



Turvaryhmä/Suomen Kanoottiliitto, Olympiastadion Eteläkaarre, 00250 Helsinki
Puh. 09-49 49 65, Fax 09-499 070, Email toimisto@kanoottiliitto.fi
<http://www.kanoottiliitto.fi/>

ARVOSTELUOHJEET MELONTATAITOKOE 1 – ennakkokoe ohjaajakoulutukseen

Kokeen vastaanottaa melontaopas. Sopiva koepaikka on suojainen, virtaamaton luonnonvesi. Testattavan on hyvä tietää ennalta, missä melotaan, jotta hän voi varustautua asiallisesti.

Testattava voi yrittää kutakin kohtaa korkeintaan kolme kertaa samalla testikerralla. Suoritusten tulee olla hallittuja, tehokkaita ja tasapainon säilyttäviä. Erityisosaamista ei tarvita, kyse on perusmelontataidoista. Kaikki melanvedot katsotaan sekä vasemmalta että oikealta puolen. Koe voi olla myös opastava, jolloin ohjatut suoritukset toistetaan muutaman kerran, jotta oppiminen varmasti näkyy suorituksissa.

Kokeessa annetaan pisteitä vain onnistuneista suorituksista. Jos suoritus ei onnistu kolmella yrittämällä, puolia pisteitä ei anneta. Testattavan lomakkeesta ympäröidään hyväksytyt pisteet ja yliviivataan hylätyt. Täsmällisempiä arvosteluperusteita on seuraavalla sivulla.

Testaaja vahvistaa tuloksen allekirjoittamalla koepaperin ja merkitsemällä siihen pisteet yhteensä. On myös hyvä antaa testattaville palautetta ja korjata melontaa, mikäli tarpeen.

Kokeesta, koetilanteesta ja yleisesti arvostelusta

- Tämä ennakkokoe varmistaa, että melontaohjaajakoulutukseen hakeutuvalla henkilöllä on perusmelontataidot ja kokemusta.
- Kokeen voi vastaanottaa ja todistaa liiton hyväksymä melontaopas tai -kouluttaja. On testattavan ja testaajan välinen asia, onko testi ilmainen vai ei. Tarkista asia ennalta.
- Samalla testikerralla voi yrittää korkeintaan kolmesti kutakin asiaa ellei muuta ole sovittu. Testaaja ilmoittaa testattavalle, milloin arviointi alkaa.
- Testin voi uusia kunnes läpäisee kokeen.
- Koetodistus pitää olla ohjaajakoulutuksen aikana esitettävissä kouluttajalle.
- Koe järjestetään luonnonvesissä. Vesialue voi olla joki, järvi tai meri. Koe voidaan järjestää vaikka melontalennäkinä, jonka aikana arvioidaan suoritukset. Testaajakin liikkuu vesillä. Hallintaosaa (13) varten suositellaan kahdeksikkorataa tai vastaavaa. Jos vesi on kylmää, voi kaatumisosan järjestää uimahallissa, kuitenkin normaalissa melontavarustuksessa samoin välinein.
- Koetilanne voi olla kouluttava ja opastava, mutta silloin on syytä toistaa muutaman kerran (2–3) suoritus, jotta onnistunut suoritus on oppimisen tulos eikä sattumaa.
- Kaluston valinta on myös osa oikeaa varustautumista ja lajituntemusta. Kalustoksi kannattaa valita väline, jota normaalisti käyttää, jos se sopii testioloihin.
- Arvostelu: hyväksytyistä suorituksista saa pisteen lomakkeen mukaisesti. Hylätyistä saa 0 pistettä. Hyvät suoritukset ovat hallittuja, rauhallisia, tehokkaita ja tasapaino säilyy suorituksen aikana. Esimerkiksi sivuttain melonnassa tehokkuus tarkoittaa, että kanootti liikkuu suoraan sivulle (roiskeet ja pärskeet eivät ole siis tehokkuuden merkkejä, vaan hallittu, toimiva suoritus). Arvostelijan tulee olla tasapuolinen kaikille testattaville. Arvostelija ottaa huomioon eri välineiden piirteet (esim. merikajakki kääntyy hitaammin kuin koskikajakki) ja ihmisten väliset erot (esim. harteikas näyttää melottaessa pyörittävän hartioita enemmän kuin kapeaharteinen henkilö). Jos testattavalla on pysyvä terveydellinen este suorittaa joku osuus, siitä on kerrottava ennalta testaajalle, joka voi ottaa tämän lieventävänä huomioon arvostelussa (esim. sijoiltaan menevä olkapää voi estää tietyt melanvedot). Erikoistempuja ja täydellisyyttä ei tarvita, riittää, kun testattava hallitsee mainitut asiat suorittaen ne hallitusti ja tehokkaasti.
- Kokeen vaatimukset ovat julkisia, jotta kaikki voivat harjoitella testattavia asioita.
- **Läpäisemiseen tarvitaan 21 pistettä.** Kokeen maksimipisteet ovat 25 pistettä. Testaaja ympäröi hyväksytyt ja yliviivaa hylätyt pisteet koelomakkeesta ja todistaa sen allekirjoituksellaan.

