

Norppaposti

3/2008

Sisältää:

- Lisää kiittämisen välineitä
- MOT
- Tapahtumia ja koulutuksia
- Kertomus mitä tapahtui, kun nuorille opetettiin EA:ta
- Nuorten kyselyn vastauksia
- Kortittamisesta
- Seuratuen uudistunut hakuaika

MOT-SIVUT AVATTU!!!

Käy tutustumassa www.mäoontäällä.fi. Liikunnalliset sivut nuorille ja nuorenmielisille. Videoita, musaa, tapahtumia jne. Käy kurkkaamassa ja laita vaikka oma videosi.

NUORTEN RYHMÄ

Sukeltajaliiton Nuorten ryhmä aloittaa toiminnan 2009.

Mukaan pääsyä voi "anoa" Liiton nuorisopäälliköltä laittamalla hänelle sähköpostia osoitteella heli.laukkarinen@sukeltaja.fi joulukuun puoleen väliin mennessä!

Ketkä voivat hakea ryhmään? Kaikki iältään noin 16-25 vuotiaat. Sinulla ei tarvitse olla mitään erityistä koulutusta tai sukeltajatasoa. Ainoastaan kiinnostus toimia toisten nuorten kanssa edistämällä sukeltamista Suomessa. Erityisesti nuorten sukeltamista!

Mitä on tarkoitus tehdä? Vaikuttaa, kertomalla oman eli nuorten mielipiteen asioista. Toimia myöhemmin "kummeina" seuroille. Osallistua tapahtumiin. On yhteydessä LUNK:iin ja valita oman ehdokkaansa LUNK:iin. Toimia Sukeltajaliiton pääkoordinaattorina Nuorten 2011 kampanjassa. Ja kaikkea muuta jota ryhmä itse päättää tehdä.

Mitä saan tästä toiminnasta? Kavereita, kokemusta, koulutusta, mahdollisuuden vaikuttaa...

Nuorten ryhmää luotsaa aluksi eteenpäin nuorisopäällikkö ja hänen apunaan muutamia nuoria osaajia.

ÄÄNESTÄ VUODEN NUORI URHEILIJA 2008!

Hei, Sinä alle 20-vuotias nuori. Kuka sinun mielestäsi on Vuoden Nuori Urheilija 2008? Nyt Sinulla on mahdollisuus äänestää suosikkiasi 37 ehdokkaan joukosta. Ehdokaslistan ovat laatineet urheilun lajiliitot yhdessä Nuoren Suomen kanssa.

Äänestämään pääset osoitteessa http://irc-galleria.net/gallup.php?question_id=131951 Äänestys on auki palveluun rekisteröityneille käyttäjille 21.12.2008 asti. Tarkemmat perustelut urheilijakuvineen löytyvät Nuoren Suomen nettisivulta osoitteesta <http://nuorisuomi.fi/vuoden-nuoriurheilija>.

Nuorten IRC-Galleria äänestyksessä kolme eniten ääniä saanutta urheilijaa pääsee urheilutoimittajien finaaliäänestykseen. Nuori Suomi, Kesko ja Urheilutoimittajat jakavat Vuoden Nuori Urheilija 2008 palkinnon Suomen Urheilugaalassa tammi-kuun 12. päivänä 2009.

Lisätietoja Suomen Urheilugaalasta www.suomenurheilugaala.fi

Kaikesta Norppapostiin liittyvästä lisätietoja: nuorisopäällikkö Heli Laukkarinen
(09) 3481 3190 tai
040-764 1157
heli.laukkarinen@sukeltaja.fi



KIITOS OHJAAJILLE JA VALMENTAJILLE

Nuoren Suomen sivulta löytyy myös sähköinen kiitoskortti (kolme vaihtoehtoa), jonka ideana on, että vanhemmat tai kuka tahansa voi lähettää lapsensa valmentajalle/ ohjaajalle kiitoksen heidän tekemästään arvokkaasta työstä. Aiheesta on myös 12 ilmoitusta Yhtyneiden Kuvalehtien sivuilla marras-joulukuussa. Kiitoksen voi myös lähettää vaikkapa seuran puheenjohtaja oman seuran valmentajille.

