

ESCOLA VELA MATARÓ



**DISCIPLINA
ESPORTS
NÀUTICS
VELA
LLEUGERA**

Projecte elaborat per:
Escola Vela Mataró

ESCOLA VELA MATARÓ

Índex

- Unitat didàctica 1: **El Vaixell** pàgina 03
- Unitat didàctica 2 : **Meteorologia** pàgina 05
- Unitat didàctica 3: **Maniobres** pàgina 08
- Unitat didàctica 4: **Els Rumbs** pàgina 09
- Unitat didàctica 5: **Seguretat** pàgina 14
- Bibliografia pàgina 15

ESCOLA VELA MATARÓ

Etapa: BATXILLER

Cicle: Primer

Escola Vela Mataró

Unitat didàctica 1: El Vaixell

- Part 1: Descripció de l'embarcació.
- Part 2: Com funcionen les embarcacions de vela.
- Part 3: Medi inestable.
- Part 4: Nusos mariners.
- Part 5: Aparellar i desapparellar l'embarcació.

1- JUSTIFICACIÓ

En aquesta unitat es presenta l'embarcació de vela lleugera, tenint present els diferents tipus de bucs i fent èmfasi en les seves parts per tal de fer més efectiu el treball posterior. Aquest consistirà tant en aparellar com en desapparellar l'embarcació així com fer-se a la mar i entendre el per què navega.

2- OBJECTIUS DIDÀCTICS

1. Diferenciar els tipus d'embarcacions de vela lleugera.
2. Utilitzar el vocabulari en el context adequat.
3. Conèixer les diferents parts del vaixell i la seva utilitat.
4. Representar una embarcació de vela lleugera i les seves parts.
5. Conèixer i aplicar els diferents nusos mariners.
6. Treballar l'equilibri que provoca la inestabilitat del medi.

3- COMPETÈNCIES BÀSIQUES

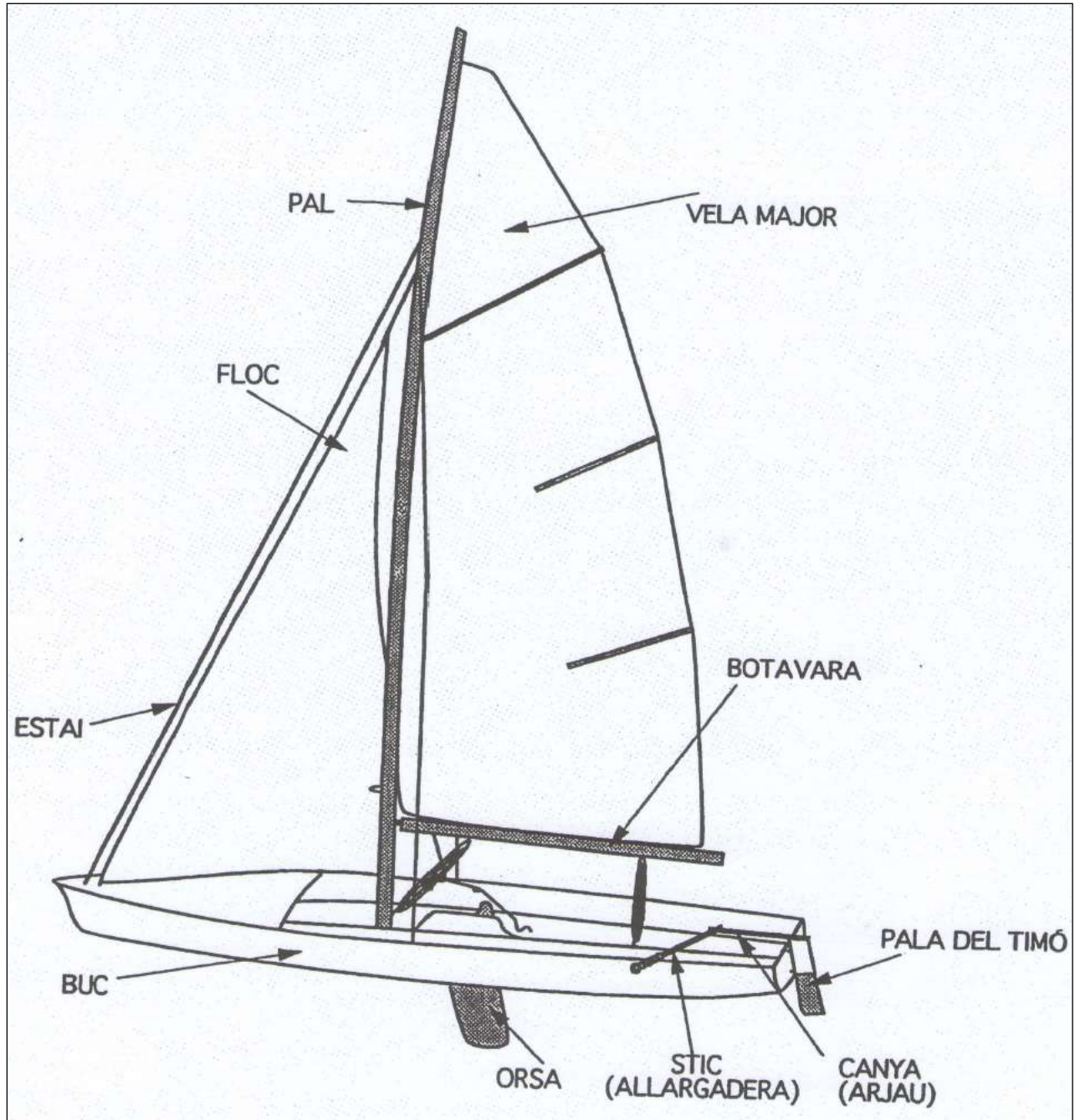
Es treballarà la competència comunicativa i lingüística juntament amb el tractament de la informació així com l'autonomia i iniciativa personal, i el coneixement i la interacció amb el món físic.

