

CLUB DE YATES VALDIVIA

ESCUELA DE VELA



Curso	: Colegio San Luís de Alba
Fecha de inicio	: Sábado 09 de Octubre 2010
Sesiones	: 6
Nivel	: Curso de Iniciación, Nivel 100 básico
Alumnos	: 20 (dos grupos de 10)
Profesor	: Monitor Federado, Sr Christian Dur�n Inostroza
Requisitos	: Alumnos regulares de 6� año básico : Saber nadar
Inscripciones	: Colegio Sn Luís de Alba Prof. Sr. Camilo Henríquez.

Objetivo:

Iniciar a los alumnos en el deporte de la navegación a vela.

Al terminar el curso los niños habrán adquirido los conocimientos náuticos que les permita maniobrar y navegar con seguridad en un velero tipo "Optimist".

Modalidad:

Las clases se realizarán en el Club de Yates Valdivia y serán eminentemente prácticas. El Club proporcionará a cada alumno una embarcación tipo Optimist, un chaleco salvavidas y el apoyo de seguridad necesario.

Las sesiones y contenidos pueden ser flexibles de acuerdo a las condiciones climáticas y nivel de aprendizaje de cada niño.

Contenidos :

Sesión 1.- 09 Octubre 2010 "Familiarización"

Al finalizar este módulo, los alumnos estarán familiarizados con el velero en tierra y en agua (vela, casco, timón).

- Seguridad y equipamiento. Uso chaleco salvavidas, achicador, Cabo de remolque, flotadores, seguro del mástil.
- Conocimiento y función de las partes más importantes del velero: Casco, Proa, popa, mástil, botavara, percha, escotas, matafiones, sables, vela, timón, orza y caja de orza, tensor de percha, escota, mástil, botavara y percha.
- Dirección del viento, para qué sirve el viento.
- Cuidado de la embarcación y todo el material (bote y ropa).

Sesión 2.- 16 Octubre 2010. “Aparejar del Barco”

Al finalizar esta sesión los alumnos sabrán aparejar y preparar el velero para la navegación y experimentar el zarpe y arribo.

- Barco en tierra proa al viento.
- Nudos llano, ocho y as de guía.
- Compañerismo y solidaridad náutica.
- Aprender el zarpe y arribo desde la rampa o muelle.

Sesión 3.- 23 Octubre 2010. “El Barco y el Viento”

Al finalizar esta sesión los alumnos dominaran el zarpe y arribo a la rampa o muelle. Podrán navegar en diferentes rumbos, virando con seguridad.

- Dirección del viento, Remolques, Proa al viento, Virada por adelante.
- Navegación en cuadra y aleta, Navegación en ceñida, Banda, Barlovento, sotavento.
- Barco neutro y arrancar

Sesión 4.- 30 Octubre 2010. “Maniobras”

Al finalizar esta sesión los alumnos podrán realizar las siguientes maniobras con el velero:

- Viradas por adelante, Adrizar, Amollar y cazar cabos, Flamear la vela, Cazar la vela, Arribar, Orzar, pasar de un rumbo a otro.
- Remolque, atraque al bote del monitor y al muelle.
- Vuelcos.

Sesión 5.- 06 Noviembre 2010. “Navegación”

Al finalizar esta sesión los alumnos podrán:

- Seguir diferentes rumbos, posición correcta del tripulante, posición correcta de la vela.
- Cambios de rumbos, cambios correctos de la vela y timón en viradas por adelante y redondo, Trasluchar
- Virar una Boya.
- Forma correcta de sentarse en el velero.
- Tomada correcta de la extensión.

Sesión 6.- 13 Noviembre 2010. “Navegación”

Sesión destinada a perfeccionamiento de la técnica y a la navegación en circuito de dos boyas barlovento – sotavento.