

PROGRAM WSTĘPNEGO ETAPU SZKOLENIA

Program Wstępnego Szkolenia określa ramowy zakres zajęć w basenie na powierzchni wody prowadzony w sposób bezpieczny przez kadre szkolącą ŚSNP z osobami niepełnosprawnymi.

Zajęcia basenowe mają na celu:

- adaptację osoby z niepełnosprawnością do środowiska wodnego
- nauczenie utrzymywania się na powierzchni wody
- wykształcenie umiejętności oddychania w trakcie przebywania w wodzie
- nauczenie efektywnego poruszania się po powierzchni wody
- nauczenie zachowań zapewniających bezpieczeństwo osoby w wodzie.
- identyfikację osób z niepełnosprawnością nadających się do szkolenia KDP

TREŚĆ PROGRAMU

I-ADAPTACJA DO ŚRODOWISKA WODNEGO

- 1-Nauka bezpiecznego wejścia i wyjścia z wody.
- 2-Nauka utrzymywania się na powierzchni wody.
- 3-Nauka techniki oddychania
- 4-Nauka samodzielnej zmiany pozycji ciała z pleców na brzuch i z brzucha na plecy podczas unoszenia się na powierzchni wody.
- 5-Nauka podstawowych zasad bezpiecznego zachowania w wodzie.
- 6-Nauka sygnalizacji osobistego zagrożenia.
- 7-Ćwiczenie utrzymywania się na powierzchni wody w czasie zajęć.

II-SAMODZIELNE PRZEMIESZCZANIE SIĘ PO POWIERZCHNI BEZ ABC

- 1-Nauka pływania efektywną techniką na plecach.
- 2-Nauka pływania efektywną techniką na brzuchu.
- 3-Nauka efektywnej techniki oddychania przy pływaniu po powierzchni wody.
- 4-Ćwiczenie pływania wytrzymałościowego na dystans (ćwiczenia kondycyjne)

III-SAMODZIELNE PRZEMIESZCZANIE SIĘ PO POWIERZCHNI W ABC

- 1-Nauka umiejętności przygotowania i ubierania ABC do ćwiczeń w wodzie.

- 2-Nauka techniki pływania w ABC
- 3-Nauka pływania technika na plecach w ABC
- 4-Nauka pływania technika na brzuchu w ABC (ćwiczenia kondycyjne)
- 5-Nauka dmuchania maski na płytkiej wodzie.
- 6-Nauka pływania z odsłoniętą twarzą oddychając przez fajkę.
- 7-Nauka nurkowania z wstrzymanym oddechem na płytkiej wodzie.

TRYB POSTĘPOWANIA W TRAKCIE SZKOLENIA WSTĘPNEGO

- 1--Zakres zajęć z nowo przyjętymi kursantami ustala Kolegium instruktorskie, w oparciu o PROGRAM WSTĘPNEGO SZKOLENIA po przeprowadzeniu (ocenie) pierwszych zajęć z kursantem przez członka Kolegium Instruktorskiego.
- 2--Kolegium wyznacza równocześnie osobę (wolontariusza) bezpośrednio prowadzącą szkolenie w wodzie i za to szkolenie odpowiedzialną.
- 3--Postępy, problemy oraz sugestie dotyczące zasadniczej zmiany w trybie szkolenia kursanta Prowadzący konsultuje na bieżąco i nie rzadziej niż raz w miesiącu z Instruktorem Prowadzącym. W przypadku sporu w tym zakresie organem rozstrzygającym oraz podejmującym wiążącą decyzję co do dalszego trybu postępowania podejmuje Kolegium instruktorskie i jest to decyzja ostateczna. Na życzenie którejkolwiek ze stron sporu sporządzona powinna zostać notatka umieszczona w dokumentach kursanta przechowywana w ŚSNP, podpisana przez uczestników sporu.
- 4--Ustalenia punktu 3. dotyczą w szczególności zakwalifikowania kursanta do dalszego szkolenia nurkowego. W szczególności brak akceptacji przez prowadzącego powinien być dla kolegium Instruktorskiego wskazówką podstawową do ustalenia stopnia przygotowania kursanta do dalszej części szkolenia.

WARUNKI UCZESTNICZENIA W ZAJĘCIACH ŚSNP

- 1-Koniecznym warunkiem wstępnym jest rozmowa przeprowadzona z członkiem Zarządu o rodzaju niepełnosprawności oraz złożenie deklaracji chęci uczestniczenia w zajęciach doskonalących umiejętności pływackie oraz dalszym kursie nurkowym dla osób z niepełnosprawnością.
- 2-Wypełnienie Deklaracji Członkowskiej
- 3-Dostarczenie wypełnionej przez lekarza sportowego Karty o dopuszczeniu osoby z niepełnosprawnością do zajęć basenowych oraz nurkowych (lub wybranych)
- 4-Uczestniczenie w zajęciach wyłącznie pod nadzorem osób prowadzących i bezwzględnie przestrzegających ich poleceń.
- 5-osoby z niepełnosprawnością wymagające pomocy osób trzecich uczestniczą na zajęciach z opiekunem.