



UÇURTMA SÖRFÜ İLERİ SEVİYE EĞİTİMİ US-3

1957

PROGRAMIN SEVİYESİ ve AMAÇLARI

Bu programa yüzme bilen 30 kilo ve üzerindeki bireyler katılabilir.

- Bu program ile kursiyerlerin;
- World Sailing ve IKA'nın (International Kiteboarding Association) belirlediği disiplinlerde kural, teknik ve taktikler hakkında ileri düzey bilgi ve sürüş becerisi edinmeleri
- Uçurtma sörfü kulüpleri ile "ulusal düzenleyici ve denetleyici" kuruluşları tanınmaları
- Uçurtma sörfünün seyre hazırlanması sırasında karada gerçekleştirilen teknik, taktik ve pozisyon uygulamalarını kuralına uygun olarak yerine getirmeleri
- Uçurtma sörfünün su üzerindeki seyri esnasında gerçekleştirilen çıkış, hızlanma ve dönüşle ilgili teknik, taktik ve pozisyon uygulamalarını kuralına uygun olarak yerine getirmeleri beklenmektedir.

PROGRAMIN SEVİYESİ ve AMAÇLARI

- Uçurtma sörfüne ait her türlü bilgi, iş ve işlemi çok iyi bilen ve gerektiğinde çok iyi öğretebilecek kadar uzmanlaşmış usta uçurtma sörfçüleri yetiştirmeyi amaçlayan bu programın uygulanmasında;
- 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.
- Uygulamalı dersler sörfü ekipmanları ile su üzerinde yapılacaktır.
- Eğitimlerde her 4 kursiyere Türkiye Yelken Federasyonu sertifikalı bir US5 Uçurtma Sörfü usta öğretici ya da bir US6 şef öğretici görevlendirilmelidir.

PROGRAMIN SEVİYESİ ve AMAÇLARI

- Kuramsal konuların öğretiminde anlatım, soru-cevap, problem çözme, yaparak yaşayarak öğrenme gibi yöntem ve tekniklerinin yanı sıra sınıfta powerpoint 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.
- Kursiyerin daha önceki eğitimleri sırasında deneyimlerini kaydetmeye başladığı “log defteri”, bu eğitim sırasında da kullanılmaya devam edilmelidir.
- Kursta özellikle can güvenliği konusu üzerinde hassasiyetle durulacaktır. US1 ile aynı US-3 IKA'nın kabul ettiği ve uyguladığı dallarda eğitim ve uygulamaları kapsar.

PROGRAMIN İÇERİĞİNİN DAĞILIMI

A-Serbest Stil

- Old school: Yüksek sıçramalar, board off hareketler, havada dönüşler, board tutuşlar, havada yön değiştirme

A SERBEST STİL

- **OLD SCHOOL**
- Yüksek sıçramalar
- Board off hareketler
- Havada dönüşler
- Board tutuşlar
- Havada yön değiştirme



YÜKSEK SİÇRAMALAR **BOARD OFF** **HAVA DÖNÜŞLER**

YARIŞMAYA GİRİŞ

Yarış kuralları ve heat düzeninde set oluşturmak

HEAT DÜZENİ ÖRNEĞİ




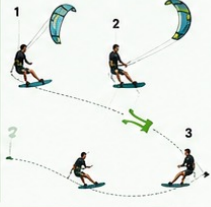
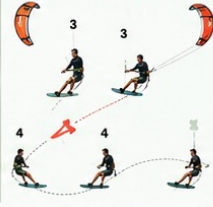


| | | | | |
|--------|----|----|----|----|
| HEAT 1 | 1A | 1B | 1C | 1D |
| HEAT 2 | 2A | 2B | 2C | 2D |
| HEAT 3 | 3A | 3B | 3C | 3D |
| HEAT 4 | 4A | 4B | 4C | 4D |

- En iyi 2 sonuç bir üst tura geçer.
- Finale en yüksek puanı toplayanlar kalır.

YARIŞ KURALLARI

- Öncelik hakkı rüzgâr üstündekindir.
- Geçişlerde mesafe bırak.
- Rakibin hattını kesme.
- Şamandıralara doğru yönden dön.
- Bitiş hattını geç.