A Melontataidot**1 Kanoottiin tai kajakkiin meno** (kaksi alla olevista suoritettava) 1 p.

- Pieniaukkoiseen kajakkiin
- Suuriaukkoiseen kajakkiin
- Avokanoottiin
- Kaksikkokajakkiin

2 Kanoottista tai kajakista nousu (kaksi alla olevista suoritettava) 1 p.

- Pieniaukkoisesta kajakista K1
- Suuriaukkoisesta kajakista K1
- Avokanoottista C2
- Kaksikkokajakista K2

Arvosteluperusteet, kohdat 1 ja 2: kaksi neljästä on tehtävä pisteen saamiseksi. Kajakeissa aukkopeite tulee kiinnittää ja avata osana suoritusta. Kaikki siirtymiset ovat hallittuja ja rauhallisia, kalustoa ei kolhita eikä kalusto ajelehdi käden ulottumattomiin. Myös kaluston nostelu on asiantuntevaa, kalustoa säästävää ja oikein nostoasennoin selkäystävällisesti tehtyä. Tarvittavat välineet ovat käden ulottuvilla siten, että yksinkin olisi selviytynyt vesille. Miehistökanoteissa (K2, K4 ja C2) on keskeistä, että kanootti ei karkaa kesken rantautumisen ja että kaikki melojat saadaan maista mukaan tai maihin.

3 Eteenpäin melonta suoraan 100 m testattavan valitsemalla välineellä 1 p.

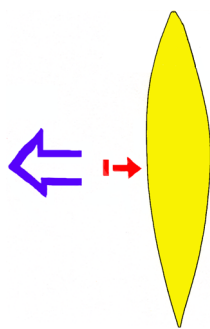
Hyvä suoritus on varma ja hallittu, melanvedot ovat rauhalliset ja tehokkaat, koko lapa on kunnolla vedessä. Kajakkimelonnassa yläruumiin kierto selvästi näkyvässä. Hyvä melontasento on ryhdikäs ja rento, henkilö hallitsee välinettään. Kanootti tai kajakki kulkee suoraan osoitettuun suuntaan.

4 Taaksepäin melonta 50 m 1 p.

Melojan tulee katsoa taaksepäin. Kajakkimelonnassa säilytetään melan lapa samoin päin kuin eteenpäin melonnassa. Jos miehistökanootissa, yhteistyön on oltava toimivaa.

5 Tehokas pysäytys 1 p.

Pysähtyminen normaalivauhdista kolmella vedolla

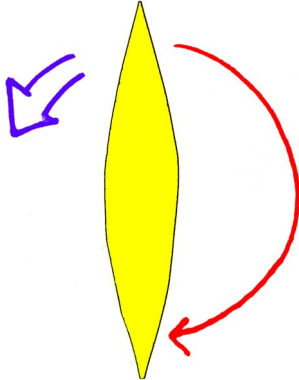


Henkilö pystyy melomaan molemmille suunnille SUORAAN sivuttain noin 10 metriä.

