

VITORLÁZÁS 4-6. OSZÁLYOS DIÁKOKNAK

2025



BEVEZETÉS A VITORLÁZÁSBA

SZAKKÖRI FOGLALKOZÁS KERETÉBEN

JAVASLAT BUDAPESTI ÁLTALÁNOS ISKOLÁK SZÁMÁRA



BEVEZETÉS A VITORLÁZÁSBA SZAKKÖRI FOGLALKOZÁS KERETÉBEN

A vitorlázás a legösszetettebb sportágak egyike. Fizikai értelemben erőt és kitartást, technikai sportág lévén ügyességet követel, és mindezek mögött szellemi kihívást rejteget. Aki jól akar vitorlázni, meg kell ismernie a szél és a víz mozgásának sajátosságait, fizikát, meteorológiát.

De ami mindezeknél fontosabb: vitorlázni klassz!

A hajó repül a víz felett, süt a nap, a vízpermet hűti az arcodat. Olyan mozgás, szabadidős tevékenység, amelyet mindenki űzhet, korra, nemre, fizikai adottságoktól való tekintet nélkül.

A Vitorlázó Gyermekéért Egyesület (VGYE) immár két évtizede hozza el ezt az élményt a gyerekeknek. Nemcsak élversenyzőket nevel (a klub tavaly óta már ifjúsági magyar bajnok vitorlázóval is büszkélkedhet), hanem ennél sokkal

fontosabb, hogy évente több száz lánynak és fiúnak tanítja meg a sportot és ezzel együtt a természet szeretetét. A VGYE a Magyar Vitorlás Szövetség szakmai felügyelete alatt működő Vitorlás Suli Program tagja, megfelel az évről évre megújítandó minőség-biztosítási kritériumoknak.

A foglalkozások jelenleg két helyszínen zajlanak: Budapesten a Lágymányosi öbölben (tavasszal és ősszel), illetve a Balatonon, a káptalanfüredi VGYE Dingi Kikötőben.

Foglalkozásaink keretében néhány budapesti általános iskola 4-6. osztályos diákjai immár három éve ismerkednek a sportággal és többen nyári táborainkat is kipróbálták. Jelenleg a VGYE versenycsapatában az elmúlt három évből öt gyermek vitorlázik versenyszerűen. Várunk titeket is a vízén!



VITORLÁS OKTATÁS JELLEGE, IDŐTARTAMA

A foglalkozások jellege

A foglalkozásokra hétköznap délután, szakköri jelleggel kerül sor a Kopaszi gáton található egyesületi bázison. A jelentkezés önkéntes, általában két osztályból egy időben 12-14 fős csoportokban érkeznek a gyerekek az iskolából. A gyerekek egyidejű maximális létszáma 14 fő.

A foglalkozások időpontja és időtartama

Az edzéseket április közepén kezdjük. A jelentkezői létszámtól függően heti egy, vagy két edzést tudunk tartani az iskolai csoportoknak. Az edzések időtartama kb. 2 óra, amely nem tartalmazza az iskolától az edzés helyszínére történő szállítást oda-vissza kisbusszal.

**Indulás 14.00 órakor,
visszaérkezés kb. 18.00-kor.**

Szakköri foglalkozások a második félévi órarendhez igazítva minden héten szerdán és csütörtökön vannak. Egy iskola heti egy alkalmat tud foglalni. Választható időpontok:

Hónap	Alkalom	Szerda	Csütörtök
Április	3 alkalom	16., 24., 30	17, 25., 31.
Május	4 alkalom;	7., 14., 21, 28,	8., 15., 22., 29.
Június	3 alkalom	4., 11., 18.,	5., 12., 19.,
Összesen:	10 alkalom/	második félév	



VITORLÁS SZAKKÖR, EDZÉSEK TEMATIKÁJA

Az edzősorozat végére a gyerekek megtanulják vitorlásaikat önállóan felszerelni, vízre tenni, biztonságosan kormányozni, elindulni, kikötni, és alapszintű manővereket végrehajtani. Tudni fogják a legfontosabb csomók megkötését, a biztonságos „vízenjárás” legalapvetőbb szabályait, elsajátítják a hajókezelés alapelveit. Alapszinten megismerkednek a meteorológiával, a szél keletkezésével és tulajdonságaival, a vitorlások mozgásának fizikai (aero- és hidrodinamikai) alapelveivel, a szabályokkal és a vízi „KRESZ” alapjaival.