PROGRAMIN İÇERİĞİNİN DAĞILIMI

| B | PARKUR YARIŞI | | | | | | |
|---|--|--|--|--|---|---|--|
| | TEMEL YARIŞ BOARDU SÜRÜŞ TEKNİKLERİ <ul style="list-style-type: none">Dengeli ve hızlı duruşRüzgarı verimli kullanmaSürekli hız korumaDoğru hat seçimiŞamandıra yaklaşımı ve çıkışı  | BOARD AYARLARI <ul style="list-style-type: none">FinlerStraplerMastKanat  | YARIŞ UÇURTMALARI VE UÇURTMA AYARLARI <ul style="list-style-type: none">Depower ayarıTrim ayarıHat uzunluklarıBar genişliğiUçurtma seçimi  | TACK 180° RÜZGÂR ÜSTÜNDEN DÖNÜŞ  | GYBE 180° RÜZGÂR ALTINDAN DÖNÜŞ  | START VE YARIŞ TAKTİKLERİ <ul style="list-style-type: none">Start pozisyonuHat seçimiRakip takibiŞamandıra dönüş taktikleriRüzgar değişimine göre strateji  | YARIŞMAYA GİRİŞ <ul style="list-style-type: none">Yarış türleriKayıt ve katılımMalzeme kontrolüHeat sistemiSkorlamaDisiplin ve sportmenlik  |

B-Parkur Yarışı

- Temel yarış boardu sürüş teknikleri,
- Board ayarları; Finler, strapler, mast ve kanat
- Yarış uçurtmaları ve uçurtma ayarları
- Tack;180 derece rüzgâr üstünden dönüş
- Gybe;180 derece rüzgâr altından dönüş
- Start ve yarış taktikleri
- Yarışmaya giriş

1957

PROGRAMIN İÇERİĞİNİN DAĞILIMI

C-Dalga Sürüşü

- Dalga board'u; Board ayarları, tack ve gybe
- Teknik sürüş; Tepe dönüşü, dip dönüşü ve dalgadan çıkış
- Dalga bilgisi ;Dalga nasıl oluşur (LSD), Oceanography
- Kırılmalar; Nokta, rif ve plaj
- Güvenlik; Güvenlik kordonu kullanımı ve kurtulma

C DALGA SÜRÜŞÜ

DALGA BOARD'U BOARD AYARLARI, TACK VE GYBE



- Fin ayarları
- Strap pozisyonu
- Ağırık merkezi
- Tack ve gybe teknikleri

TEKNİK SÜRÜŞ

TEPE DÖNÜŞÜ



DİP DÖNÜŞÜ



DALGADAN ÇIKIŞ



DALGA BİLGİSİ DALGA NASIL OLUŞUR (LSD)



WIND →

L (LONG) S (SWELL) D (DIRECTION)

Uzun rüzgar mesafesi büyük ve düzenli dalgalar oluşturur.

OCEANOGRAPHY

KIRILMALAR

NOKTA



RİF



PLAJ



GÜVENLİK

- Güvenlik kordonu kullanımı



- Kurtulma (self rescue)

1



2



3



4



GENEL GÜVENLİK KURALLARI

 Hava ve deniz durumu kontrol et

 Uygun ekipman kullan

 Kalabalıktan ve tehlikeli bölgelerden uzak dur

 Rüzgar üstü yönünde kurtulmaya çalış

 Yardıma ihtiyacın olursa sinyal ver

 Asla tek başına sörf yapma

 Eğitilmiş ol, kurallara ve doğaya saygı duy

7

PROGRAMIN 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).



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.

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 ve güvenlik kayışından kurtulma özelliği bulunmalıdır.
- Kullanılan trapezlerde öğreticinin kursiyeri kontrol edebilmesi için emniyet tutamağı bulunmalıdır.
- Kullanılan bordlarda ortada sağlam bir tutamak olmalı ve en az topuk tarafındaki finleri eksiksiz olmalıdır.

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 İleri Seviye Eğitim (US-3) Sertifikası verilir.

1957