

OTROŠKO POTAPLJANJE

Seminar za inštruktorje
potapljanja
(Instructor Staff Course)

Rogla, 22. marec 2003

PROFIL INŠTRUKTORJA

Inštruktor otroškega potapljanja mora:

- ◆ želeli vzgajati otroke;
- ◆ imeti otroke rad.

Inštruktor otroškega potapljanja ni naziv, temveč funkcija. Inštruktor, ki svoje funkcije ne izvaja redno, ne more vzdrževati visokih zahtev, ki so potrebne za inštruktorja potapljanja.

PROFIL INŠTRUKTORJA

- ◆ Učenje otrok zahteva drugačen pristop
- ◆ V pedagoškem smislu je zahtevnejše od učenja odraslih
- ◆ Mnoge stvari, ki so pri odraslih samoumevne, pri otrocih niso, saj se otrokova osebnost šele gradi
- ◆ Učiti otroke potapljanja je zato posebna aktivnost, ki od že formiranega inštruktorja potapljanja zahteva dodatne kvalifikacije

Otrokov psihološki razvoj še ni zaključen.

Inštruktor se srečuje z dodatnimi zahtevami, ki jih pri odraslih (normalno) ne srečuje:

- ČUSTVENI VIDIK: otrok se šele uči nadzirati svoja čustva;
- SOCIALNI VIDIK: otrok mora najti svoj “prostor” v skupini, v stikih do ostalih otrok in do inštruktorja;
- KULTURNI VIDIK: otrok se znajde v popolnoma novem okolju, v čudoviti potapljaški šoli, kjer je veliko možnosti za njegov osebni razvoj.

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

AVTORITETA

- ◆ Se ne pogovarja v starševskem slogu
- ◆ Pogovarja se odločno, vendar na isti način, kot če bi govorili s svojim prijateljem
- ◆ Mora znati pridobiti otroke s svojo mirnostjo in odločnostjo
- ◆ Ne sme dvigniti glasu ali izgubiti živce
- ◆ In zavedajte se, da otroci ne prenašajo krivic!

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

RAZUMEVANJE

- ◆ Mora biti sposoben razmišljati kot otroci, ki jih uči
- ◆ Vživeti se v dogajanje otrok, da bo razumel probleme, ki jih imajo (nočejo ali si ne upajo povedati svojih težav pred ostalimi)
- ◆ Otroci imajo radi uspeh, neuspeh pa jim popolnoma vzame motivacijo

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

DOSLEDNOST

- ◆ Delati mora točno to, kar uči
- ◆ Otrok se uči potapljaških vaj samo s posnemanjem, zato mora inštruktor vsako vajo predhodno sam pokazati
- ◆ Vsako dejanje inštruktorja mora biti odraz njegovega učenja

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

SPOSOBNOST POSLUŠANJA

- ◆ Potrpežljivo mora poslušati otroka
- ◆ Spodbujati k temu, da se otrok izrazi
- ◆ Otrok mora pridobiti zaupanje v inštruktorja in čutiti, da mu je ta vedno na razpolago
- ◆ Postati mora “veliki brat”, ki skupaj z otrokom deli vsa čudesa in posluša zgodbe o doživetih avanturah

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

IZKUŠENOST

- ◆ Imeti mora dovolj izkušenj in znanja
- ◆ Otrok ne bo toleriral nobene napake ali pomanjkanja znanja s strani učitelja.
- ◆ Ne bodo sprejemali učitelja, če jim bo ta govoril napačne reči ali jim celo lagal

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

MODROST

- ◆ Biti mora sposoben oceniti, kje so meje sposobnosti otrok glede na otrokovo znanje in okoliščine
- ◆ Ne sme pokazati strahu
- ◆ S svojo mirnostjo in samozavestjo naj širi zaupanje

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

RAD MORA IMETI SVOJO FUNKCIJO

- ◆ Inštruktor, ki ne rad dela z otroki, teh ne more uspešno učiti

LASTNOSTI DOBREGA INŠTRUKTORJA

Ena izmed najpomembnejših veščin pri inštruktorju za otroke je **sposobnost hitrega in učinkovitega prilagajanja** vsaki situaciji.

Otroci imajo tako raznoliko paleto osebnostnih značilnosti, da onemogočajo tego izvajanje nekega programa

ZAKAJ SE OTROK ŽELI POTAPLJATI?

