



YELKENDE TEMEL EĞİTİM D1

EĞİTİM KİTAPÇIĞI

İÇİNDEKİLER



TESİSİN TANITILMASI.....	2
GÜVENLİK EKİPMANLARI VE DENİZDE GİYİM.....	4
DİNGİNİN TANITILMASI.....	5
YELKEN DONANIMI.....	8
GÜVENLİK EKİPMANLARI.....	10
DENİZCİLİK BİLGİSİ BAĞLAR.....	12
RÜZGAR.....	15
YÖNLENDİRME VE TEMEL EĞİTİM.....	16
SEYİRLER.....	18
YELKEN TEKNİĞİ VE MANEVRA.....	20
TEKNEYİ SUYA İNDİRME.....	22
TEKNEYİ KARAYA ALMA.....	22
TEKNE BAKIMI.....	23



YELKENDE TEMEL EĞİTİM D1

Kayıt esnasında, aile ve yelken temel eğitime katılacak bireye kısa bir ortanyasyon programı çerçevesinde, kulüp ve yelken alanı tanıtılarak, kişinin bir sonraki buluşmada yabancılik çekmemesi sağlanmalıdır.

TESİSİN TANITILMASI

Kayıt esnasında, aile ve yelken temel eğitime katılacak bireye kısa bir ortanyasyon programı çerçevesinde, kulüp ve yelken alanı tanıtılarak, kişinin bir sonraki buluşmada yabancılik çekmemesi sağlanmalıdır.

Derslik
Soyunma Odaları
Yeme – İçme Alanı
Tuvaletler
Tekne Park Alanları
Atma – Çekme Rampası
Ortak Kullanım Alanları



► Katılanların ve Eğitiminin Birbiriyle Tanışmasının Sağlanması

Eğitimci ve katılımcı aynı zamanda katılımcı ve katılımcı arasında olumlu iletişimin sağlanması için U şeklinde oturma düzeni tercih edilmelidir ve katılımcıların birbirleri ve eğitimci ile tanışması sağlanmalıdır.

Eğitimci mutlaka bütün katılımcıların isimlerini öğrenerek, bireylere isimleri ile hitap etmelidir.

Çocuk yaşta katılımcıların benlik gelişimini sağlayarak, bir gruba ait olma duygusunu geliştirmesi sağlanmalıdır.



► Eğitimin Amaç ve Öğrenim Hedeflerinin Gözden Geçirilmesi



Katılımcıların :

- Deniz üzerinde bir noktadan başka bir noktaya gidip gelebilmesini hedeflemektir.
- Yelkenli bir tekneyi anlayarak donatarak toplayabilmesi
- Deniz üzerinde yol almasını sağlayacak olan bilgilere (güvenlik, bağlar, rüzgâr yönleri, seyirler vb. gibi) sahip olması
- Grup içerisinde olumlu sosyal ilişkiler kurması ve geliştirmesi, grubun daha uyumlu çalışmasına ve bu sayede daha verimli öğrenmeleri amaçlanır.



Eğitim Sırasında Yapılacak Etkinliklerin Açıklanması

- Karada ve denizde yapılacak aktivitelerin görsel olarak tek tek sunulması gerekir.

Katılanların Eğitimden Beklentilerinin Öğrenilmesi

- Soru cevap şeklinde programın gün gün ve programın sonunda öğrencilerin beklentilerinin neler olduğunun öğrenilmesi..

Eğitim Programının ve Sürecin Aktarılması

- Hava şartlarının uygun olduğu süre içerisinde, 5 günlük belirten bir program hazırlanarak, katılımcıya yazılı ve görsel olarak sunulur.
- Programlarda karada yapılan grup çalışmalarında, görsel ve işitsel olarak katılımcıya her açıdan öğrenmesini sağlayacak sunumların hazırlanması gerekir.
- Programın içerisine yaş düzeyine göre sosyal aktiviteler yerleştirilmeli.

Katılanların Sorularının Yanıtlanması

- Hem yelken aktiviteleri ile ilgili hem de diğer konuların yer aldığı sorulara yer verilmelidir.

1. GÜVENLİK EKİPMANLARI VE DENİZDE GİYİM

► Güvenlik Ekipmanlarının Önemi

Denizde güvenlik ekipmanları deyince, ilk olarak akla can yelekler gelmektedir.

Denizcilikte, her teknede bulunması zorunlu olan can yelekleri, yelkene yeni başlayan bireyler içinde, seyir halinde giyilmesi zorunlu ve en temel güvenlik malzemesidir.

Birey denize düştüğünde, can yeleği bireyin başını su üstünde tutarak, rahat nefes almasını, su yutmasını engelleyerek, su üstünde kalmasını sağlar.

Yelkene yeni başlayanlar için diğer bir güvenlik ekipmanı düdüktür, mutlaka, bireyin ulaşabileceği boyutta bir iple can yeleğine sıkıca bağlanmış olmalıdır.



Yaz aylarında yelken yaparken, güneşten korunmak amacıyla, ince hava alabilen kumaştan imal edilmiş uzun kollu kıyafetler tercih edilmelidir.

