

# PROGRAMA ISAF PARA ENSEÑAR A NAVEGAR (VELA LIGERA)



# PROGRAMA ISAF PARA ENSEÑAR A NAVEGAR

## VELA LIGERA

### CONTENIDOS

	Página
Términos y Condiciones de Uso	1
Introducción	2

### SECCIÓN 1 CENTRO DE ENSEÑANZA CERTIFICADO E INSPECCIONADO

Introducción	4
Condiciones para obtener la Certificación / Reconocimiento	4
Tipos de Barcos	4
Administración	5
Equipamiento e Instalaciones	6
Sistema de Enseñanza	7
Seguridad	9
Protección a los Niños	11
Sistema de Auditorias / Inspección	11

### SECCIÓN 2 DIRETRICES Y PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD

Introducción	14
Equipo	14
Aptitudes y habilidades de los Instructores	14
Conocimiento y gestión de riesgos	15
Operaciones	15
Normativa Local	17
Formación en Primeros Auxilios y Accidentes	17
Plan de Acción en caso de Incidentes Graves	17
Deber de Cuidado	18

### SECCIÓN 3 INSTRUCTORES

Introducción	20
Formador de Instructores	20
Instructor	20
Instructor Asistente	21
Programa de Formación de Instructores	22
Formación en el manejo de embarcaciones de Motor y de Seguridad	22
Quién enseña a Quién	23
Quién enseña Qué	23

**SECTION 4 PLAN DE ESTUDIOS**

Introducción	24
Primera Experiencia	25
Nivel 1 – Al Agua	27
Nivel 2 – Técnicas Básicas	28
Nivel 3 – Técnicas Intermedias	30
Opcional: Módulos Extra después del Nivel 3	33

**SECCIÓN 5 TÉCNICAS Y MÉTODOS DE ENSEÑANZA**

Introducción	37
--------------	----

## TERMINOS Y CONDICIONES DE USO

### 1. Propiedad Intelectual

A excepción del material de formación cedido por sus correspondientes autores y a los que se hace referencia en el Programa ISAF para Enseñar a Navegar, la Federación Internacional de Vela Ltd. (ISAF) es la única propietaria de los derechos (copyright) del *Programa ISAF para Enseñar a Navegar* y tiene, en exclusiva, el derecho de publicarlo en todos los formatos.

### 2. Situación

El Programa ISAF para Enseñar a Navegar es un borrador. Se ha realizado con propósitos formativos e informativos, para ayudar en el desarrollo de Programas Nacionales para Enseñar a Navegar.

La ISAF puede modificar el Programa ISAF para Enseñar a Navegar como crea conveniente y sin avisar. Las versiones actualizadas se publicarán en la página Web de la ISAF. Los usuarios del Programa son los únicos responsables de asegurarse de que están utilizando la última versión del mismo.

En lo que respecta a la información incluida en el Programa ISAF para Enseñar a Navegar, la ISAF no se hace responsable de las garantías y condiciones expuestas, incluyendo las garantías y condiciones implícitas de comercialización, adecuación a su propósito concreto y título.

### 3. Uso

Este documento es un borrador y, aunque el programa que contiene puede ser utilizado, los usuarios del mismo deben aceptar la responsabilidad de sus propias acciones. Estos no pueden, en modo alguno, afirmar que están aprobados o autorizados por la ISAF.

La utilización, en cualquier modo, del Programa ISAF para Enseñar a Navegar constituye la aceptación de estos Términos y Condiciones.

El Programa ISAF para Enseñar a Navegar no puede ser utilizado en referencia a ningún producto, servicio o actividad que no sean los de la ISAF y cualquier uso del mismo debe estar aprobado específicamente y por escrito por la ISAF.

Al Programa ISAF para Enseñar a navegar se accede con propósitos educacionales, informativos y formativos y sin otra intención comercial que la de ser una herramienta para la enseñanza.

### 4. Reproducción

Está expresamente prohibida la reproducción de cualquiera de las partes del Programa ISAF para Enseñar a Navegar sin previo consentimiento de la ISAF. Las solicitudes deben enviarse a la Secretaría de la ISAF, Ariadne House, Town Quay, Southampton, SO14 2QA, Hampshire, Great Britain. Email: [secretariat@isaf.co.uk](mailto:secretariat@isaf.co.uk)

Los derechos de reproducción pertenecen a la ISAF, excepto en aquellos casos en los que el Programa ISAF para Enseñar a Navegar reconozca otros derechos de reproducción.

### 5. Responsabilidad

Cada usuario del Programa ISAF para Enseñar a Navegar lo utiliza bajo su propio riesgo y la Federación de Vela Internacional, sus agentes, empleados y cualesquiera asociados con ella no son responsables de ninguna lesión o daño de cualquier naturaleza ocurrido en relación de tal uso.

## INTRODUCCIÓN

Este Programa ISAF para Enseñar a Navegar (PEN) se presenta como un planteamiento global sobre cómo establecer un programa nacional para enseñar a navegar (PNEN) de carácter genérico y adecuado para niños. Está destinado específicamente a enseñar a navegar en barcos de vela ligera (embarcaciones pequeñas y ligeras, normalmente de menos de 5 metros de eslora y con orzas manejadas por la tripulación.) Su intención es la de ser ilustrativo en lugar de prescriptivo. No intenta cubrir todas las situaciones, sino incluir aquellas prácticas consideradas actualmente como las mejores, y que sirvan de base para estructurar un PNEN.

No se han tenido en cuenta aquellas leyes y regulaciones que pueden ser de aplicación para programas de enseñanza en ningún país concreto. Las Autoridades Nacionales (ANs) que pongan en marcha un PNEN tendrán que considerar y tener en cuenta las leyes, regulaciones y prácticas locales. Puede que sea necesario contar con asistencia profesional en relación a este tema.

**Este PEN, asume que, de acuerdo con los principios fundamentales que este documento establece, la enseñanza de la vela en todos los niveles se realizará en Centros de Enseñanza Certificados y con Instructores Cualificados. Esto es de particular importancia en lo que respecta a los protocolos de seguridad y de trabajo con niños.**

Cuando sea apropiado, se hará referencia a la fuente de origen de los datos relevantes, lo que puede contribuir a una comprensión más detallada de ciertas partes de este PEN. Hasta este momento los datos han sido facilitados fundamentalmente por la Royal Yachting Association (RYA) y la Fédération Française de Voile (FFV). Ambas presentan los PNENs más desarrollados y basados en un mayor número de publicaciones. El material de la FFV está disponible solo en francés, mientras que el de la RYA está disponible en inglés, pero cada vez hay más traducciones. Esto no quiere decir que otros documentos existentes tengan menor o mayor valor. La intención de la ISAF es utilizar el material de formación de otras ANs, y los Apéndices de este programa se irán actualizando a este respecto. Las publicaciones a las que este documento hace referencia se pueden obtener de la RYA, enviando una orden de pedido desde su página web [www.rya.org.uk](http://www.rya.org.uk), y de la página web de la FFV [www.ffvolie.org](http://www.ffvolie.org). La Federación de Vela Internacional quiere expresar su agradecimiento a RYA y la FFV por su colaboración y apoyo al aportar al PEN su conocimiento y su material.

El PNEN que se presenta en este documento será revisado y actualizado con regularidad, a medida que se desarrollen las técnicas de enseñanza de la vela. No debe considerarse, por tanto, más que un planteamiento basado en los que conocemos actualmente. El usuario debe asegurarse de que está utilizando siempre la última versión del PEN.

Un país que en la actualidad no desarrolle ningún PNEN y que le gustaría hacerlo, debería considerar cuidadosamente como establecer y gestionar el proyecto tanto a nivel nacional como local. No será necesario tener un gran presupuesto, con un aumento continuo de gastos. Si se gestionan de forma apropiada los PNENs y los *Centros de Enseñanza* pueden generar beneficios, aunque, para hacerlo deben estar orientados al usuario y proporcionar un producto seguro y de alta calidad. Aunque exige un cierto grado de experiencia, no es difícil, organizar una gerencia competente y un plan de negocio. Todos los programas nacionales que están en funcionando con éxito tienen una cosa en común, un alto nivel (nacional) de gerencia profesional. En nuestro PEN nos referiremos a esta persona como el **Director Nacional del Programa**. En el **Anexo 1-A** se puede encontrar una descripción completa de esta figura.

Partiendo del análisis del material de enseñanza recibido, hemos intentado identificar los elementos esenciales y utilizarlos como base para el PNEN que aquí se propone. Al realizar un programa nacional debería hacerse un esfuerzo para adoptar los principios que estos elementos establecen. En las Secciones siguientes de este documento hemos intentado presentar estos elementos esenciales como el mejor modelo práctico.

Enseñar a Navegar no es una ciencia – El PEN de la ISAF que se presenta en este documento es solo un ejemplo de cómo hacerlo.



## SECCIÓN 1 – CENTROS DE ENSEÑANZA CERTIFICADOS E INSPECCIONADOS

### INTRODUCCIÓN

Para hacer posible que la enseñanza de la vela en todos los niveles se desarrolle en un **ambiente seguro y organizado**, y que siga el mejor modelo práctico, se recomienda establecer *Centros de Enseñanza de Calidad controlada*. Estos centros garantizarán un sistema de formación **llevado a cabo por personal con la cualificación adecuada**, basado en **un programa nacional**, el uso de un **equipo apropiado** con el mantenimiento adecuado y con la gestión y el apoyo de seguridad necesarios.

Este sistema también proporciona los siguientes beneficios:

- Una “Marca” de formación fácil de entender con valores fundamentales;
- Un estándar de formación reconocido a nivel nacional;
- Un estándar de garantía de calidad para el cliente;
- Una red de profesionales de la formación que utilizan el mismo sistema.

### CONDICIONES PARA OBTENER LA CERTIFICACIÓN / RECONOCIMIENTO

La certificación debe otorgarse cuando se cumplan una serie de condiciones claramente definidas y debe ser posible anularla en el momento en que dichas condiciones dejen de cumplirse. Se recomienda seriamente que se establezca un proceso de inspección que cubra la certificación inicial, la continuidad de la misma y el mantenimiento de los niveles de calidad.

Los niveles de calidad que se establezcan representarán los niveles mínimos que deben alcanzarse y mantenerse. *Los Centros de Enseñanza Certificados* deberían tener como objetivo el superar los niveles mínimos establecidos.

Esta certificación adquiere un mayor significado si se realiza en forma de un acuerdo condicional por escrito o un contrato.

La condición fundamental para obtener la certificación debería ir relacionada con la existencia de un personal activo, contratado fijo y formado, que cumpla con las exigencias del PNEN. En concreto, recaerá en la existencia de una persona fija y dedicada a tiempo completo, que será el responsable absoluto de las actividades llevadas a cabo por los *Centros de Enseñanza* y de la conducta de los instructores. A lo largo de este documento nos referiremos a esta persona como el “*Director*”.