5- SEQÜÈNCIA D'ACTIVITATS

La primera presa de contacte es realitzarà amb la part teòrica però seguidament s'integraran els coneixements aplicant la teoria mitjançant la pràctica en les embarcacions.

ESCOLA VELA MATARÓ

Parts del vaixell



ESCOLA VELA MATARÓ

Etapa: BATXILLER

Cicle: Primer

Escola Vela Mataró

Unitat didàctica 2: Meteorologia

- Part 1: Observació meteorològica
- Part 2: Mal o bon temps?

1- JUSTIFICACIÓ

En aquesta unitat es treballen els fenòmens meteorològics per tal de fer més segura la pràctica esportiva.

2- OBJECTIUS DIDÀCTICS

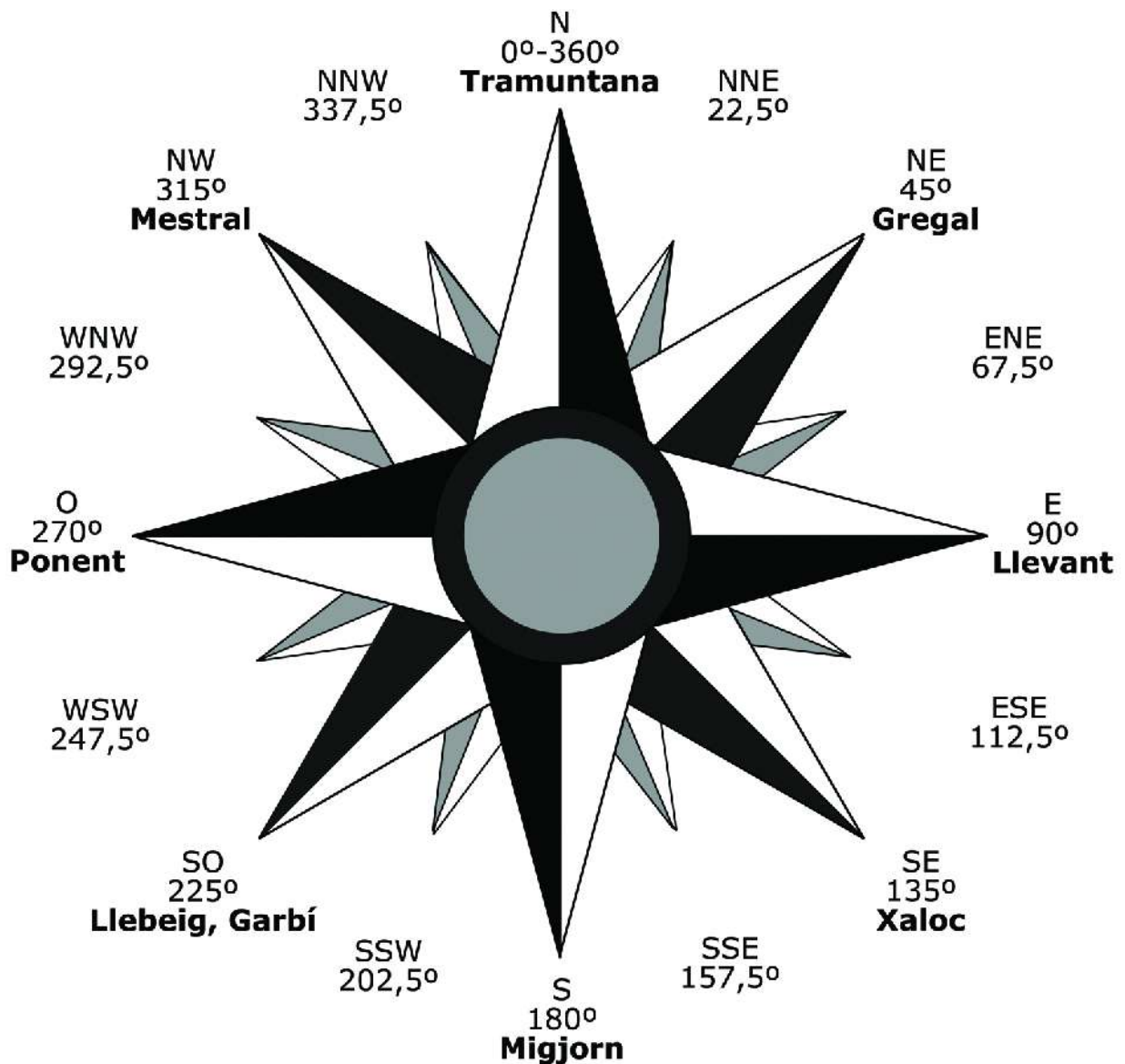
1. Els vents: intensitat (escales de vent i mar): Escala de Douglas i Escala de Beaufort i direcció (rosa dels vents)
2. Conèixer els vents més típics de la zona.
3. Funcionament de les brises tèrmiques (marinada i terral).
4. Interpretar un mapa meteorològic.
5. Reconèixer la diferència entre els anticiclons i les depressions.
Causes i conseqüències dels afloraments costaners (upwelling).
6. Conèixer les diferències entre borrasca i anticicló.

3- COMPETÈNCIES BÀSIQUES

Es treballarà la competència del tractament de la informació així com la competència lingüística i audiovisual.

