Napsu

-nuorisoprojekti

SEURAESITE



SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Ampumahiihdon Urlus-nuorisoprojekti
Napsu kokeiluleirit

- Napsu-leirit ovat suunnattu ampumahiihdosta kiinnostuneille lapsille & nuorille sekä heidän huoltajilleen
- Ohjaajina kokeneita ja innostavia ohjaajia, joilla lajituntemusta.
- Suositeltavaa ottaa mukaan seuran omia junioreita mukaan ammuntaharjoituksiin opastamaan leiriläisiä.
- Leireistä vastaa SAhL, Urlus-nuorisoprojektin kautta, yhteistyössä paikallisten seurojen kanssa.
- Tarkoituksena pienentää kynnystä tutustua ja aloittaa laji



SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Tavoite

- Saavuttaa perustieto ampumahiihdosta, opetella oikeat aseen käsittelytavat ja toiminta ampumaradalla.
- Luentojen avulla lapset ja vanhemmat oppivat teorian ja käytäntö opetellaan ekoaseilla ja oikealla ampumaradalla.
- Tutustua oman alueen seuraan/harjoituspaikkoihin.
- Pienoiskivääriammunnan jälkeen osallistujat ovat valmiita osallistumaan seuran ampumahiihtokouluun tai viikkoharjoituksiin.
- Leirin jatkona Ampparit-koulu, jossa syvennytään lajiin tarkemmin



SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Toteutus

- Leiriä edeltävästi kouluesittelyjä, joissa markkinoidaan leiriä
- Avoimien ovien päivä ampumaradalla ennen leiriä
- Leirin sisältö:
  Turvallisuusluento
  Ase/ampumapaikkatoimintaluento
  Ekoaseammuntaa + ampumahiihtoharjoitus
  Pienoiskivääriradalla tehtävä ampumaharjoitus
- Seuran harrastajia mukaan ampumaharjoitukseen
- Leirin jatkona Ampparikoulu



SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Leiriohjelma

- Klo 9.00 leirin avaus
- 9.10-11.00 Ampumahiihdon perusteet ja turvallisuusluento
- 11-12.00 Eko-ase/ilma-ase ammuntaa
- 12.00- lounas
- 13.00 Ampuma-asento ja aseen käsittely
  - Pienoiskivääriammunnan perusteet: turvallisuuskäytäntöjen kertaus paikanpäällä, lipastaminen, tukiammunta, optio hihna-ammunnan kokeiluun.
  - Vanhempien rooli ampumapaikalla: turvallisuuden varmistus, osumien katsominen, tähtäinten siirto käytännössä, yms.
- 13.30-15.00 Ampumaharjoitus
- 15.00-> Ampumajuoksu ”kilpailuja”
- 16.30 Leirin lopetus ja diplomien jako



Esimerkki penkka-osuudesta

- Turvallisuusasioiden kertaus ja käyttäytyminen ampumaradalla.
- Pitoharjoituksia ja ampuma-asennot
- Kylmälaukauksia, tähtäinsymmetria ja puristava laukaisu
- Kohdistus
- Ykkösiä: 2x5 x 1.ls
- 4x5.ls pahvitauluun
- 2x5.ls peltitaulu (pysty)
- 2x5.ls peltitaulu (makuu)
- Rasituksen alainen ammunta 2x 5ls peltitauluun (makuu tai pysty)
- Ampumajuoksukisailua 2-3x 5ls (makuu tai pysty)
- Vanhemmille ampumismahdollisuus peltitauluun



SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Vaatimukset:

- Viestintä leiristä – seurakirje, seurojen sis., kuntien liikuntapaikat ja koulut
- Leiriä edeltävästi esittelypäivät kouluilla ja tapahtumissa
- Vastuuvetäjä, ohjaajia
- Sovitut harjoitus/luentopaikat
- Amppari-koulu leirin jatkona



SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION

Materiaali:



Pikku-mainos



Juliste



Diplomi

SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION



Napsu

-nuorisoprojekti

SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION