

# LEGA NAVALE ITALIANA

ENTE PUBBLICO NON ECONOMICO A BASE ASSOCIATIVA

## SEZIONE DI MILANO



### **SONO APERTE LE ISCRIZIONI PER IL CORSO DI ISTRUTTORE DI VELA BASE** **(ex Aiuto Esperto Velista – vice capo barca)**

*“L’Istruttore di Vela – Base deve avere competenze utili a svolgere un’attività di assistenza e supporto tecnico a Istruttori di Vela Professionali (art. 49 quinquies – D.Lgs 3 novembre 2017, n. 229). Chi consegue la qualifica di Istruttore di Vela Base non è autonomo e opera nella conduzione di attività di istruzione, di formazione tecnica e di assistenza sotto la supervisione di un Istruttore di qualifica superiore LNI o FIV e nel rispetto e nei limiti delle norme che disciplinano le scuole di vela e i Centri di Istruzione Nautica”.*

Il corso è strutturato nel rispetto della Legge vigente e delle linee guida indicate dal Sistema Nazionale di Qualifica dei Tecnici Sportivi (SNaQ) del C.O.N.I..

La qualifica di Istruttore di Vela rilasciata dalla Marina Militare o dalla Lega Navale Italiana o dalla Federazione Italiana Vela è l’unica riconosciuta dalla Legge per insegnare la navigazione a vela in Italia.

### **A CHI È RIVOLTO IL CORSO?**

Possono iscriversi al Corso coloro che

- abbiano compiuto 16 anni prima della fase di tirocinio del corso;
- siano cittadini italiani o di un Paese dell’Unione Europea con buona conoscenza della lingua italiana;
- abbiano un certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità;
- siano soci della LNI da almeno 1 anno
- abbiano capacità tecniche di conduzione di una barca a vela (autocertificazione tramite curriculum)
- sappiano nuotare (autocertificazione)

Dopo aver completato il corso, per accedere al livello successivo, sarà necessario accumulare i crediti legati alle seguenti “competenze trasversali”:

- Corso **Basic Life Support and Defibrillation (BLS-D)** da rinnovare ogni due anni;
- Corso **Base di Meteorologia**, organizzato o proposto da una sezione LNI ;
- Partecipazione ad almeno una **conferenza di cultura nautica** (necessario il rilascio di un attestato di partecipazione da parte della Sezione organizzatrice)
- Partecipazione ad almeno una **conferenza di cultura ambientale** (necessario il rilascio di un attestato di partecipazione da parte della Sezione organizzatrice)

## ORGANIZZAZIONE

Iscrizione: - Utilizzare il modello allegato e inviarlo per email a [info@leganavale.mi.it](mailto:info@leganavale.mi.it) o presentarlo direttamente alla Segreteria della LNI Milano.

Scadenza: - lunedì 12 novembre 2018

Quota: - 300,00 €, da versare entro la scadenza dell'iscrizione direttamente alla Segreteria della LNI Milano oppure tramite bonifico bancario (allegare copia del bonifico alla domanda di iscrizione) alle seguenti coordinate bancarie:

BANCA UNICREDIT IBAN IT24S0200801673000101728003

In caso di bonifico bancario specificare nella causale: *“Iscrizione Corso Istruttori di vela Base”*

Calendario: Test sulle competenze di base

- 18 novembre 2018	ore 10.00/17.00	Base Nautica Dervio
<u>Fase teorica</u> (modulo teorico)		
- 20, 23, 27, 30 novembre 2018	ore 19.00/21.00	sede Milano (Viale Cassala, 34)
- 4, 11, 14 dicembre 2018	ore 19.00/21.00	sede Milano (Viale Cassala, 34)
<u>Fase teorico/pratica</u> (modulo pratico)		
- 12/13, 19/20, 26/27 gennaio 2019	ore 09.00/17.00	Base Nautica Dervio

## FORMAZIONE

Il corso è suddiviso in:

- 20 ore (minimo) di Teoria
- 24 ore (minimo) di Pratica
- 70 ore (pari a circa 2 corsi settimanali) di tirocinio. Ogni candidato si farà rilasciare dal capo corso con cui si sia operato una dichiarazione che attesti le competenze didattiche e tecniche mostrate. Tale dichiarazione dovrà essere consegnata in originale, al momento della prova teorica di idoneità, al coordinatore del Corso di formazione.

La frequenza è obbligatoria. Le assenze non potranno essere superiori a 4 ore.

