



## **PROGETTO**

### **“VELA D'ALTURA: COME RICONOSCERE I PERCORSI DI QUALITÀ”**

Corso nazionale di formazione e aggiornamento per insegnanti di *Educazione Fisica / Matematica e Fisica / Scienze naturali* delle scuole Primarie e *Secondaria di 1° e 2° grado*

*Anno scolastico 2018/2019*

## **PROGRAMMA**

### ***Date, giornate, orari, monte ore totale, luogo di svolgimento***

Il corso si svolgerà in 2 sessioni, 1 a Marzo e 1 a Ottobre.

Le sessioni si svolgeranno nella seguente modalità: 3 giorni consecutivi (nel caso gli orari indicati non siano nelle disponibilità dei partecipanti contattare comunque l'organizzazione per una verifica).

Il corso itinerante prevede 20 ore Full Immersion su barche a vela da 10 a 14 metri.

Le zone di navigazione sarà la Versilia.

### ***I relatori/formatori***

Istruttori di Vela abilitati secondo la normativa dello stato, con in più la qualifica di Tecnico Educatore UISP. Alcuni hanno la qualifica di Formatore UISP Regionale o Nazionale.

Sarà presente 1 istruttore ogni 6/8 allievi.

### ***I destinatari***

Insegnanti di Educazione Fisica/Matematica e Fisica/Scienze naturali delle scuole Primarie e Secondaria di 1° e 2° grado

Personale docente non delle materie sopra riportate o personale non docente interessati ai contenuti del corso.

Il corso si rivolge a tutti, anche a chi per la prima volta si affaccia a questa attività culturale-sportiva in ambiente naturale.

L'itinerario previsto prevede un impegno psicofisico molto moderato.

Numero minimo di partecipanti per sessione: 6

Numero massimo di partecipanti per sessione: 60

### ***Informazioni per i partecipanti***

Corso di Vela itinerante su Cabinato (3 giorni).

Imbarco il primo giorno alle ore 17:00

Sbarco alle ore 17:00 dell'ultimo giorno.

La quota di partecipazione comprende: Iscrizione al Corso; Utilizzo della barca per l'intera durata del Corso; Istruttore di vela; Lezioni teoriche, didattiche e pratiche di vela su imbarcazioni d'altura; Tasse portuali; Carburante; Esame finale (per chi ha ultimato l'iter formativo).

***Bonus Carta del Docente: si***



Per chi non usufruisce del bonus Carta del Docente contattare la segreteria per informazioni sulle modalità di pagamento.

N.B. Il corso necessita la presentazione di certificato medico per “attività sportiva non agonistica” generico o specifico per l'attività di vela.

"Si fa presente che tali giornate di formazione rientrano nelle cinque previste da CCNL Comparto scuola, con esonero dal servizio."

### ***Programma didattico del Corso***

**Parte tecnica/pratica:** Conoscenza delle barche, sicurezza della navigazione, ormeggi, andature, virate, abbattute, regolamento e tecniche di regata di base.

**Parte teorico-didattica:** Ecologia ed ambiente marino, organizzazione di una scuola di vela, matematica e fisica applicati allo sport della vela, sicurezza.

### ***Svolgimento indicativo di massima del Corso***

Lo svolgimento sotto riportato a causa delle condizioni meteo potrà subire delle variazioni che non comporteranno una mancanza dal punto di vista del programma didattico svolto, ma anzi saranno l'occasione di approfondimenti sul meteo e sulla sicurezza.

### ***Timetable del corso***

1°g. Imbarco alle 17,00. Briefing sicurezza in aula, nomenclatura e funzionamento della barca vela in barca.

2°g. Dalle 9,00 alle 12,30 sessione in aula;  
dalle 13,30 alle 19,30 ormeggi e conduzione in barca.

3°g. Dalle 9,00 alle 12,00 sessione in aula;  
dalle 13, alle 16,30 ormeggi e conduzione in barca;  
alle 16,30 test di apprendimento

Sbarco alle 17,00 circa.



## **PROGETTO “LO SPORT DELLA VELA: DIVENTA UN LUPO DI MARE”**

Corso nazionale di formazione e aggiornamento per insegnanti di *Educazione Fisica / Matematica e Fisica / Scienze naturali* delle scuole Primarie e *Secondaria di 1° e 2° grado*

*Anno scolastico 2018/2019*

### **PROGRAMMA**

#### ***Date, giornate, orari, monte ore totale, luogo di svolgimento***

Il corso si svolgerà in 3 diverse sessioni nei mesi di Aprile e Maggio Per il tipo di attività, a causa del meteo potrà essere necessario variare le date.

Le sessioni si svolgeranno in due modalità: 5 giorni consecutivi; 3 gruppi non consecutivi di 2 giorni consecutivi (nel caso le date di partenza indicate non siano nelle disponibilità dei partecipanti contattare comunque l'organizzazione per una verifica).

Il corso itinerante prevede 60 ore Full Immersion su barche a vela da 10 a 14 metri.

Le zone di navigazione saranno tra le 5 Terre, la Versilia e l'Arcipelago Toscano.