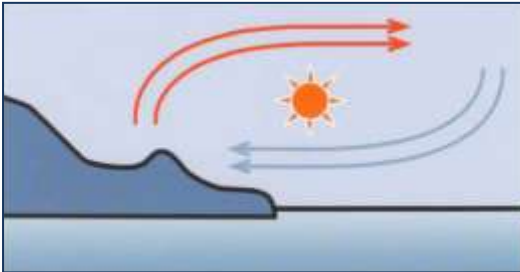
ESCOLA VELA MATARÓ

ROSA DELS VENTS



ESCOLA VELA MATARÓ

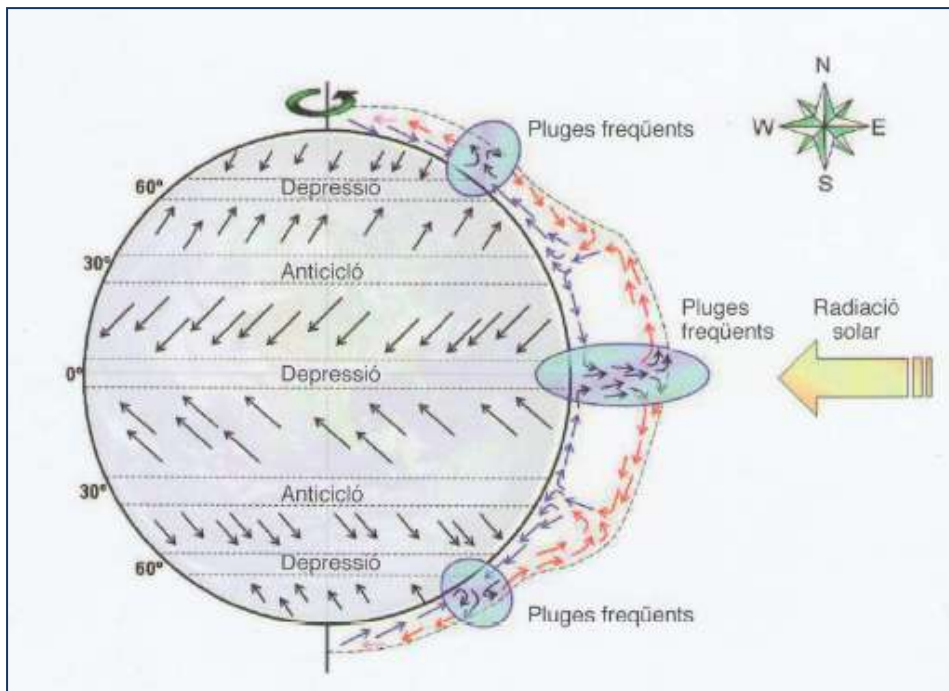
Marinada



Terral



Anticiclons i depressions. Afloraments costaners (upwelling)



Previsió meteorològica: interpreteu un mapa del temps

Cerqueu un mapa del temps actual, interpreteu els símbols i redacteu la previsió meteorològica.

ESCOLA VELA MATARÓ

Etapa: BATXILLER

Cicle: Primer

Escola Vela Mataró

Unitat didàctica 3: Maniobres

- Part 1: Proa vent, posició neutra.
- Part 2: Amollar, Caçar, Arribar, Orsar.
- Part 3: Virada per avant, virada en rodó.

1- JUSTIFICACIÓ

En aquesta unitat es treballen les maniobres bàsiques per a poder navegar.

2- OBJECTIUS DIDÀCTICS

1. Fomentar el treball en equip.
2. Equilibrar el vaixell.
3. Familiaritzar-se amb el timó i l'escota.
4. Treballar els diferents rols dins de l'embarcació.
5. Orientar-se en l'espai per mantenir el rumb correcte.

4- COMPETÈNCIES BÀSIQUES

Es treballarà la competència social i ciutadana ja que la comunicació i els rols entre els tripulants és clau per duu a terme aquestes maniobres. També es treballarà la competència matemàtica en relació a la situació espacial.

Els moviments i els músculs emprats en la vela

A l'hora de posar a punt una embarcació, quins són els moviments i els músculs que es treballen? Per poder fer aquest exercici utilitzeu el dibuix d'una persona.

Les vivències de la pràctica de la vela

Explica de manera estructurada la teva experiència i sensacions durant la navegació. Aproximadament ha de ser de 250 paraules.

ESCOLA VELA MATARÓ

Etapa: BATXILLER

Cicle: Primer

Escola Vela Mataró

Unitat didàctica 4: Els Rumbs

- Part 1: El vent.
- Part 2: Sobrevent / Sotavent.
- Part 3: Els rumbs.
-

1- JUSTIFICACIÓ

En aquesta unitat didàctica es presenta l'element clau en la navegació a vela: El vent. Es coneixeran les causes del vent, els noms que reben segons el seu origen, com identificar-lo, etc. També s'introduiran els diferents rumbs que existeixen en el món de la vela.

