

## 干衣课程课后感言 2020年11月

Leon Z

“与大部分 diver 一样，从 PADI 入门，OW-AOW-NITROX-RESCUE。可以说是一路玩过来的，休闲潜水嘛，很休闲，收获了很多乐趣和朋友。然而在一位潜友的引荐下接触到 WUD，才猛然意识到，这一路唯独缺乏对提升潜水技术的意识。（声明：以上文字内容仅代表个人心路历程和成长感悟，与任何潜水组织无关。）

至此，开始了我的 WUD 的潜水技术磨练之路。

2020年，一场突如其来的疫情，把国内本身小众的潜水运动的大量潜水员圈在内陆。“蓝毒”一犯，淡水亦能解忧，可时值寒冬腊月，水温就成了一道坎，于是乎，在11月28日/29日，我参加了 WUD 的干衣课程，为打开另一片水域做一点筹备。

WUD 的干衣课程是我在 WUD 学习的第二门课程，此前参加并通过了 MBA 课程，所以对 WUD 的教学算是略知一二，心中有谱吧。这里主要谈谈干衣课程的感受兼带一些对 WUD 的看法。

首先，课程内容多，进度紧张。前半部分其实与大部分潜水组织雷同吧，理论内容都挺多，差别在于细节，而“魔鬼”往往藏于细节。这一点后面说。两天的课程安排，真是满到吃饭都得提起速度吃。第一天理论+干衣下水前的相关操作，外加在平静水域两潜，每一潜起来换完装备就是一顿总接，接着第二潜。第二天上午继续完善理论和动手能力，接着是开放水域两潜。说全程无尿点一点不为过。这种感受与我加入 WUD 之前意识形态中的休闲潜水课程完全不一样，太不休闲了，哈哈。不过满满的充实感，有兴趣可以自己来体会。

第二，WUD 的干衣课程，理论与实践联系得非常紧密。全程理论授课过程，教练都拿着干衣，对照着讲，中途还需要学员动手尝试。这样的形式便于知识点记忆，同时将理论实践化以后，更容易使技能“感同身受”，避免抽象化。

第三，“魔鬼”藏于细节。这是我从 WUD 学习过程中感受最强烈的一点。很多理论的知识或技能，无论是通过别人口述抑或是从网络、书本中去查找，或许都能略知一二，且内容大同小异。然后知道与做到之间的距离，除了练习之外就是细节决定的。WUD 对学员的要求，不是每一个技能你把动作做出就完事，而是应该按照既定的规范把整个技术动作中的每一个分解动作都按照要求做出，才算合格。这就要求学员对每一项技能的理解必须要非常了解，知其然还要知其所以然，再把知道的做出来，确保需要用的时候能够第一时间做出技术动作。比如装备和备件的悬挂，单头钩从哪个方向挂在什么位置，更容易第一时间取下并使用；共用气源的时候手从哪个方向握住二级头的哪个位置，确保咬嘴出去的角度能够第一时间朝向需要吸气的潜水员的嘴巴；蛙踢或悬停时，脚蹼如何运动效率达到最高等等。做到与做好，细节真的太重要了，这往往决定了你与其他潜水员之间的差距。

第四，视频原则与总结。对于来上课的学员，除了极少数天赋异禀的人，大多数应该都需要经过一个不断尝试、调整、再到熟练的过程。然后在自己下水后的姿态、动作，自己是很难

清晰了解的。WUD 的教练在教学的时候会为学员拍摄视频，这个视频主要用于上岸后可以让学生自己看到当时的状态，同时可以让教练及其他同学共同发现问题，相互帮助改正。这样，下次再入水，则可以有的放矢的去矫正自己的问题，快速成长。当然，如果视频中已经做得完美，事后用来装 X 也是阔以滴。哇哈哈哈哈哈~

第五，像个老友一样交流。在 WUD 上课，不是你听我说，更多的是大家相互交流。学员有问题可以随时打断教练，并提出疑问，现场解惑。所以虽然课程进度紧张，但是氛围很轻松友好。

第六，我们是一个潜水团队。每次下水，教练会带领大家做好潜水计划，并给每一个人进行分工。下水后各司其职又相互联系。感觉是一个团队在执行潜水任务，很酷，也很有凝聚力。加强了水下作业的团队意识，或许这些都是来自洞潜等技术潜水的经验而形成的意识吧。

写在最后，WUD2010 年在国内成立，10 年对于一个潜水组织来说，不算长，但是从这两次课程，我能够感受到组织者的用心，也为它作为咱们中国人自己的潜水组织而骄傲。在探索水下世界的路上，希望作为一个潜水员的我们，可以一起努力，Never stop exploring。自勉。”