Kiitos kortti löytyy Nuoren Suomen etusivuilta www.nuorisuomi.fi. Laita kiitos liikkelle!



KORTITTAMISESTA

Norpat rekisteriin!!!! Muistakaa, että vain Liiton jäseniksi ilmoitettuja norppia voidaan kortittaa. Eli ensin merkintä jäsenrekisteriin ja Liiton jäsenmaksu asiat kuntoon. Sen jälkeen voitte lähettää kortituslomakkeet Liiton toimistoon tai täyttää netissä kortitustiedot.

Kuuttiohjaajakurssi

30.1.- 1.2.2009 Järvenpäässä

Kurssi on tarkoitettu kaikille 18 vuotta täyttäneille Norppaohjaajille tai muu vesiliikunnan alan koulutuksen käynneille. Perhesukelluksen eli 3- 6 -vuotiaiden lasten ja heidän vanhempinsa yhteiseen snorkkelisukellustoimintaan, ohjaajakurssi tarjoaa tietoa lasten kehityksestä, lasten liikunnan lähtökohdista ja edellytyksistä, lasten ja vanhempien ohjaamisesta toiminnassa ja monipuolisia toimintamalleja allastoimintaan.

Kurssilta saat myös runsaasti leikki-ideoita, harjoitusmalleja sekä valmiita ohjelmia.

Hinta: 200 euroa, sisältäen opetuksen, materiaalin, majoituksen sekä ruokailun

Ilmoittautumiset viimeistään 30.12.2008 mennessä
heli.laukkarinen@sukeltaja.fi

Koko ensi vuoden alustava nuorisovaliokunnan tapahtumakalenteri on ohessa. Kaikki päivämäärät eivät ole vielä varmoja. Seuraa Liiton nettisivuja.

Jokaiseen tapahtumaan ilmoittautuminen loppuu kuukautta ennen tapahtumaa!!!

| | | |
|---------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| 10.-11.1. | Sporttiohjaajapäivät | Kuusankoski |
| 30.1.-1.2. | Kuuttiohjaajakurssi | Järvenpää |
| 6.-8.2. | Norppaohjaajakurssi | Varala, Tampere |
| 4.-5.4. | Diveäksön | Riihimäki |
| 24.-26.4. | Norppaohjaajakurssi | Kouvola |
| 28.6.-5.7. | Kesäleiri | Tanska |
| elokuu | Ohjaajapäivät ja DAN BLS -kurssi | |
| 25-27.9 ja 2-4.10 . | Snorkkelisukelluskouluttajakurssi | Piispala, Kannonkoski |
| 9.-11.10. | Norppaohjaajakurssi | Varala, Tampere |
| 27.-29.11. | Kuuttiohjaajakurssi | Jyväskylä |

Vielä ehtii ilmoittautua!

Sporttiohjaajapäivät 10-11.1.2008 Kuusankoskella

Norppaohjaajille, snorkkelisukelluskouluttajille ja laitesukelluskouluttajille suunnattu koulutusviikonloppu 10.-11.1.2009, jossa opetetaan vapaasukelluksen ja räpyläuinnin ohjaamista lapsille ja nuorille. Kurssista ei saa ohjaaja- tai valmentajatodistuksia, vaan tarkoituksena on antaa lisää virikkeitä ja hyviä harjoituskäytäntöjä eri sukelluslajeista seurojen nuorisotoimintaan. Kurssilaiset itse harjoittelevat kyseisiä lajeja altaassa, jotta saavat käsityksen lajin erityisominaisuuksista.

