

ESCUELA ESPAÑOLA DE VELA

ESTÁNDARES DE TABLA



COMISIÓN DE
ENSEÑANZA

		NIVEL INICIACIÓN - 1	NIVEL INICIACIÓN - 2
		<p>El curso de iniciación 1 aborda los conocimientos generales (seguridad, maniobras básicas) para poder ir donde se quiera en un perímetro sin dificultad y con unas condiciones meteorológicas fáciles y estables</p>	<p>El curso de Iniciación 2, es donde se confirman sus conocimientos generales y descubre diferentes facetas como maniobrar y orientarse, sin dificultad, en un perímetro definido y en condiciones meteorológicas adecuadas para la iniciación</p>
NIVEL ACCESO		<i>Ninguno</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de aparejar con ayuda - Conocer y ejecutar las maniobras de giro elemental - Conocer los medios para controlar la velocidad - Conocer vocabulario básico (orzar, arribar, virar, etc.) - Mantener de forma elemental un rumbo de través
COMPETENCIAS	MANIOBRAS	<ul style="list-style-type: none"> - EJECUTAR CORRECTAMENTE EL IZADO DEL APAREJO - EJECUTAR CORRECTAMENTE "LA POSICIÓN DE PARTIDA" - EJECUTAR CORRECTAMENTE LA MANIOBRA DE "ARRANQUE" - EJECUTAR CORRECTAMENTE "EL GIRO ELEMENTAL" - HACER DERIVAR LA TABLA CON LA VELA FLAMEANDO 	<ul style="list-style-type: none"> - SALIDAS Y ENTRADAS - (rampa, playa con viento adecuado) - ABARLOARSE A UNA NEUMÁTICA - PONERSE A LA CAPA - VIRAR POR AVANTE Y REDONDO - ARRANCAR Y PARAR
	NAVEGACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - MANTENER UN RUMBO DE TRAVÉS - MANTENER EL EQUILIBRIO DURANTE LA NAVEGACIÓN - CONOCIMIENTO DEL VIENTO (distintas formas de recibir el viento) - CORRECTA COLOCACIÓN POSTULAR 	<ul style="list-style-type: none"> - EJECUTAR LAS ACCIONES DE ORZAR Y ARRIBAR - NAVEGACIÓN EN POPA - REMONTAR EL VIENTO NAVEGANDO EN CEÑIDA - INICIARSE EN LA NAVEGACIÓN CON ARNÉS - POSICIÓN CORRECTA DEL CUERPO Y LOS PIES
	SEGURIDAD	<ul style="list-style-type: none"> - EJECUTAR CON SEGURIDAD LA PARADA DE EMERGENCIA - REALIZAR SEÑALES DE AYUDA CON EFECTIVIDAD - SER CAPAZ DE VOLVER REMANDO 	<ul style="list-style-type: none"> - EJECUTAR LAS MANIOBRAS ELEMENTALES DE AUTORRESCATE - CONOCER LAS NORMAS BÁSICAS PARA EVITAR ABORDAJES - SABER PREPARARSE PARA SER REMOLCADO
	TEORÍA TECNOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> - CONOCIMIENTO Y CUIDADO DEL MATERIAL - REALIZAR NUDOS SENCILLOS (ocho, llano, cote) - APAREJAR Y DESAPAREJAR CON AYUDA - SABER COMO TRANSPORTAR EL MATERIAL AL AGUA 	<ul style="list-style-type: none"> - RECONOCER TODAS LAS PARTES DE LA TABLA Y EL APAREJO - REALIZAR CORRECTAMENTE LOS NUDOS BÁSICOS - APAREJAR Y DESAPAREJAR DE FORMA AUTÓNOMA - DISTINGUIR ENTRE BARLOVENTO Y SOTAVENTO
DURACIÓN		Se recomiendan 24 horas de prácticas mínimo	Se recomiendan 24 horas de prácticas mínimo