

PROGRAMA DE CURSOS DE ESCOLA DE VELA

Ao completar a iniciação o velejador deve ser capaz de executar as tarefas aqui descritas. (As tarefas práticas deverão ser executadas sob a orientação e supervisão do monitor).

CONHECIMENTOS TEORICOS (EM TERRA)

I – Segurança

O velejador deve ser capaz de:

1. Explicar em que circunstâncias deve usar o colete de flutuação
2. Vestir e ajustar correctamente um colete de flutuação sabendo identificar:
 - Tamanho e peso do utilizador do colete;
 - O estado de conservação do colete.
3. Saber identificar que vestuário e equipamento pessoal deve usar nas seguintes condições:
 - Debaixo de sol forte;
 - Debaixo de chuva ou em tempo húmido;
 - Com frio e água fria;
 - Que calçado utilizar.
4. Descrever as seguintes acções a levar a cabo imediatamente após um viranço:
 - Verificar se ninguém ficou preso por cabos ou velas;
 - Verificar que todos os membros da tripulação estão em segurança;
 - Manter-se sempre junto ao barco;
 - Desvirar o barco de uma forma correcta.
5. Citar de memória a palamenta que é obrigatória ter a bordo do barco em que veleja, bem como a constituição do mesmo;

II – MARINHARIA

O velejador deve ser capaz de:

6.
 - Executar sozinho:
 - um nó direito;
 - um nó de oito;
 - um lais de guia;
 - uma volta de fiel.
 - Descrever a utilidade dos nós nas embarcações à vela bem como a sua principal utilização;
7. Descrever quatro maneiras de encontrar a direcção do vento;



CLUBE NAVAL DE LEÇA
INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

III – DESTREZAS A BORDO

O velejador deve ser capaz de:

9. Andar de pé a bordo;
10. Amarrar uma bossa a um cunho;
11. Entrar a bordo e sair rapidamente, de uma forma segura, bem como ter a capacidade de se equilibrar quando o barco adorna, está instável ou em qualquer outra situação que decorra a bordo;

IV – APARELHAR

O velejador deve ser capaz de:

12. Aparelhar o seu barco sem ajuda, envergando e amarrando as velas, montando o leme e o patilhão, bem como montando toda a restante palamenta que o seu barco necessite;
13. Arrumar correctamente a bordo a palamenta da sua embarcação;

V – MANOBRA

O velejador deve ser capaz de:

14. Identificar a direcção do vento de uma forma rápida e correcta;
15. Percorrer sozinho, à pagaia, uma distância de 30 metros, sem usar o leme e em linha recta;
16. Percorrer sozinho, sem vela, apenas com o leme e patilhão, uma distância de 30 metros e em linha recta;
17. Proceder a ajustes simples na mareação da vela (navegação com fiapos);
18. Proceder a ajustes simples de rumo, com o leme (navegação com fiapos);
19. Desvirar o barco em que navega subindo de seguida para o seu interior, esvaziando-o de água de imediato;

VI – AMARRAR, DESAPARELHAR E LAVAR

O velejador deve ser capaz de:

20. Amarrar o barco a um cais, bóia, ferro ou poita;
21. Sem auxilio desaparelhar o barco utilizado;
22. Lavar o barco utilizado e guardar toda a palamenta do mesmo.

