

# CMAS \* Snorkel Diver Instructor Norppaohjaajakurssi

---

**Norppaohjaajakurssi** CMAS \* Snorkel Diver Instructor

Suomenkielinen järjestämishje

Sukeltajaliitto ry, päivitetty 31.10.2023



## Sisällys

Päivityshistoria .....	3
1. Järjestämisohje .....	4
1.1 Tavoitteet .....	4
1.2 Kurssin vastuukouluttaja .....	4
1.3 Norppaohjaajakurssin läpäisseen valtuudet .....	4
1.4 Pääsyvaatimukset .....	4
1.5 Kortitusvaatimukset .....	4
1.6 Kortti .....	5
1.7 Taitovaatimukset .....	5
1.8 Palautteen anto .....	5
2. Kurssin sisältö .....	6
2.1 Teoriaopetus.....	6
2.2 Allasopetus .....	7
2.2.1 Altaalla opetettavia aiheita .....	7
2.2.2 Allasopetusnäyte .....	7

## Päivityshistoria

9.12.2023	Hyväksytty liiton hallituksessa.
31.10.2023	Lisätty liiton jäsenyys pääsyvaatimuksiin.
19.10.2023	Päivitetty ulkoasia yhtenäiseksi laitesukelluskurssien järjestämisohjeisiin. Järjestämisohjeen nimi muutettu (aikaisemmin Norppaohjaajakurssin järjestämisohje 2017.docx). Arviointiasteikko muutettu hyväksytty/hylätty. Lisätty nykyisen kurssin mukaisia aiheita. Lisätty vaatimus Vastuullinen Valmentaja-todistuksesta. Lisätty Allasopetusnäytteen kriteerit.
1.1.2017	Hyväksytty liiton hallituksessa.

# 1. Järjestämisohje

## 1.1 Tavoitteet

Norppaohjaajakurssin tavoitteena on antaa oppilaille valmiudet

- suunnitella ja organisoida 7–15 –vuotiaiden lasten ja nuorten snorkkelisukellustoimintaa eli norppatoimintaa
- toimia norppaohjaajana
- vastaanottaa Snorkkelisukeltajan Taitoradan suorituksia

## 1.2 Kurssin vastuukouluttaja

Kurssin vastuukouluttajana voi toimia Sukeltajaliiton Nuorisovaliokunnan hyväksymä CMAS kouluttaja.

## 1.3 Norppaohjaajakurssin läpäisseen valtuudet

Norppaohjaajakurssin käynyt oppilas saa

- toimia norppaohjaajana
- opettaa snorkkelisukelluksen ja vesiliikunnan perustaitoja
- opettaa ja vastaanottaa Snorkkelisukeltajan Taitoradan suorituksia
- mikäli ohjaaja on Sukeltajaliiton jäsenseuran jäsen, hän voi kortittaa Snorkkelisukeltajan Taitoradan suorittaneita henkilöitä CMAS \* Snorkel Diver sukeltajiksi.

## 1.4 Pääsyvaatimukset

- vähintään CMAS \*\* Snorkel Diver –kortti tai muun kansainvälisesti hyväksytyyn koulutusjärjestön snorkkelisukelluskortti tai perustason laitesukelluskortti tai vaihtoehtoisesti Snorkkelisukelluskurssin teoriakokeen läpäiseminen ja Snorkkelisukeltajan Taitoradan suorittaminen hyväksytysti.
- Sukeltajaliiton jäsenyys joko liiton jäsenseuran kautta tai suoraan Sukeltajaliiton henkilöjäsenenä
- henkilö, joka on suorittanut vähintään uimaopettajan peruskurssin, voidaan myös hyväksyä norppaohjaajakurssille, mikäli hänellä on edellistä kohtaa vastaavat tiedot ja taidot

## 1.5 Kortitusvaatimukset

- 15 vuoden ikä
- hyväksytysti suoritettut ennakotehtävät ja harjoitukset
- Vastuullinen Valmentaja – kurssin todistus (alle 2 vuotta vanha)
- hätäensiapupätevyys tai näyte hätäensiavusta
- aktiivinen osallistuminen norppaohjaajakurssiin
- hyväksytysti suoritettu allasopetusnäyte
- hyväksytysti suoritettu norppaohjaajan taitorata ja pelastusnäyte
- asenteellisesti sopiva norppaohjaajaksi
- sitoutuu kirjallisesti noudattamaan Sukeltajaliiton turva-, koulutus- sekä eettisiä ohjeita
- kurssi on suoritettava loppuun 12 kuukauden kuluttua sen aloittamisesta

## 1.6 Kortti

Kurssin hyväksytysti suorittaneille Sukeltajaliiton jäsenille myönnetään CMAS \* Snorkel Diver Instructor kortti.

## 1.7 Taitovaatimukset

Oppilaiden on suoritettava hyväksytysti käytännön taitotestit mallisuorituksina. Taidot on näytettävä selkeästi ja rauhallisesti, kuten ne näytettäisiin oppilaalle.