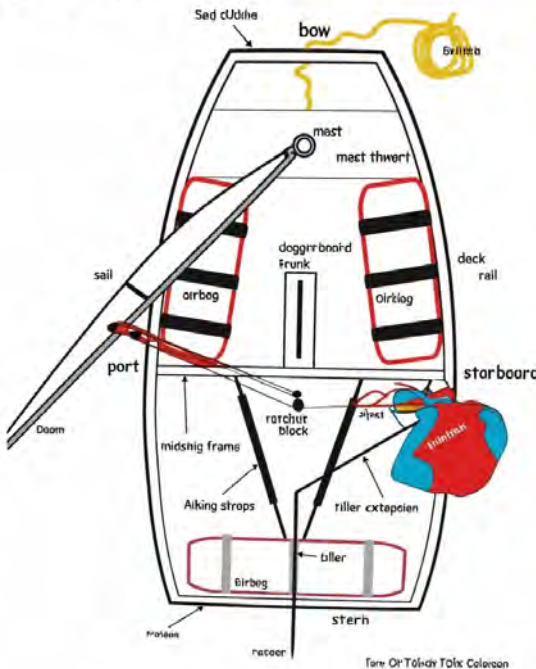
Güneşten yüzümüzü ve boynumuzu korumak için şapka ve güneş gözlüğü kullanılması gerekmektedir. Bunun yanında, açıkta kalan cildimizi korumak için yüksek faktörlü güneş koruyucular kullanılmalıdır.

Denizde yapılan çalışmalarda, orta kuvvette bir rüzgâr esiyorsa, su serpintilerini önlemek için dry top rüzgarlık çeşitleri giyilebilir. Karada ve denizde ayaklarımızı korumak için deniz patikleri ya da deniz çizimleri giyilmesi uygun olacaktır.

2. DİNGİNİN TANITILMASI (OPTİMİST)



Optimist Nomenclature



Optimist, küçük yaş grubuna hitap eden ve yelken sporunu çocuklara öğretmek ve sevdirmek için kullanılan en ideal yelken sınıfıdır.

Batmaz özelliği, kolay taşınabilirliği ve basit donanımıyla 8-15 yaş arası çocukların tek başlarına kullanabilecekleri en güvenli teknedir.

Tüm dünya da başlangıç sınıfı olarak kabul gören optimist sınıfı, ülkemizde de en kalabalık ve en güçlü sınıf oluşturmaktadır.

Tam Boyu	2.30 m.
Geniřlięi	1.13 m.
Su hattı	2.15 m.
Yelken Alanı	3.5 m.
Tekne Ağırlığı	35 kg.
Donanımlı Ağırlığı	42 kg

TRAPEZ KOLONLARI



Teknenin havuzluk kısmında 2 adet bulunur.

Rüzgarın etkisi ile rüzgar altına yatan teknenin düz gitmesi için sporcu bu trapez kolonlarını kullanır.

Trapez kolonlarının altına ayaklar geçirilerek vücut ağırlığının tekne dışına alınması sağlanır.

Bu eyleme trapeze çıkmak denir.



GÜVENLİK BALONLARI (HAVA TANKLARI)

Teknede 3 adet bulunur.

Bir adet kıç aynada, iki adet baş tarafta.

Tekne su aldığı anda deniz seviyesinden yukarıda kalmasını sağlayarak kaynama durumunu önler.



SALMA VE SALMA KASASI



Salma yelkenin tekneye olan kuvvetini ileri yöne taşımak ve yana kayma etkisini ortadan kaldırmak için kullanılır.

Teknede salmanın yerleştirildiği yere ise salma kasası adı verilir.

Lastik bir ip ile salmanın istemsiz yukarı – aşağı hareketi önlenir.



DÜMEN

Pala, yeke ve yeke uzantısı olmak üzere 3 parçadan oluşur.

Teknenin manevra yapmasını sağlar.

İğnecikler ile birlikte söküp takılabilir.



3. YELKEN DONANIMI



- Yelken
- Direk
- Bumba
- Giz (seren)

DİREK

İki farklı direk tipi vardır:

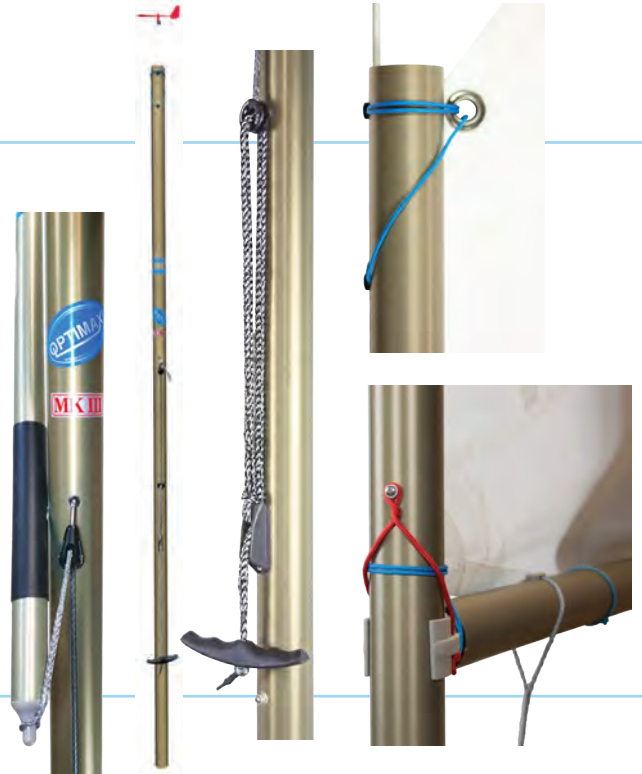
Yarış Direği ve Eğitim Direği

Yarış direkleri

Esnek bir yapıya sahiptir.