- ◆ Potapljanja ne učimo zaradi potapljanja samega.
- ◆ Potapljanje otrok je le **način za odkrivanje podvodnega sveta** in doseganje otrokovih motivov

ZAKAJ SE OTROK ŽELI POTAPLJATI?

- ◆ Iz razgovora z otrokom ugotoviti, kakšni so otrokovi motivi
- ◆ Ločeno ugotoviti, kakšni so motivi staršev
- ◆ Poiskati morebitna neskladja med motivi otrok in staršev in poskušati vključiti starše v aktivnosti potapljaške šole

Vključevanje staršev v aktivnosti

PREDNOSTI:

- ◆ na izletih prevzamejo odgovornost nadzora nad skupino
- ◆ zaposlitev pri nepotapljaških aktivnostih,
- ◆ na bazenu lahko vzpostavijo ekipo že izkušenih staršev, ki pomagajo in varujejo na suhem,
- ◆ v klubu lahko organizirajo druge nepotapljaške aktivnosti za otroke,
- ◆ starši potapljači lahko postanejo asistenti in inštruktorji otroškega potapljanja.

Vključevanje staršev v aktivnosti

SLABOSTI:

- ◆ nekateri starši se lahko preveč osredotočijo **le na svojega** otroka v skupini.
- ◆ S preveliko mero pomoči in zaščite otroka izolirajo iz skupine ter tako **zadušijo** njegovo osebnost v skupini in željo po spoznavanju novega sveta.
- ◆ Postanejo **moteči** pri organiziranem delu skupine.

Učenje

- ◆ **Sproti pohvaliti** otroka ob uspešnem zaključku vaje.
- ◆ Po zaključku posameznih etap učenja **nagraditi** celo skupino.
- ◆ Za otroke so zelo pomembni trenutki podelitve diplom in specialnih kvalifikacij, zato moramo vedno težiti k temu, da so ti trenutki čim bolj **svečani**.

Glavna skrb mora biti **varnost**

- ◆ Otroka nikoli ne smemo privesti do stresne situacije ali celo do točke, ko se počuti ogroženega.
- ◆ Za otroka je zelo pomembno, da organiziramo njemu znane in obvladljive situacije.
- ◆ Neprijetne ali neznane situacije lahko negativno vplivajo na njegovo potapljaško obnašanje ali ga celo odvrnejo od njegove prvotne želje

UČENJE SKOZI IGRO

- ◆ Otroke učimo potapljanja **samo skozi igro**
- ◆ Dajte otrokom dovolj časa, da ponovijo vajo, vendar pazite, da se ne začnejo dolgočasiti
- ◆ Inštruktor mora ves čas spodbujati in hvaliti
- ◆ Več spodbude zadržanim in tihim v skupini

UČENJE SKOZI IGRO

- ◆ Izogibajmo se igri, ki je sama sebi namen ali igri, ki nagrajuje na podlagi doseženih točk, ker otroci tako:
 - vidijo le končni cilj igre, ki ga poskušajo doseči tudi na nepravilen način;
 - se preveč poudarja tekmovalni duh.

Oboje je v nasprotju z osnovnimi zasnovami varnosti pri potapljanju in učenja potapljanja.

- ◆ Učitelj mora biti dovolj kreativen, da najde pravo igro, ki bo posredno pripeljala do želenih rezultatov

Praktične vaje

- ◆ POKAZATI VAJO (Otroci se učijo z oponašanjem-pokazati pravilno, saj otroci ne ločijo, kaj je del vaje in kaj ne)
- ◆ OCENJEVATI. Sproti je potrebno odkrivati napake
- ◆ UGOTOVITI je potrebno vzroke napak
- ◆ Posredno je potrebno ODPRAVLJATI NAPAKE, in če je potrebno, uvesti novo namensko igro za to

Praktične vaje

- ◆ Vsebine vaj naj si sledijo!
- ◆ Vedno naj bo ena vaja ali en kos opreme glavni, na katerega se osredotočite.
- ◆ S prehitrim menjavanjem opreme se bodo otroci zmedli, učinek pridobivanja sposobnosti in veščin pa bo manjši.
- ◆ Sledite motivaciji otrok. Ko boste opazili, da se otroci približujejo do vrhunca motivacije pri določeni vaji, vpeljite novo vajo.