### *Uimataidot*

Ilman sukellusvarusteita

- 50 m vapaauinti
- 50 m rintauinti
- 50 m selkäuinti
- 25 m sukellus, vauhdilla tai ilman

### *Perusvälineet*

Perusvälineitä käyttäen

- reunalta takaperin kierähtäen veteen meno
- 200 m räpyläuinti, josta 50 m maski otsalla uintia kasvot vedessä
- taitto
- snorkkelin tyhjennys ennen pintaan tuloa
- 25 m sukeltaminen perusvälineillä, lähtö taitolla
- perusvälineiden riisuminen ja pukeminen pinnalla
- perusvälineiden riisuminen ja pukeminen pohjassa
  - riisutaan perusvälineet pohjalla ja jätetään ne sinne
  - nousu pintaan
  - sukellus takaisin pohjaan
  - perusvälineiden pukeminen pohjassa
  - maskin tyhjennys
  - nousu pintaan, snorkkelin tyhjennys
  - kerran saa käydä pinnassa suorituksen aikana

### *Opetustaidot*

Yksi allasopetusnäyte

- arviointi Sukeltajaliiton kouluttajakoulutuksen yleisten arviointikriteerien mukaisesti
- kesto 10–20 min, palautteen anto n. 5 min
- arvioidaan ryhmän ohjaamista ja uinti- /sukellustaidon opettaminen
- arvioidaan myös kyky kommunikoida ryhmänsä kanssa

## 1.8 Palautteen anto

Harjoitteista annetaan palautetta Sukeltajaliiton yleisten sukelluskoulutuksen arviointikriteerien mukaisesti. Harjoitteet pisteytetään arviointilomakkeen mukaan asteikolla hyväksytty tai hylätty. Ennen kurssin päätöstä oppilaan kanssa käydään henkilökohtainen palautekeskustelu, jonka kesto on 5–10 min.

## 2. Kurssin sisältö

### 2.1 Teoriaopetus

Liitto ja toiminta seuroissa

- Koulutusjärjestelmä
- Turva- ja koulutusohjeet
- Lajiesittelyt ja snorkkelisukellus-videon katselu
- Ohjaaja osana seuraa

Lasten urheilun lähtökohdat

Lapsen ja nuoren kasvu (molemmat ympäristöt)

- 7–9 –vuotiaan kasvu ja kehitys sekä liikunnallinen kehitys
- 10–12 –vuotiaan kasvu ja kehitys sekä liikunnallinen kehitys
- 13–15 –vuotiaan kasvu ja kehitys sekä liikunnallinen kehitys

Ohjaajan rooli

- eettiset ohjeet ja niiden noudattaminen
- roolimallina oleminen
- ”Lupa välittää – lupa puuttua”
- ”Reilu peli” pelisäännöt

Oppiminen ja uusien taitojen opettaminen

Pelien ja leikkien opettaminen

Norpille opetettava ensiapu ja turvallisuusasiat

Snorkkelisukeltajan Taitorata

- taitoradan taitojen opettaminen
- suoritusten vastaanottaminen
- kortitusoikeudet

Harjoituksen suunnittelu ja toteuttaminen

- millainen on hyvä harjoitus
- miten suunnitellaan ja toteutetaan hyvä harjoitus
- harjoitus suunnitellaan luennon aikana

Vastuukysymykset

- ohjaajan vastuut ja velvollisuudet
- ohjaajan paperityöt

## 2.2 Allasopetus

### 2.2.1 Altaalla opetettavia aiheita

Norppaohjaajan taitotesti

- taitovaatimukset
- tarvittaessa puutteellisiin taitoihin liittyvää lisäopetusta

Opetettavien taitojen yhtenäistäminen ja turvallisuusnäkökohdat

- varmistetaan, että snorkkeli-, vapaa- ja laitesukelluksen perusvälinetaidot ovat yhtenäiset Sukeltajaliiton koulutuksessa
- varmistetaan, että oppilaalla on riittävät pelastustaidot

Taitojen esittäminen

- oikein suoritettu taito
- suorituksen korostettu selkeys
- taidon tärkeimpien avainkohtien korostaminen
- vaikean taidon opettaminen vaiheittain

Oppilaiden kontrollointi altaassa

- sijoittelu
- ryhmäkoko
- palautteen antaminen
- merkinannot
- kommunikointi ryhmän kanssa

Pelit ja leikit altaassa

- leikin opettaminen
- leikki-ideoiden jakamista

### 2.2.2 Allasopetusnäyte

Oppilaan on annettava vähintään yksi hyväksytty allasopetusnäyte. Opetusnäytteiden aiheiden tulee liittyä 7–15-vuotiaille opetettaviin taitoihin. Hyväksytyyn opetusnäytteeseen sisältyy kaikki allaskoulutuksen elementit:

- Allasharjoituksen suunnittelu ja valmistelu
- Allastaidon opettaminen
  - oikein suoritettu taito
  - suorituksen korostettu selkeys
  - taidon tärkeimpien avainkohtien korostaminen
  - vaikean taidon opettaminen vaiheittain
- Mallisuoritus
- Oppilaiden hallinta
  - sijoittelu
  - avustajien käyttö
  - ryhmäkoko
- Oppilaiden valvominen