

## <<<11.BÖLÜM>>>

### **XI-YAZ KAMPLARI YAZ KAMPI**

#### **YAZ KAMPINDA BİR GÜN**

Baharda yaz kampının haberini alır almaz hemen hazırlıklara başlar, obanla bir araya gelir bu harika olayın planlanmasını ve organizasyon yapmaya koyulursun.

Oymak kampı izcilerce gerçekleştirilen, izciliğin tam anlamı ile yaşandığı bir yaz kampıdır ve oymaktaki tüm arkadaşlarının liderin ve lider yardımcınla birlikte kamp yapması anlamına gelir. Oymak alanında her oba ayrı bir birimi oluşturur. Obanın kendi çadırları, kendi mutfağı vardır. Obanın liderliğini obabaşı yapar. Yaz kampının nasıl geçeceğini merak mı ediyorsun? Öyleyse gözlerini kapat ve kendini kampta düşün...

#### **YAZ KAMPINDA SABAH**

Arkadaşlarınla birlikte yeni ve heyecanlı bir güne başlıyorsun, çadırının kapısından başını uzatıyor ve masmavi gökyüzünde gülümseyen güneşi görüyorsun. Hemen yatağından fırlayıp sabununu, havlunu kapıyor sabah temizliği için arkadaşlarına katılıyorsun. Birkaç dakika sonra yine çadırındasın. Çadırındaki eşyalarını düzelterip, battaniyeni ya da uyku tulumunu havalanması için dışarıya koyduktan sonra giyiniyorsun. O günün oba aşçıları sesleniyor "Kahvaltı hazır" hemen koşuyorsun çünkü açlıktan miden kazanıyor. Kahvaltıdan sonra işe koyuluyorsun.

Kampınız temizlenip, düzenlenmeli. Bu işi çabucak bitiriyorsun. Sabah teftişini yapmak üzere gelen oymak liderleri karşıda göründü. Oban günün onur bayrağını aldı. Bunun böyle olacağını zaten biliyordun. Sen ve oymağın bayrak direğinin etrafında toplandınız. Ay yıldızlı al bayrağın yavaş yavaş masmavi gökyüzünde yükselirken gözlerinle onu izliyorsun.

#### **TÖRENDEN SONRA**

Günün etkinlikleri için artık hazırsın. Önce yapılacak bazı işler var, oban kamp yerine bir kaç tesisin daha eklenmesine karar verdi. Bir çamaşır ipinin gerilmesi ve aşçıların işini kolaylaştıracak yüksek bir ocağın yapılması gerekiyor. Herkesin birlikte çalışması ile işler hemen bitiyor. Sırada ne var? Belki de bu gün obanla bir macera yaşamayı planladınız. Nasıl bir macera olacak bu? Şu antik yolda bir araştırma gezisi mi? Hayvanları, kuşları, kaya ve mineralleri inceleyeceğimiz bir doğa yürüyüşü mü? Yoksa arazide harita ve pusula ile yön bulma yarışması mı? Şimdi çabuk ol. Yüzmeye çağırıyorlar. Serin suya atlayıp arkadaşınla, yüzmek ve dalış yapmak ne muhteşem bir duygu. Hop suyun yüzüne! Ve tekrar dibe! Yine arkadaşın ve az sonra tekrar suya dalıyorsun... Dünya ne güzel! Haydi, herkes dışarıya ve birkaç dakika sonra yemek çağırısı! Oba aşçıları yaptıkları işle övünüyorlar. Yaptıkları yemeğin her lokması büyük bir iştahla yenilip yutuluyor.

#### **YAZ KAMPINDA ÖĞLEDEN SONRA**

Öğleden sonra da yapılacak çok şey var. İzcilik becerileri, belki biraz okçuluk ya da odunculuk ve sonra elbette yine yüzme. Yalnızca yüzme de olmayabilir. Belki de bu öğleden sonra seni obalar arası yüzme, hayat kurtarma, kano kullanma gibi yarışları içeren heyecanlı spor olayları bekliyor.

## **AKŞAM YEMEĞİ**

Şimdi akşan yemeğini hazırlama zamanı görev listesine bakıyorsun. Ateş yakma, su taşıma görevi takım arkadaşlarıyla birlikte senin. Bir başka grupta yemeği pişirecek.

## **GÖREV LİSTESİ**

Şimdi akşan yemeğini hazırlama zamanı görev listesine bakıyorsun. Ateş yakma, su taşıma görevi takım arkadaşlarıyla birlikte senin. Bir başka grupta yemeği pişirecek.