NALOGE ČLANOV UČNE EKIPE

- ◆ Učenje potapljanja otrok mora biti tudi kadrovsko dobro organizirano.
- ◆ Vsak član učnega osebja mora biti vnaprej seznanjen s svojimi nalogami in dolžnostmi.
- ◆ V ekipo so lahko vključeni tudi starši, ki že imajo prakso iz tega ali iz podobnih tečajev.
- ◆ Skupina otrok v vodi lahko šteje največ 5 do 6 otrok.

NALOGE ČLANOV UČNE EKIPE

Inštruktor:

- ◆ s pomočjo svoje ekipe dela z otroki;
- ◆ otroke uči po učnem programu in poskrbi za organizacijo učne ure;
- ◆ pred učno uro seznani svojo ekipo z nalogami;
- ◆ sam izvaja podvodne vaje z otroki.

NALOGE ČLANOV UČNE EKIPE

Pomočnik inštruktorja:

- ♦ dela pod odgovornostjo inštruktorja in sledi njegovim navodilom;
- ♦ prevzame skupino otrok, če je inštruktor zaseden s posameznim otrokom pri določeni vaji.

NALOGE ČLANOV UČNE EKIPE

Spremljevalec na obali :

- ◆ skrbi za potapljaško in drugo opremo;
- ◆ izvaja nadzor nad dogajanjem na površini (skrbi za varnost, ko je inštruktor pod vodo);
- ◆ izvaja samo naloge, ki mu jih naloži inštruktor:•pomaga otrokom pri opremljanju;•čuva opremo;•rešuje drobne probleme z opremo (nastavitev maske, zapenjanje pasu z utežmi ...);
- ◆ pripravlja potapljaške komplete na robu bazena in jih po vaji tudi pospravi.

NALOGE ČLANOV UČNE EKIPE

Oseba, zadolžena za varnost na kopnem

- ♦ organizira varovanje v prostoru bazena ali terena na morju, kjer se zadržujejo otroci;
- ♦ pripravlja kisikove jeklenke;
- ♦ v primeru potrebe pomaga reševati v vodi;
- ♦ nadzira slačilnice (odklepanje, zaklepanje);
- ♦ skrbi za otroke, ki morajo oditi med učno uro.

KLJUČNE NAPAKE INŠTRUKTORJA

- ◆ Ne gre v vodo s svojimi učenci.
- ◆ Zahteva ponovitev napačno izvedene vaje, ne da bi prej sam pojasnil, zakaj, ali ne da bi prej sam pokazal, kako.
- ◆ Pusti otroka ali več otrok brez nadzora.
- ◆ Pusti potapljaško opremo na obali (bazenu) po končani vaji.

