



UÇURTMA SÖRFÜ TEMEL EĞİTİMİ US1

EĞİTİM KİTAPÇIĞI



İÇİNDEKİLER

1) PRPGRAMIN SEVİYESİ.....	2
2) PROGRAMIN UYGULANMASI İLE İLGİLİ AÇIKLAMALAR.....	2
3) ÇEVRE DEĞERLENDİRMESİ.....	3
4) TEMEL UÇMA BECERİSİ - UÇURTMAYI KURMAK VE HAVALANDIRMAK....	4
5)UÇURTMAYI UÇURMAK - TEMEL BODYDRAG - KONTROLLÜ BODYDRAG...	5
6) KENDİ KENDİNE KURTARMA TEKNİKLERİ.....	6
7) TPROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ VE GEREÇLERİ.....	7
8) EĞİTİM YAPILACAK YER.....	8
9) EĞİTİME ÇIKILACAK OLAN MALZEMELERİN DURUMU.....	8
10) KAYNAKÇA.....	9



1) PROGRAMIN SEVİYESİ

Bu programa yüzme bilen 30 kilo ve üzerindeki bireyler katılabilir.

- Bu program ile kursiyerlerin;
- Uçurtma Sörfü ekipmanları bilgisini (uçurtma, board, bar, kişisel ekipmanlar),
- Eğitim ve LEI (Şişirilebilir) uçurtmaları uçurma becerisini,
- Kurtarma teknikleri ve güvenlik bilgisini,
- Çevre bilgisi ve değerlendirmesini,
- Rüzgâr Penceresi Kavramını ve rüzgâr etkilerini,
- Uçurtmayı yardımcı karadan kaldırma indirme tekniklerini,
- Rüzgâr ve hava hakkında bilgileri,
- Gelgit ve akıntılar hakkında bilgileri,
- Geçiş üstünlükleri ve plaj kurallarını kavramış olmaları beklenmektedir.



2) PROGRAMIN UYGULANMASI İLE İLGİLİ AÇIKLAMALAR

- Uçurtma sörfü ekipmanlarını tanıyan, temel seyirler prensibini bilen, güvenlik konularına hâkim, uçurtma sörfçülüğünde gerçekleştirilen her türlü temel hareketi usta nezaretinde (kılavuz denetiminde) yapabilme becerisi kazanmış sörfçüler yetiştirmeyi amaçlayan bu programın uygulanmasında;
- Kursu müracaat edenlerin yüzme bilmeleri ön koşuldur. 18 yaşından büyük olanlar yüzme bildiklerini yazılı olarak beyan ederler. 18 yaşından küçük olanları bildiklerine ilişkin velilerinden yazılı beyan alınır.
- Program sürecinde, kuramsal konularla birlikte uygulama da yapılacaktır. “Kuramsal” ve “Uygulamalı” başlıklar altındaki konular, kendi içlerinde birbirinin ön şartı olacak şekilde sıralanmıştır. Bu nedenle programın bu ana başlıklar altındaki sıralamasında yer değişikliği yapılmayacaktır. Ancak uygun görüldüğü takdirde uygulamalı konular, kuramsal konularla birlikte de verilebilir.



US-1 | Uçurtma Sörfü Eğitimi

- Programın önemli bir bölümünün fiilî deneyimler olarak tasarlanması nedeniyle eğitime başlayan her kursiyer egitim.tyf.org.tr üzerinden söz konusu eğitime kayıtlıdır ve kurs sonunda sertifikası elektronik olarak oluşturulur.
- Uygulamalı dersler uçurtma sörfü malzemeleri ile yapılacak ve kursiyerlere de aktif görevler verilecektir. Uçurma becerisini tam kazanmamış katılımcılar board ile sürüş aşamasına geçirilmemelidir.
- Kuramsal konuların öğretiminde anlatım, soru-cevap, problem çözme, yaparak-yaşayarak öğrenme gibi yöntem ve tekniklerin yanı sıra, sınıfta sunumları ile birlikte tartışma, beyin fırtınası gibi kursiyer katılımını da esas alan interaktif öğretim yöntem ve teknikleri de kullanılacaktır. Ayrıca çeşitli bilgisayar programlarından, animasyonlardan, resimler ve benzeri araçlardan yararlanılacaktır.
- Kurs esnasında gerektiğinde alanında uzman kişiler eğitim ortamına davet edilerek görüşlerinden yararlanılacaktır.
- Kursta özellikle can emniyeti konusu üzerinde hassasiyetle durulacaktır. (Emniyeti sağlayacak kask, yüzdürücü, ip kesici (Line Cutter), güvenlik kayışı (Safety Leash) vb. ekipmanların kullanımının önemi vurgulanacaktır.)