Viimeinen ilmoittautumispäivä on perjantaina 15.12.2008 Liiton nuorisopäällikölle Heli Laukkariselle heli.laukkarinen@sukeltaja.fi. Kurssille otetaan enintään 20 oppilasta. Kurssin hinta 200 euroa sisältäen täysihoidon ja majoituksen hotellissa. Noudatamme Sukeltajaliiton nuorisovaliokunnan yleisiä ilmoittautumiskäytäntöjä ja peruutusehtoja.

Seuraavilla sporttiohjaajapäivillä on mukana jotkut muut lajit. Päivistä on tarkoitus tulla vuosittainen tapahtuma, jossa voi päivittää omia tietojaan sekä taitojaan.

Kaikki ilmoittautumiset kirjallisena seuroittain www.sukeltaja.fi-sivujen Resurssipankista löytyvällä ilmoittautumislomakkeella joko sähköpostilla office@sukeltaja.fi tai fax (09) 3481 2516.

Tapahtumien ja koulutuksien peruutusehdot:

Viimeisen päivän jälkeen tehdyistä peruutuksista veloitetaan 30 % kurssin/tapahtuman hinnasta. Peruutuksista tulee aina ilmoittaa, ilman peruutusta poisjääneiltä veloitetaan koko kurssin/tapahtuman hinta.

Sairastapauksissa palautamme kurssi/tapahtumamaksun lääkärintodistusta vastaan vähennettynä toimistokuluilla (8,50 euroa).

Kurssi/tapahtuma voidaan peruuttaa järjestäjien taholta, mikäli ilmoittautuneita ei ole riittävästi. Sukeltajaliitto pidättää oikeuden muutoksiin.

Sukeltaja-reppu

- tilava sisätila sisätaskulla ja säädettävä kiristysnyöri
- ulkopuolella kaksi taskua vetoketjulla
- matkapuhelintasku kantohihnassa
- takatasku arvotavaroille
- pehmustetut, erityisen vahvat kantohihnat
- vyötäröhihna
- tilavuus n. 25 litraa
- 32x14x44 cm

Hinta 19,00 €



KYSELY NUORILLE!!

Teimme nuorten parissa kyselyä Lohjan norpparalissa ja lähetimme sitä seurojen nuorille. Tähän kyselyyn saatiin 32 vastausta 13-18 vuotiailta nuorilta. Vastaajien kesken arvottiin yllätyspalkinto jonka voitti RRDC:n Jaakko.

Yhteenvetona kyselystä voidaan todeta seuraavaa: Nuoret tahtoo ohjata ja osallistua tapahtumiin. Lehteen halutaan tapahtumista juttuja, tuloksia ja vinkkejä mitä tehdä norppaharkoissa. Lupaam, että osa näistä toiveista toteutuu jo ensi vuoden aikana, mutta tarvitsen osin teidän apua, sillä vaikea on minun kirjoittaa aiheesta: Juttuja siitä mitä norpat ovat tehneet seuroissa tai muualla. Laittakaa tulemaan tänne toimistolle päin juttua mitä teette kauden aikana seuroissa. Lyhyetkin jutut ovat tervetulleita!

Tässä on kysely kokonaisuudessa. Lauseiden perässä oleva luku kertoo, montako 32 nuoresta oli valinnut kyseisen kohdan.

Mitä haluaisit tulevaisuudessa tehdä sukelluksen parissa?

Ohjata 22
vaikuttaa/olla päättämässä 4
järjestää tapahtumia 6
olla mukana Liiton nuorten ryhmässä 6
huolehtia seuran kalustosta 0
kouluttautua kouluttajaksi 8
kisata jossain lajissa; Missä lajissa? uppop.2,
kaikissa, vapaasuk.1,suk.kalastus 1
aloittaa laitesukellus 11
osallistua norpparalleihin ja leireille 21
osallistua lajikokeiluihin 8
Jotain muuta. Mitä? Sukeltaa 1, osallistua valtakunnalliselle ohjaajaleirille, uida ja olla seura-laisten parissa 1, sukeltaa ihan harrastuksena 1, kouluttautua pitemmälle laitesuk.1, kokeilla suk.kalastusta 1

Mitä toivot Sukeltaja-lehden norppasivuilla olevan? Valitse väh.kolme ja omia toiveita voit kirjoittaa loppuun.