**Los siguientes siete apartados configuran el estándar y las condiciones que se recomienda se tengan en cuenta para conceder una certificación.**

### 1. TIPOS DE BARCOS

La certificación otorgada a los *Centros de Enseñanza* debe ser específica para tipos generales de barcos, por ejemplo:

- Windsurfing
- Vela Ligera (Dinghy)
- Multicasco

- Barcos Pequeños con Quilla
- Barcos de Crucero con Quilla
- Barcos a Motor

Este documento se refiere únicamente a la Acreditación para *Centros de Enseñanza de Vela Ligera*. En un Programa Nacional para Enseñar a Navegar (PNEN) más amplio, puede haber una serie de elementos estándar comunes para los diferentes tipos de barcos.

## 2. ADMINISTRACIÓN

Una buena administración, bien estructurada y dirigida adecuadamente, es importante para el funcionamiento eficiente de un centro de enseñanza, a la vez que ayuda a proteger el Centro mismo, su personal y sus usuarios. Hay que asegurarse de que la administración de los Centros de Enseñanza se lleva de la forma más eficiente posible. La documentación debe ser breve, clara y debe reflejar la realidad del *Centro de Enseñanza*. Se debe mantener un registro de todos aquellos que han participado en cursos de enseñanza y de los certificados emitidos. Diariamente debe prepararse una tabla del personal que esté de servicio, incluyendo las responsabilidades de cada uno. Al comienzo de la jornada, debe entregarse (o dejar disponibles) copia de esta tabla a las personas pertinentes. Antes de comenzar las actividades en el agua debe exponerse la predicción meteorológica del día y aquellos responsables de realizar y supervisar las actividades en el agua deben asegurarse de haberla leído antes de empezar. Diariamente, el *Director* (o la persona designada para sustituirle) debería hacer una reunión con todos los *instructores* presentes ese día para discutir aquellas cuestiones que pueden afectar a las actividades del día.

**El *Director* es la persona responsable del día a día del *Centro de Enseñanza*. Esta figura se explica con detalle en el Anexo 1-B.**

### SEGUROS

Todas las actividades realizadas en el Centro deben contar con la cobertura completa de causas y efectos en cuestiones de seguros. Se puede pedir al *Director* que firme una declaración personal exponiendo que el *Centro de Enseñanza* conoce plenamente sus responsabilidades y que se ha buscado asesoramiento profesional para garantizar que tiene la cobertura adecuada.

### FORMULARIO DE RESERVA

Debería incluir información sobre cualquier requisito que se deba cumplir antes del curso y un contacto para casos de emergencia.

Si el Centro de Enseñanza está al corriente de que un alumno determinado tiene algún tipo de enfermedad, debería pedirle al alumno información adicional sobre la misma.

### CUALIFICACIONES DE LOS INSTRUCTORES

El *Centro de Enseñanza* debería mantener un registro de las cualificaciones de sus instructores y tenerlo a disposición de una inspección. Tendría que establecer un sistema para comprobar las cualificaciones de los *instructores* y para obtener referencias de los mismos.

### POLÍTICA DE PROTECCIÓN INFANTIL

Los *Centros de Enseñanza* que trabajen con niños o con jóvenes por debajo de 18 años deben establecer y poner en práctica una *Política de Protección Infantil* y los procedimientos correspondientes. Se deben pedir referencias de los *instructores* que vayan a trabajar con niños o de aquellos responsables del bienestar de los niños durante su estancia en el *Centro de Enseñanza*.

## REGISTRO DE ACCIDENTES / PREVENCIÓN

Debería utilizarse un Registro de Accidentes, como un historial de los incidentes ocurridos. La persona encargada del *Centro de Enseñanza* debe revisarlo regularmente y debe hacer algo para evitar que se repitan estos incidentes. En caso de producirse un accidente grave, debe hacerse lo necesario para informar a las autoridades correspondientes de acuerdo con la normativa o la legislación local (por ejemplo, Policía, Guardia Costas, Autoridad Portuaria).

## CURSO PARA INSTRUCTORES

El *Centro de Enseñanza* debe tener un procedimiento escrito para la formación de todos los nuevos instructores. Este procedimiento debería incluir todos los aspectos relacionados con las actividades del *Centro de Enseñanza*. Todos los *instructores* deben realizar este curso en el *Centro de Enseñanza* y deben firmar que han leído y entendido el manual de procedimientos.

## RECLAMACIONES

Un sistema por el que recibir y revisar impresiones y quejas de los clientes es una ayuda importante para el control de calidad. El *Director* deberá hacer todos los esfuerzos necesarios para resolver, lo antes posible, las reclamaciones que se presenten.

## CENTRO DE INFORMACIÓN

Toda la publicidad, el material de promoción, folletos, formularios de reserva, instrucciones de ingreso etc, deben ser claros y precisos. No deben dar una imagen falsa, ni implícitamente ni por omisión, que difiera de la realidad de las instalaciones, servicios y cursos que se ofrecen, cualificaciones de los instructores o el nivel de reconocimiento que se atribuye en la certificación otorgada al *Centro de Enseñanza*.

## 3. EQUIPO E INSTALACIONES

### ROPA Y EQUIPO

Un buen equipo personal puede establecer la diferencia en lo que respecta a la calidad y la seguridad de la experiencia. Los dispositivos de flotación y los chalecos salvavidas deben ser del tamaño adecuado para cada usuario, de forma que no se le salga por la cabeza. En caso necesario se deben usar cintas entre las piernas para asegurar el chaleco.