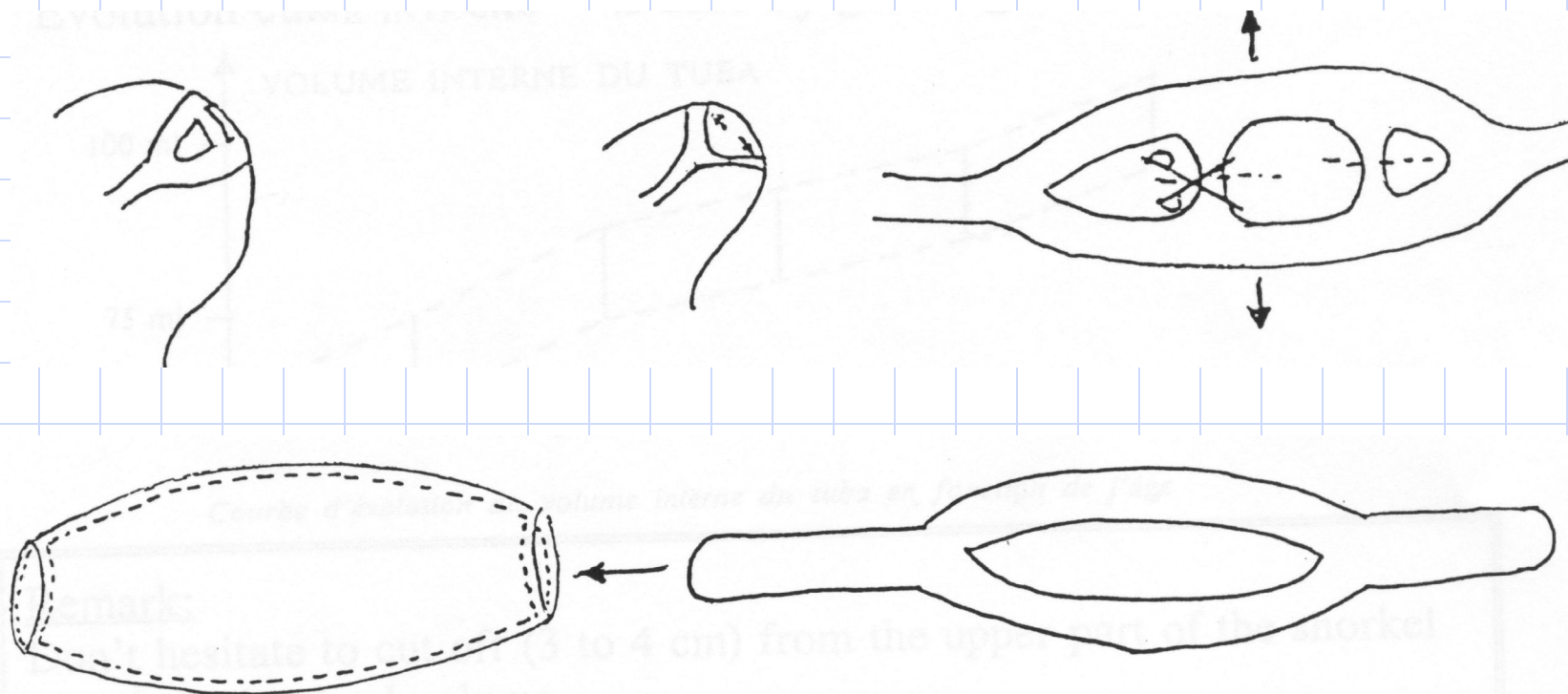
POTAPLJAŠKA OPREMA

za otroke

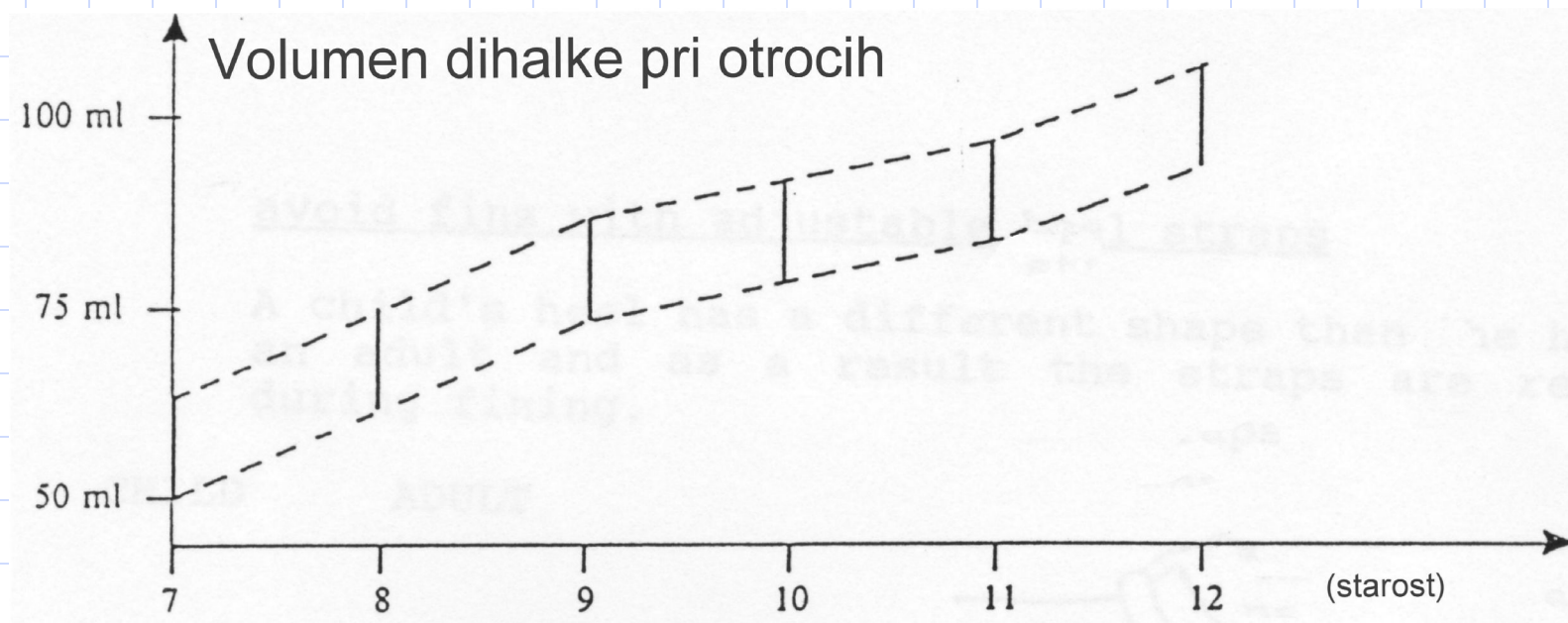
Mora biti drugačna, ker

- ◆ Otrok po dimenzijah ni enako kot pomanjšana odrasla oseba → razmerja so drugačna
- ◆ otrok odrašča → rastoče kosti so občutljive na obremenitve