Lasten ja nuorten itsensä tekemiä juttuja 13
leiri/ralli kuulumisia 22
Norppa näkyvissä-palsta 1
sarjakuvia 9
tehtäviä
tuunausvinkkejä 9
vinkkejä mitä tehdä norppaharkoissa 18
lajiesittelyjä 14
kilpailuja 4
tuloksia kisoista 14
Juttuja siitä mitä norpat ovat tehneet seuroissa tai muualla 11
Jotain muuta, mitä? seuraesittelyjä 1, neuvoja laitesuk.siiirtymisessä 1

NUORTEN EA KURSSI

Hei kaikille,
Kertaan tässä mietteitä, joita jäi nuorille pidetystä DAN BLS kurssista.

Kurssilla oli 5 nuorta ja 3 aikuista. Nuorin on 14 v (täyttää kohta 15) ja vanhin nuori on 17 v. Aikuiset ovat kaikki norppa-ohjaajia ja/tai kuuttiohjaajia. Nuorista kolmella (= tytöt) oli ensiapukoulutusta myös partiosta tms. toiminnasta, pojilla ei ollut ennestään ensiapukoulutusta.

Kurssin alussa kysyttiin kurssille tulon motiivista. Yhtä lukuun ottamatta kaikki vastasivat "Olen menossa toiselle kurssille, joka vaatii ea-kurssia" Poikkeava vastaus oli nuorimmaisella kurssilaisella, joka sanoi " Tulin oppimaan jotain yleissivistävää".

Kurssi kesti klo 10 - 16, pidimme puolen tunnin ruokataunon ja lopussa jäi 20 minuuttia loppoaikaa, muuten oli koko ajan tekemistä ja touhuamista. Anne oli kouluttajana, minä olin avustajana, mallina, kokkina jne. Yhtään isompaa ryhmää ei olisi voinut olla, tämä oli suurin mahdollinen kurssin koko.

Ennakkoon pelkäsin, että kurssi hajoaa, varsinkin loppupäivästä ja nuoret alkavat häröilemään. Tätä ei tapahtunut vaan kaikki jaksoivat keskittyä loppuun asti. Minusta tuntuu, että aikuisten oppilaiden läsnäolo rauhoitti heitä. Jos kurssilla olisi pelkästään nuoria, en ottaisi enempiä kuin 6 oppilasta kurssille.

Teorialuennoilla alkoi satelemaan kysymyksiä ja esiin tulivat varsin hyvin oppilaiden pelkoja eli "voinko vahingoittaa...". Huomasin, että kysymyksiä alkoi tulemaan sen jälkeen kun minä, "kouluttaja", kysyin "pitääkö uhri kuivata ennen kuin deffaa voi käyttää?". Tuo taktiikka voi olla hyvä muillakin kurseilla, eli että apukouluttaja kysyy ensimmäisen kysymyksen, niin muutkin rohkaistuvat kysymään asioita. Jos kurssilla on kaksi kouluttajaa, toinen voisi kysyä niitä teoriakokeen kompakysymyksen sisällöstä toiselta kouluttajalta tyyliin "muistanko oikein, että....?".

Kysyimme kurssin lopussa, olivatko termit kalvoilla selviä ja ymmärrettäviä. Kaikki vastasivat, että kyllä oli. Ainoastaan deffa/defibrilaattori sanan epäjohdonmukainen käyttö oli hämmentävää. Kurssilla oli kaksi suomenruotsalaista, mutta he pärjäsivät yhtä hyvin kuin muutkin. Teoriakokeesta kolme oppilasta sai täydet pisteet, kaikki olivat nuoria. Yksikään aikuinen ei saanut täysiä pisteitä, mikä osoittaa sitä, että nuorilla on opiskelutekniikka hallussa.