Sporcu kilosuna göre farklı alaşımlarda üretilir.

Yelken trimlerinin ayrıntılı yapılmasına olanak sağlayan sistemler ile kullanılır.



BUMBA



Yelkenin alt yakasının ve güngörmezinin formunda çalışmasını sağlar.

Manevralarda ve seyir çeşidine göre sancak iskele boyunca hareket eder.

İskota ile kontrol edilir.

GİZ (SEREN)

İki farklı direk tipi vardır:

Yarış Direği ve Eğitim Direği

Yarış direkleri

Esnek bir yapıya sahiptir.

Sporcu kilosuna göre farklı alaşımlarda üretilir.

Yelken trimlerinin ayrıntılı yapılmasına olanak sağlayan sistemler ile kullanılır.



4. GÜVENLİK EKİPMANLARI



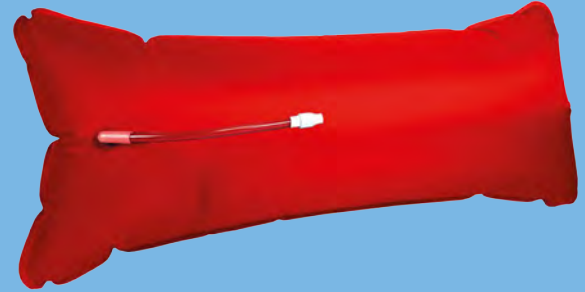
DÜMEN

Tekne içinde 3 adet bulundurulur.

Balon kayışları ile sabitlenir.

Tam hava ile dolu olmalıdır.

Alabora olan teknenin küpeştesini su seviyesinden yukarıda tutarak sporcunun tekne içinden suyu boşaltabilmesine imkan sağlar.



BAŞ İPİ



Teknenin yedeklenerek çekilebilmesi ve karaya bağlanabilmesi için kullanılır.

Teknenin baş tarafına izbarço bağı ile bağlanır ve orada taşınır.

8 metre uzunluğunda ve yüzebilen halat olmalıdır.



EMNİYET İPİ VE KELEPÇESİ

Emniyet ipi ve kelepçesinin görevi teknenin alabora olduğu sırada direğin yerinden çıkmasını önlemektir.

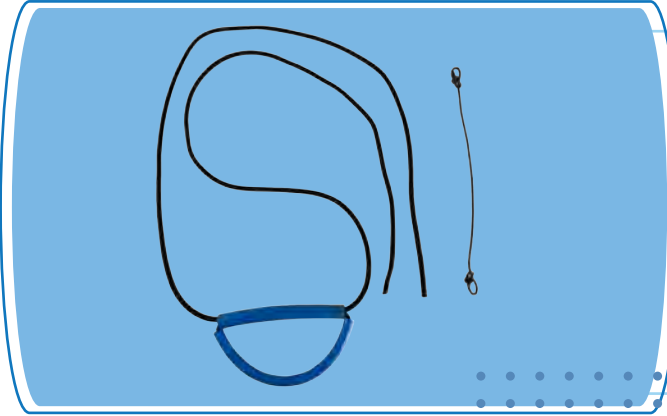
Emniyet ipi direk oturağına sabit palanga stoperinin üstünden camadan ile bağlanır ve direğin yukarı hareketi ile yerinden çıkmasını önler.

Kelepçe direk oturağının altına dayanacak şekilde direği sıkarak yukarı hareketini önler ve yerinden çıkmasını önler.

İki donanım birlikte kullanabileceği gibi ayrı ayrı da kullanılabilirler.



SALMA LASTİĞİ VE EMNİYET İPİ



Salma lastiği salmanın istenilen yükseklikte durmasını ve sarsıntı nedeniyle yerinde serbest hareket etmesini önler.

Salma emniyet ipi alabora durumda salmanın salma kasasından çıkmasının önüne geçer.

ÇAMÇAK

Optimist seyir sırasında dalgaların çarpması, yana yatma veya alabora olma durumunda içerine su alır ve çamçaklar bu suyu dışarı atmak için kullanılır.

Tekne de iki adet bulundurulur ve uzayan lastik bir ip ile bağlanır. Bu sayede denize düşme durumunda ipinden çekilerek sudan alınabilir.



PADIL

Rüzgarsız kalma durumunda tekneyi ilerletmek için kullanılır.

Tek elle suyu çekme hareketi uygulanır.

Yarışa devam durumunda kullanımı yasaklanmıştır, yarış terk durumunda kullanılabilir.

Uzayan lastik ip ile tekneye sabitlenir.



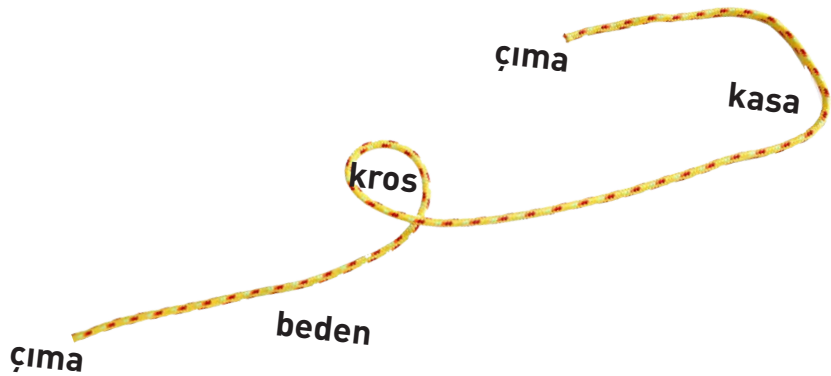
5. DENİZCİLİK BİLGİSİ: BAĞLAR

Yelkencilikte halatlara uygulanan bağların bir çok çeşidi vardır.

