



JEDRILIČARSKI KLUB

„ZENTA SPLIT“

21000 Split, Cvijetna 1
Žiro : 2360000-1101466002
MB 1516086
OIB 19677501761
Tel/fax: 388 - 996, 389 - 277
e-mail: jkzenta@inet.hr
www.jkzenta.hr

PLAN I PROGRAM ŠKOLE JEDRENJA

Plan škole jedrenja je osmišljen na način da je podijeljen na dvije cijeline:

- 1. Opća škola jedrenja**
- 2. Natjecateljski program**

ŠKOLA JEDRENJA

Dolje navedene vještine obuhvaćaju opću školu jedrenja, odnosi se na djecu od 7 do 11 godina. Škola traje 3 mjeseca te po završetku škole organizira se pokazni ispit nakon kojeg polaznicima se uručuju diplome. Ovisno o usvojenim znanjima i vještinama polaznik nastavlja jedriti unutar natjecateljskog programa .

- Osnove jedrenja (teorijska nastava)
- Upoznavanje s jedrilicom klase Optimist i klase G-70 (teorijska nastava)
- Osnove sigurnosti na moru (teorijska nastava)
- Demonstracija jedrenja starijih Optimista (sa polaznicima u jedrilici)
- Opremanje jedrilice klase Optimist
- Porinuće i ukrcavanje u jedrilicu sa pontona te njezino vađenje
- Prvo jedrenje u jedrilici (s vjetrom u bok - mezonava)
- Jedrenje s vjetrom u bok (mezonava) sa okretom oko bova
- Kutovi jedrenja u odnosu na vjetar (teorijska nastava)
- Jedrenje s vjetrom u pramac (u orcu)
- Letanje (viravanje)
- Jedrenje s vjetrom u krmu
- Kruženje (polabandavanje)
- Osnove regatnih pravila, izbjegavanje sudara na moru (teorijska nastava)
- Jedrenje u paru (dva optimista)
- Vezivanje uzlova (mornarske vještine)
- Održavanje jedrilice, jedara i opreme (teorijska nastava)
- Jedrenje na krstašu
- Prevrtanje i ispravljanje jedrilice
- Jedrenje oko bova (orca - mezonava - krma)
- Snimanje jedrenja polaznika, analiza snimljenog materijala
- Vjetrovi na jadraniu (teoriska nastava)
- Regata (flotno)
- Jedrenje sa RU jedrilicom G-70

-
- Priprema za ispit
 - Polaganje ispita (teorija, vezivanje uzlova, jedrenje oko bova)
 - Svečana podjela diploma

NATJECATELJSKI PROGRAM

Natjecateljski program se odnosi na jedriličare koji su uspješno savladali početnu stepenicu škoje jedrenja a koja traje najmanje tri mjeseca.

Ovisno o talentu djeteta u natjecateljski program se može i ranije uključiti ali pod uvjetom da je prošlo sve cjeline obuke definirane u programu škole jedrenja u našem ili nekom drugom klubu.

Uključenje u natjecateljski program bi trebalo shvatiti kao selekciju, nabavlja im se oprema, rade po posebnom individualnom programu, a odluku kada se neko djete može prebaciti u ovaj program donosi trener uz suglasnost članova Stručnog savjeta za male klase.

Aktivnosti koje se provode u okviru natjecateljskog programa:

- Intenzivniji treninzi na moru odnosno obavljanje treninga na moru u širem spektru uvjeta nego što se to radilo u školi jedrenja,
- Treninzi na moru su više podređeni određenim temama kao što su vježbanje manevara, startanje, odabir strane polja, taktika, brzina broda i sl.
- Pored obuke na moru ovaj program obuhvaća i fizičke pripreme na kraju u terminima treninga koje obuhvaćaju učenje rastezanja, aerobne i anaerobne vježbe i sl.
- Teoretska obuka na kraju u terminima treninga kada uvjeti nisu prikladni za jedrenje uključuje učenje regatnih pravila, regatne taktike, strategije, psihičku pripremu i sl.
- Sudjelovanje na regatama različitih kriterija tijekom kojih se obavezno nakon svakog boravka na moru obavlja večernji sastanak na kojemu se komentiraju dnevni rezultati svakog od natjecatelja
- U jednom tjednom večernjem terminu se organizira virtualna klubska trening regata putem računalnog on-line programa Virtual skipper prilikom koje se svi članovi kluba natječu prema unaprijed određenim pravilima iz svojih domova
- Sudjelovanje na regatama krstaša kao članovi posade klubskih brodova kada to uvjeti za jedrenje dozvoljavaju
- Sudjelovanje prilikom realizacije regata krstaša, malih klasa ili modela kao pomoćni članovi regatnog odbora a koje organizira matični klub

Natjecateljski program obuhvaća jedrenje u klasama optimist, laser 4.7, laser radial i laser standard.