Ennakkoon epäilin myös oppilaiden passiivisuutta harjoitusten suhteen, mutta sekin oli turha pelko. Nuoret tarttuivat toimeen ennakkoluulottomasti ja elvytys meni heiltä loppua kohti hienosti. Varsinkin, kun heille heittää mitattavia arvoja kuten "30 painallusta pitää kestää sen 18 sekuntia", niin varsinkin pojat haluavat saavuttaa sen ja sitä harjoitellaan kunnes se ei kestä sekuntiakaan vähem-

pää tai enempää.

Lisäksi kaikki uudet apuvälineet kuten elvytysmaski otettiin vastaan sen kummemmin mukisematta tai ihmettelemättä ja mielestäni he oppivat käyttämään sitä aikuisia nopeammin. Nuorilla oli enemmän varmuutta maskin käytössä. Minullakin oli huomattavasti enemmän vaikeuksia elvytysmaskin käyttämisessä minun BLS kurssillani kuin näillä oppilailla.

Heikoin kohta nuorten harjoitteissa on tietenkin tilanteen johtaminen ja asioiden delegoiminen toisille. He ovat tottuneet suorittamaan sitä mitä heille kerrotaan eivätkä välttämättä tajua, että kaveria voidaan käyttää avuksi. Se ei mielestäni kuitenkaan kuulu tämän kurssin piiriin, mutta se on seikka, joka on otettava huomioon kurssiharjoituksia ajatellen. Poikkeuksia kylläkin on, eli osa nuorista osasi ottaa myös johtajan roolin.

Toinen heikkous on myös arkuus koskettaa kaveriaan tai ventovierasta. "Anne"-nukkea kyllä elvytettiin, mutta kaverin kääntäminen kyljelleen on toinen asia. Onneksi kurssilla oli sopivasti 3 tyttöparia ja 1 poikapari.

Klo 14 aikoihin alkoi jo päivän pituus tuntumaan oppilailla ja levottomuus nousi, mutta ei silloinkaan häiritseväksi. Kysyin kurssin lopussa, oliko päivä liian rankka eli olisiko kurssi pitänyt pilkkoa pienempiin osiin. Kaikki vastasivat, että kurssin pituus oli sopiva. Myös harjoitteiden määrä heidän mielestään oli sopiva. Meillä oli paljon enemmänkin harjoitteita mietittynä, mutta mielestäni saimme tässäkin ajassa harjoiteltua kaikki oleelliset asiat.

Olen käynyt aika monta ensiapu-kurssia ja ollut mukana rescue diver-kursseilla ja yleensä näillä kursseilla syntyy väittelyä siitä, mitä on järkevää ja mikä ei. Tältä kurssilta se puuttui. Oppilaat toteavat, että näin se opetetaan ja näin se tehdään. Ennen opetettiin toisella tavalla, nyt opetetaan näin ja se on oikein. Ei tarvinnut kiistellä siitä, missä vaiheessa kannattaa soittaa 112:een tms. Kurssilla oli kylläkin oppilaita, jotka kyseenalaistavat asioita kuin asioita, mutta ehkä taas se aikuisten oppilaiden läsnäolo muutti suhtautumista (nyt olemme aikuisten kurssilla, nyt ei saivarrella).

Kaiken kaikkiaan olen hyvin tyytyväinen kurssiin, etenkin siihen, että kaikki osallistui aktiivisesti harjoitteisiin ja elvytys ilman maskia kuin sen kanssa näytti helpolta. Mielestäni saavutimme tavoitteemme.

Kiitos Anne sinulle!
Terv. Irene, Nousu

ENSI VUODEN KEHITTÄMISTUEN HAKUAIKA PÄÄTTYY 15.3.2009

Vuoden 2009 urheiluseuratoiminnan kehittämistuki on uudistunut. Lasten ja nuorten toiminnallisten tukien lisäksi seurat voivat hakea tukea aikuisten liikunnan toteuttamiseen sekä starttitukea päätoimisten palkkaukseen. Tarkemmat hakukriteerit löytyvät osoitteesta www.seuratuki.fi. Haku aika päättyy jo 15.3.2009.