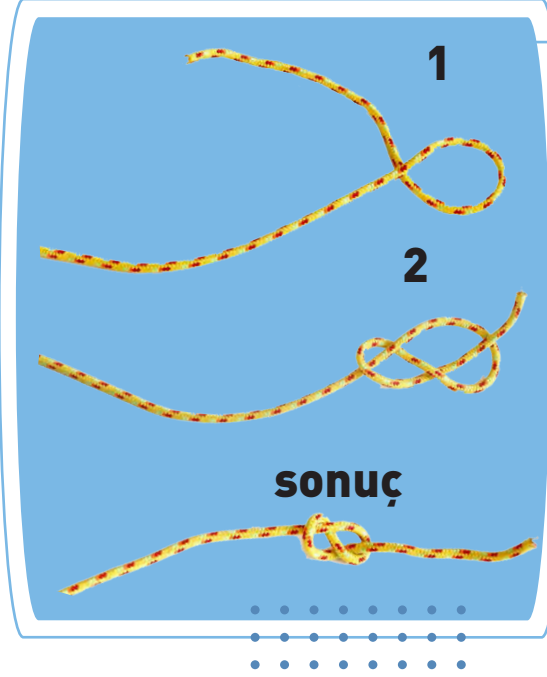
Denizci bağlarının en büyük özelliği kolaylıkla açılabilmesi yani kör düğüm olmamasıdır.

HALATIN KISIMLARI

- Beden
- Kasa
- Kros
- Çıma



KROPI (SEKİZ)



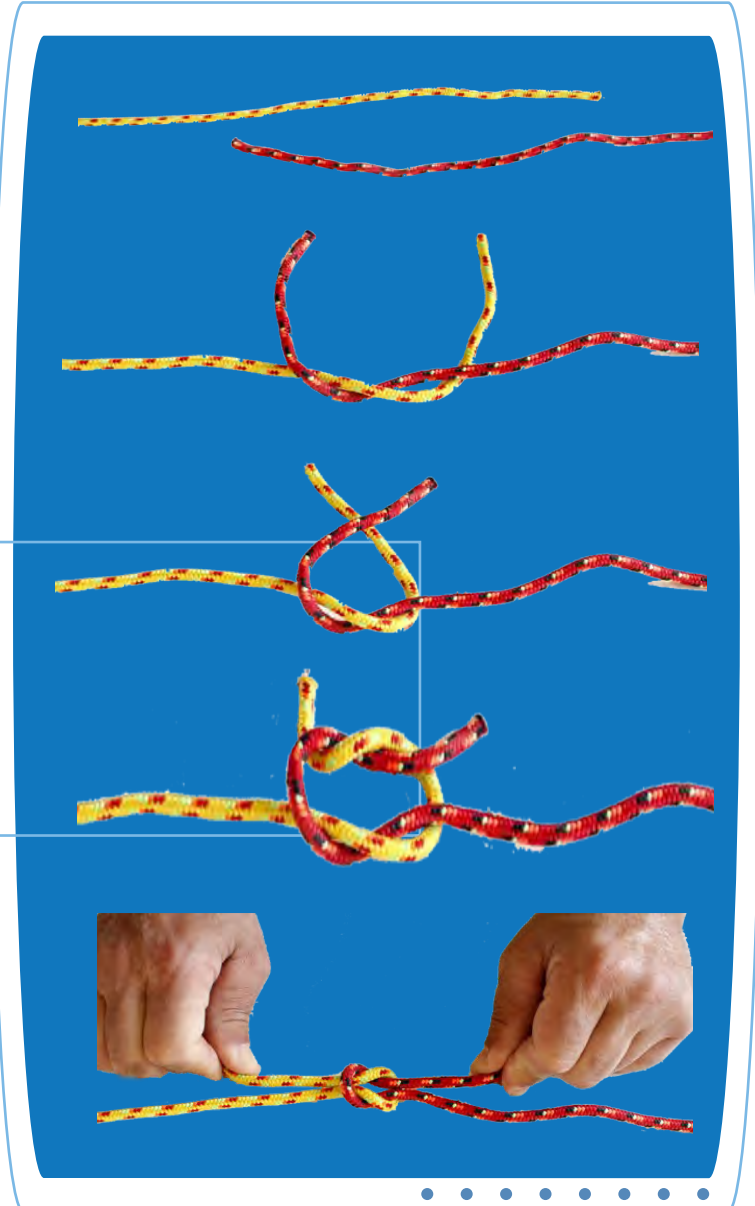
Kropi bağı halatın çımasının makaralardan çıkmasını önlemek için çımaya yakın yere atılır.