A) ÇEVRE DEĞERLENDİRMESİ

- Su
- Tehlikeler
- Diğer kişiler
- Çevre



US-1 | Uçurtma Sörfü Eğitimi

B) TEMEL UÇURMA BECERİSİ

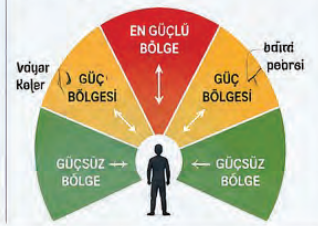
- Eğitim uçurtması (2 ve 4 ipli ve güvenli)
- Rüzgar penceresi
- Rüzgar etkileri
- Kurulum, güvenlik, ekipman terminolojisi
- Havalandırma teorisi ve işaretler
- Yönlendirmek
- Uçurma becerileri



• Eğitim uçurtması (2 ve 4 ipli ve güvenli)



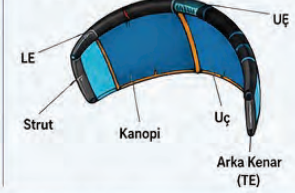
• Rüzgar penceresi



• Rüzgar etkileri



• Kurulum, güvenlik, ekipman terminolojisi



C) LEI (ŞİŞİRİLEBİLİR) UÇURTmayı KURMAK VE HAVALANDIRMAK

• Uçurtma şişirmek



• Güvenli taşıma ve park



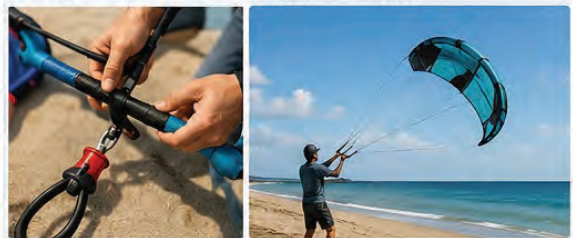
• İpler



• Bar terminolojisi ve güvenlik



- Uçurtma şişirmek
- Güvenli taşıma ve park
- İpler
- Bar terminolojisi ve güvenlik
- Bağlantılar
- Havalandırmak
- İndirmek

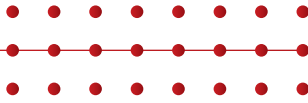


• İndirmek



D) LEI(ŞİŞİRİLEBİLİR) UÇURTmayı UÇURMAK

- Havada tutmak ve ayarlar
- Uçurtmadan kurtulmak
- Yeniden havalandırmak
- Uçurtmayı almak ve vermek
- Rüzgar üstüne yürümek



E) TEMEL BODYDRAG (UÇURTMANIN GÜCÜNÜ KULLANARAK VÜCUT SÜRÜŞÜ)

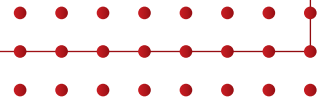
- Rüzgar altına ve tek yöne doğru uçurtmaya güç kazandırarak vücut sürüşü.



- Yana doğru güç artırıp azaltarak vücut sürüşü.



- Rüzgar altına ve tek yöne doğru uçurtmaya güç kazandırarak vücut sürüşü.
- Yana doğru güç artırıp azaltarak vücut sürüşü.



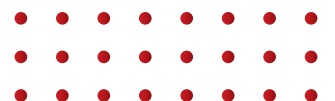
F) KONTROLLÜ BODYDRAG

- Rüzgar altına ve tek yöne doğru uçurtmaya güç kazandırarak vücut sürüşü.
- Yana doğru güç artırıp azaltarak vücut sürüşü.

- Board'u kurtarmak amacıyla rüzgar üstü ve altında her iki yöne doğru vücut sürüşü.

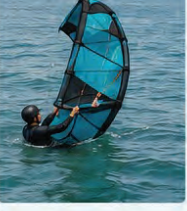


- Dengeli oturuşta vücut kontrolü.



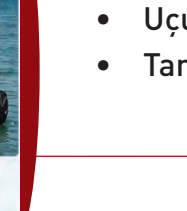
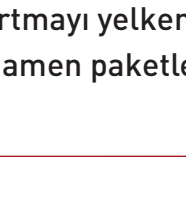
G) KENDİ KENDİNE KURTARMA TEKNİKLERİ

- Uçurtmayı yelken olarak kullanmak



- Tamamen paketlemek



- Havayı boşalt
- Kanatları katla
- Rulo yap
- Sabitte

- Uçurtmayı yelken olarak kullanmak
- Tamamen paketleme

H) SU, PLAJ VE HAVA HAKKINDA

- Geçiş üstünlükleri
- Plaj kuralları ve etiği
- Rüzgar etkileri
- Gel git

- Geçiş üstünlükleri



- Plaj kuralları ve etiği



- Rüzgar etkileri



- Gel git



- Hava olayları



I) BOARDA GİRİŞ

- Boardu taşımak



Boardu ipleri ve ekipmanlardan ayrı şekilde taşıyın.

