

ZWIĄZEK HARCERSTWA POLSKIEGO

Chorągiew Harcerzy w

Hufiec

SPRAWNOŚĆ WĘDROWNICZA „SURFING”



PROTOKÓŁ PRÓBY

Druh

Data urodzenia Stopień

Przydział służbowy Funkcja

Jest dopuszczony do odbycia próby przed komisją Hufca

Rzeczoznawca:

E-mail:

Kwalifikacje:

Data Podpis dopuszczającego

Wymagania	Ocena	Podpis i data
- Posiada sprawność wędrowniczą “Pływaka” i przepłynie 200m stylem klasycznym. - Lubi uprawiać sporty wodne na fali. Bodyboarding, Surfing, surfski lub bodysurfing, - Zna historię surfingu - Opowie, gdzie i jak się zaczął sport surfingu i jakie były jego etapy od początku do dzisiejszych czasów. - Wie jakie są turnieje światowe w surfingu i opowie o jednej osobie, która brała udział w mistrzostwach świata. - Wie jaka organizacja surfingu działa w kraju zamieszkania. - Wytlumaczy, gdzie i pod jakimi warunkami są fale na surfing w Polsce. - Zwraca uwagę na bezpieczeństwo w wodzie. - Potrafi rozpoznać fale, które są groźne do pływania. Wyjaśni i pokarze, jak pływać bezpiecznie na fali. - Wie, dlaczego powstają prądy odpływowe (rips), jak je rozpoznać i jak z nich wypłynąć. - Zna kulturę jazdy; Pierwszeństwo, „Dropping in”, paddling itp. - Rozumie w jakich warunkach fale są niebezpieczne. - Wie, jak się chronić przed słońcem i zimną wodą. - Wie, jak stosować pierwszą pomoc w wypadkach - Uderzenia deską - Przecięcie lub skaleczenie przez pletwę (fin). - Ataku rekina - Ukąszenie przez osy morskie, meduzy (marine stingers) itp. - Skaleczenia rafą koralową - Wie, jak wskazać innym ze potrzebuje pomocy w wodzie. - Przedstawi, jak tworzą się różne fale i wyjaśni jaki wpływ mają		

a. wiatry lokalne i dalsze, b. kształt dna i brzegu, c. przyływ i odpływ, d. pora roku.		
6. Sprzęt a. Ma deskę do surfingu i wie jak o nią dbać. b. Wyjaśni jakie są różne deski do surfingu i na jakie fale pasują. c. Wskaże różne części na desce i jak one pomagają w surfingu; krawędzie (rails), dziób (nose), stateczniki (fins), ogon (tail), leash, pokład, stringer, rocker. d. Wie jaki wosk używać na różne temperatury wody i jak przygotować deskę do surfingu. e. Wykona małe naprawy deski.		
7. Pokaże, że umie prawidłowo wykonać na średnich falach: a. Wypływ poza fale b. Złapać "zieloną" fale. c. Obrót na dole fali (bottom turn) d. Trimming i carving e. Kierować deskę w okół innych w wodzie. f. „Duck dive” lub „turtle roll”		

Do wypełnienia przez przewodniczącego komisji

Do Hufcowego Hufca Harcerzy

Na podstawie odbytej próby z wynikiem

Proszę o przyznanie sprawności wędrowniczej SURFING

Druhowi

Data

Podpis przewodniczącego komisji

Sprawność przyznano Rozkazem Hufca L..... z dnia

Data

Podpis hufcowego