### DISPOSITIVOS DE FLOTACIÓN

Se debe disponer de un número suficiente de dispositivos de flotación de tallas diferentes para todos los participantes.

Todos los dispositivos de flotación deben cumplir con la norma EN 393/ISO 12402-5 (el estándar EC50N también es aceptable).

Todos los dispositivos de flotación deben inspeccionarse con regularidad, con el fin de asegurarse de que permanecen en buenas condiciones para su utilización.

Todos los participantes en una actividad y sus instructores deben llevar puesto el dispositivo de flotación que responda a los estándares especificados en el párrafo anterior. Como alternativa pueden utilizarse chalecos salvavidas apropiados.

### ROPA

Si los cursos se llevan a cabo en un lugar donde por la temperatura del agua y las condiciones climáticas se corre el riesgo de sufrir malestar o hipotermia, es aconsejable que los participantes lleven trajes de neopreno. Los trajes de neopreno protegen también contra pequeños golpes y magulladuras que pueden ocurrir durante el proceso de aprendizaje. Debe disponerse de trajes de neopreno de diferentes tallas y en número suficiente. Los trajes de neopreno facilitados por el *Centro de Enseñanza* deben encontrarse en buenas condiciones y debe establecerse un sistema eficiente para limpiarlos y secarlos después de

cada uso. A nivel básico esto podría consistir simplemente en enjuagarlos con agua dulce tratada con desinfectante y colgarlos a secar.

En caso de proporcionar trajes secos, estos deben estar limpios y preparados para ser utilizados, y en las instrucciones del Centro debe establecerse claramente que serán puestos a disposición de los usuarios.

En invierno o en condiciones adversas será necesario hacer uso de los trajes de neopreno.

## INSTALACIONES

Debería disponerse de vestuarios separados para hombres y mujeres, con espacio suficiente para el número medio de participantes. Todas las instalaciones deberán mantenerse limpias, ordenadas y cuidadas.

Los aseos, provistos de lavabos, deberían estar situados a una distancia razonable para ir a pie. Debería disponerse de aseos separados para hombres y mujeres, con espacio suficiente para el número medio de participantes

Debería disponerse de duchas separadas para hombres y mujeres y con agua caliente. Las duchas serán absolutamente imprescindibles en caso de aguas expuestas a algas azul-verde, Leptospirosis (Enfermedad de Weil) u otras infecciones o enfermedades transmitidas por el agua.

## ALMACENAMIENTO

El *Centro de Enseñanza* debe almacenar el combustible de forma segura para *instructores*, participantes y público en general. Los instructores que manejen el combustible deberían tener formación sobre control de derrames y riesgos de incendio.

## TALLERES

Las zonas de talleres deben permanecer limpias y ordenadas, sin peligros innecesarios. Deben estar señaladas convenientemente como "Zonas de no-acceso" para participantes o personal no autorizado.

El *Centro de Formación* debe asegurarse de que el personal relevante está formado en el uso de sustancias peligrosas que se pueden encontrar en los talleres y que dichas sustancias están almacenadas de forma segura.

## 4. SISTEMA DE ENSEÑANZA

La persona responsable de la seguridad y la calidad de la enseñanza en el *Centro* es el *Director*. El *Director* debe, así mismo, asegurarse de que se aplican y se hace un seguimiento de los estándares, de forma que cumplan con lo establecido en las directrices del programa nacional. Si durante la celebración de alguna actividad el *Director* se ausenta del *Centro*, puede designar a alguien como responsable en su ausencia. Esta persona debe ser un instructor *cualificado*, con experiencia y conocimientos que garanticen el cumplimiento de los procedimientos de seguridad y que los *Instructores* van a realizar su trabajo diario, de acuerdo con los estándares habituales. Si no hay disponible ninguna persona que sustituya al *Director*, deberán suspenderse las actividades.

Una buena enseñanza requiere un método de enseñanza bueno, impartido con el equipo apropiado y una proporción adecuada de alumnos por *Instructor*. La flexibilidad en los planteamientos es esencial para asegurar que la enseñanza se pueda desarrollar en condiciones diferentes. La formación debe ser segura, eficaz y divertida.

## INSTRUCTORES

La esencia del sistema de certificación es la existencia de *Instructores* cualificados y con experiencia. Ellos son los que desarrollan y llevan a cabo la actividad y quienes garantizan un entorno seguro al aprendizaje. En la Sección 3 se analizarán con detalle las cualificaciones de los *Instructores*. En este PEN se establecen tres niveles de *Instructores* cualificados:

- *Formador de Instructores*
- *Instructor*
- *Instructor Asistente*

Todas las actividades deben ser dirigidas y supervisadas por una persona con una cualificación mínima válida y apropiada. La tabla de la sección 3 indica quien es responsable de enseñar cada parte y quién debe supervisar la actividad.

