# **SZAKEDZŐ MESTERKÉPZÉSI SZAK**

# **VITORLÁZÁS- SZÖRF SPORTÁG**

**A sportági elmélet szóbeli (20 pont) és írásbeli (20 pont) vizsga témakörei**

* A magyar vitorlázás és windszörfözés ( Techno 293, IQ Foil mint olimpiai event), Wingfoil, Formula Kiteboarding hazai történetének meghatározó eseményei, jelentős nemzetközi eredményei, meghatározó egyéniségei,
* Magyar Vitorlás Szövetség és Magyar Szörf Szövetség szervezeti felépítése, aktív osztályainak csoportosítása
* World Sailing, Nemzetközi Vitorlás Szövetség szervezeti felépítése, tevékenysége,
* EUROSAF, mint az Európai Vitorlás Szövetség fóruma,
* Olimpiai vitorlázás története, alakulása, aktuális olympiai osztályok s azok jellemzői, a vitorlás / windsurf / kiteboarding sportágban,
* Nevelő (ifjúsági) vitorlás/ windsurfing / kiteboarding osztályok bemutatása,
* Aktuális olympiai versenyszámok szükséges sportági profilja,képességek és készségek rendszerének kihívásai a vitorlázás és windszörfing sportágakban
* Vitorlázás versenyszabályainak alapcsoportjai
* A szél keletkezése, jellemzői, gyakori felhőfajták,
* Időjárási frontok alapjellemzői, értemezésük,
* Seebreeze, parti szél fogalma,
* Tengeri, óceáni áramlások,
* Hullámzások fajtái, jellemzői
* Vitorlázás, mint technikai sportág jellemzői,
* Windszörf, mint technikai sportág jellemzői,
* Vitorlázás, windsurfözés fizikai törvényszerűségei, aero és hydrodinamikai alaptételei
* Wingfoil, Kiteboarding technikai leírása
* HAJÓ (BOARD), RIG, VITORLA, EMBER, Természet összefüggései
* Vitorlázás /windszörfing/ kiteboarding versenyzésben az eredményességet meghatározó alapösszetevők
* A versenyvitorlázás egyénre, csapatra gyakorolt kihívásai
* Vizen járás biztonsági előírásai, vízből mentés, borult hajó mentése, önmentés
* Vízi edzés szervezési szempontjai,
* A versenyvitorlázás / windszörfözés / kiteboarding fizikális, koordinációs képzettségének alappillérei, s ezek gyakorlatainak csoportosítása,
* Mentális felkészülés, pedagógia, edzői gyakorlatának kihívásai a vitorlás, windszörf, kiteboarding sportágban.

**Ajánlott irodalom:**

* Sail to Win series: Lawrie Smith, Andrew Preece: Sailpower: The science of speed
* Jeremy Howard-Williams: Sails
* Marchaj : Aerodynamik und Hydrodynymik des Segelns
* Sail to Win series: Lawrie Smith and Ian Pinnell: Helming to win
* Dr. Dulin Jenő és Dr. Dulin László: Vitorlássport
* Hajómagazin különkiadás: Akiket a tenyerén hord a szél
* Tom Whidden and Michael Levitt: The art and science of sails
* Gladstone, B: Versenyvitorlázás taktika (THE).
* Vitorlás versenyszabályok (The Racing Rules of Sailing) World Sailing
* Rushall, M.: Tactics (RYA)
* Dulin J.: A magyar vitorlázás története (MVSZ)
* Magyar Vitorlás Szövetség - Nemzeti Vitorlás Képzési Program (NVKP)
* RYA Wing és Windsurfing handbook
* Pfenningberger O., Bedő I.: Szörf
* Lenkei Zsolt : Szörf könyv
* Thom Gilbert: Waves (Abrams, 2009)
* Sail to Win series : Sailpower, the science of speed
* Tóth Kálmán : Szélcsendben..., viharban
* Sportverlag Berlin 1977: SEGELN
* Foil oktató videók (Sam Ross)

**A sportági gyakorlati vizsgafeladat (30 pont)**

* + ***A gyakorlati eszköz kritériumai:***
		- végrehajtása uszonyos vagy maximum 30 lábas tőkesúlyos vitorláshajóval,
		- a hajó rendelkezzen az alapvitorlázatával,
		- vitorlázva kell a feladatokat végrehajtani, motorhasználat nélkül,
		- a gyakorlati vizsgán, a felvételi bizottság biztosít megfelelő hajót a felvételiző számára, azonban a felvételiző önkéntesen a fenti kritériumoknak megfelelő hajót hozhat magával.
		- Techno 293 windsurf komplett felszereltséggel (felvételi bizottság biztosítja, vagy a felvételiző önkéntesen hozhat teljes értékű windszörf, IQ Foil, Wingfoil , vagy Kiteboard felszerelést, s azzal mutatja be az előírt gyakorlatokat.
	+ ***A gyakorlati vizsga feladatai:***
		- A vitorla (vagy vitorlák) fel és leszerelése rendeltetésnek megfelelően,
		- Techno 293 szörfözésre kész összeszerelése,
		- IQ Foil, Wingfoil, vagy Kiteboard parti, vízreszállásra kész összeszerelése
		- Manőverek vitorlással, windszörffel vagy Kiteboarddal, Wingfoillal
			* kikötőhely elhagyása (motorhasználat nélkül)
			* bójákkal körül határolt területen a következő gyakorlatok végrehajtása:
				+ vitorlás, windszörf vagy Kiteboard, Wingfoil alapmanőverek biztonságos végrehajtása alapvitorlázattal, vitorlás esetében kormányosi helyzetben

fordulás, perdülés

elindulás, megállás

bójára-állás,

bójakerülés

motoroshoz állás

* + - Hajóvezetés, board vezetés
			* + élesedés,
				+ leejtés,
				+ tolatás
				+ kikötés a kijelölt a kikötőhelyen (motorhasználat nélkül)
				+ motoros vezetése kísérővel, a felvételiző bemutatja milyen szinten áll a motoros kisgéphajó irányításában (a felvételi vizsgán, NEM kritérium a motorosvezetői engedély).