- Board Ayarları



Kendi konforunuza göre ayarlayın.

- Boardu giymek ve çıkarmak

- Giymek



- Çıkarmak



- Tavsiyeler



- İlk boarda çıkış



US-1 | Uçurtma Sörfü Eğitimi

1) İLK SÜRÜŞ

• Sürekli güç üretebilmek ve azaltabilmek.



Uçurtmayı saat 11 veya saat 7'e getirin, güç azalır.

Uçurtmayı zemine yakınlaştırmak, güç artırır.

Uçurtmayı saat 11 veya saat 7'e getirin, güç azalır.

• Kontrollü sürüş



Rüzgar altına sürüş

Upwind (rüzgar üstüne) sürüş

Rüzgar üstüne geçiş

Yön değişimi (karşı tarafa geçiş)

• Durmak



1. Uçurtmayı saat 11 veya saat 7 pozisyonuna getirin.

2. Hızınızı azaltmak için kenarınıza yüklenin ve geriye yaslanın.

3. Boardu rüzgara döndürerek sürtünmeyi artırın.

4. Uçurtmayı yavaşça indirin ve tamamen durun.

İPUÇLARI

- Gözlüğünüz yönünüzde, omuzlarınız rahat olsun.
- Barı yumuşak hareketlerle kontrol edin.
- Dengede kalın, ayaklarınızı doğru pozisyonda tutun.
- Her zaman rüzgar yönünü ve çevrenizi kontrol edin.

GÜVENLİK HER ZAMAN ÖNCELİĞİNİZDİR

Kontrol sizde olduğu sürece sürüş keyiflidir. Her zaman kendi seviyenize uygun koşullarda pratik yapın.

3) TPROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ VEGEREÇLERİ

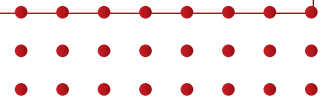
- 3 boyutlu Rüzgar Penceresi Modeli,
- Board,
- Uçurtma (Eğitim uçurtması ve LEI (şişirilebilir uçurtma),
- Koruyucu yelek,
- Kask,
- Trapez,
- Kurtarma botu (Sahilden açığa veya sahile paralel esen rüzgarlarda mecburi).



4) EĞİTİM YAPILACAK YER

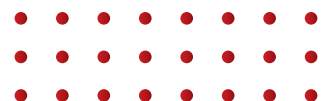


- Uygulamalı eğitim yapılacak yerin; suda bulunan kursiyerleri rahatça gözetleyebilecek, tehlikeli durumda olanların farkına varılıp yardım gönderilebilecek bir yerde olması gerekir.
- Kurs merkezinde gerek gözetleme gerekse güvenlik sağlamak için mevzuatlara uygun bir kurtarma botu hazır bekletilmelidir.
- Kursiyerlerin yaş ve ağırlıklarına göre yeterli miktarda uygun uçurtma ve board bulunması gerekir.



5) EĞİTİME ÇIKILACAK OLAN MALZEMELERİN DURUMU

- Uçurtma kontrolünü sağlayan barda acil kurtulma güvenlik sistemi bulunmalıdır.
- Uçurtmalarda uçmayı engelleyecek bir hasar olmamalıdır.
- Uçurtma ve bar birbirlerine uyumlu olmalıdır.
- Board üzerinde sürüşü engelleyecek herhangi bir hasar bulunmamalıdır.
- Kullanılan trapezlerde güvenlik kayışı bağlama noktası, güvenlik kayışından kurtulma özelliği ve ip kesici (Line Cutter) bulunmalıdır.
- Kullanılan trapezlerde öğreticinin kursiyeri kontrol edebilmesi için emniyet tutamağı bulunmalıdır.
- Kullanılan boardlarda ortada sağlam bir tutamak olmalı ve en az topuk tarafındaki finleri eksiksiz olmalıdır.



6) ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME İLE İLGİLİ ESASLAR

- Kurs bitiminde eğitimci katılımcının bilgi ve becerisini hem teoride hem de pratik uygulamalar ile sınar. Yeterli bulunduğu takdirde öğrenciye Uçurtma Sörfü Temel Eğitim (US-1) Sertifikası verilir.