- ◆ pri otroku je drugačna termoregulacija
- ◆ pri dihanju je zadihanost hitrejša kot pri odraslih

Maska

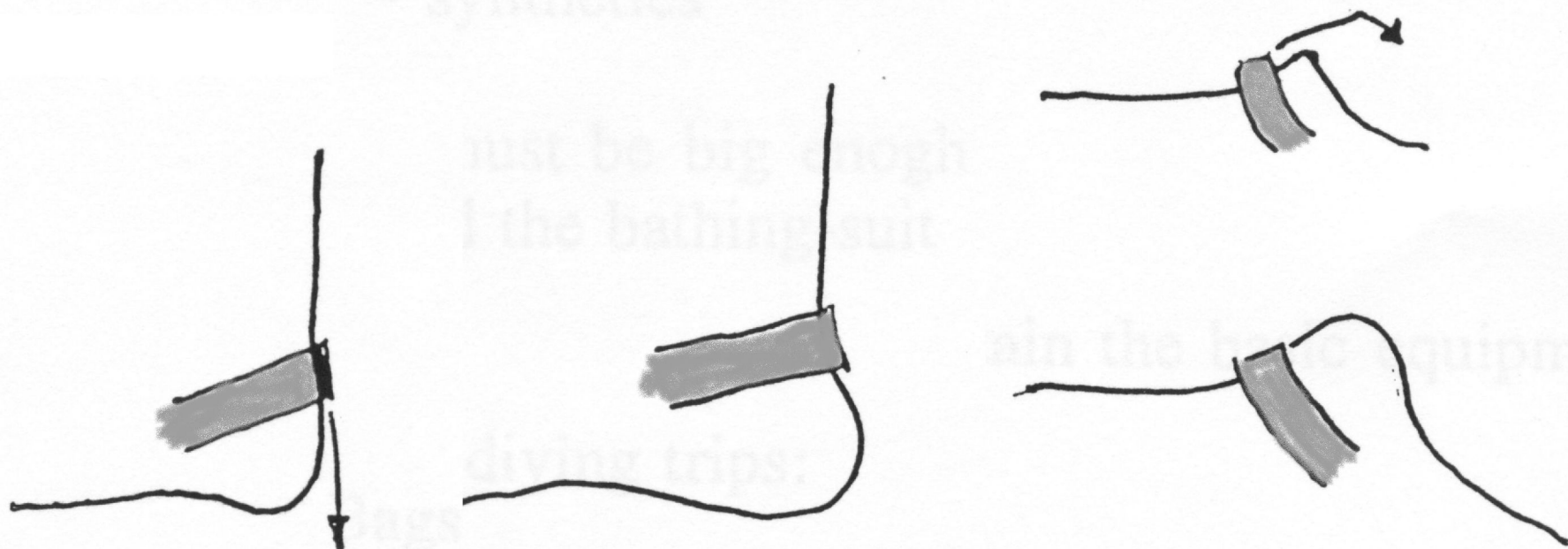


Dihalka



notranji volumen mora biti prilagojen manjši vitalni kapaciteti otrokovih pljuč (odrasli 150 do 180 ml)

