

Willie suorittaa varhaistaitomerkin



Willie harjoittelee uintia erityisuintiryhmässä viikoittain. Uintikauden lopussa suoritellaan uintimerkkitehtäviä. Ohjaajan kanssa mietitään, mikä merkki voisi olla Willien taitotasoa vastaava.

Päätettiin kokeilla Willien kanssa varhaistaitomerkin suorittamista.

Tämän merkin suorittaakseen täytyy näyttää vähintään viisi tehtävää uinnin tavoitetaulukon ensimmäiseltä riviltä, 0,5 pisteen tasolta.

Tehtävävaihtoehdot ovat seuraavat:

- Korvien kastaminen selkäasennossa 5sek.
- Kelluminen paikallaan apuvälineen kanssa kasvot vedessä 5 sek.
- Itsenäinen liikkuminen vedessä uintiasennossa kädet pohjassa 5 m
- Liikkuminen hyppien, juosten 5m
- Kastautuminen
- Itsenäinen altaaseen tulo reunalta ja nousu reunalle
- Osaan nousta itsenäisesti seisomaan uintiasennosta

Ensimmäinen puolen pisteen tehtävä:

***Korvien kastaminen selkäasennossa 5 sek.** Tämän asennon Willie osaa hienosti itse, mutta tarvitsee apua selinkellunta-asentoon menemisessä sekä asennosta takaisin pystyasentoon nousemisessa.*



Toinen puolen pisteen tehtävä:

***Kelluminen paikallaan apuvälineen kanssa vatsallaan 5 sek.** Tähän asentoon Willie pääsee sylistä itsenäisesti mutta tarvitsee apua takaisin pystyasentoon noustessa.*

Päinkellunnan Willie osaa myös ilman apuvälinettä.



Kolmas puolen pisteen tehtävä:

Kastautuminen. Willie on taitava sukeltelija ja viihtyy veden alla.



Neljäs puolen pisteen tehtävä:

Itsenäinen liikkuminen vedessä uintiasennossa kädet pohjassa 5m. Matalalla Willie pärjää hetkiä itsenäisesti ja harjoittelee sukeltamista sekä pään ja hengityksen hallintaa. Käsiin tukeutuminen ja määrätietoinen eteneminen on satunnaista, jonka vuoksi tätä tehtävää päätettiin soveltaa niin, että suoritus hyväksyttiin portaiden alueella liikkumisella ja touhuamisella. Metrimääriä ei laskettu.



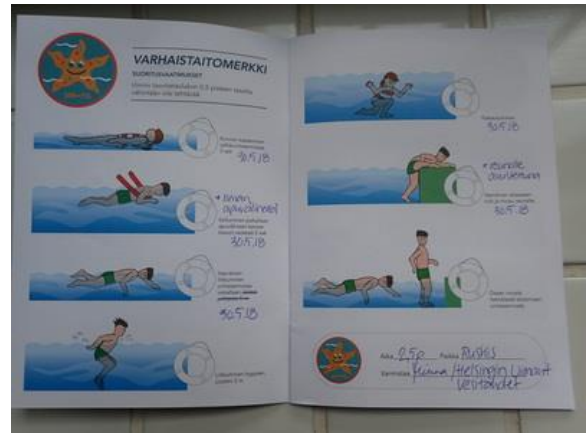
Viides puolen pisteen tehtävä:

Itsenäinen altaaseen tulo ja nousu reunalle. Willie ei pysty nousemaan itsenäisesti altaasta ylös reunalle. Tätä tehtävää sovellettiin niin, että avustaja auttaa Willien istumaan reunalle, tukee turvallista istuma-asentoa ja Willie itse nojaa reunalta vettä kohti ja sukeltaa altaaseen.



Willie sukeltaa reunalta veteen itsenäisesti ja pintaan tullessaan nostaa päätään ylös.

Uintimerkkisuoritusten jälkeen erityisuimaopettaja kirjaa suoritukset uintikirjaan ja merkkää vielä päivämäärät suoritusten viereen, jotta taitojen harjaantumista voidaan sitten myöhemmin tarkastella.



Ja mikäs sen mahtavampaa, kun pitää yhteinen merkkienjako vaikkapa altaalla!



SUOMEN UIMAOPETUS- JA
HENGENPELASTUSLIITTO