

F.I.V
Federazione Italiana Vela
Comitato II Zona

L'organizzazione di un corso di vela d'iniziazione.
a cura di Roberto Carini Istruttore Federale F.I.V

- **Impostazione generale.**
- **Definizione - Scopi - Obiettivi.**
- **Programmazione - Corso e lezione tipo Pratico/Teorico**

Organizzazione di un corso di vela.

L'organizzazione di un corso di vela richiede i seguenti requisiti:

- 1) Programmazione;
- 2) Finalità del corso;
- 3) Norme generali;
- 4) Organizzazione generale;
- 5) Imbarcazioni,
- 6) Mezzi di assistenza;
- 7) Attrezzatura;
- 8) Materiale didattico;
- 9) Mezzi e strumenti;
- 10) Durata del corso;
- 11) Programma del corso.

Adesso andiamo a vedere uno per uno i requisiti sopra elencati.

La programmazione ,per l'istruttore consiste di tenere presenti i seguenti elementi:

- 1) stabilire l'obiettivo generale da raggiungere;
- 2) verificare il livello di partenza dell'allievo;
- 3) porre degli obiettivi intermedi e il tempo necessario per raggiungere l'obiettivo generale;
- 4) fare un'attenta analisi della realtà ambientale e dei mezzi a disposizione.

La finalità del corso di iniziazione, consiste nell'insegnare le regole fondamentali del corretto navigare e le nozioni per la conduzione di una imbarcazione a vela con partenza e ritorno in punti prefissati utilizzando tutte le andature:

Le norme generali, consistono per l'istruttore, all'inizio di ogni corso assicurarsi che ogni allievo:

- 1) sia capace di nuotare;
- 2) sia dichiarato idoneo allo sport non agonistico , con certificato medico;
- 3) sia tesserato F.I.V, per garantire anche la copertura assicurativa antinfortunistica;
- 4) abbia il calendario delle uscite del corso con orari e giorni stabiliti;
- 5) sia inerito in un gruppo di lavoro omogeneo per età e tipo di barca;
- 6) che abbia l'abbigliamento necessario: scarpe da ginnastica, costume, pantaloncini, maglietta, berretto, cerata e salvagente.

Organizzazione generale.

Per lo svolgimento di un corso di iniziazione è necessario uno staff di istruttori F.I.V ,i quali saranno affiancati per la parte riguardante la sicurezza , da personale bene istruito ed esperto. Il rapporto tra istruttore ed allievi, per quanto riguarda gli optimist e come nel nostro caso le tavole a vela ,sarà 6/7

allievi, mentre per equipaggi in doppio, sarà di 10/12 allievi. Sarà anche necessario stipulare una copertura assicurativa che garantisca contro eventuali incidenti causati dagli allievi ad esterni, tra allievi stessi e di responsabilità civile da parte dell'istruttore e del Circolo nei confronti degli allievi.

Le imbarcazioni utilizzate per la scuola dovranno essere sempre efficienti, ciò ci permette di evitare eventuali incidenti e inconvenienti di natura organizzativa.

Negli altri casi si utilizzeranno, in base all'età e allo sviluppo dell'allievo le seguenti imbarcazioni divise per fasce di età: Optimist da 8 a 15 anni, tavole a vela da 10 anni in poi, barche collettive da 8 anni, barche in doppio (420,FJ,Vaurien) da 12 anni, Equipe è consigliata da 8 a 15 anni, che è l'età massima per regatare

I **mezzi di assistenza**, dovranno essere gommoni con motorizzazione massima di 25 HP, che garantiscono il soccorso e l'accosto all'imbarcazione dell'allievo senza danneggiarla o causare infortuni all'allievo stesso. Il rapporto tra barche e mezzi di appoggio dovrà essere per gommone di 5/6 per barche in doppio e di un gommone per ogni 6/7 optimist o tavole a vela. I mezzi appoggio dovranno essere verificati ogni giorno, un ulteriore mezzo dovrà essere sempre a disposizione per ogni evenienza.

L' **attrezzatura** necessaria dovrà essere:

- Simulatore per mostrare a terra gli esercizi.
- Parco barche scuola efficiente.
- Boe con bandiere per le esercitazioni in acqua, bandiere con asta per segnalazioni, megafono e fischietto.
- Dotazioni di sicurezza e materiale di pronto intervento.
- Pronto soccorso a terra con medicinali e attrezzatura per la respirazione artificiale.
- Radio portatile per il collegamento continuo durante le esercitazioni degli allievi.
- Luogo per il ricovero dell'attrezzatura da scuola vela e bacheca per le comunicazioni agli allievi.

Materiale didattico.

Testi, opuscoli, dispense, manifesti, filmati didattici, diapositive.

Mezzi e strumenti.

Lavagna luminosa, lavagna per disegnare, video-registratore, monitor, telecamera, proiettore di diapositive.

Durata del corso.

Il corso sarà articolato su un minimo di 8-10 lezioni teorico-pratico che avranno la durata di 4 ore ciascuna.

Programma del corso.

Teoria:

- Osservazioni ambientali; vento, costa, mare, cenni di meteorologia.
- Nomenclatura, nodi principali e cenni sulla sicurezza in acqua.
- Le manovre: orzare, poggiare, virare e abbattuta.
- Le andature -Regole di rotta.
- Uso dello spinnaker e del trapezio sul doppio.

