

SUKELTAJA

Snorkkelisukeltajan työkirja





SUKELTAJA

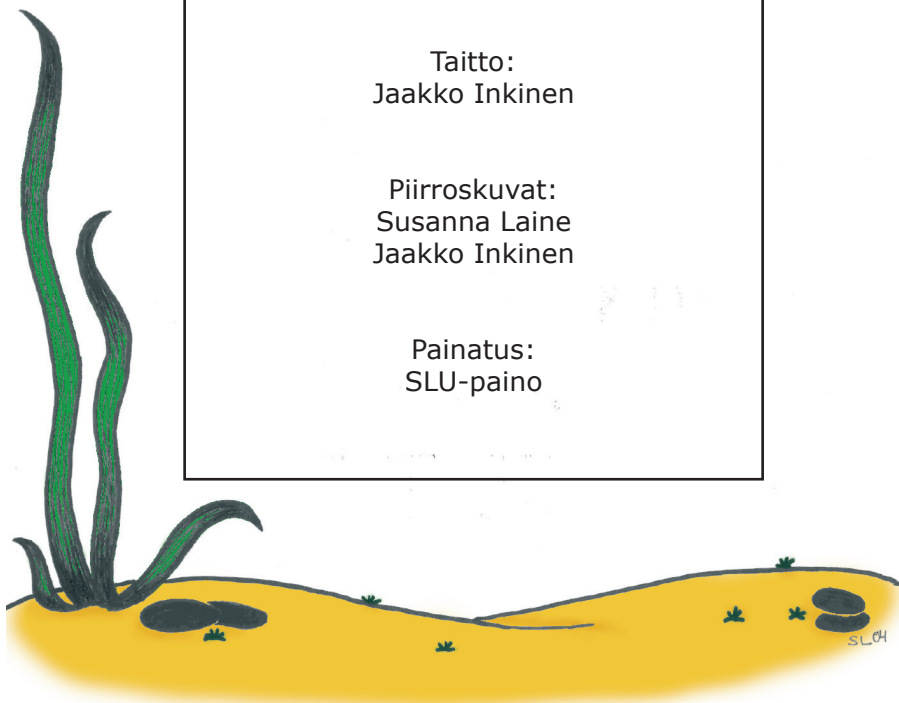
Julkaisija:
Sukeltajaliitto ry
www.sukeltaja.fi

Tekijät:
Tommi Holopainen
Sari Häkkinen
Teemu Kantelinen
Anu Kärkkäinen

Taitto:
Jaakko Inkinen

Piirroskuvat:
Susanna Laine
Jaakko Inkinen

Painatus:
SLU-paino



TEORIA 1.

Maski

- on tiivis
- pieni ilmatila
- laaja näkökenttä
- lasi särkymätön
- mahdollisuus puristaa sieraimet kiinni



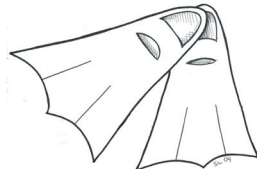
Snorkkeli

- ei saa olla kiinteästi kiinni maskissa vaan erillinen
- putkiosan tulee olla joustava ja taipuisa
- pituus enintään 30 cm
- tilavuus enintään 2dl
- putkiosan pää täytyy olla kirkkaan värinen
- putken halkaisija pitää olla vähintään 18 ja enintään 24mm



Räpylät

- helpottavat vedessä liikkumista
- umpi- tai avokantaisia
- sopii jalkoihin juuri eikä melkein
- säilytettävä vaakatasossa





1.Järjestä laatikossa sekaisin menneet perusvälineiden ominaisuudet oikeiden otsikoiden alle.

taipuisa | kirkas pää | tempered tunnus | umpikantaiset
avokantaiset | tilavuus <2dl | niskaremmi | tiivis nenätasku
joustava | silikoninen | pituus 30cm | pestään hammastahnalla
suukappale | venttiili | pieni ilmatila | hengitysputki