Mindezt játékosan, szakképzett edző irányítása mellett, a biztonság szem előtt tartásával. Aki pedig kedvet kap a sportághoz, az a VGYE nyári táboraiban a Balatonon továbbléphet, és magasabb szintre emelheti tudását.

Egy-egy edzés a következő részekből áll:

- Elméleti bevezetés, a napi edzésterv ismertetése, megbeszélése
- Hajók felszerelése
- Bemelegítés
- Egyéni felkészülés (öltözés) a vízre menetel előtt
- Hajók vízre tétele

- Vízi edzés
- Hajók kivétele és leszerelése
- Átöltözés
- Az edzés megbeszélése

Sporteszközök és felszerelés

A diákok számára az edzéseken Laser Pico oktatóhajókat biztosítunk. Ezek a kétszemélyes jollék a világon jelenleg talán legelterjedtebb oktatóhajók, amelyeken a vitorlázópalánták elsajátíthatják a sportág alapjait.

Az edzéseket szakképesítéssel rendelkező edző vezeti és egy gyakorlott segédedző támogatja. A lebonyolításhoz és mentéshez szükséges motorost minden engedéllyel az egyesület biztosítja.

A szükséges mentőmellényeket a gyerekek a helyszínen kapják meg, nekik csak sportruházatot kell hozniuk. Az ajánlott felszerelésekről a jelentkezőknek részletes tájékoztatást adunk.

VITORLÁZÁS 4-6. OSZÁLYOS DIÁKOKNAK

2025

JAVASLAT A LEBONYOLÍTÁSRA ÉS EGYÜTTMŰKÖDÉSRE

A toborzást az iskola végzi, az ehhez szükséges anyagot (elektronikus szórólap) biztosítjuk. Első körben azt javasoljuk, hogy a lehetőséget a második félév elején a 4-6. osztályosok számára hirdessük meg aszakköri foglalkozásokat.

A gyerekek szállítása ügyében egyeztetés szükséges, - két nyolcfős kisbusszal ez megoldható - amihez az egyesület egy nyolcfős kisbusszal rendelkezik.

A FOGLALKOZÁSOK A KÖVETKEZŐKET TARTALMAZZA:

Kisbuszos szállítás 8 főig (XI, XII, II. XII. ker Kopaszi gát, oda-vissza): 12.000 Ft/alkalom

Hajók és felszerelés bérleti díja: 45.000Ft/alkalom

Edző és mentőmotoros üzemanyag: 10.000 Ft/alkalom

Edzői díj 25.000 Ft/alkalom

Segédedzői díj 10.000 Ft/alkalom

Részvételi díj/gyermek: 72.000 Ft

**

*Hiányzás esetén a kihagyott edzés egyeztetés után egy másik csoportban pótlható.

** 14 fős csoport esetén

A szakköri Vitorlás Kóstoló Napon minden iskolásnak – függetlenül attól, hogy járt-e a szakkörre – biztosítjuk a lehetőséget, hogy kipróbálhassa a vitorlázást. Ugyanekkor a szakkörös gyerekek szülei is megnézhetik, mit tanultak a csemetéik. Óriási közös bulival zárjuk a sorozatot! AZ utolsó ajánlott edzésnap 2025. június 18. vagy 19.

Náray Vilmos
programvezető
vitorlás edző

Náray Richárd
VGYE elnök





VITORLÁZÁS 4-6. OSZÁLYOS DIÁKOKNAK

2025



RS Feva Flottabajnokság
2017 Alsóörs

INFORMÁCIÓ +36 20 973 1633 | RICHARD.NARAY@VGYE.HU | VGYE.HU | FACEBOOK.COM/RSFEVAHUNGARY/
PROGRAMVEZETŐ: +36 20 369 2126 | NARAY@LIVEPR.HU