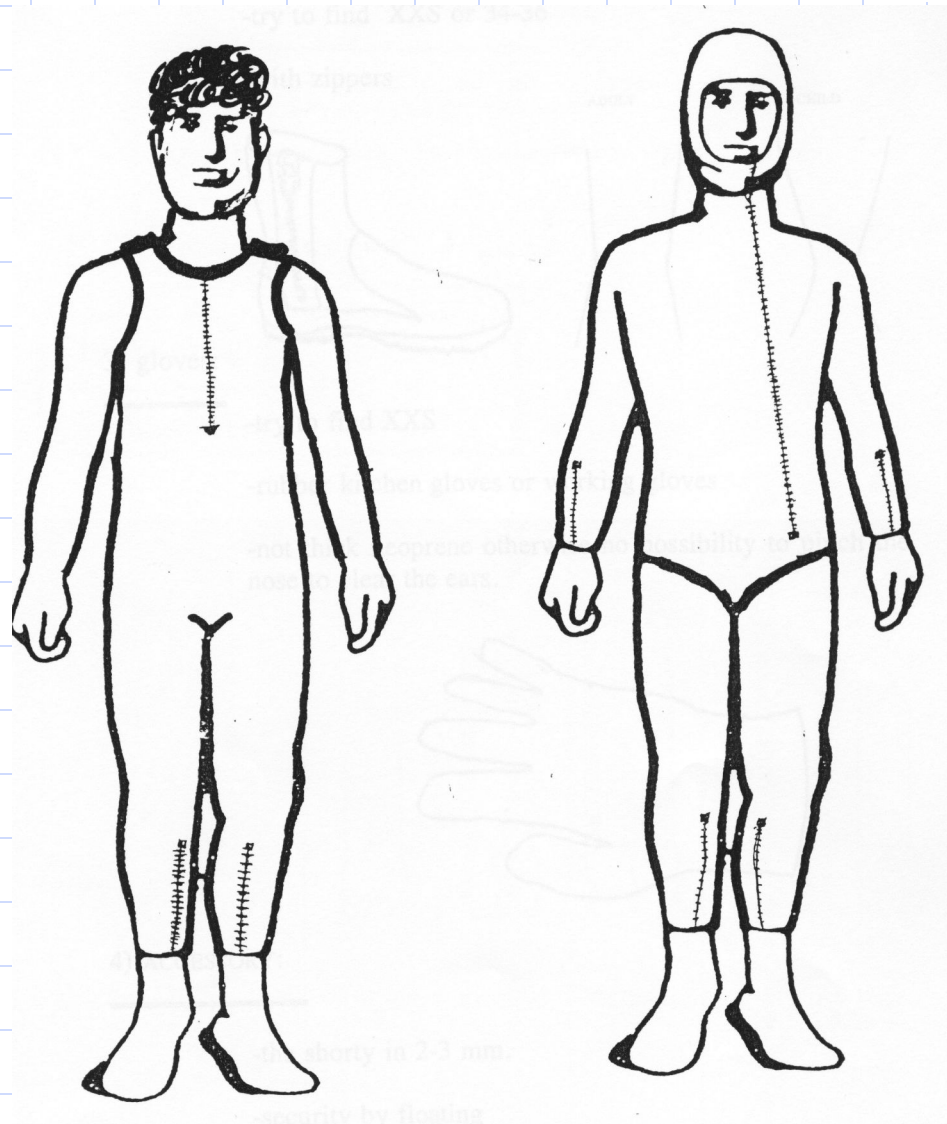
Plavuti



Plavuti s polnim stopalom. Neizrazita peta, pasek se snema

Obleka

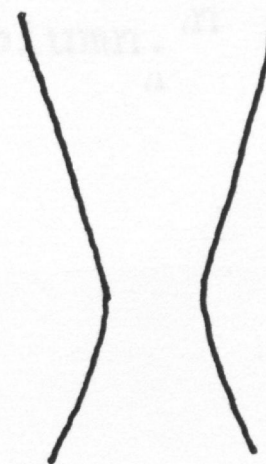
- jopič in dolge hlače z naramnicami (dvojna termalna zaščita)
- zadrge (na rokah, gležnjih, prsih, kapuci)
- bodite pozorni tudi na izgled in žive barve (privlačnost);