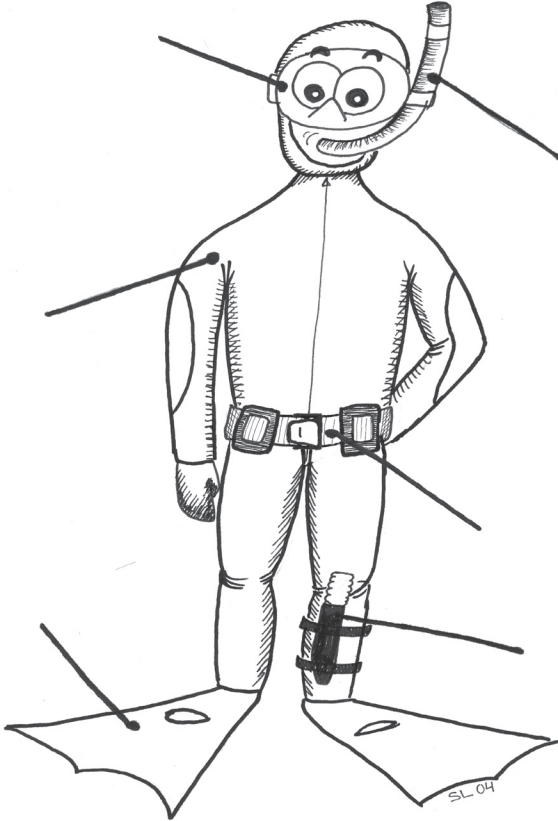
MASKI

SNORKKELI

RÄPYLÄT

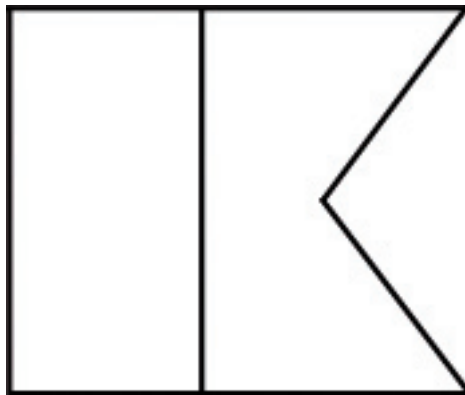


2. Nimeä sukeltajan varusteet ja kirjoita myös niiden tärkeimmät tehtävät.



Sukeltajan lippu ja poiju ovat myös snorkkellisukeltajan tärkeitä varusteita. Sinivalkoinen lippu ja poiju varoittavat sukeltajista muita vesillä liikkujia. Poiju toimii myös tarvittaessa kellukkeena.

3. Väritä sukeltajanlippu ja merkitse kuvaan lipun oikeat mitat.



4. Mikä on sukeltajanlipun vaikutusalue?



5. Harjoittele paineentasausta. Ota nenästäsi kiinni peukalolla ja etusormella ja purista sieraimet yhteen. Sen jälkeen puhalla kevyesti ilmaa sieraimien kautta ulos. Korvissasi pitäisi tuntua pientä naksahdusta. Muista, että et saa puhalttaa kovasti. Jos paineentasausta ei onnistu syynä siihen on usein flunssa, jolloin paineen tasaaminen korvissa on lähes mahdotonta. Älä yritä tehdä paineentasausta väkipakolla, jotta et vaurioita korviasi.



6. Emmi ja Kalle menivät snorklailemaan ja laittoivat märkäpuvut päälleen. Mukana oli vain yksi painovyö, jota Emmi käytti. Emmillä taittaminen kahteen metriin sujui vallan mainiosti, mutta Kalle ei päässyt pohjaan vaikka kuinka yritti, vaan pompahteli aina pintaan. Mistä tämä johtuu?

7. Luonnon vesistöissä kasvaa paljon pitkävartisia kasveja ja vesistöistä voi löytää yllättävältäkin tuntuja asioita, joihin voi takertua. Mikä on sukeltajan tärkein turvallisuusvaruste, joka voi pelastaa tällaisessa tilanteessa?



TEORIA 2.