### **1. PRESENTAZIONE DELLA LNI E SUO SVILUPPO STORICO**

**2 ore - docente: Esperto Velista o Presidente di Sezione**

- 1.1. Storia della Lega Navale Italiana
  - 1.1.1 Fondazione della Lega Navale Italiana e contesto storico
  - 1.1.2 Evoluzione storica della LNI - Storia della Sezione organizzatrice del corso

### **2. RESPONSABILITA' E SICUREZZA 1**

**2 ore - docente: Ufficiale Capitanerie di Porto o Esperto Velista**

- 2.1 Regole generali per la navigazione a vela e a motore.
- 2.2 Responsabilità Civile e Penale dell'Istruttore di Vela (cenni)
- 2.3 Dotazioni di sicurezza

### **3. ORGANIZZAZIONE DI UN CORSO DI VELA**

**2 ore - docente: Esperto Velista**

- 3.1 Organizzazione e gestione di un corso di iniziazione alla vela (scopi e obiettivi)

### **4. METODOLOGIA DELL' INSEGNAMENTO 1**

**4 ore - docente: Esperto Velista**

- 4.1 Metodologia dell'insegnamento: principi generali
- 4.2 Impostazione di una lezione
- 4.3 Gli obiettivi per insegnare l'autonomia velica agli allievi
- 4.4 La valutazione finale degli obiettivi stabiliti

### **5. EDUCAZIONE MOTORIA E PREVENZIONE**

**2 ore - docente: Formatore FIV o laureato in scienze motorie (o diplomato ISEF)**

- 5.1 Sviluppo psicologico e apprendimento motorio:
  - 5.1.1. Caratteristiche generali dello sviluppo dell'infanzia
  - 5.1.2. Il ruolo dell'apprendimento nello sviluppo del bambino
- 5.2 Schemi motori di base: pre requisiti per coordinazione e multilateralità.
- 5.3 Esercizi per la motricità
- 5.4 Giochi ed esercizi di acquaticità e di ambientamento.

### **6. METEOROLOGIA NAUTICA 1**

**4 ore - docente: Meteorologo**

- 6.1 Cenni di temperatura, umidità e pressione
- 6.2 Formazione del vento
- 6.3 Le brezze
- 6.4 Particolarità meteo del luogo in cui si sviluppano i corsi della Sezione
- 6.5 Scala Beaufort del vento e scala Douglas del mare
- 6.6 La rosa dei venti.

### **7. TEORIA E TECNICA DELL'IMBARCAZIONE A VELA 1**

**4 ore - docente: Esperto Velista o Istruttore di Vela Costiera**

- 7.1 Effetti del vento sulle vele: portanza e resistenza
- 7.2 Effetti dell'acqua sulle appendici: portanza e resistenza
- 7.3 Centri di pressione (velico-deriva-gravità-carena): ricerca dell'equilibrio e disallineamento per condurre e manovrare (orzare, poggiare, virare, abbattere).
- 7.4 Le regolazioni base della vela: scotta, vang, cunningham e base (con possibile dimostrazione pratica).
- 7.5 Vento reale e vento apparente
- 7.6 Cenni all'uso della controscotta, dell'archetto (con possibile dimostrazione pratica).
- 7.7 Regolazioni base del centro di deriva (analisi degli effetti)

### **8. PRATICA (su mezzi a motore, derive, piccole barche a bulbo)**

**24 ore - docente: Esperto Velista o Istruttore di Vela Costiera**

Si consiglia di utilizzare imbarcazioni idonee all'attività didattica di iniziazione alla vela

- 8.1 Conduzione del gommone:
  - 8.1.1. Conoscenza del mezzo e sua manutenzione (motore e scafo)
  - 8.1.2. Normativa (dotazioni di sicurezza, ordinanze, etc.)
  - 8.1.3. Recupero di uomo in mare nelle diverse situazioni: libero, avviluppato a scotte/cime, sotto le vele
  - 8.1.4. Metodi di rimorchio per imbarcazioni singole, doppi, tavole a vela.
  - 8.1.5. Assistenza alla barca rovesciata e/o in avaria e relativo recupero di equipaggio e barca

- 8.2 Armare e disarmare a terra e in acqua:
- 8.3 Dotazioni delle barche scuola.
- 8.4 Esercizi con le boe - navigazione guidata
- 8.5 Osservazione ambientale in riferimento alle condizioni meteo-marine
- 8.6 La progressione didattica in base agli allievi da istruire:
  - 8.6.1. Esercizi di nauticità
  - 8.6.2. Uso della scotta, barca ferma
  - 8.6.3. Orzare e poggiare con timone e con l'uso della scotta
  - 8.6.4. Modifiche di direzione con uso del timone e della scotta e del peso del corpo.
  - 8.6.5. La virata elementare
  - 8.6.6. L'abbattuta elementare
  - 8.6.7. Le andature
  - 8.6.8. Navigazione in linea di fila

### **9. ATTIVITA' DI INSEGNAMENTO**

Tra la fine dell'attività formativa/informativa del Corso e la valutazione teorica finale i candidati devono operare come aiuto Istruttori o vice capi barca in almeno 2 corsi organizzati da una sezione LNI per un minimo di 70 ore. I coordinatori dei corsi daranno un giudizio sintetico sulle capacità didattiche dimostrate in pratica dal candidato.