## ALUMNOS: PROPORCIÓN DE ALUMNOS POR INSTRUCTOR

Lo expuesto a continuación debe cumplirse en cada uno de los cursos, en todos los niveles y en todo momento, de acuerdo con el tipo de embarcación:

- **Barcos de Vela Ligera con varios tripulantes**  
Principiantes: 3 alumnos por *Instructor*, con el *Instructor* a bordo  
Máximo 9 alumnos por *Instructor*, pero no más de 6 barcos por *Instructor* (por ejemplo, 3 Wayfarers con 3 alumnos en cada uno o 4 Picos con 2 alumnos en cada uno)
- **Barcos de Vela ligera con un solo tripulante**  
6 alumnos por *Instructor* (esto se aplica solo mientras los barcos están siendo utilizados por una sola persona)

A efectos de este ratio, el *Instructor Asistente* cuenta como un *Instructor* cualificado, pero solo debería trabajar bajo la supervisión de un *Formador de Instructores* o de un *Instructor*. Los *Instructores* pueden estar asistidos por ayudantes no-cualificados que estén capacitados para hacerlo y tengan experiencia. Estos ayudantes deben estar supervisados por un *Formador de Instructores* o por un *Instructor* y solo deben realizar labores adecuadas a sus habilidades y conocimientos. Estos ayudantes no cuentan en la proporción de alumnos por *Instructor*.

## BAUTISMO DE AGUA

Un *Centro de Enseñanza* que ofrece sesiones de Bautismo de Agua diseñadas a modo de breve introducción o para mostrar las habilidades básicas de la navegación (por ejemplo, como sesiones de demostración o parte de cursos con actividades múltiples), debe asegurarse de cumplir el porcentaje de barcos de seguridad establecido para estas sesiones.

## PROGRAMAS

Los programas que se utilicen en los *Centro de Enseñanza* deben cubrir de forma adecuada la formación teórica y la práctica en cada uno de los niveles en los que se expida un certificado.

## MEDIOS VISUALES

Deben utilizarse de forma apropiada de acuerdo con el nivel de los cursos que se ofrezcan. En los niveles más básicos se recomienda que se disponga de una pizarra.

**CUADERNOS DE TRABAJO**

Si es posible, se deben proporcionar a los alumnos. Igualmente es recomendable el uso de diverso material de apoyo, como manuales o videos, como material de referencia.

**ZONAS SECAS EN TIERRA**

Debe contarse en tierra con la existencia de zonas cubiertas que proporcionen cobijo en caso de mal tiempo y un ambiente agradable para las sesiones en tierra. De ser posible, estas zonas deben estar amuebladas y equipadas adecuadamente para la actividad que se vaya a realizar en ellas.

**5. SEGURIDAD**

La documentación del *Centro de Enseñanza* debe intentar incluir los procedimientos de seguridad que se llevan a cabo. Se debe hacer un esfuerzo especial en describir lo que se hace para aumentar la seguridad de Instructores y participantes y no en recoger cada detalle.

**MANUAL DE PROCEDIMIENTOS**

Una vez que se han identificado los riesgos potenciales y el resto de circunstancias relevantes que afecten a los procedimientos del *Centro de Enseñanza*, el *Director* redactará un manual de procedimientos que esté siempre disponible y cuyo propósito sea informar a los *Instructores* sobre el funcionamiento del Centro y sus responsabilidades en el mismo. Debe cubrir procedimientos básicos, definiendo a los responsables. Cuando existan leyes en relación a la salud y la seguridad, estas deben reflejarse en el manual (se aconseja que en este punto se cuente con asistencia legal).

El manual de operaciones debe incluir los pasos a seguir en caso de que en el *Centro* ocurra un incidente de importancia o un accidente grave (un plan de emergencias). El plan de emergencias debe incluir primeros auxilios, el contacto con los servicios de emergencias y como recoger la información relevante. El manual de operaciones debe también tener en cuenta cualquier actividad que tenga lugar fuera de las zonas habituales como, por ejemplo, lugares a los que se va a navegar en días sueltos.

Los *instructores* deben estar preparados para entender el manual de operaciones del *Centro de Enseñanza*. Las operaciones relacionadas con la enseñanza deben estar claramente identificadas y descritas y no deben incurrir en riesgos inaceptables. Los Instructores deben conocer estas operaciones y cumplirlas.

El **Anexo 2** muestra un ejemplo de *Manual de Procedimientos* de un *Centro*.

**SERVICIO DE GUARDACOSTAS (o departamentos similares). CÓDIGO DE PRÁCTICAS**

Los Centros de Enseñanza que operen en zonas costeras pueden estar sujetos al cumplimiento de normativas locales en relación con el uso de barcos de vela o de motor para la enseñanza en el mar. Estas normativas deben incluirse en el Manual de Operaciones.

**RIESGOS DE LA ZONA**

Tanto los *Instructores* como los participantes deben conocer posibles riesgos existentes en la zona o los asociados con otros usuarios de esas aguas.

**SESIÓN INFORMATIVA**

Debe establecerse un sistema por el cual los participantes sean informados de cómo utilizar los equipos de seguridad necesarios y se pueda comprobar su competencia para hacerlo.

### **ZONA DE VARADA Y DE SALIDA AL AGUA**

Debe ser adecuada para los niveles de los cursos que se impartan, el número y el tipo de barcos que se utilicen, las condiciones meteorológicas dominantes y los efectos de la marea.

### **REGISTRO DE OPERACIONES**

El Centro de Enseñanza debe utilizar un sistema que le permita llevar un registro y controlar el número de barcos y usuarios que están en el agua durante las sesiones.

### **MANTENIMIENTO DEL EQUIPO**

Debe establecerse un sistema para garantizar que los barcos y el resto del equipo se mantienen en buenas condiciones y que el equipo defectuoso se retira del uso hasta que se hayan completado las reparaciones oportunas.

### **PARTICIPANTES MINUSVÁLIDOS**

Si se ofrecen cursos para minusválidos debe disponerse de instalaciones adecuadas. Recomendamos que se amplíe información al respecto en la International Association for Disabled Sailing (Asociación Internacional de Vela Adaptada - IFDS) y en particular del IFDS Sailing Manual en [www.sailing.org/disabled](http://www.sailing.org/disabled).