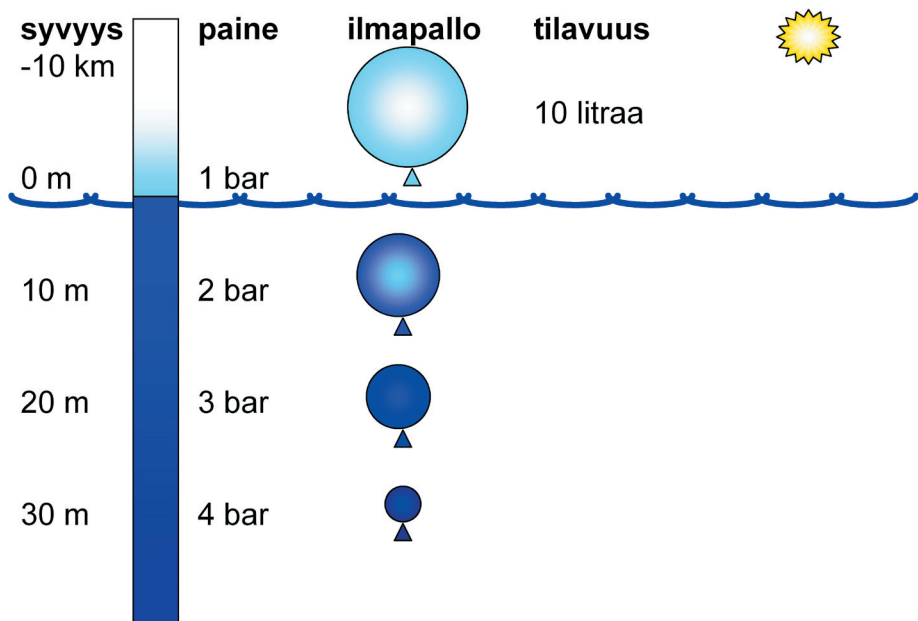
1. Kalle ja Emmi olivat yhdessä mökillä. Kalle meni uimaan, koska vesi oli jopa 22 asteista. Ilma oli saman lämpöistä, mutta Emmi halusi jäädä rannalle ja pysyä kuivana. Kummalle tuli todennäköisimmin aikaisemmin kylmä? Miksi?

2. Kalle oli ollut snorklailemassa mökkirannassa ja kertoi nähneensä ainakin metrin pituisen hauen. Voiko Kallen kertomukseen varmasti luottaa? Perustele vastauksesi.

3. Jos Snorkkelisukeltaja kuulee veden alla ollessaan moottoriveneen moottorin ääntä, hän nousee nopeasti pintaan ja ihmettelee, kun venettä ei näy lähimaillakaan. Mistä tämä voi johtua?



4. Täydennä kuvasta puuttuvat luvut.



5. Rastita taulukkoon oikein tai väärin tilanteen mukaan.

	Oikein	Väärin
Minulla on flunssa, mutta voin sukeltaa	☐	☐
Minulla on diabetes, mutta voin sukeltaa turvallisesti	☐	☐
Ruoka on klo 16 ja harjoitukset alkaa klo16.30. Juuri hyvin ajoitettu ohjelma.	☐	☐
Sukelsin eilen 15 metriä ja kaverini 25metriä. Tänään minun pitää sukeltaa pidemmälle kuin hän!!	☐	☐
Ilma on melkein 40 asteista, mutta lähden silti sukeltamaan.	☐	☐
Väsyttää hirveästi, koska kello on jo puoli kymmenen mutta mökkirannassa näyttää olevan vielä valoisaa, siispä lähden sukeltamaan.	☐	☐
Märkäpukuni vetoketjulenkkiin oli solmittu pitkä keltainen naru. Se ei haittaa sukellusta, koska se roikkuu takanani.	☐	☐
Minulla on hirveä nälkä, mutta menen sukeltamaan, koska olen ennenkin sukeltanut tyhjällä vatsalla.	☐	☐

6. Missä näissä paikoissa pitää sukelluksen aikana tasata paine?
Ympyröi oikeat vaihtoehdot.

- a) korvissa
- b) nenässä
- c) maskissa
- d) keuhkoissa



7. Miten paine vaikuttaa sukeltajan keuhkoihin?

8. Mainitse joku tilanne mistä voi tulla

- a) hypotermia
- b) hypertermia?