Tavalla ei ole väliä, kunhan onnistuu. Jos välineenä on miehistökanootti tai kajakki, sitä pitää pystyä siirtämään samoin, yhteistyössä.

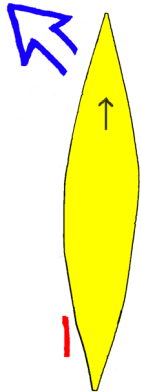
Huom. Ohjekuvissa isot **siniset** nuolet tarkoittavat kanootin tai kajakin siirtymistä, ja **punaisten** pienet nuolet melan sijaintia suunnilleen siinä missä se kajakkiyksikössä olisi. Kanootissa tai kajakkikaksikossa melan paikat ovat toiset, ja silloin ohjetta sovelletaan kyseiseen välineeseen.

Kaikki melanvedot tehdään molempiin suuntiin, vasemmalle ja oikealle

7 Kanootin tai kajakin tehokas ohjailu (kaikki molemmilta puolilta)**7.1 Kaarivedot 1 p.**

Suoritustapa: kanootin kääntäminen paikallaan 360 astetta molempiin suuntiin.

Hyvä kaariveto alkaa kaukaa edestä ja tekee kauniin ympyräkaaren päätyen kiinni kanootin/kajakin reunaan. Veto on siis noin 180 astetta. Meloja nojaa niin kauas ulos kuin voi tehdäksään laajan kaaren. Lapa on koko ajan pinnan alla (kun ei olla virrassa). Ylävartalo kiertyy. On nähtävissä että meloja kallistaa kajakkia tai kanoottia hieman.

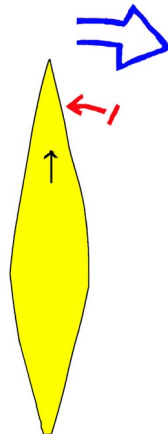
7.2 Mela peräsimenä 1 p.

Melotaan eteenpäin ja käytetään kääntymisapuna melaa peräsimen tavoin.

Hyvässä suorituksessa melan lapa on kokonaan vedessä ja lapa on mahdollisimman vesilinjan suuntainen eikä jarruta vauhtia, vaan ainoastaan muuttaa suuntaa.

Kokeessa tavoitteena on, että melaa peräsimenä käyttäen käännetään saman puolen suuntaan.

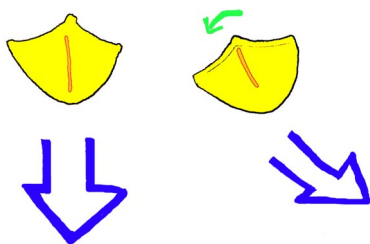
(Melan lavan kulmaa kääntämällä voitaisiin kääntyä myös vastakkaiseen suuntaan, mutta testissä haetaan yksinkertaista suoritusta, jossa kanoottia käännetään melan puolen suuntaan)

7.3 Etuperäsin eli keulaperäsin eli Duffek 1 p.

Koetilanteessa testaaja määrittelee jonkin kohteen, esimerkiksi poijun vedessä tms. vaarattoman esteen, joka pitää väistää etuperäsimellä.

Tavoitteena on tehokas kääntö tai väistö ilman horjumisia.

Etuperäsimen vaikutus voi vaihdella kaluston mukaan (esim. koskikajakki kääntyy nopeasti samoin kuin avokanoottikaksikko, mutta merikajakki vain vähän).

7.4 Kallistus ja kajakissa epäsymmetrinen melaote kääntyessä 1 p.

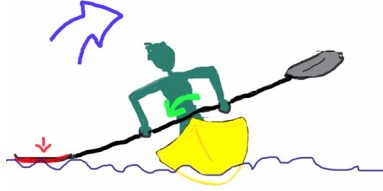
Kallistus ja painon siirrot ovat selkeästi nähtävissä ohjailun aikana. Kanoottia tai kajakkia kallistamalla kyetään muuttamaan sen kulkusuuntaa (koskikajakissa enemmän kuin pidemmissä välineissä). Kallistamalla vasemmalle kanootti liikkuu oikealle kun melontaa jatketaan normaalilla melaotteella samaan aikaan.