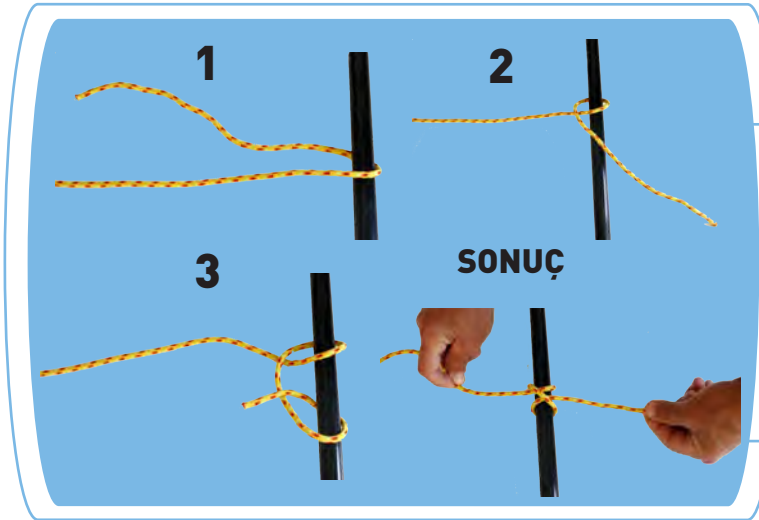
Bağa benzerliği nedeniyle “sekiz” de denilir.

CAMADAN

İki halatı birbirine bağlamak için camadan bağı atılır.

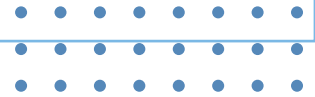
Bağı atarken halatların aynı kalınlıkta olması gerekir.



KAZIK

Teknenin baş ipini bir direğe bağlamak için kazık bağı atılır.

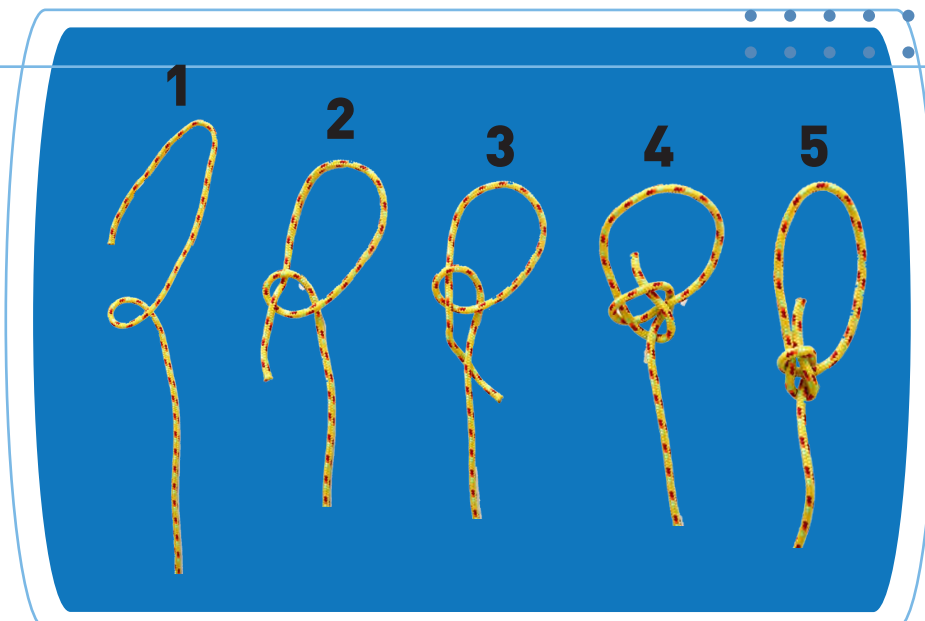
Büyük teknelerde usturmaçayı vardevela tellerine bağlamak için de kullanılır.

**IZBARÇO**

Yelkencilikte en sık kullanılan bağdır.

İskota, mandar, baş ipi gibi halatın başını teknede sabitlemek için atılır.

Halata istenilen genişlikte kasa yapmak mümkündür.



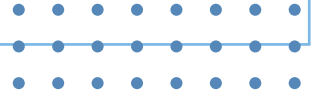
6. RÜZGAR



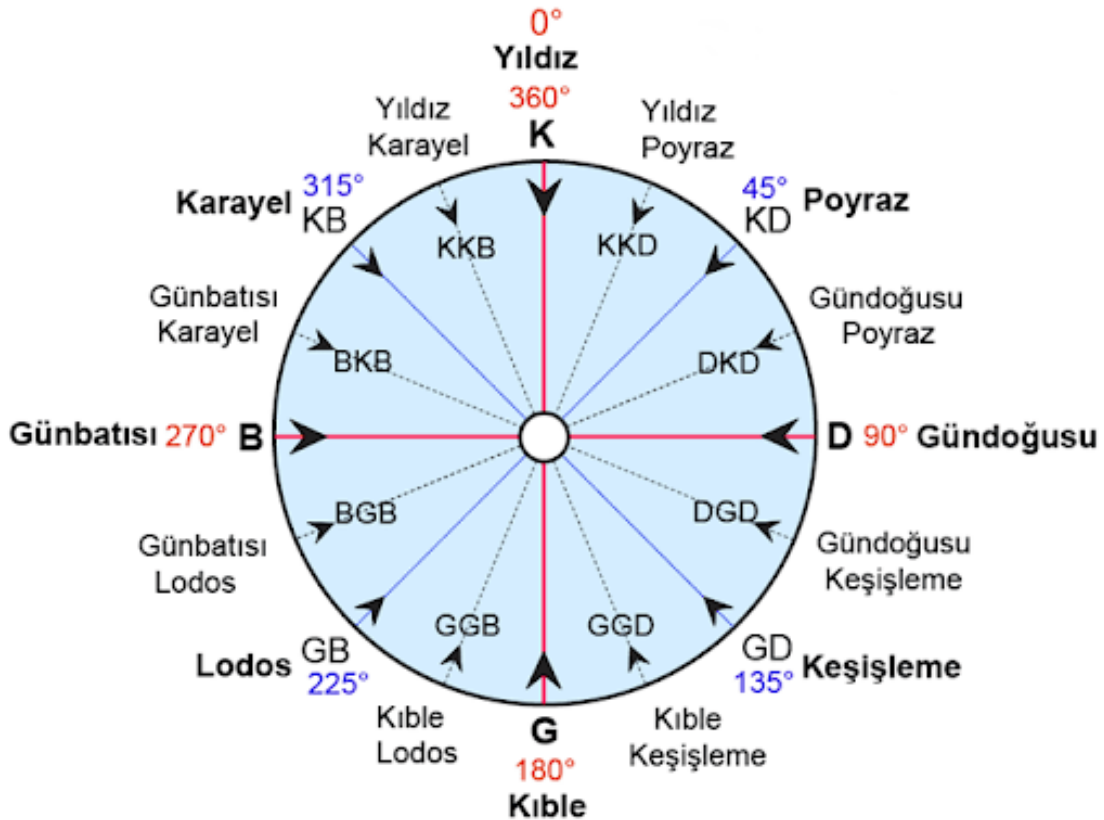
Yelken sporunun yapılabilmesi için malzeme ve teknik koşullar yanında, uygun (elverişli) hava koşullarının olması da çok önemlidir.