Copati



ODRASEL



OTROK

Z zadrگو: nogavice težko obuјеjo, oblika gležnja

Jeklenke

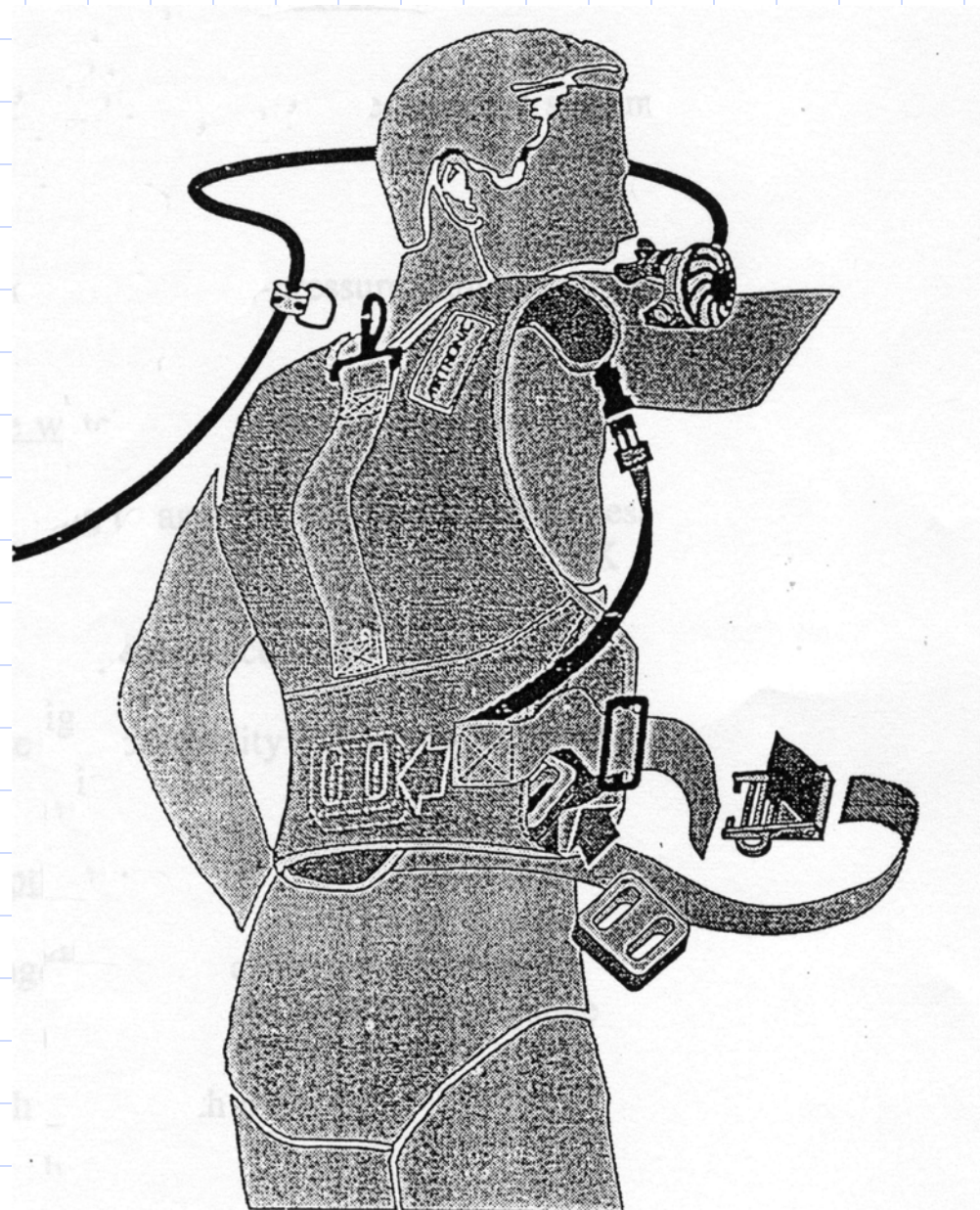
DOLŽINA JEKLENKE: ko otrok drži jeklenko za glavni ventil, se jeklenka ne sme dotikati tal.

TEŽA JEKLENKE: polna jeklenka ne sme biti težja od četrte otrokeve teže

COPAT JEKLENKE odstranite, tako da se ne more postaviti pokonci

NAHRBTNIK ZA JEKLENKO je pri otroku osnovni pripomoček za nošenje. Široki pasovi.

Oktopus



Regulator

- ◆ druga stopnja naj bo čim lažja (karbonska vlakna);
- ◆ ustnik naj bo majhen, prilagojen velikosti otrokovih ust;
- ◆ vdih mora biti čim lažji (balansirana prva stopnja).