### **EMBARCACIONES DE SEGURIDAD**

Debe contarse con embarcaciones de seguridad suficientes para dar cobertura, al mismo tiempo, a todas las actividades que se estén desarrollando. Deben estar gobernadas por patrones experimentados y deben encontrarse a flote y preparadas para ser utilizadas de forma inmediata durante las actividades. Los *Instructores* que supervisen las actividades de los niveles básicos desde una embarcación de seguridad no deben, en condiciones normales, cubrir la seguridad de otros grupos. Un fallo mecánico en una de las embarcaciones de seguridad no debe poner en riesgo toda una operación.

### **NÚMERO DE EMBARCACIONES DE SEGURIDAD**

La enseñanza en el *Centro* debe cumplir con el número mínimo de embarcaciones de seguridad según la siguiente tabla:

- **Barcos de Vela Ligera** (de uno o más tripulantes)
  - Hasta 6 barcos: 1 embarcación de seguridad
  - De 7 a 15 barcos: 2 embarcaciones de seguridad
  - Más 15 barcos: 3 o más embarcaciones de seguridad
- **Navegación de Recreo**  
Si en el Centro de Enseñanza es posible utilizar los barcos de vela ligera para navegar fuera de las clases, pero esto forma parte del programa de aprendizaje, cada embarcación de seguridad debe cubrir un máximo de 12 barcos.

### **DESCONECTADOR DEL MOTOR (Hombre al agua)**

Las embarcaciones de seguridad con motores fueraborda deben estar equipadas con un desconectador del motor en perfecto funcionamiento y con una longitud suficiente. Este sistema evitirá que una embarcación de seguridad sin patrón navegue fuera de control.

### **RADIOS VHF**

De haberlas, las radios deben ser utilizadas por personal formado. Si las actividades se realizan en una zona que no se ve desde la base, deben proporcionarse radios u otros

sistemas fiables de comunicación rápida. En el manual de operaciones debe incluirse un procedimiento a seguir cuando las radios fallan.

### **PRIMEROS AUXILIOS**

El botiquín de primeros auxilios debe estar situado en una zona de fácil acceso y claramente señalado. Su contenido debe ser comprobado y remplazado con regularidad. En cada una de las embarcaciones de seguridad debería haber normalmente un botiquín de primeros auxilios. En un lugar destacado debe mostrarse la lista de aquellos que están formados para prestar primeros auxilios.

### **TELÉFONO**

Es esencial que en todo momento haya un teléfono de fácil acceso para utilizarlo en caso de emergencia. Un teléfono móvil que funcione bien puede cumplir con este propósito.

## **6. PROTECCIÓN A LOS NIÑOS**

Es generalmente admitido que aquellas organizaciones que trabajen con niños deben seguir unas normas básicas para asegurar que los niños que tienen a su cuidado no corran riesgos. Habitualmente estas normas se resumen en una *Política de Protección a los niños*, y en ella se establece la intención de proteger a los niños de posibles riesgos y los procedimientos básicos a seguir para conseguirlo.

Los Centros de Enseñanza que trabajen con jóvenes por debajo de 18 años deben establecer una *Política de Protección a los niños* y establecer los procedimientos necesarios.

El tema de la Protección a los Niños no se trata con detalle en este documento, pero la ISAF recomienda que se establezca una política nacional de Protección a los Niños y se exija a cada uno de los *Centros de Enseñanza* que desarrollen esas directrices.

Los siguientes son unos puntos básicos que deberían tenerse en cuenta en toda política de Protección a los Niños:

- (a) El bienestar de los niños absolutamente primordial;
- (b) Todos los niños tienen derecho a que se les proteja de abusos, independientemente de su edad, cultura, discapacidad, género, idioma, raza, creencias religiosas y/o identidad sexual;
- (c) Cualquier sospecha y alegación de un comportamiento inapropiado será considerado seriamente y resuelto de forma rápida y apropiada;
- (d) Todo joven con menos de 18 años debe ser considerado como un niño.

Véase el **Anexo 7 – Datos de Referencia** sobre Protección a los Niños.

## **7. SISTEMA DE AUDITORIA E INSPECCIÓN**

Para entender fácilmente el funcionamiento de un proceso de inspección, en el **Anexo 3-A** se ha incluido un ejemplo de Formulario de Informe de Inspección a un Centro. En los siguientes párrafos se hará referencia concreta al **Anexo 3-A**, en relación al sistema de inspección que se describe. El **Anexo 3-B** es un ejemplo traducido de la “*Tabla de Evaluación de Clubs de la FFV*”, que sigue un procedimiento muy similar.

El proceso de inspección de los *Centros de Enseñanza Certificados* será un factor determinante para mantener la calidad de la enseñanza, los estándares de seguridad y la sostenibilidad de un programa de enseñanza nacional. Los requisitos exigidos para conseguir la acreditación establecen un estándar inicial claramente definido. Mantener este estándar y la continuidad de los procedimientos dependerá de que se realice algún tipo de

comprobación. Lo más aconsejable es realizar una inspección completa anual que certifique que se mantienen los estándares exigidos en su día para la certificación, aunque esto puede no ser posible si se cuenta con recursos limitados. El mejor método de inspección consiste en realizar visitas aleatorias, cortas y frecuentes en las que se inspeccionen algunos aspectos seleccionados también de forma aleatoria de una lista maestra. Un buen *inspector* verá rápidamente si algo no está bien y en ese caso probablemente hará una comprobación más a fondo. Un *Centro de Enseñanza* bien dirigido será transparente desde la inspección inicial y necesitará un control menos riguroso. Sin embargo, un buen PNEN debe incluir la exigencia de una inspección anual.