#### ***I relatori/formatori***

Istruttori di Vela abilitati secondo la normativa dello stato, con in più la qualifica di Tecnico Educatore UISP. Alcuni hanno la qualifica di Formatore UISP Regionale o Nazionale.

Sarà presente 1 istruttore ogni 6/8 allievi.

#### ***I destinatari***

Insegnanti di Educazione Fisica/Matematica e Fisica/Scienze naturali delle scuole Primarie e Secondaria di 1° e 2° grado

Personale docente non delle materie sopra riportate o personale non docente interessati ai contenuti del corso.

Il corso si rivolge a tutti, anche a chi per la prima volta si affaccia a questa attività culturale-sportiva in ambiente naturale.

L'itinerario previsto prevede un impegno psicofisico moderato e graduale.

Numero minimo di partecipanti per sessione: 6

Numero massimo di partecipanti per sessione: 20

#### **Corso di Vela itinerante su Cabinato (5 giorni).**

Imbarco il primo giorno alle ore 09:00

Sbarco alle ore 18:00 dell'ultimo giorno.

#### **Corso di Vela itinerante su Cabinato (3 x 2 giorni).**

Imbarco il primo giorno alle ore 09:00

Sbarco alle ore 19:00 del secondo giorno.

La quota di partecipazione comprende: Iscrizione al Corso; Utilizzo della barca per l'intera durata del Corso; Istruttore di vela; Le lezioni di educazione alimentare ed ambientale;



Lezioni teoriche, didattiche e pratiche di vela su imbarcazioni d'altura; Tasse portuali; Carburante; Esame finale (per chi ha ultimato l'iter formativo).

**Bonus Carta del Docente: si**

Per chi non usufruisce del bonus Carta del Docente contattare la segreteria per informazioni sulle modalità di pagamento.

N.B. Il corso necessita la presentazione di certificato medico per "attività sportiva non agonistica" generico o specifico per l'attività di vela.

"Si fa presente che tali giornate di formazione rientrano nelle cinque previste da CCNL Comparto scuola, con esonero dal servizio."

### ***Programma didattico del Corso***

**Parte tecnica/pratica:** Conoscenza delle barche, sicurezza della navigazione, ancoraggi, ormeggi, andature, virate, abbattute, nodi, meteorologia, regolazione delle vele, lettura carte nautiche, astronomia, G.P.S., regolamento e tecniche di regata con particolare riferimento ai campionati studenteschi.

**Parte teorico-didattica:** Ecologia ed ambiente marino, costumi e tradizioni popolari, matematica e fisica applicati allo sport della vela.

### ***Itinerari indicativi di massima del Corso***

Gli itinerari sotto riportati a causa delle condizioni meteo potranno subire delle variazioni che non comporteranno una mancanza dal punto di vista del programma didattico svolto, ma anzi saranno l'occasione di approfondimenti sul meteo e sulla sicurezza.

#### ***Itinerario "Elba" 5 gg. (147 miglia)***

1°g. Imbarco alle 9,00. Briefing, cambusa e poi navigazione costiera da Viareggio per Castiglioncello (30 m).

2°g. Traversata da Castiglioncello per Capraia (30 m).

3°g. Traversata dall'isola di Capraia a Marciana Marina (22 m). Sosta a capo S.Andrea (is. D'Elba)

4°g. Veleggiata da Marciana Marina per Castiglioncello (35 m). Sosta alle Secche di Vada.

5°g. Navigazione costiera da Castiglioncello a Viareggio (30 m). Sosta alla Torre della Meloria.

All'arrivo sistemazione e pulizia dell'imbarcazione. Sbarco alle 19,00 circa.

#### ***Itinerario 2gg. 1° turno (49 miglia)***

1°g. Imbarco alle 9,00. Si mollano gli ormeggi verso l'isola di Palmaria/Portovenere (22 m)

2°g. Veleggiata, ancoraggio allo Scoglio Feraie per pranzo. Rientro a Viareggio (28 m).

All'arrivo sistemazione e pulizia dell'imbarcazione. Sbarco alle 19,00 circa.



***Itinerario 2gg. 2° turno (50 miglia)***

0°g. Imbarco alle 21,00. Veleggiata notturna da Viareggio per Marina di Pisa, notte nel fiume Arno (12 m).

1°g. Veleggiata costiera verso Quercianella (14 m). Sosta per pranzo alla Torre della Meloria.

2°g. Veleggiata, sosta allo Ship Light per pranzo. Rientro a Viareggio (24 m)

All'arrivo sistemazione e pulizia dell'imbarcazione. Sbarco alle 19,00 circa.

***Itinerario 2gg. 3° turno (109 miglia)***

0°g. Imbarco alle 20,30. Traversata notturna da Viareggio all'isola di Capraia (52 m)

1°g. Permanenza con veleggiata nell'isola di Capraia, notte in rada (5 m)

2°g. Rientro da Capraia a Viareggio (52 m).

All'arrivo sistemazione e pulizia dell'imbarcazione. Sbarco alle 19,00 circa