9. Mistä näistä voi saada hiilidioksidimyrkytyksen? Ympyröi oikeat vaihtoehdot.

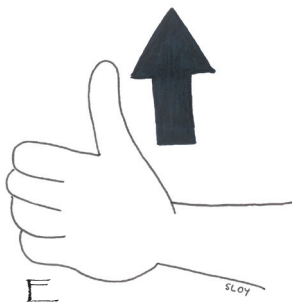
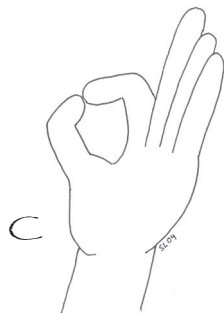
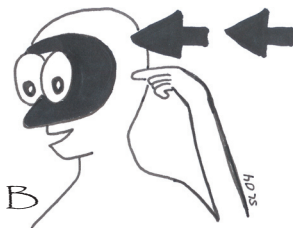
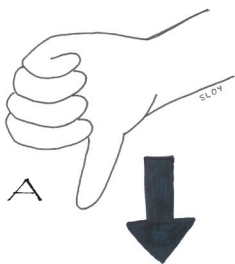
- a) liian isosta snorkkelista
- b) liian pienestä snorkkelista
- c) nopeasta juoksusta
- d) ennätyskokeiluista
- e) istumisesta paikoillaan
- f) ylihengityksestä
- g) taitosta
- h) snorkkelin tyhjennyksestä



TEORIA 3.

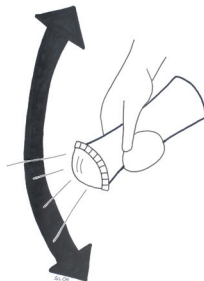
Valitse oikea käsimerkki viivojen kohdalle.

1. Emmi ja Kalle lähtivät sukellemaan yhdessä kirkasvetiselle Puruveden hiekkasärkille. He pukivat perusvälineet päälleen aivan rantavedessä. Kun kaikki oli valmista _____ he pulahtivat uimaan. He snorklasivat ensin yhdessä pinnalla, kunnes Emmille tuli kylmä _____. He palasivat rantaan ja pukivat märkäpuvut ylleen. Emmi ja Kalle menivät uudelleen veteen. Lyhyen pinnalla snorklailun jälkeen he lähtivät _____ taittaen veden alle. Kummatkin aikoivat sukeltaa pohjaan asti, mutta kesken matkan Kallelle tuli paineentasausvaikeuksia _____. Heidän piti palata takaisin pintaan _____. Emmi ja Kalle sopivat ,että Kalle koettaa sukeltamista uudestaan vasta huomenna, jos olo on hyvä.



2. Nimeä valomerkit.





3. Miten autat sukelluskaveriasi, jos hänelle tulee hätä ja hän menettää yllättäen tajuntansa teidän snorklailunne aikana?

3. Miten toimit, jos joudut yllättäen veden varaan?





TEORIA 4.

1. Kerro ainakin kolme asiaa, miten voit ehkäistä sukellusonnettomuuksia?

-

-

-

2. Tiellä makaa nainen otsa veressä tajuttomana ja satut paikalle. Mitä teet?

3. Mikä on yleinen hätänumero?



4. Eräs mies auttoi naista, joka oli satuttanut käsivartensa ja saanut syvän haavan. Mies yritti painaa sormilla haavan reunoilta, että kaikki veri tulisi ulos haavasta. Kun verenvuoto vain jatkui ja jatkui mies päätti laittaa naisen käden roikkumaan alapäin, jotta verenvuoto lakkaisi nopeammin. Naisen tila alkoi pian heikentyä ja mies soitti hädissään lääkärituttavalleen, että mikä neuvoksi.....

