ALLEGATO D

Terzo modulo – ISTRUTTORE DI VELA DI 1° LIVELLO



PROGRAMMA DERIVE

Presentazione del corso - Scopi

**1. EDUCAZIONE MOTORIA**

5 ore – docente Insegnante Educazione Fisica/Preparatore Atletico

1.1. Definizione e sviluppo delle capacità motorie – postura ed equilibrio

1.2. Esercizi motori di base e organizzazione dell’attività fisica a terra (teoria e pratica)

1.3. Paramorfismi e dimorfismi: preparazione fisica come prevenzione a traumi e malformazioni

**2. DIDATTICA DEL REGOLAMENTO DI REGATA**

3 ore - docente: Ufficiale di Regata

2.1. Il comportamento sportivo e le regole fondamentali

2.2. Le principali regole della parte 2/3/4(40-41-42)/5

2.3. Etica comportamentale dell’istruttore.

**3. METEOROLOGIA NAUTICA**

4 ore - docente: Meteorologo o Docente FIV esperto in meteorologia

3.1. Effetti del vento sulla superficie terrestre (convergenza, divergenza, attrito, ecc.)

3.2. Formazione delle nubi, tipologia e fenomenologia

3.3. I fronti

3.4. Lettura delle carte sinottiche. Raccolta ed interpretazione dei dati

**4. TEORIA E TECNICA DELL’IMBARCAZIONE A VELA**

8 ore - docente: Docente FIV

4.1. Complementi agli effetti del vento sulle vele:

didattica degli effetti del vento sulle vele, il canale randa fiocco, lo spinnaker, cenni ai profili e ai volumi di una vela di dimensioni finite.

4.2. Le regolazioni del piano velico: armo sartiato, armo libero, manovre correnti.

4.3. Scafi: stabilità di forma e di peso. Altezza metacentrica in una deriva in funzione della posizione dell’equipaggio

4.4. Le regolazioni del piano di deriva in navigazione:

deriva pivotante, a baionetta, caratteristiche dei timoni.

4.5. Controllo dei centri di pressione (regolazione delle vele ed assetti delle appendici) e gravità (spostamento del corpo) per orzare, poggiare e manovrare. Lo stallo.

4.6. Assetti: differenze tra singolo, doppio, collettivo, cabinato e tavola a vela.

4.7. Vento reale ed apparente nelle varie andature.

4.8. Cenni e confronti con le tavole a vela e l’altura.

4.9. Cenni alla nomenclatura aeronautica

4.10. Messa a punto preliminare, in funzione di peso e condizioni meteo, di imbarcazioni per la scuola vela (con particolare attenzione a Optimist, Laser, 420 e 555).

**5. SICUREZZA**

2 ore - docente: Ufficiale Capitanerie di Porto – Legale

5.1. Normative e Regolamenti vigenti

5.2. Gli incidenti possibili durante l’attività d’istruzione

5.3. Protocolli d’intervento in casi d’emergenza

5.4. Responsabilità Civile e Penale dell’Istruttore di Vela.

**6. ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA DI VELA**

2 ore - docente: Docente FIV

6.1. Organizzazione e gestione di una scuola di vela

6.2. Definizione degli obiettivi didattici nel corso di iniziazione e perfezionamento

6.3. Controllo e verifica degli elementi organizzativi durante il processo didattico

6.4. Gestione delle dinamiche del lavoro in staff

**7. METODOLOGIA E DIDATTICA DELL’ INSEGNAMENTO DELLO SPORT VELICO**

6 ore - docente: Docente FIV

7.1. Metodologia dell’insegnamento forme e metodi applicabili ad un corso di vela livello iniziazione e perfezionamento secondo l’età degli allievi

7.2. Teorie dell’apprendimento e loro applicazioni pratiche

7.3. La proposta didattica: scelta contenuti, linguaggi e parte grafico – visiva

7.4. La progressione didattica in un corso di vela e gli esercizi tecnici specifici: gestione, controllo e verifica

7.5. Il lavoro in staff: caratteristiche e sviluppi durante l’attività didattica

7.6. Gli strumenti di osservazione e la valutazione del gesto tecnico

7.7. Le competenze specifiche dell’istruttore

7.8. Gli strumenti di osservazione e la valutazione del gesto tecnico

**8. PRATICA**

20 ore - docente: Docente FIV

8.1. Approfondimento dei punti affrontati nel corso Allievi Istruttori

8.2. La progressione didattica nel Corso di Iniziazione – derive

8.2.1. Programma giornaliero di un corso di iniziazione

8.2.2. Didattica degli esercizi di ambientamento e nauticità

8.2.3. La definizione dei ruoli in barca

8.2.4. Didattica degli esercizi per il raggiungimento degli obiettivi di equilibrio, direzione e propulsione

8.2.5. Didattica delle manovre (elementari) di sicurezza

8.2.6. Didattica delle manovre di governo

8.2.7. Didattica delle manovre di uscita e rientro

8.3. La progressione didattica nel Corso di Perfezionamento – derive

8.3.1. Programma giornaliero di un corso di perfezionamento

8.3.2. Didattica della messa a punto a terra e in acqua dell’imbarcazione

8.3.3. Didattica degli esercizi per lo sviluppo della capacità di gestione e controllo della barca

8.3.4. Didattica degli esercizi per lo sviluppo della Tecnica nelle manovre

8.3.5. Didattica degli esercizi per lo sviluppo della Tecnica nelle andature

8.3.6. Didattica degli esercizi di avviamento alla Regata

8.4. Il lavoro in staff: interazione efficace degli elementi dello staff

**VELASCUOLA**  2 ore - docente Antonio Rubis Viviani.

Per ulteriori informazioni è possibile rivolgersi direttamente al

Referente Formazione XI Zona

**Giuseppe Dimilta**  cell. 347 4685045;e-mail. istruttori.undicesima@hotmail.it