Günler: Pazartesi Salı Çarşamba Perşembe Cuma

Görevler:

Aşçı; Ali Mehmet Ayşegül Pınar Semih

Temizlikçi; Orçun Necla Salih Osman Özge

Ateşçi ve Sucu; Kemal Can Betül Alp Aslı

Akşan yemeği günün en önemli yemeği ve güzel dostluklar için iyi bir fırsat, akşan yemeğinden sonraki temizlikten sonra tüm oymak bir saatlik bir eğlence için bir araya gelecek. Henüz hava tam anlamı ile kararmadı, arkadaşlarıyla voleybol oynamaya ne dersin?

## **KAMPTA AKŞAM**

Hava kararıyor, kamp ateşi başlamak üzere...

Kamp Ateşi: Dünyada, ateşin etrafından arkadaşlarıyla bir halka haline oturup oynasan alevleri seyrederek geçirdiğin güzel zamanlarla kıyaslayabileceğin başka ne var? Kamp ateşinin alevleri yükselirken kamp ateşinden sorumlu lider eğlencenin ve ciddiyetin bir karışımı olan programı başlatıyor. İzciler özel yeteneklerini sergiliyorlar. Her oba gösterisini sunuyor. Bir kaç kamp ateşi oyunu oynanıyor, şarkılar söyleniyor. Ateş yavaş hızını kaybederken neşeli şarkılar yerlerini daha ağır daha yumuşak daha içli olanlara bırakıyor.

Haydi, izciler, haydi izciler

Tatlı uykuya...

Kampımızı rüyanda, rüyanda, rüyanda

Kampımızı rüyanda

Gör rahat uyu...

Şarkısının tatlı melodisi ile yeniden kalkıyor, sessizce çadırına dönüp, uyku tulumunun içine süzülüyorsun. Az sonra huzurlu derin bir uykudasın. Tatlı rüyalar... Yarın heyecan ve sürprizlerle dolu yeni bir gün başlayacak...

## **HAYDİ YÜZMEYE**

## **YÜZME GÜVENLİĞİ**

İzci kamplarında kullanılan yüzme güvenliği sistemi tüm izcilerin güvenli bir biçimde yüzebilmesi anlamına gelir ve 8 adımdır.

Adım 1: Yüzme sırasında, yüzme güvenliği konusunda eğitilmiş olan ya da bu konuda eğitilmiş yardımcıları bulunan yetişkin bir kişi yüzme sorumlusu olarak görevlendirilir.

Adım 2: Her yüzücü velisinde ya da doktordan sağlık durumunu bildiren bir belge getirmelidir.

Adım 3: Zarar verebilecek şeyler yüzme alanından uzaklaştırılmalı, yüzme bilmeyenler, yüzmeye yeni başlayanlar ve yüzücüler için ayrı ayrı alanlar belirlenmelidir. Yüzme bilmeyenler için derinlik bir metreyi geçmemelidir. Yeni başlayanlar için derinler boyu geçmemek koşulu ile biraz daha fazla olabilir. Yüzücüler ise boylarını geçen yerde yüzebilir.

Adım 4: Güçlü ve iyi yüzücüler sıra ile cankurtaranlık görevini üstlenir. Ellerinde cankurtarana halatı olan iki kişi yardım gerektiğinde yardım gerektiğinde yardıma koşmak üzere hazır bekler.

Adım 5: Bir gözcü her yeri görüp, her şeyi işitebilecek bir yerde hazır bulunur.

Adım 6: İzci becerilerine uygun beceri grupları içinde yüzme etkinliğine katılırlar. Yüzme bilmeyen bir izci öğrenme işine yeni başlamıştır. Yüzmeye yeni başlayan bir izci suya atlayıp 15 metre yüzebilir. Bir yüzücü ise ara vermeden 100 metre yüzebilir ve hareket etmeden su yüzünde kalabilir.

Adım 7: Herkes kendi beceri grubundan bir eşle yüzer. Eşler birlikte denize girer, yüzerken birbirlerinin yanında olur ve sudan birlikte çıkarlar.

Adım 8: Yüzme alanında disiplin vardır. Herkes su güvenliği kurallarını bilir ve bunlara uyar.