Bu branşın yapılabilmesi için önemli bir faktör olan hava koşulları yelken yapan katılımcılar, sporcular ve eğitimciler tarafından mutlaka öğrenilmeli ve takip edilmelidir.

Verimli deniz çalışmalarının yanı sıra güvenli seyir ancak uygun hava şartlarında yapılabilir.



RÜZGAR YÖNLERİ VE İSİMLERİ



6. YÖNLENDİRME VE TEMEL EĞİTİM

KARADA DÜMEN TUTMA

Yelkene yeni başlayan bir sporcuya, karada treyler veya similatör üzerinde bir tekne içerisine bindirerek, ilk önce rüzgara göre yelkenin konumunun ne olması ve tekne içerisinde nerede oturulmasının gerektiği anlatılmalıdır.



TEKNEDE OTURMA YERİ



Birçok sporda olduğu gibi yelken sporunda da vücudun kullanımı önemlidir. Teknede sporcu rüzgarüstü tarafta oturmalıdır.

Sporcu bir eliyle yeke uzatmasının ucundan, diğer eliyle de iskotayı tutarak, gözü daima yelkende olmalıdır.

Eller birbirine yakın, dirsekler iki yanda ve ayaklar bitişik olmalıdır. Bu bir tekneyi kullanmak için hem rahat hem de etkili bir oturuş biçimidir.

İSKOTA TOPLAMA ÖĞRETİMİ



Karada treyler veya similatör üzerinde bulunan tekne içerisindeki sporcunun, bir eline iskota diğer eline yeke uzatması verilerek, yeke uzatmasının ucunu tutan elinin yardımıyla birlikte salınmış olan iskotanın toplanması öğretilmelidir.

Daha sonra, toplanan iskotanın nasıl bırakılması gerektiği anlatılmalıdır.

Bu çalışma üzerinde, biraz zaman verilerek, sporcunun alıştırma yapması sağlanmalıdır. Bu aşamayı geçtikten sonra, yelkenli tekneyi, karada rüzgârı tam yandan alacak şekilde bir konuma getirilerek, sporcu teknenin içerisinde iken dümenin nasıl tutulması gerektiği, dümeni çektiğinde ve ittiğinde neler olabileceği sporcuya açıklanmalıdır.

SALMANIN GÖREVİ VE POZİSYONU

Apaz seyri geniş bir açığa sahip olduğu için salma konumu da bu açılara göre farklılık göstermektedir.

Dar apaz seyrinde, salma dörtte bir oranında yukarıya çekilirken, apaz seyrinde yarıya kadar ve geniş apaz seyrinde dörtte üç oranında yukarıya kadar çekilir.

Ancak, tekne yana kaymaya başlarsa, salmakayma durumuna kadar aşağıya indirilmesi gerekmektedir. Bunun aksine, salma gereğinden fazla indirilmişse, salma kasasında titreşimler başlayabilir.



SALMANIN GÖREVİ VE POZİSYONU

Karada yelkenin konumu açıklanırken, sporcuya rüzgar altı ve rüzgar üstü terimleri de anlatılmalıdır.

Denizcilikte en basit anlatım şekliyle, rüzgârın teknemize geldiği tarafa RÜZGAR ÜSTÜ demektir. Rüzgârın, gittiği tarafa da RÜZGAR ALTI denmektedir.



DENİZDE DÜMEN TUTMA



Karada uygulanan çalışmanın, aynısının denizde bir bot eşliğinde uygulanması yapılmalıdır.