Las inspecciones a los *Centros de Enseñanza* deben ser llevadas a cabo por el *Director Nacional del Programa* o por un *Formador de Instructores* con experiencia. Al poner en marcha un PNEN, se puede contar con la ayuda de un agente con experiencia y cualificaciones similares de otro PNEN ya establecido.

La función más importante de un *inspector* no es llenar informes y descubrir fallos, sino trabajar y colaborar con el *Director* para solucionar los problemas de forma positiva, aportando un punto de vista fresco. Se debe animar a los *inspectores* a que presten especial atención todos los niveles de la formación y las cualificaciones de aquellos que utilicen las embarcaciones de los *Instructores* y de Seguridad.

### **INSPECCIÓN INICIAL PARA OBTENER LA ACREDITACIÓN**

Durante esta inspección, el equipo debe estar disponible y el *Director* y los *Instructores* deben estar presentes. El *Director* y el *Inspector* llenarán el *Formulario de Inspección del Centro*, que el *inspector* enviará al *Director Nacional del Programa*.

Si el *Centro de Enseñanza* no cumple con lo exigido para obtener la *acreditación*, puede que sea necesario realizar una segunda inspección, con un coste adicional.

Una vez realizada la inspección inicial, los *Centros de Enseñanza* serán visitados, como mínimo, cada dos años y puede ser en cualquier momento, ya sea con aviso previo o sin él.

### **INSPECCIONES**

Antes de una inspección, el *Inspector* contactará con el *Centro de Enseñanza* y acordará una cita. Antes de la llegada del *Inspector* el *Director* llenará las secciones pertinentes del formulario de inspección. El *Inspector* y el *Director* deben estar presentes y deben realizar todos los esfuerzos necesarios para facilitar la inspección, incluyendo si es posible, la observación de actividades en el agua. El *Inspector* debe esperar ver el *Centro* dirigiendo un curso y deberá hablar con los participantes como parte de la inspección.

A parte de asegurarse de que la enseñanza, el equipo y la seguridad sean satisfactorios, el *Inspector* puede ayudar a identificar fórmulas para mejorar los cursos, ya sea en lo referente a los instructores o cualquier otro aspecto, dependiendo de su experiencia personal.

Durante su visita, el *Inspector* podrá hacer recomendaciones sobre aquellos aspectos del equipo, los cursos y los procedimientos que necesitan atención para estar en el nivel exigido. Estas recomendaciones se pondrán por escrito y el *Inspector* y el *Director* deberán acordar una fecha para poner en marcha los cambios recomendados. El *Inspector* debe estar familiarizado con las dificultades que conlleva dirigir un *Centro de Enseñanza* y debería ser capaz de aconsejar sobre las mejores medidas a tomar.

El *inspector* puede recomendar que se realice una segunda inspección para comprobar si se han tomado estas medidas. Si después de una inspección se determina que un *Centro de Enseñanza* está gravemente por debajo del estándar, se le debe retirar la acreditación.

El *Inspector* no llevará a cabo una inspección completa en lo que respecta a la seguridad, solo auditará una muestra de las actividades y sistemas hasta tener plena confianza en el

funcionamiento del sistema de seguridad del *Centro*. El *Director* del *Centro* es el único responsable de que se realicen auditorías completas del sistema de seguridad.

### **RETIRADA DE LA ACREDITACIÓN O DE LA CUALIFICACIÓN DE UN INSTRUCTOR**

Debe establecerse un mecanismo dentro del PNEN para retirar la acreditación cuando se vulneren el espíritu o las exigencias de la acreditación. De la misma forma, debería ser posible retirar las cualificaciones a un *Instructor* cuando concurran motivos para hacerlo.

Un Centro de Enseñanza al que se le ha retirado la acreditación o un individuo al que se le ha retirado la cualificación y que deseen apelar esta decisión, deben poder llevar el caso a un tribunal que se reúna con este propósito.

La *acreditación* de un *Centro de Enseñanza* debe recaer en la persona de su *Director* y será automáticamente revocada si se cambia el *Director*, si se interrumpe la enseñanza activa en caso de insolvencia o si el *Centro* se vende. Antes de restituir la *acreditación*, se podrá realizar una inspección. Si un *Director* no cualificado, por ejemplo un propietario, contrata a un *instructor* para cumplir los requisitos de acreditación, y este *instructor* es sustituido por otro, no se retirará la acreditación si el *Instructor* que lo sustituye tiene la cualificación necesaria. El *Director* debe, sin embargo, informar inmediatamente del cambio al *Director Nacional del Programa*. La labor del Inspector es asegurarse de que el *Director* del Centro entiende claramente las exigencias del PNEN, como sistema de dirección de un *Centro de Enseñanza Certificado*.

**Recuerde, la seguridad del personal y los participantes, así como mantener el estándar adecuado en la enseñanza, son responsabilidad del Director.**

## SECCIÓN 2 – DIRETRICES Y PROCEDIMIENTOS DE SEGURIDAD

### INTRODUCCIÓN

La mayor parte de los elementos necesarios para conseguir un estándar razonable de seguridad se han tratado con detalle en la Sección anterior, como parte de las exigencias que deben cumplir los *Centros de Enseñanza Certificados*. En esta sección se tratará el enfoque cultural necesario para crear un ambiente seguro en el que desarrollar la formación, y servirá para enfatizar aquellos aspectos considerados claves y que deben formar parte de la gestión diaria de un ambiente seguro de aprendizaje, más allá del proceso de acreditación. Las listas de comprobación pueden ser un elemento útil en los procedimientos de seguridad.

