



## **LEGA NAVALE ITALIANA**

### **PROGRAMMA DEI CORSI DI FORMAZIONE**

#### **1 – Meteorologia Nautica**

- Interpretazione delle carte sinottiche al suolo e loro correlazione alle situazioni in quota.
- Previsione della forza del vento e stato del mare.
- Vorticità e spostamento degli assi di saccatura.
- Scelta della Rotta più agevole nella pianificazione di una navigazione costiera.
- Interpretazione degli strumenti meteorologici con il linguaggio standard dei bollettini meteo.

#### **2 – Teoria della Vela – Tecniche di Regolazione**

- yacht a vela, tipologie, caratteristiche e scafi
- albero e attrezzatura.
- cavi, paranchi, winch e nodi
- vento e mare, nomenclatura, scale, caratteristiche
- aerodinamica del vento sulle vele, flusso laminare e regime di spinta
- andature
- tecniche di virata e abbattuta
- vento reale e vento apparente
- equilibrio velico
- parametri delle vele: angolo di incidenza, concavità, freccia, apertura balumina
- congegni di regolazione delle vele
- regolazione dell'albero e del sartame
- riduzione di velatura
- conduzione di spinnaker e gennaker, regolazioni
- manovre a vela di recupero dell'uomo in mare.

#### **3 – Navigazione e manovre**

Richiami sugli argomenti:

- Ormeaggio e disormeaggio a vela e motore - Ancoraggio a vela e motore - Manovre uomo a mare - Ricerca uomo a mare - Cappa e panna - Navigazione a vela nel cattivo tempo, strategia e tattiche - Emergenze in mare - Uso dei segnali di emergenza.
- Coordinate geografiche – Rotta, Prora, Rilevamenti, pilotaggio – Effetti del vento e della corrente sulla rotta – Carteggio (carte, tipologia, simbologia, scala) – Pianificazione della navigazione costiera (precedenze, fari, fanali, portolano) – Ortodromia e Lossodromia, Tavole Nautiche – Strumenti di bordo, uso del VHS, GPS e altre strumentazioni – Regolamenti per la navigazione a vela e a motore.

#### **4 – Norme sul Diporto e la Sicurezza della Navigazione**

- Illustrazione delle nuove disposizioni di legge sul Diporto.
- Illustrazione delle ordinanze e delle norme relative alla Sicurezza della Navigazione (Controlli e scadenze dei Documenti di bordo e del Materiale di Sicurezza).
- Richiami sulle Responsabilità e Doveri dello Skipper/Istruttore/Esperto Velista.

## **5 – Regolamento di regata**

- Richiami sugli aggiornamenti al Regolamento ed agli Articoli più impiegati.

## **6 – Metodologia di insegnamento**

- Varie tecniche di insegnamento in relazione all'età degli allievi.
- Applicazione di un linguaggio adeguato nella illustrazione di vari argomenti (manovre, andature, definizione delle precedenze, sicurezza personale e dotazioni di sicurezza e loro impiego).
- Preparazione grafico-visiva di una lezione.

## **7 – Medicina Sportiva**

- Richiami di primo soccorso sanitario in caso di traumi, colpi di sole, colpi di calore.
- Richiami sulle basilari Norme di prevenzione e Alimentazione di base.

## **8 – Ecologia marina**

- L'ambiente marino: ecosistema e proprietà della fascia costiera.
- Le forme di alterazione e di inquinamento del mare.
- Le norme di comportamento per la tutela dell'ambiente marino.
- Aree marine protette (AMP), cenni sulla direttiva internazionale (ONU, IMO) e le norme nazionali.