

PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DA VELA

Iniciação

Segurança:

1 – O velejador deve saber vestir e ajustar um colete de flutuação de modelo aprovado e explicar:

- a)-Porque é que se trata de um modelo aprovado ao tamanho e peso do velejador;
- b)-Como verificar se o colete se encontra em bom estado.

2 – O velejador deve saber descrever e mostrar o vestuário e equipamento pessoal adequado para velejar de acordo com as condições climáticas.

3 – O velejador deve saber de memória a palamenta mínima obrigatória a ter a bordo do Optimist.

4 – O velejador deve saber descrever as seguintes ações a desencadear imediatamente após o barco virar;

- a) Tentar evitar que o barco fique de patilhão ao ar;
- b) Manter-se sempre agarrado ao barco com uma mão;
- c) Como desvirar.

Marinharia, cultura náutica, aparelhar e desaparelhar:

1 – O velejador deve ser capaz de executar sozinho:

- a) Volta de cunho;
- b) Nó de oito;
- c) Lais de guia.

- Saber descrever a utilidade de cada um.

2 – O velejador deve saber identificar as seguintes partes da embarcação

a) Casco, proa, popa, costado, borda, verdugo, fundo, poço, bancada de mastro, enopra, carlinga, flutuador, cinta para fazer prancha, caixa de patilhão, ferragens do leme, cana do leme, leme.

3 – O velejador deve saber identificar as seguintes partes do aparelho: mastreação, velame, massame e poleame.

Mastro, retranca, espicha, testa, esteira, valuma, guruntil, punho da pena, punho da boca, punho da amura, punho da escota, saco das réguas, réguas, insígnia/logótipo da classe, letras indicativas do País, número de registo do barco na classe, escota, boca, boomjack, cunningham e contra cunningham, moitão, olhal, cunho, mordedor, passador, manilha, verte douro, pagaia.

4 – O velejador deve saber identificar os seguintes termos.

Bombordo, estibordo, orçar, arribar, caçar, folgar, bolina, largo, popa, virar por avante, virar de roda, adornar, fazer prancha, timoneiro, a barlavento, a sotavento, velejar à bolina, velejar ao largo, velejar à popa, bolina cerrada, bolina folgada, pelo través, largo fechado, largo aberto, popa rasada, amurado a estibordo, amurado a bombordo.

5 – O velejador deve saber aparelhar e desaparelhar o seu próprio barco, tratando a sua palamenta, arrumando-a corretamente, após a sua utilização.

6 – O velejador deve saber descrever como largar e chegar à vela com qualquer vento ou mar;

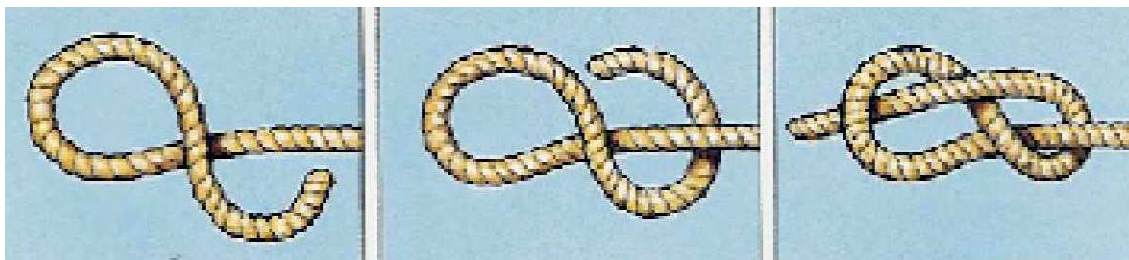
- a- A uma boia pneumática,
- b- A uma praia.

7 – O Velejador deve saber descrever e saber utilizar quatro formas distintas de encontrar a direção do vento em terra e no mar.

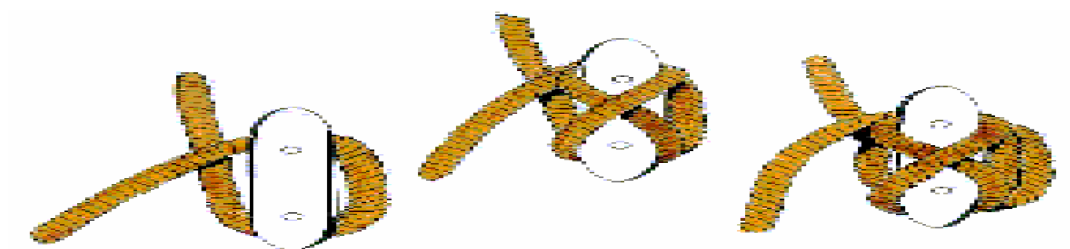
8 – O velejador deve saber fazer um triângulo de regata, esquematizando de uma forma correta as diversas mareações.

Nós:

Nó de Oito



Volta de Cunho



Lais de Guia