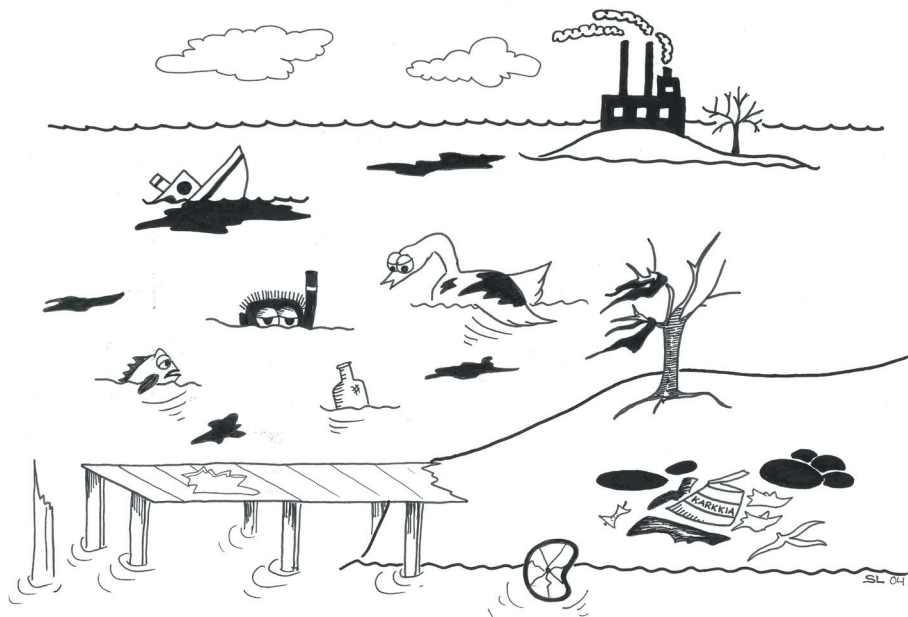
Mitä mies teki väärin? Korjaa virheet.

5. Mihin asentoon tajuttomana oleva ihminen laitetaan? Perustele vastauksesi.



TEORIA 5.

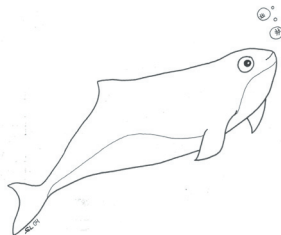
1. Mieti kuvan avulla miten saasteet ja yms. voi vahingoittaa meren eläimiä ja sen luontoa? Mitkä riskitekijät löysit? Mitä voisi tehdä toisin?