7. SEYİRLER

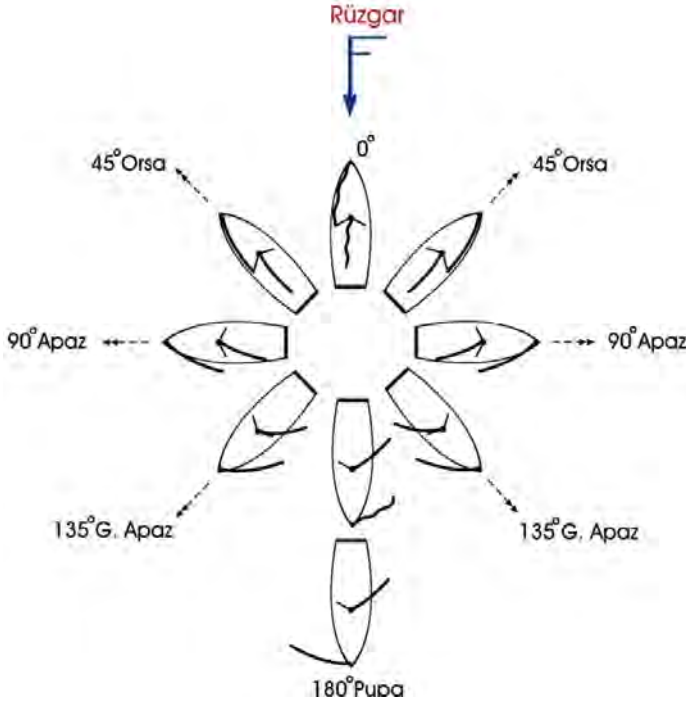
Bir teknenin su üzerinde bir noktadan başka bir noktaya gitmesine “seyir etmek” denir.

Yelkenli bir tekne ise su üzerinde seyredebilmesi için yelkenine belirli açılarla vuran rüzgârın kuvvetinden yararlanması gerekir. Yelkenciler, seyir halinde teknenin veya yelkenin rüzgâr ile yaptığı bu açığı sürekli olarak, gözlemleyerek değerlendirirler.

Değerlendirme yapmalarındaki temel amaç, teknenin veya yelkenin rüzgârı aldığı açıya göre, her seyirde yelken ayarlarının yeniden düzenlenmesinden kaynaklanmaktadır.

Bir yelkenli teknenin yaptığı seyir, Rüzgârın tekneye veya yelkene geliş açısına göre farklı isimler alır. Bunlar; Apaz seyri (dar apaz, apaz, geniş apaz), orsa seyri ve pupa seyri.

SEYİR DİYAGRAMI



APAZ SEYRİ

Rüzgârı yandan alan bir tekne, apaz seyrinde yol almaktadır. 50-150 dereceler arasında değişen bu seyir, geniş bir açıyı kapsadığından, kendi içerisinde üç ayrılır: rüzgârın tekne geliş açısı 50 derece iken “dar apaz”, 90 derece iken “apaz” ve 120-150 derece arasında ise “geniş apaz” diye adlandırılır.



Apaz seyri en kolay ve en rahat seyirdir. Tekne fazla yana yatmaz ve dümene çok yük binmez.

ORSA SEYRİ

Bir yelkenli teknesinin rüzgâra en yakın seyridir. Başka bir deyişle, Rüzgârı en dar açı ile yol aldığı seyirdir.

Rüzgâr üstündeki bir noktaya ulaşmak için orsa seyri yapılır. Bu seyir apaz seyre göre, biraz daha zor bir seyirdir. Rüzgâr ve dalgaya karşı mücadele etmek gerekir.



PUPA SEYRİ



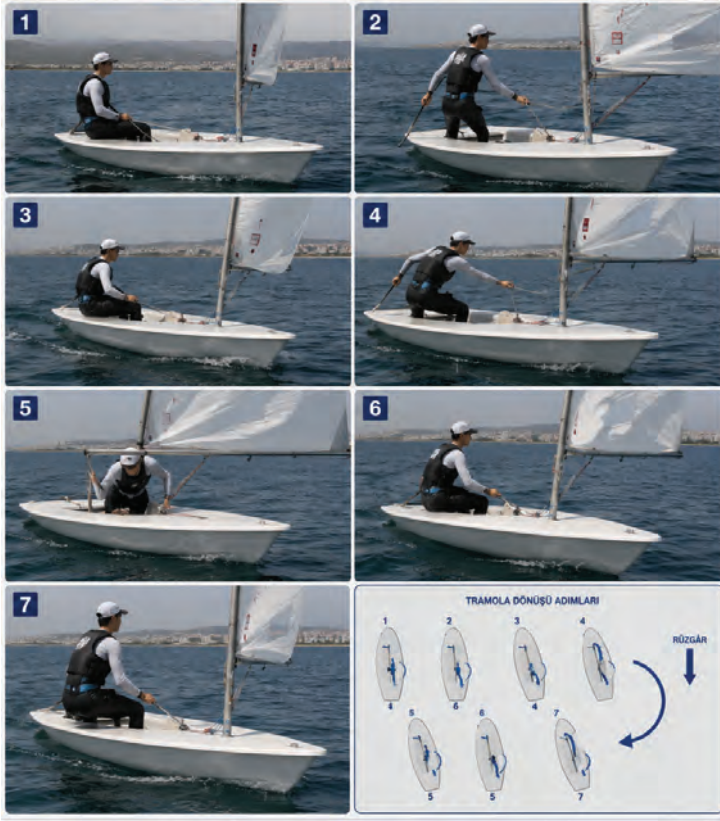
Rüzgârı tamamen ya da birkaç derece farklı olarak arkadan alan yelkenli teknenin yaptığı seyre pupa seyri denir.