2- OBJECTIUS DIDÀCTICS

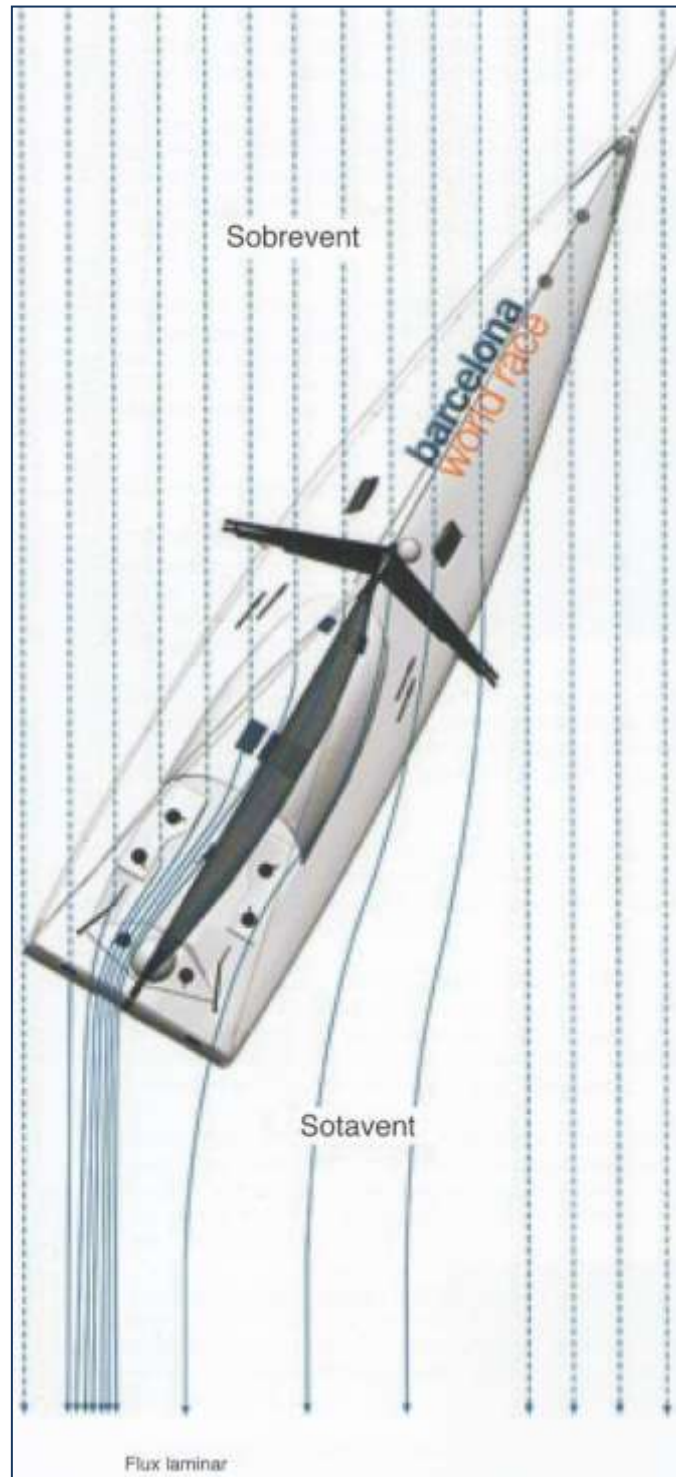
1. Treballar la Rosa dels Vents
2. Saber d'on ve el vent. Ubicar-se respecte al vent.
3. Interpretar la velocitat del vent i quantificar-la. Vent aparent i vent real.
4. Experimentar amb la posició de la vela en els diferents rumbs.
5. Navegar en els diferents rumbs i conèixer-ne la nomenclatura.

4- COMPETÈNCIES BÀSIQUES

Es treballarà la competència d'ubicació espacial de l'embarcació en referència al vent i la de cooperació en petits grups.