## **YÜZME ÖĞRENELİM**

### **SERBEST (KRAVL) YÜZÜŞ**

Bacak vuruşu: Kolların suyun altında öne doğru uzanmış ve hareketsiz dururken bacakların çırpmayı dene. Bacaklarını germeden düzgün bir şekilde tuttuktan sonra kalçadan itibaren aşağıya yukarıya doğru çapraz hareketlerle sallama, hareketin dizlerden değil kalçalardan başlaması gerektiği unutulmaz.

Kulaç atma: Kulaç atmaya suyun beline geldiği bir derinlikte çalış. Vücudunun üst bölümü yüzme pozisyonunda olacak biçimde öne doğru eğil. Sağ kolunu öne ileriye doğru düz olarak uzat. Sonra aşağıya kalçana doğru düz olarak çek. Dirseğin yukarıya kaldır. Kolunu tekrar öne ileriye doğru düz olarak uzat. Şimdi aynı şeyi sol kolunla dene, daha sonra bir sağ, bir sol kolunu kullanarak kulaç atma hareketini sürdür.

Bacakları ve kolları birlikte çalıştırma: Kol ve bacak hareketlerini uyumlu bir şekilde birlikte yaptığın zaman kral stilde yüzmeye başlarsın.

## **DİĞER YÜZME STİLLERİ**

Kral yüzme stilini öğrendikten sonra iyi bir yüzücü olabilmek için diğer yüzme stillerini de öğrenmen gerekir. Bu da çok çalışman anlamına gelir ve bu çalışma seni yüzme uzmanlık işaretine götürür. Önce sırtüstü yüzme, yüzme stillerinin içinde belki de en rahat olanıdır. Daha sonra yan yüzmeyi, kurbağalamayı, kelebeği ve diğerlerini öğrenebilirsin.

Sırtüstü yüzme: Bu yüzüş stili uzun mesafeleri yorulmadan sırtüstü olarak yüzebilmeni sağlayacaktır. Her kulaç atışında uzun bir yol kastedeceksin.

Yan yüzmede ilerleme bacaklarınla yaptığın makas hareketi ile sağlanır. Bacaklarını uzat sonra sanki bir makası kapatıyormuşçasına hareket ettir, birbirine vur. Bu arada suya yan yatığında altta kalan kolunu ileriye doğru uzatırken diğer kolunu hemen yandan arkaya doğru çek. Ellerin parmaklarını birleştirip avuçlarını hafifçe çukurlaştırmayı unutma.

## **HAYAT KURTARMA**

Yüzerken güvende olduğunu bilmek iyi bir duygudur. Her izci iyi bir yüzücü olmalı ve yine her izci suda yaşamı tehlikeye giren birine yardım edebilmelidir. Her yıl pek çok kişi ya yüzerken ya da suda oynarken yaşamını yitirmektedir.

Temel can kurtarma becerilerini kullanmayı bilir ve daima hazır olursan bu boğulmalardan bazılarını önleme sansına sahip olabilirsin. Boğulma tehlikesi ile karşı karşıya olan birini kurtarmaya çalışırken göz önünde bulundurman gereken en önemli nokta, kendi yaşamını tehlikeye atmadan boğulma tehlikesindeki kişiyi kurtarabileceksen kurtarma işini asla yüzerek denememektir. Suda boğulma tehlikesinde olan birini kurtarmanın güvenli yolları, yardıma ihtiyacı olan kişiye doğru uzanmak veya tutacağı bir şey uzatmak ya da kenarına tutunabileceği bir kayık veya botla yardımına gitmektir.

Uzanmak: Çoğu kaza kıyıya ya da iskeleye yakın bir yerde olur. Yardıma ihtiyacı olan kişiye elini veya bir direk ya da dalı uzanarak ulaşabilirsin.

Fırlatmak: Kurallara uygun bir cankurtaran halatının ucunda genellikle bir can simidi bağlıdır. Eğer böyle bir halat yoksak herhangi bir sağlam halatta aynı işi görebilir. Halatı yardıma ihtiyacı olan kişiye atarak yardım edebilirsin.

Destekle Yardıma Gitmek: Eğer kaza halatla ulaşamayacak bir yerde olmuşsa bir kayık, bot ya da sörf tahtası ile yarımaya gitmen gerekir. Tüm bu saydıklarımızla kurtarma olanağı yoksa boğulmakta olan kişiye yardım etmek için yüzmen gerekebilir. Çok iyi bir yüzücü değilsen asla bu yolu deneme. Çok iyi bir yüzücü isen ve başka hiçbir olanağın yoksa çabucak ve gözlerini boğulmakta olan kişiden ayırmadan üzerindeki çıkar. Gömleğini yaka kısmında dişlerinle tutarak zor durumda olan kişiye doğru hızla yüz. Yardıma ihtiyacı olan kişinin seni tutamayacağı kadar uzak ama senin ona kolundan sıkıca tut ve diğer kolunu boğulma tehlikesinde olan kişiye doğru uzat yardım etmek istediğin kişi gömleğin kolunu yakaladıktan sonra yüzerek onu kıyıya çek.