## **VALUTAZIONE**

La data sarà fissata durante lo svolgimento del corso e darà tempo ai candidati di effettuare l'attività di tirocinio e di preparare l'esame teorico.

I candidati si presenteranno alla prova teorica di idoneità consegnando alla Commissione i giudizi di cui al precedente punto 9 del programma del corso.

Le prove teoriche consisteranno in:

- 30 quiz su argomenti trattati durante il corso (sufficienza con 21 risposte corrette).
- Esposizione di una lezione in 15 minuti (argomento estratto a sorte dopo il quiz. Almeno un'ora di preparazione dovrà intercorrere tra la fine del quiz e l'inizio dell'esposizione).
- Presentazione ed esposizione di una tesina di cultura nautica (ambientale, storico-geografica, sociale, ecc.) in 15 minuti. Un documento cartaceo di 8/10 pagine complessive in formato A4 scritte in Arial 12, interlinea doppia, dovrà essere lasciato alla Commissione.

In caso di esito positivo il Presidente della Sezione/Delegazione organizzatrice del corso rilascerà un attestato di idoneità.

I candidati risultati non idonei potranno sostenere un nuovo ciclo di prove, non prima che siano trascorsi 6 mesi, non necessariamente frequentando un nuovo corso.



## LEGA NAVALE ITALIANA

AL PRESIDENTE  
DELLA SEZIONE LNI DI MILANO

DOMANDA DI PARTECIPAZIONE AL CORSO PER LA QUALIFICA  
**DI ISTRUTTORE DI VELA BASE** (ex aiuto istruttore) DELLA LEGA NAVALE ITALIANA

Il/La sottoscritto/a .....  
data di nascita: ...../...../..... città/Stato UE: ..... prov. ....  
residente a ..... (prov.: .....) c.a.p. ....  
via/viale/piazza ..... n° .....  
tel.: ..... cell.: ..... email: .....  
Socio/a della Sezione/Delegazione di .....  
dal ...../...../..... Tessera LNI n°: .....

### CHIEDE

di partecipare al corso per l'assegnazione della qualifica di **Istruttore di Vela Base** (ex aiuto esperto velista) della Lega Navale Italiana che si terrà presso la sezione LNI di Milano.

Data ...../...../.....

Firma del richiedente

.....

### SI ALLEGA:

Copia del certificato medico richiesto (se non già depositato in Segreteria)  
Copia del bonifico bancario (BANCA UNICREDIT IBAN IT24S0200801673000101728003)  
Breve curriculum riportante: studi, attività velica svolta, eventuali altri sport praticati

## PROVE SULLE COMPETENZE DI BASE

I test mirano a fornire indicazioni utili sul livello delle competenze di partenza dei candidati (ove lo si ritenga opportuno la commissione esaminatrice potrà suggerire di rinviare la partecipazione al corso per quei candidati la cui preparazione risulti deficitaria in alcune componenti imprescindibili); creare una graduatoria di merito qualora il numero di richieste fosse troppo elevato.

1. 60 quiz di conoscenza tecnico-nautica a risposta multipla
2. Prova pratica a motore

Prove di selezione

**MOTORE**  
salvagente  
sempre  
indossato

IDONEITA' con 18/30

esecuzione corretta = 1 punto

esecuzione non corretta = 0 punti

*Scegliere trenta punti da verificare tra quelli proposti o applicare una proporzione per una valutazione in trentesimi*