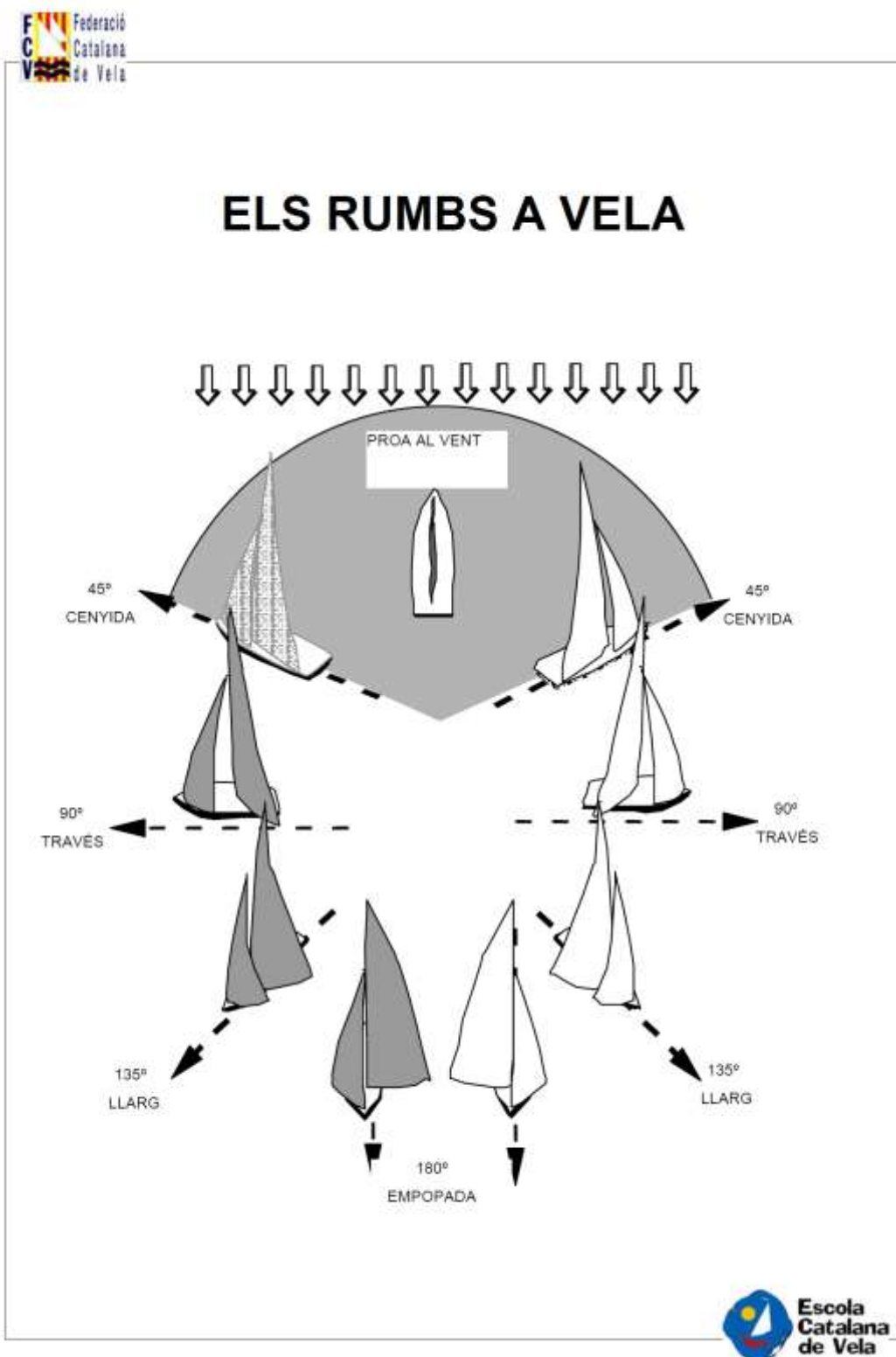
ESCOLA VELA MATARÓ

Sobrevent i sotavent



ESCOLA VELA MATARÓ

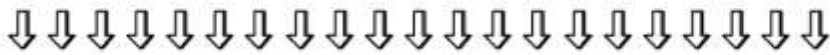
Rumbs de navegació respecte al vent



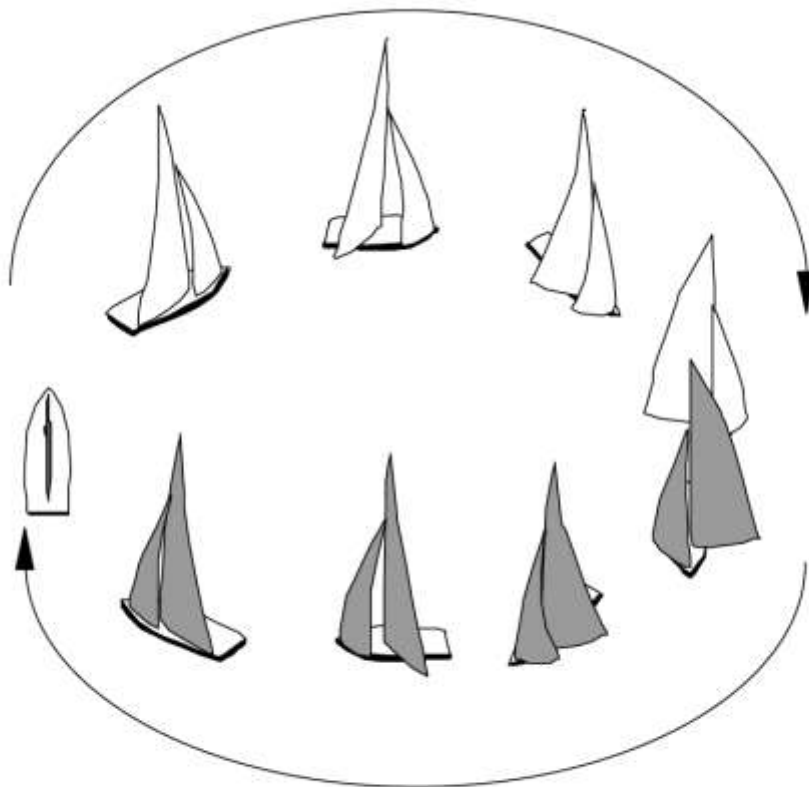
ESCOLA VELA MATARÓ



CERCLE DE RUMBS



Arribar

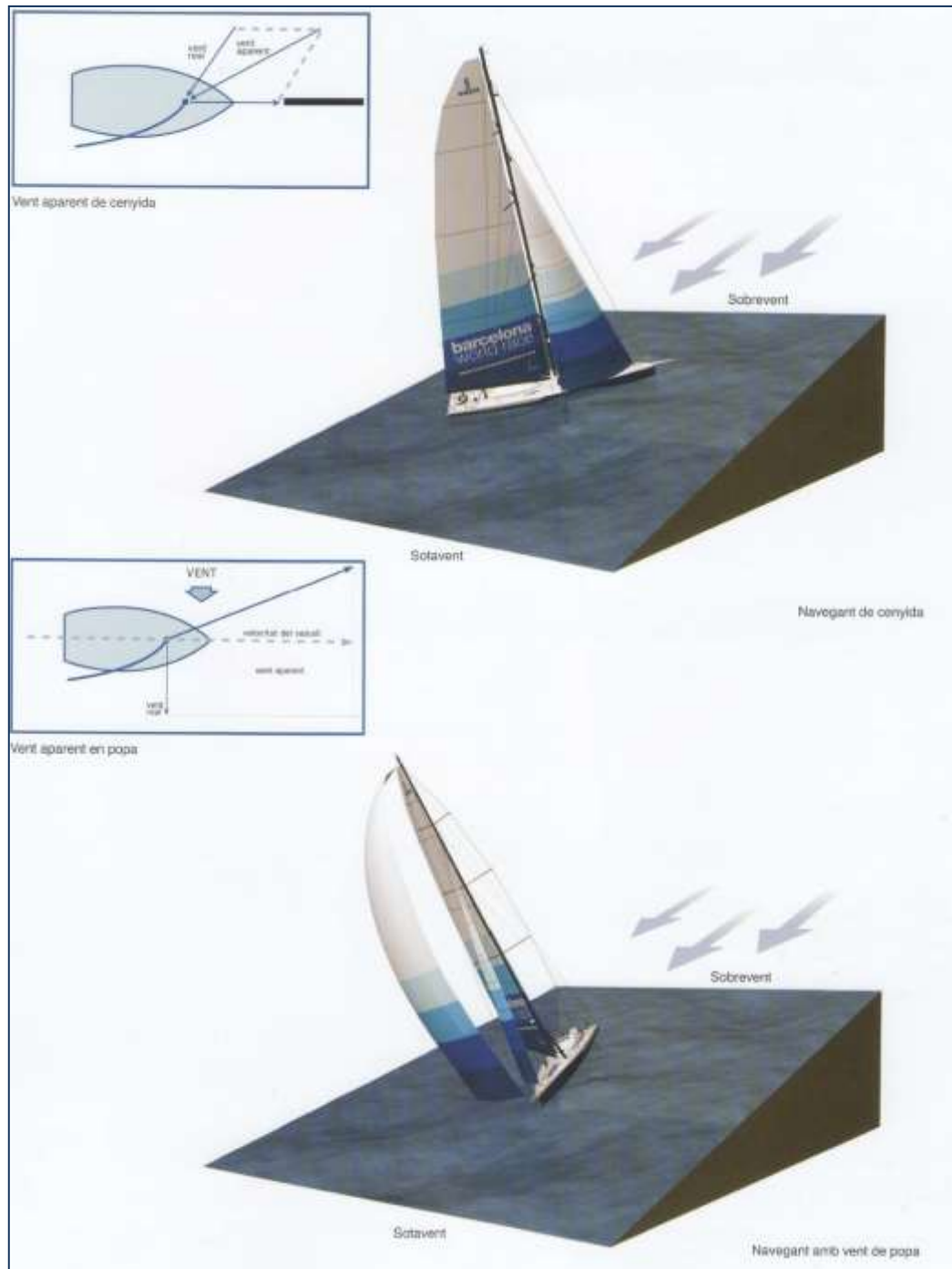


Orsar



ESCOLA VELA MATARÓ

Diferenciar el vent aparent i el vent real en tots els rumbos
Vent aparent i vent real en cenyida i en popa



ESCOLA VELA MATARÓ

Etapa: BATXILLER

Cicle: Primer

Escola Vela Mataró

Unitat didàctica 5: Seguretat en la mar