2. Nimeä kuvissa olevat Suomessa suojeltavat eläimet.

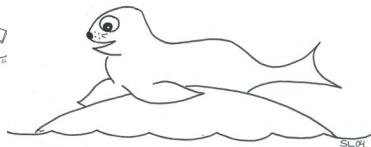








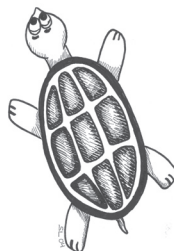




3. Nimeä valtamerien suojeltavat eläimet.

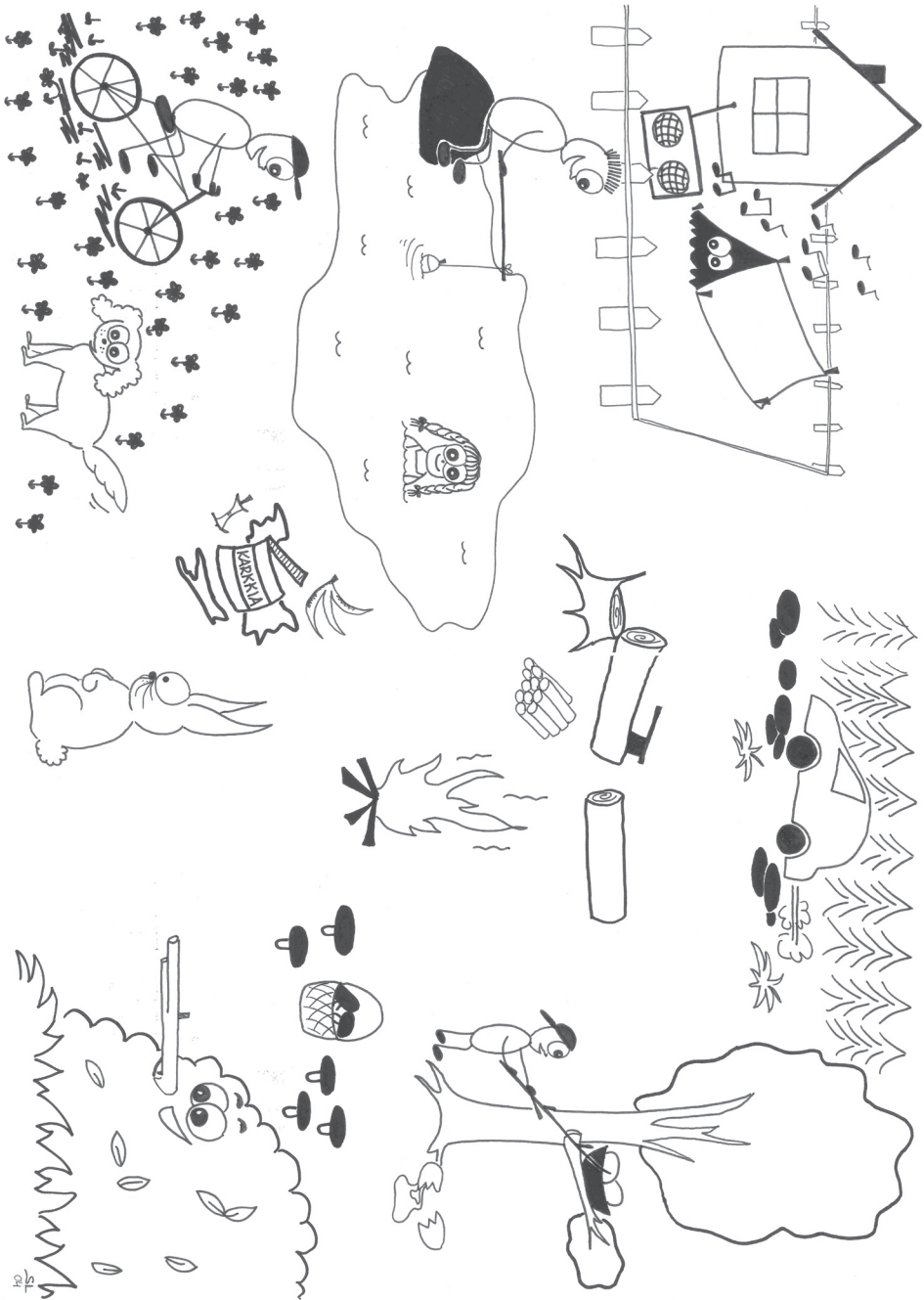




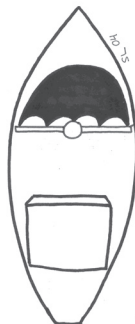
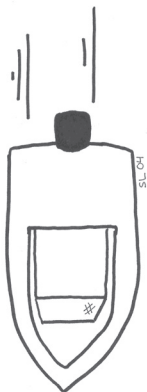


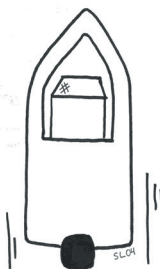
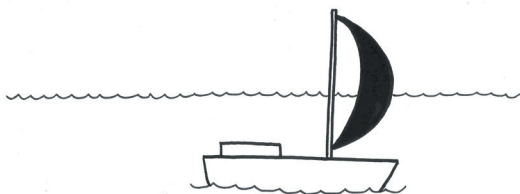
4. Etsi kuvasta 10 virhettä ja kirjoita ne viivoille.

[illegible]



5. Merkitse kuviin nuolilla kumman veneen on väistettävä kohdattaessa ja mistä suunnasta?







6. Emmi ja Kalle menivät heinä- ja elokuun vaihteessa Tammisaaren papan mökille uimaan, mutta rantaan päästessään he huomasivat että vesi oli ihan vihertävää.

- a) Minkä levän kukinta oli todennäköisesti tuolloin menossa?
- b) Suositellaanko kukinnan aikana uimista?
- c) Jos menet uimaan, mitä siitä voi seurata?



SUKEIJÄ

Sukeijäliitto ry
Radiokatu 20
00093 SLU