ALUEIDEN KOULUTUKSET

Jokaisella alueella järjestetään erilaisia lyhyitä suht edullisia koulutuksia niin ohjaamiseen ja valmentamiseen kuin seurassa toimimiseenkin liittyen. Katsokaa oman alueenne koulutus tarjontaa ja osallistukaa.

Myös SUH eli Suomen Uimaopetus- ja hengenvestausliiton koulutuskalenteri on ilmestynyt. Sen löydät www.suh.fi. Monet sukelluksen parissa toimivat ovat pitäneen mm. Junior life saver- sekä uimaopettajakoulutuksesta.

SLU-alueiden yhteystiedot:

Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry
Kotipolku 2
55120 Imatra
Puh. (05) 476 1333
Fax. (05) 436 9604
www.eklu.fi

ESLi - Etelä-Savon Liikunta ry
Ristiinantie 1
50100 MIKKELI
Puh. (015) 228 750
Fax (015) 228 748
www.esliikunta.fi

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
Olympiastadion, Eteläkaarre
00250 HELSINKI
Puh. (09) 6132 000
Fax. (09) 6132 0700
www.eslu.fi

Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
Sarvijaakonkatu 32
33540 TAMPERE
puh. 0207 482 600
fax. 0207 482 619
www.hlu.fi

Norppaposti

Kainuun Liikunta ry
Kauppakatu 21 3. krs
87100 KAJAANI
Puh. (08) 632 590
Fax. (08) 622 812
www.kainuunliikunta.fi

Keski-Pohjanmaan Liikunta ry
Mannerheiminaukio 7
67100 KOKKOLA
Puh. (06) 832 1300
Fax. (06) 830 2374
www.kepli.com

Keski-Suomen Liikunta ry
Rautpohjankatu 10
40700 JYVÄSKYLÄ
Puh. (014) 339 2100
Fax. (014) 339 2144
www.kesli.fi

Kymenlaakson Liikunta ry
Ilmarinkuja 3
45100 KOUVOLA
Puh. (05) 375 1203
Fax. (05) 311 6909
www.kymli.net

Lapin Liikunta ry
Valtakatu 19 (3.krs)
96200 ROVANIEMI
Puh. (016) 314 085
www.lapinliikunta.com

Lapin Liikunta ry, Kemin toimisto
Koulukatu 18
94100 KEMI
Puh. (016) 221 427
Fax. (016) 221 339
www.lapinliikunta.com

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
Yliopistonkatu 31
20100 TURKU
Puh. (02) 515 1900
Fax. (02) 515 1919
www.liiku.fi

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, Porin toimisto
Liisankatu 11
28131 PORI
Puh. (02) 529 6600
Fax. (02) 529 6614
www.liiku.fi

Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry
Keskuskatu 6, 3. krs.
60100 SEINÄJOKI
Puh. (06) 420 3000
Fax. (06) 420 3050
www.plu.fi

Pohjois-Karjalan Liikunta ry
Rantakatu 35
80100 JOENSUU
Puh. (013) 248 1450
Fax. (013) 248 1451
www.pokali.fi

Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry
Sammonkatu 6
90570 OULU
Puh. (08) 311 2472
Fax. (08) 311 2471
www.popli.fi

Pohjois-Savon Liikunta ry
Haapaniemenkatu 10 A
70100 KUOPIO
Puh. (017) 369 8600
Fax. (017) 369 8609
www.pohjois-savonliikunta.fi

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
Urheilukeskus
15110 LAHTI
Puh. (03) 816 815
Fax. (03) 816 8753
www.phlu.fi

Rakas sukelluspäiväkirja...

Missä se kohde taas olikaan?
Paljonko tarvitsin painoja?
Kuka oli sukellusparini?

Kirjaa sukelluksesi
muistiin sukellus-
päiväkirjaan!



Hinta 4,50 €

www.sukeltaja.fi/verkkokauppa