## **YÜZMEK EĞLENCEDİR**

Sen ve arkadaşların yüzmeyi ne kadar iyi öğrenirseniz o kadar çok eğlenir, farklı su oyunları deneyebilirsiniz. Bu oyunları yüzmeye yeni başlayanlar tarafından denenmemesi gerektiğini hiç unutmayın!

Suda hareketsiz durma: Başını arkaya doğru atarak sırtını yay şeklinde ger. Derin bir nefes al ve nefesini tut. Ayaklarının ağırlığını dengeleyebilmek için kolları arkaya doru uzatarak yanlara aç. Her nefes alışında havayı çabucak verdikten sonra tekrar ağzından al.

Suyun içinde soyunma: Suda hareketsiz durabilmeyi iyice öğrendikten sonra suda

soyunmayı deneyebilirsin. Elbiselerinin içine mayonu giydikten sonra elbiselerine suya atla ve suyun içinde üzerinde yalnız mayon kalıncaya kadar soyun.

Sualtı oryantasyonu (Su altında pusula ile yön bulma): Pusula becerilerini suyun altında dene. Su geçirmez bir pusula ile dibe dal ve daha önceden verilen bir yöne bakacak şekilde suyun yüzüne çık.

Dalgıç elbisesi ve tüpü olmadan suya dalış: Biraz daha eğlence istersen, palet, gözlük ve sinorkel ile dalış yapabilirsin.

Eşli eğlence (Su düellosu): Bir arkadaşını su düellosuna davet et. Belinize izci kemerlerinizi taktıktan sonra kemerlerinizin altından renkli bir kumaş parçası ya da eşarp veya fularınızı sarkıtın. Kendi kumasını kaptırmadan arkadaşınınkini kapabilen yüzücü düelloyu kazanır.

Yorgun yüzücü: Eşinle birlikte yorgun yüzücü oyununu oynayabilirsin. Yorgun yüzücü rolünü oynayan arkadaşını çenesinden tutarak taşı. Taşıma işini arkadaşını göğsünden kavrayarak da yapabilirsin. Bir kolunla arkadaşını göğsünden kavra, serbest kalan kolun ve ayaklarının makas hareketi ile kıyıya doğru yüz. Arkadaşını saçlarından tutarak da çekebilirsin. Bunun için bir elinle arkadaşının kaçlarını kavraman ve yan yüzerek kıyıya ulaşman gerekir. Bir başka taşıma şekli de arkadaşın sırtüstü yatıp kollarını omzuna koyduktan sonra kıyıya doğru kurbağalama yüzmendir.

Kürek çekme: Kampta bir kayığa atlayıp kürek çekmek yalnızca bir eğlence değil aynı zamanda formda kalabilmeni sağlayan bir spor ve acil durumlarda kullanabileceğin bir beceridir. Kürek çekmeyi bilmen zor durumda olan bir yüzücüyü kurtarmanı sağlayabilir. Eğer balık tutmayı seviyorsan kürekçiliğin bu durumda da ise yarayacaktır. Ama kayıkta iken kayığa binen herkesin yaptığı gibi, can yeleğini giymeyi unutma. Önce, kayığa dikkatlice nasıl binileceğini, kayıkta asla ayağa kalkılmayacağını ve kayığa asla aşırı yükleme yapılamayacağını öğrenmelisin. Daha sonra küreklerin doğru olarak nasıl kullanılacağını ve nasıl yol alacağını öğrenebilirsin.

Kano kullanma: Evvelce Kızılderililer tarafından kullanılan kanoların bugün alüminyum, fiberglass ve plastikten yapılanlar kamplarda spor ve eğlence için kullanılır. Yaz kamplarında bir kanonun nasıl taşınması gerektiğini durgun suda ve köpüklü dalgalarda nasıl kullanılacağını ve bakımını öğrenebilirsin. Ama bir kano kullanabilmen için önce çok iyi bir yüzücü olman gerekir. En iyi kanocular bile er geç kendilerini suda bulurlar. En usta kanocuların bile can yeleği giymesinin nedeni de budur.