Instrumenti

- ◆ Instrumenti niso potrebni! Otrok naj se jih nauči uporabljati šele, ko obvladuje osnovne tehnike potapljanja, in sicer kot dodaten vir vaj in usposabljanja
- ◆ Globinomer – ne spodbujamo “kako globoko si bil” -

Razna igrala in modelčki

Plastika

Nelomljivo

Nič stekla

Pripomočki

- ◆ raznobarvni plastični trakovi na plovcih
- ◆ hulahup obroči
- ◆ gradbene igre (velike lego kocke)
- ◆ plastificirane slike različnih vrst živali

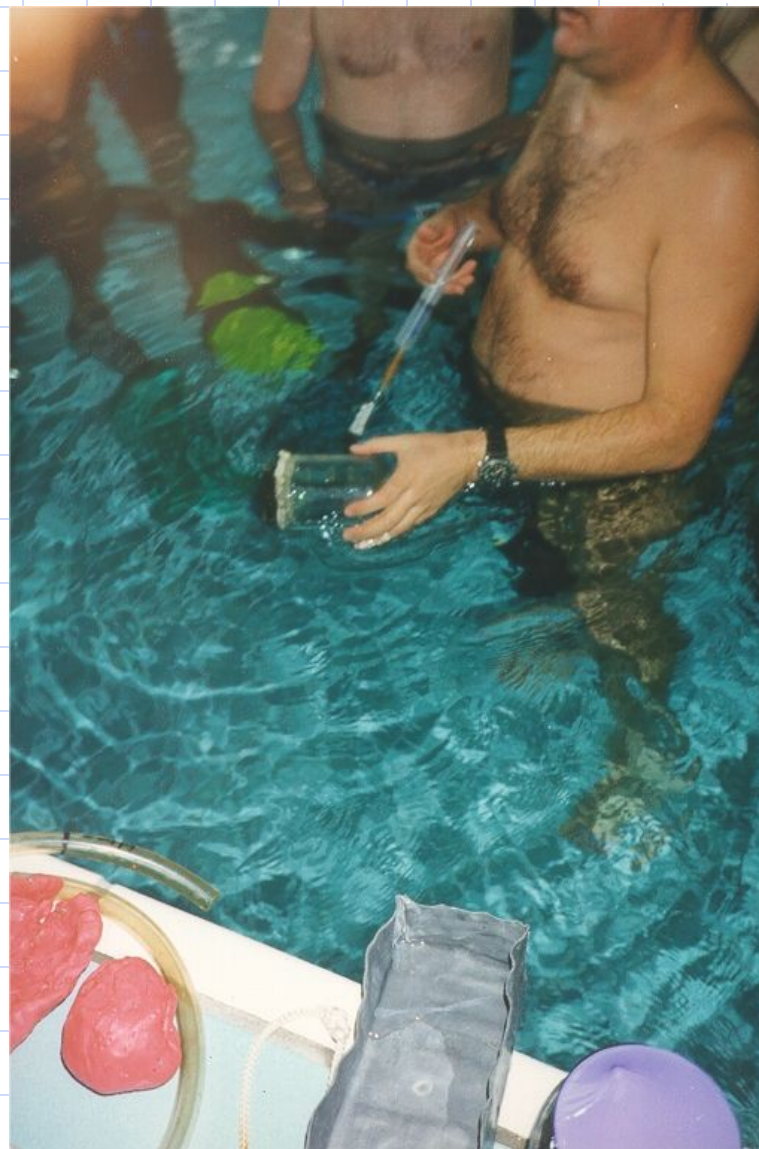




Fizikalni preiskusi

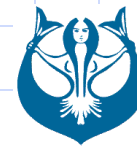
- ◆ Stisljivost zraka/vode – 2 injekciji
- ◆ Tlak pod vodo – preluknjana navpična cev
- ◆ Delovanje pritiska na membrano – lonček zaprt s tanko gumijasto opno

- ◆ Izenačevanje pritiska
- ◆ Plovnost - glina



◆ Uravnavanje plovnosti pri potapljaču





♦ itd...

Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu



Tečaj v Strunjanu





Priznanje

IME PRIIMEK

STAR

Se je prvič potopil v podvodni svet in s tem opravil
Neptunov krst iz otroškega potapljanja

KRAJ DATUM

Moj podpis

Podpis mojega učitelja



Konec