1 Avviamento	MOTORE ENTROBORDO	MOTORE FUORIBORDO (gommone)
<b>valutare</b>	1) Collegamento della batteria 2) Avviamento con barca ancora ormeggiata 3) 4) 5) Equipaggio in posizione per la partenza	Tiro efficace della cima di avviamento Ingranaggio agganciato prima del tiro d'avviamento La marcia è in folle Uso corretto dell'aria/arricchitore La sagola di sicurezza è inserita e poi allacciata al condu
2 Portare l'unità da accostata ad un fianco ad accostata al fianco opposto rimanendo a non più di 2 metri dal pontile		
<b>valutare</b>	1) La barca non tocca mai il pontile durante la manovra 2) Uso corretto delle marce 3) Uso corretto del timone 4) Motore sempre al minimo 5) Esecuzione in non più di 60"	Uso corretto dello sterzo Esecuzione in non più di 30"
3 Accosto ad una barca a vela		
<b>valutare</b>	1) Accosto dal lato corretto (dimensioni barche) 2) Parabordi posizionati correttamente 3) 4) Motore in folle quando ci si è affiancati 5) Accostata mentre la barca a vela si trova "in panna"	Accosto da sopravvento Accostata dolce, senza colpire la barca Prue dalla stessa parte
4 Presa del gavittello (eseguita come se si fosse soli a bordo)		
<b>valutare</b>	1) Avvicinamento con motore al minimo 2) Presa effettuata al mascone sottovento 3) Motore in folle appena preso il gavittello 4) Il motore non si spegne mai durante la manovra 5) Si passa la cima di prua a doppiino sul gavittello	Preso dal lato della timoneria
5 Rimorchio di 2 barche a vela		
<b>valutare</b>	1) 2) 3) 4) 5)	Passaggio corretto di fianco alle barche da trainare (setto Uso corretto dell'archetto a poppa del gommone Nodo eseguito rapidamente e con possibilità di sgancio ra Fa alzare un poco la deriva e spostare i pesi a poppa sull Partenza senza strappi e con velocità in lenta progressio
6 Partenza e rientro:	a/da un ormeggio	la/da un pontile
<b>valutare</b>	1) La barca non tocca mai il pontile durante la prova 2) Uso corretto delle marce 3) Uso corretto del timone 4) Motore sempre al minimo 5) Esecuzione in non più di 30"	Partenza senza strisciare il gommone al pontile riposte in ordine e cima di prua fissata dentro al gommone Partenza e avvicinamento con il motore al minimo Accostata al pontile con motore in folle Rientro senza strisciare il gommone al pontile

3. Prova pratica a vela (a scelta del corsista usare una barca a bulbo o una a deriva mobile)

Prove di selezione

**VELA**  
salvagente  
sempre  
indossato

IDONEITA' con 18/30

esecuzione corretta = 1 punto

esecuzione non corretta = 0 punti

*Scegliere trenta punti da verificare tra quelli proposti o applicare una proporzione per una valutazione in trentesimi*

	BARCA A BULBO	BARCA A DERIVA MOBILE
<b>1 Partenza</b>		
<b>valutare</b>	1) cime d'ormeggio liberate correttamente	vario della barca con randa ammainata o vele al vento
	2) equipaggio in posizione	partenza da spiaggia/pontile/scivolo in sicurezza
	3) vele invergate per favorire la manovra	uso corretto delle vele per liberare l'area di varo
	4) uso corretto del motore in manovra	uso corretto della deriva per liberare l'area di varo
	5) uso corretto del timone in manovra	uso corretto del timone per liberare l'area di varo
<b>2 Navigare attorno ad un percorso a triangolo (boa 1 al vento, lati di 100 m)</b>		
<b>valutare</b>	1) regolazione sempre corretta delle vele	
	2) assetto sempre corretto	
	3) uso sempre corretto del timone	
	4) scelta corretta del piano velico	uso corretto della deriva
	5) percorso e rotte corrette in funzione del vento	
<b>3 Navigare seguendo un percorso circolare attorno a un oggetto ancorato</b>		
<b>valutare</b>	1) Compiere una rotta a non più di 3 lunghezze dal gommone	
	2) Compiere una sola virata e una sola abbattuta corrette	
	3) Vele sempre a segno	
	4) Assetto sempre corretto	
	5) Non si perde mai il controllo della rotta	
<b>4 Presa di terzaroli</b>		
<b>valutare</b>	1) barca di bolina con randa lasca	
	2) amantiglio in tensione	uso corretto dell'assetto
	3) azione corretta su drizza e brancarella di mura	
	4) Borosa correttamente tesata dopo la drizza	
	5) maafioni legati correttamente	
<b>5 Sicurezza</b>	<b>Recupero di uomo in mare (simulato)</b>	<b>Scuffia e raddrizzamento</b>
<b>valutare</b>	1) Barca perfettamente ferma quando in posizione per il recupero	Raddrizzare al primo tentativo
	2) Contatto visivo costante con l'UAM	Azione corretta sulla deriva
	3) Anulare e cima tempestivamente lanciate	Controllo corretto della barca dall'acqua
	4) Recupero effettuato all'altezza della sartia sopravvento	Risalire prontamente ed in modo corretto in barca
	5) La barca non cambia mura durante il recupero	Mantenere il controllo di se stessi e della situazione
<b>6 Rientro</b>		
<b>valutare</b>	1) cime d'ormeggio correttamente date volta	barca ferma al punto di discesa dell'equipaggio
	2) equipaggio in posizione	uso corretto delle vele per l'avvicinamento al punto di alaggio
	3) vele invergate per favorire la manovra	uso corretto della deriva per l'avvicinamento al punto di alaggio
	4) uso corretto del motore in manovra	aggio della barca con randa ammainata o con prua controvento
	5) uso corretto del timone in manovra	rientro corretto al primo tentativo