- Part 1: Elements de seguretat.
- Part 2: Nusos mariners.
- Part 3: Proa vent, posició neutra.

1- JUSTIFICACIÓ

En aquesta unitat es treballen els perills i els elements de seguretat per gaudir d'una activitat de vela sense complicacions.

2- OBJECTIUS DIDÀCTICS

1. Conèixer les normes bàsiques de seguretat.
2. Els elements bàsics de seguretat.
3. Prendre mesures bàsiques de seguretat.
4. Conèixer i aplicar els diferents nusos mariners.

4- COMPETÈNCIES BÀSIQUES

Es treballarà l'assimilació i el tractament de la informació.

Elements de seguretat:

- Cadira
- Bengala
- Bomba
- Radio UHF Portàtil
- Estació meteorològica
- Radio UHF

Nusos mariners

Enumera 3 nusos mariners molt emprats en la navegació a vela i practica'ls fins a saber fer-los amb els ulls tancats!

ESCOLA VELA MATARÓ

Bibliografia

- Programa educatiu Barcelona World Race.
- Programa educatiu: *Volta al món a Vela*. Federació Catalana de Vela. Barcelona, desembre de 2000. B 3359-2001.
- Tallers nàutics de l'Escola Catalana de Vela.
- Quaderns "Bàsic" Federació Catalana de Vela.
- Vamos a Navegar. Blanca Payeras. Ed. Noray.