Pratica:

- _ Armare e disarmare
- _ Esercizi di acquaticità e di ambientamento (nuoto con salvagente, scuffia e raddrizzamento, rollio, navigazione con la pagaia).
- _ La tecnica delle manovre al simulatore.
- _ Trasporto, varo e alaggio dell'imbarcazione.
- _ Partire e fermarsi al gommone.
- _ Barca ferma.
- _ Navigazione al traverso.
- _ Navigazione al traverso e manovre: orzare e poggiare.
- _ La virata elementare al traverso.
- _ Le andature: traverso, bolina, lasco, poppa.
- _ L'abbattuta elementare al lasco.
- _ Navigazione in fila e virare in bolina.
- _ Navigazione in fila e abbattute al lasco e poppa.
- _ La tecnica dello spinnaker sul doppio.
- _ Esercizi con le boe.
- _ Partenza e arrivo allo scivolo nelle varie condizioni di vento.
- _ Manutenzione rimessaggio dell'imbarcazione.

A questo punto vediamo come **organizzare una giornata tipo nella scuola vela.**

- 1) Gli istruttori dovranno essere presenti al circolo almeno un'ora prima dell'inizio della lezione per predisporre il piano di lavoro per quella giornata e predisporre le attrezzature necessarie.
- 2) Arrivo degli allievi al Circolo, all'ora programmata. (Eventuali ritardi dovranno essere giustificati dall'allievo)
- 3) Lezione in aula con breve teoria e spiegazione degli esercizi previsti per quella giornata.
- 4) Armare la propria imbarcazione.
- 5) Uscita ed esercitazione in acqua, come da programma. (Tutti gli allievi devono indossare il salvagente)
- 6) Rientro, disarmo e controllo dell'attrezzatura da parte di tutti gli allievi.
- 7) Aula con commento e visione del filmato dell'esercitazione.
- 8) Fine della lezione degli allievi prevista per quella giornata.
- 9) Controllo da parte degli istruttori delle imbarcazioni e dei mezzi d'appoggio.
- 10) Verifica dello staff istruttori sul lavoro svolto .

Consigli didattici per l'istruttore.

Fasi dell'insegnamento.

Fase preliminare: valutazione da parte dell'istruttore del livello dei propri allievi , e quindi definizione degli obiettivi, e dei mezzi che saranno impiegati.

Fase operativa: presentazione, dimostrazione, esecuzione, svolgimento, adattamento e valutazione del risultato immediato degli esercizi proposti.

Fase di valutazione: confronto tra gli obiettivi prefissati e il livello di apprendimento raggiunto dagli allievi. Preparazione della nuova fase operativa, con la quale si dovranno tenere conto degli eventuali accorgimenti che sono emersi nella fase di valutazione.

Organizzazione della lezione:

- Preparazione per tempo di tutto il materiale necessario.
- Fare un frequente manutenzione del materiale.
- Dare un'immagine di correttezza, serietà e ordine.
- Prevedere esercizi per diverse condizioni meteo.

A terra:

- Illustrare chiaramente in aula l'attività da svolgere.
- Scegliere esercizi alla portata degli allievi.
- Presentare in maniera globale lo scopo da raggiungere.
- Organizzare cose semplici, in modo tale da non bruciare le tappe.
- Evitare lunghe spiegazioni e vocaboli troppo difficili. (All'allievo non interessa quali sono le origini della vela, né conoscere la storia, quello che deve apprendere sono le cose semplici ed essenziali, altrimenti, già stanco della scuola appena terminata non ti segue più).
- Coinvolgere gli allievi.
- Dimostrare gli esercizi con il simulatore. (Ciò facilita l'insegnamento in acqua).

In acqua.

- Scegliere una zona ben delimitata e sicura, dove svolgere l'attività.
- Evitare lunghe attese degli allievi in acqua. (È necessario che entrino in acqua tutti assieme e sappiano cosa fare già dall'inizio, perché gli è stato spiegato a terra)
- Stare nella posizione migliore per poter essere capiti dagli allievi.
- Comunicare in maniera breve e precisa.
- Assicurarsi che il messaggio sia stato ricevuto e compreso.
- Svolgere gli esercizi già illustrati e possibilmente farli procedere da una dimostrazione pratica.
- Cambiare o semplificare un esercizio se questo risulta troppo difficile o pericoloso.
- Variare le situazioni durante la ripetizione degli esercizi.
- Fare in modo che ogni allievo si eserciti per un tempo sufficiente.
- Osservare con attenzione gli allievi per individuare eventuali errori.
- Controllare spesso il numero e l'ubicazione delle barche in acqua.

Valutazione.

- Dare agli allievi una valutazione complessiva sul lavoro svolto.
- Chiedere agli allievi la loro valutazione sulla esercitazione.
- Essere positivi: l'incoraggiamento da parte dell'istruttore influisce positivamente sulla partecipazione e sul rendimento dell'allievo stesso.
- Valutare l'allievo non in riferimento agli altri, ma in funzione della precedente prestazione dell'allievo stesso.
- Modificare l'organizzazione del lavoro se gli allievi non raggiungono gli obiettivi.