8. YELKEN TEKNİĞİ VE MANEVRA

Yelkenli tekneler seyir halinde iken, gideceği mesafeye ulaşabilmek için bazı manevralar yapmak zorundadır. Bulundukları, seyirlere göre kullanılan iki çeşit dönüş mevcuttur. Bu dönüşlerden, yeni başlayanlar için öğretilmesi en kolay ve en güvenli olan rüzgâr üstü dönüş dediğimiz tramoladır.

Tramola dönüşü genellikle, orsa ve dar apaz seyirlerinde, rüzgâr üstüne dönüp yön değiştirmemizi sağlar. Tramolayı başlatmak için önce orsalanır, teknenin başı rüzgâr üstüne çevrilir. Tramola bitince tekne yeni kontraya geçer.

TRAMOLA DÖNÜŞÜ BASAMAKLARI



Seyir halinde bir tekne.

Teknenin yönünü değiştirmek için, sporcu ilk olarak dümen tarafındaki ayağını, (trapez kolonunda ise çıkararak) karşı tarafa alır, sonra uzatma yardımı ile dümeni yelken tarafına doğru iter.

Yelken tarafına doğru itilen dümen, teknenin başının yavaş yavaş dönmesini sağlar.

Tekne rüzgâr üstüne dönerken, yelken yapraklamaya başlayınca iskota biraz serbest bırakılır. O sırada bumba teknenin orta hattında(kısımında) bulunur. Sporcu hareket halinde bumbanın altından geçmeye hazırlanır.

Teknenin yönü değiştiğinde, sporcu bumbayı kollayarak, aynı anda bumba ile yer değiştirir.

Sporcu yer değiştirmiş olmasına rağmen, elleri ile tuttuğu iskota ve uzatmayı değiştirmemiştir. İskotayı sağ elle, dümeni sol elle tutarak teknede bulunması gereken yere oturma aşamasındadır.

Teknede küpeşteye oturduktan sonra, ellerini arkada değiştirir.

Yelken gerekli yönü değiştirip, seyrine devam etmektedir.

Not: Eğer dönüş esnasında yeteri kadar hız olmazsa, ölü alandan tam çıkmadan (rüzgara karşı) tekne durursa bu duruma köre düşmek denir. Tramola dönüşü hem teorik hem de video görüntüsü olarak sunulduktan sonra karada treyler veya similatör üzerinde bir tekne içerisine sporcuları tek tek bindirerek, tramolanın basamaklamalarını en ince ayrıntısına kadar karada tekrarlanıp, uygulanması sağlanmalıdır.

9. TEKNEYİ SUYA İNDİRME

KARADAN AYRILMA

Yelkenli tekne kıyı şeridinden ayrılacaksa, Treyler yardımı ile tekne suya indirilir.

İndirilen teknenin baş kısmı, rüzgârın geliş yönüne döndürülerek, yelkenin sağdan veya soldan rüzgar alması önlenir.

Sporcu teknenin dümenini taktıktan sonra, teknenin içerisine binerek, salmasını takar ve iskotasını toplayarak, denize açılır.



10. TEKNEYİ KARAYA ALMA

KARAYA YANAŞMA



Yelkenli teknenin karaya dönerken, yanaşacağı yerin derinliği çok önemlidir.

Karaya yaklaşırken, iskele ya da kıyı şeridine direk inilecekse, farklı yaklaşımlar söz konusudur.

Kıyıya yakın yerlerde sığlıklar ya da kaya parçaları olabilir. Bunu da göz önüne alarak, yanaşırken mutlaka, yeterli ölçüde salmamızı yukarı çekmemiz gerekmektedir. Daha sonra, teknemizi Rüzgâr üstüne döndürerek, yelkene gelen rüzgârı azaltırız

ve teknemiz yavaşlar. Teknemiz yavaşladığı zaman, diz hizasında, teknedan inerek, dümenimizi çıkartırız. Tekneyi karaya alırken, mutlaka bumba altında yer alan şakılımızı çıkartarak, yelkeni rahatlatmalıyız. İskelele yanaşılacaksa, yelkenli tekne iskelenin rüzgâr altına gelerek, önce yelkene gelen rüzgâr azaltılır, sonra salma yeterli miktarda yukarı çekilerek, düşük bir hızda iskelele yanaşılır. Burada, teknenin hızını ayarlamak önemlidir. Çok süratli gelinirse, tekne iskelele çarpabilir.

11. TEKNE BAKIMI

Yelkenli tekne bakımı, diğer konular kadar oldukça önemlidir. Yelkenli teknelerde denizden dönükten sonra mutlaka, gerekli malzemelerin bakımını yapmak zorundadır. Bu bakımı yapılmadığı takdirde, malzemeler tuzlu su, güneş ve rüzgârın etkisi gibi faktörlere maruz kalarak, yıpranacaktır. Bundan dolayı, malzemelerin bu etkilere maruz kalmaması için korunması gerekmektedir.

Genel olarak, tekne ve yelkenlerin kullanıldıktan sonra tatlı suyla yıkanması ve hatta teknenin bir sünger yardımı ile içerisindeki su alınarak, kuru bırakılması gerekmektedir. Teknenin kullanılmadığı zamanlarda, güneş ışınlarına maruz kalmayacak şekilde ya branda ile örtülmeli ya da kapalı bir yerde muhafaza edilmelidir.

Yelkenler ise denize çıkılmayacaksa, düzgün bir şekilde katlanıp, torbasında muhafaza edilmelidir.