Epäsymmetrinen melaote tarkoittaa, että melaa pidetään epäsymmetrisesti kiinni (melaotteen leveys säilyy normaalina) ja kajakkia eteenpäin meloessa suunnanmuutos on nähtävissä.

Avokanootissa ja muissa miehistökanooteissa yhteistyön sujuminen on myös tärkeää.

8 Alatuki

8.1 Alatuenn ottaminen paikoillaan 1 p.



Kanoottia tai kajakkia horjutetaan siten, että henkilö on noin 15-30 astetta vinossa=epätasapainossa ja siitä nouseaan takaisin pystyyn melan antamalla tuella.

Alatuessa melan lavan kupera puoli on vasten vettä ja kyynärpäät suorassa kulmassa. Mela on hartioita ja kyynäriä matalammalla.

8.2 Alatuki liikkeessä melalla 1 p.

Otetaan tukea vedestä liikkeessä horjahtaessa. Tuki otetaan tasaisella vedellä tavallisesti vasten kulkusuuntaa ts. eteenpäin melottaessa tuki tulee takaa eteen.

9 Ryhmässä pysyminen ja ryhmäsopimusten noudattaminen 1 p.

Koetilanteessa henkilön tulee pystyä seuraamaan ryhmälle annettuja neuvoja, ryhmän sopimuksia ja pysymään normaalia melontavauhtia etenevässä ryhmässä. Jos tuuli vie tai testattava ei pysty ohjaamaan, niin 0 p. Ryhmän sopimusten (esimerkiksi kulkujärjestys ja yhdessä ryhmässä pysyminen tms., mitä ennen vesille menoa onkaan sovittu) rikkominen tuottaa myös 0 pistettä.

10 Pelastus kanoottiin/kajakkiin

10.1 Pelastajana 1 p.

10.2 Pelastettavana 1 p.

Testattava suoriutuu vesillä toverin pelastamisesta kajakkiin tai kanoottiin, sekä itse kipuaa avustettuna takaisin omaan kajakkiinsa/kanoottiin. Kanootti tai kajakki tyhjennetään vedestä myös vesillä (ainakin valtaosin). Pelastajana toimiessa pitää pystyä ohjeistamaan pelastettavaa, siten että pelastus etenee eikä uimari joudu olemaan liian kauan vedessä.

Tavalla ei ole väliä, kunhan se on turvallinen osallistujille, ei riko kalustoa ja toimii. Lisätapoja koulitaan myöhemmin ohjaajakoulutuksessa.

Jos pelastus epäonnistuu siksi, että välineet eivät ole mukana tai eivät toimi, 0 pistettä. Jos pelastettavana tai pelastajana toimija menee toimintakyvyttömäksi tai paniikkiin, 0 p.

11 Kaatuminen ja irrottautuminen kajakista tai kanootista 2 p

Hyvässä suorituksessa tämä tapahtuu hallitusti ja rauhallisesti. Pintaan noustessa melojalla on ote sekä kanootista että melasta.

Jos välineet pääsevät karkuun, suoritus hylätään. Jos testattava menee paniikkiin tai toimintakyvyttömäksi, suoritus hylätään. Jos testattava ei voi riittämättömän vaatetuksen takia suorittaa, hylätään. Ohjaajakokelaan tulee osata varustautua huonoihinkin oloihin.

Suoritusta voi yrittää korkeintaan kolme kertaa peräkkäin. Jos vesi on hyvin kylmää, testaaja voi vähentää yritysten määrää ennalta ilmoittamalla.

Suosittelavaa on, että tämä osa järjestetään koetilanteessa ennen taukoa tai lopuksi, jotta vaatteiden vaihto on mahdollista.

12 Melonta miehistökanootissa: kajakikaksikossa tai -nelikössä sekä avokanootissa 1 p.

Testattava hallitsee miehistökanootissa melomisen ja yhteistyön toisen melojan kanssa. Avokanootilla katsotaan myös, että tuulensuuntaan soveliaat melapuolet valitaan.

