



## RYHMÄHAASTE 5 pelastusliivien pukeminen vedessä

<b>Tavoitteet</b>	Harjoitella vedessä liikkumista ja uintikestävyttä. Tutustua pelastusliivin pukemiseen ja sen toimintaan vedessä. Lisäksi on <u>tärkeää herätellä oppilasta huomaamaan, että liivin pukeminen vedessä on haastavaa ja vie aikaa.</u>
<b>Kesto</b>	10–15 minuuttia.
<b>Tila</b>	Syvää/ 1–2 rataa.
<b>Välineet</b>	Erikokoisia pelastusliivejä, lötköpötköjä tarvittaessa apuna.
<b>Oheismateriaali</b>	<a href="#">Pelastusliivien pukeminen sekä Vesisankarit vedestä pelastaminen</a> -video.

### Tehtävä

Tämä tehtävä on haastava.

Oppilaat pukevat pelastusliivit oikeaoppisesti vedessä, jossa jalat eivät ylety pohjaan. Tärkeää on pukea liivit oikein niin, että kaikki vetoketjut ja remmit on oikeaoppisesti kiinni.

### Huomioita

- Tehtävä vaatii erikokoisia pelastusliivejä. Niiden olemassaoloa kannustetaan tiedustelemaan paikalliselta uimahallilta.
- Tehtävään saa haastetta, jos kellotetaan aikaa, joka menee liivien pukemiseen. Ajanottajina toimivat altaan reunalla olevat ei uimarit.
- Tehtävä on toteutettavissa joukkuekohtaisina kilpailuina.
- Tehtävä helpottuu, jos liivit puetaan altaan matalassa päässä, jossa jalat yltävät pohjaan.