20 名 PFI 学生，其中至少 10 名是自由潜水员等级
4. 除非目前正在此训练课程中，否则必须为认证的 PFI 助理中级自由潜水教练
5. 身为中级自由潜水员助理教练协助至少 10 个共同认证的中级自由潜水员学生
6. 身体和健康状况良好，并具有医生签署允许自由潜水的医疗证明
7. 目前有效的 CPR，急救和 AED 教练，其中包括海洋生命伤害和神经系统评估
8. 目前有效的紧急供氧证明 (在法律允许的情况下）

5.4 所需的学生装备

1. 面镜、蛙鞋、呼吸管、暴露防护、配重带和配重（适用于当地环境）以及自由潜水电脑表和计时装置

5.5 辅助教材

学生教材

1. PFI 中级自由潜水员手册或在线学习课程
2. PFI 中级自由潜水员教练资源
3. PFI 标准与程序
4. PFI 教练手册

教练教材

1. PFI 教练手册
2. ITI 教练评估表

3. ITI 平静水域、开放水域评估表或训练板
4. PFI 中级自由潜水员教练测验与答案
5. PFI 教练训练官手册
6. 中级自由潜水员期末考试（候选人未完成在线学习时）

5.6 毕业生资格

1. 成功完成本课程后，毕业生可以教授 PFI 中级自由潜水员课
2. 成功完成本课程后，只要具备所需的休闲等级资格认证，毕业生可能有资格参加助理高级自由潜水员教练或高级自由潜水员教练或专长自由潜水员教练课程。

5.7 谁可教授

本课程可由 PFI 中级自由潜水员教练训练官教授。

5.8 教练学生比例

学科

1. 无限制，只要提供足够的设施、支援和时间，以确保全面和完整的训练。

平静水域

1. 一位教练教练训练官最多可教授六位学生（1:8）或是一位教练训练官搭配助理最多可教授十二位学生（1:12）

开放水域

1. 一位教练教练训练官最多可教授六位学生（1:6）或是一位教练训练官搭配助理最多可教授十二位学生（1:10）

5.9 深度限制

开放水域

1. 最大开放水域深度为 40 米 /132 英尺

平静水域

1. 最大平静水域深度 10 米 /33 英尺

5.10 建议的课程最低要求

学科

1. 4.0 小时

平静水域

1. 6.0 小时

开放水域潜水

1. 6.0 小时

5.11 知识发展概述

要成为认证的中级自由潜水员教练，学生必须演示以下技能并得到 PFI 教练训练官认可：

1. 简介
   a. 课程大纲
   b. 文书工作和先决条件
   c. 装备要求检查
   d. 泳池协议和行为
   e. 水下协议和行为
   f. 安全 / 监督学习
2. 协助所有学科简报
   a. 完整的课堂自我介绍
   b. 协助收集所有文书工作
   c. 协助所有课堂演示
3. 知识发展简报
   a. 使用 PFI 理论演示大纲表单至少完成两次课堂简报
   b. 正如 PFI 教练训练官所概述的那样，必须通过两次简报，其得分均为及格分数
4. 在中级自由潜水员期末考试或在线学习中达到 90％的及格分数
5. 在一次可查阅课本的中级自由潜水教练考试中，达到 80％的及格分数

5.12 平静水域

要被认证为中级自由潜水员教练，学生必须证明以下技能，并得到 PFI 教练训练官认可：

1. 水性测验和耐力 - 水面
   a. 800 米浮潜，少于 16 分钟
   b. 可使用蛙镜。不中断连续游泳 400 米，少于 10 分钟
   c. 在没有辅助漂浮装置的情况下踩水 15 分钟
   d. 不中断基本生命支持（BLS）进行 100 米拖带
2. 进行泳池现场简介并提供安全监督
   a. 完成泳池介绍简报
   b. 处理所有泳池学生分组
   c. 提供水中安全和监督
3. 协助所有泳池课程
   a. 到达泳池学生分组后入水
   b. 协助学生准备装备
   c. 协助所有泳池示范

4. 平静水域教学演示
   a. 使用 PFI 平静水域演示大纲表格至少完成两（2）次平静水域演示
   b. 至少通过两（2）次演示获得合格分数
5. 平静水域技能评估
   a. 在所有技能上表现出精通和示范等级
6. 问题管理评估
   a. 在静态闭气救援中获得及格分数
   b. 在动态闭气救援中获得及格分数

5.13 开放水域

要成为认证的中级自由潜水员教练，候选人必须要能够教授与进行示范等级的技能，并得到 PFI 教练训练官的认可：

完成开放水域教学简介并提供安全监督

完成开放水域教学简介并提供水中安全和监督

处理所有开放水域学生分组

1. 完成装束 / 潜水系统的组装拆卸
   a. 完成开放水域潜水装束组装并确保安全与功能性
   b. 完成拆解潜水装束方便移动跟储存
2. 协助所有开放水域演示
   a. 到达开放水域时对学生分组及入水
   b. 协助学生准备装备
   c. 协助进行所有开放水域示范
3. 开放水域教学评估
   a. 使用 PFI 开放水域演示大纲表格至少完成两（2）次开放水域演示
   b. 至少通过两（2）次演示获得合格分数
4. 技能评估
   a. 在所有技能上表现出精通和示范等级
5. 完成两次开放水域救援场景
   a. 通过简报、安全 / 监督和总结完成至少两次学生开放水域救援场景，并具备计算学生和教练自由潜水时间的能力
   b. 精通所有救援技能和能力
6. 问题管理评估
   a. 成功完成有蹼恒重下潜（CWT）对潜水的监督，包括水下黑视症和对水面两次完整

呼吸的救援评估，然后进行连续救援呼吸和拖带直到考官告知中止

b. 成功完成 40 米 /132 英尺的压力测试

7. 开放水域自由潜水能力评估

a. 完成三次恒定压舱潜水至 30 米、35 米和 40 米，展示精通从深呼吸到恢复呼吸及示范等级技巧，每次潜水间隔水面休息不超过 4 分钟，并提供简介及总结。在每次潜水中将要求候选人提供技巧提示以及保持安全的潜水环境。

5.14 毕业要求

为了成功完成课程，学生必须：

1. 参加并协助所有学科、平静水域和开放水域课程
2. 通过所有笔试考试
3. 至少进行两（2）次学科、两（2）次平静水域和两（2）次开放水域教学演示
4. 通过示范质量救援评估
5. 展示精通平静水域和开放水域技能并演示的最大能力以及展现潜水潜能
6. 演示有关现场设置和拆解以及分组能力
7. 成功完成 40 米 /132 英尺的开放水域压力测试
8. 表现出与 PFI 专业人士相称的成熟判断和执行能力

5.15 认证程序

在 PFI 教练注册和升级表格上填写领导等级评定