Kaksikkopari löytää yhteisen rytmin, melat eivät kolise toisiinsa, väline kulkee suoraan ja kääntyy pyydettyä. Myös pysäytys ja kääntäminen yhdessä 360 astetta ympäri katsotaan.

**13 Melontatilanteen yleinen hallinta 1 p.**

Kokeeseen tehdään kahdeksikkorata tai vastaava (esim. luonnoneste), jolla kukin joutuu hallitusti a) kääntämään, b) väistämään esteitä sekä c) yleisesti pitämään kanoottinsa hallinnassa ja d) kulkemaan toivotussa suunnassa. Kahdeksikon koko voi vaihdella kalustotyyppin mukaan.

Henkilö selvästi hallitsee välineensä ja pystyy kulkemaan toivottuun suuntaan osoitetulla reitillä. Avokanootissa myös melapuolen valinta suhteessa tuuleen ja aaltoon eli mahdollisimman tehokas meno vähällä vaivalla

B Melontatiedot ja muu kokemus**14 Oikea varustautuminen 1 p.**

Kun testattava osallistuu kokeeseen, onko hän olosuhteisin, säähän ym. nähdessä kunnolla varustautunut, ovatko varavaatteet mukana ja, koska kaatumisharjoitus tehdään, onko hänellä lämmikettä ja lämpimät vaatteet mukana. Jos koe tehdään kylmillä vesillä, ei välttämättä tarvitse olla kuiva- tai märkäpukua, mutta varavaatteet on oltava nopeasti vaihdettavissa.

Jos keskeiset varusteet eivät ole mukana tai toimi, ei pisteitä (Katso merenkululaitoksen melonnan turvaohje: melojan varusteet). Kokelaat saavat lainata varusteita, mutta lainattujen varusteiden puutteet tai viat katsotaan kokelaan virheiksi. Kompassi tulee olla kaikilla. Esimerkiksi T-paita tai uimapuku syysmelonnalle on jo aika heikko esitys.

15 Kanootin turvatarkastus 1 p.

Henkilö tarkistaa ennen lähtöä kanootin tai kajakin ehjyyden, säädöt kuten jalkatuet ja peräsimet, kellukkeet ja niiden kiinnityksen, sekä sulkee (jos on) luukut. Samalla testataan se, että henkilö valitsee välineen, jolla hän pärjää, joka on ehjä sekä soveltuva olosuhteisiin (yleinen kalustotietous).

16 Kartan ja kompassin käyttö**16.1 Paikannus vesillä (maisemanavigointi, kartta apuna) 1 p.**

Vesillä paikannetaan kartan ja maiseman mukaan missä ollaan

16.2 Kompassisuuntimat kahteen pisteeseen vesillä (paikannus ristisuuntimalla) 1 p.

Henkilö osaa ottaa vesillä kompassisuuntimat osoitettuihin kahteen pisteeseen

16.3 Kompassisuunnan otto kartalta pisteestä a pisteeseen b, erannon korjaus 1 p.

Vesillä tai rannalla ollessa osoitetaan piste A ja piste B, joiden välisen kompassisuunnan testattava selvittää kartalta. Suunnanmäärittelyssä otetaan huomioon eranto, jotta saadaan mahdollisimman oikea kompassisuunta. Tärkeintä on osata ottaa suunta ja osata ottaa eranto huomioon. Korkeintaan viiden asteen virhe sallitaan (360-asteinen kompassi).

Kartan ja kompassin kukin testattava tuo itse ellei muuta sovita. Kannattaa varmistaa etukäteen, että kartalla on eranto merkittynä.

17 Retkikokemus: osallistunut yhden yön yli kestäväälle retkelle ja yöpynyt teltassa 1 p.

Testattava pystyy antamaan suullisen retki- ja reittiselostuksen retkestään.

Pisteet yhteensä**xx / 25 p.**

Testaaja merkitsee yhteispisteet testilomakkeen vastaavaan kohtaan sekä siirtää ne lopuksi lomakkeen ensimmäiselle sivulle allekirjoitusten kera.