**La Acreditación es un objetivo anual – la seguridad lo es en cada minuto de cada día.**

### EQUIPO

#### EQUIPO DE SEGURIDAD

No corra riesgos con el equipo de seguridad - debe estar disponible en el lugar correcto y en el momento oportuno, debe estar revisado y listo para usarse, y aquellos que lo utilicen deben estar capacitados para hacerlo, deben saber en qué consiste y como funciona.

#### MANTENIMIENTO

Los *Instructores* son los que utilizan y ven cada día la mayoría del equipo del centro. Además de los procedimientos diarios de comprobación, se les debe alentar a que observen y busquen signos de uso y desgaste o mal funcionamiento y que informen de ello para que se tomen las acciones necesarias.

Debe establecerse un sistema para aislar y retirar el equipo que no esté en condiciones. No es aceptable que se sigan impartiendo cursos con un equipo que no reúna las condiciones estándar.

#### ADECUACIÓN AL USO

Utilice el equipo para el propósito para el que fue diseñado y para el que está destinado.

Asegúrese de que están disponibles y se utilizan las tallas correctas (especialmente en ropa y dispositivos de flotación). No intente realizar actividades con un equipo que escape a la habilidad de los participantes.

### APTITUDES Y HABILIDADES DE LOS INSTRUCTORES

Conseguir un ambiente seguro cuando se enseña a navegar depende fundamentalmente de las aptitudes y habilidades del *Instructor*. Si los niveles de formación de los *instructores* se gestionan y se mantienen de forma adecuada, y solo se responsabiliza de las actividades en los diferentes niveles a *Instructores* debidamente cualificados, la enseñanza será intrínsecamente segura.

Si se adopta un sistema de formación de *Instructores* que no incluya una actualización de forma regular y un avance en el aprendizaje, la seguridad se podría ver afectada y eventualmente podría fallar.

## CONOCIMIENTO Y GESTIÓN DE RIESGOS

En una sociedad que cada vez es más reacia a asumir ningún tipo de riesgos es muy fácil encontrar razones para no hacer nada. El encanto de navegar a vela es que supone un reto, obliga a entrar en contacto con los elementos y exige unos niveles de destreza y conocimientos apropiados, así como espíritu de aventura. En un ambiente seguro de enseñanza, se utilizará la destreza de los *instructores* para proteger a los alumnos. No se debe intentar eliminar los riesgos, lo que hay que hacer es conocerlos y tenerlos bajo control.

El control de riesgos no es una constante y variará dependiendo de la localización, las circunstancias locales en el momento de la actividad y la meteorología. Frente a estos factores, cada una de las personas que tome parte en el aprendizaje tendrá diferentes limitaciones físicas, habilidades y niveles de confianza. (Un nadador seguro de sí mismo supondrá un caso distinto al de un nadador mediocre y nervioso).

El conocimiento que el *Instructor* tenga de las necesidades de supervisión de cada uno de los integrantes de su grupo de alumnos determinará la habilidad individual y del grupo para resolver las actividades y debe influir en el tamaño del grupo y en los niveles de supervisión, tanto de cada individuo como del grupo.

La planificación y la preparación son las mejores formas de gestionar los riesgos. El conocimiento de los riesgos es un requisito previo para poder llevar a cabo la planificación.

La mayoría de las heridas asociadas con la navegación a vela son causadas por el manejo del equipo en tierra. Esto incluye, el que una persona lleve demasiado peso, las superficies deslizantes o irregulares o la repetición o duración excesiva de una actividad. El uso de las manos para el manejo del equipo debe formar parte del proceso de evaluación de riesgos. En muchos países existen normas locales o directrices a este respecto. Debe referirse a ellas y seguirlas.

## OPERACIONES

En la Sección 1 se ha expuesto con detalle la necesidad de contar con un Manual de Operaciones y se han cubierto otros aspectos de cómo un *Centro de Enseñanza* debería funcionar. El Instructor responsable debería realizar comprobaciones sobre el terreno.

A continuación encontrará algunos ejemplos de listas de comprobación que le ayudarán a realizar estos controles:

### 1. LISTA DE COMPROBACIÓN PARA AMBARCACIONES DE SEGURIDAD

- (a) Excepto en caso de una embarcación de gran desplazamiento, los desconectadores del motor deben estar en buen estado y deben utilizarse en todo momento mientras está en marcha. Para casos de emergencia debe llevarse a bordo un desconectador de respeto.
- (b) Las embarcaciones de seguridad y sus tripulaciones deben ser las adecuadas para los diferentes tipos de actividades que se vayan a desarrollar en el *Centro de Enseñanza* y según las condiciones reinantes. También debe tenerse en cuenta la distancia entre la base en tierra y la zona de actividades.
- (c) Para cada una de las embarcaciones de seguridad utilizadas en el *Centro* debe completarse una lista de comprobación de equipo. El equipo que una embarcación de

seguridad debe llevar en aguas interiores dependerá de la *zona de actividades* y debe incluirse en el *Manual de Operaciones del Centro de Enseñanza*.

Para aquellos *Centros de Enseñanza* que operen en el mar, el nivel mínimo de equipo que se debe llevar a bordo es:

- (i) Palas o remos;
  - (ii) Cubo o achicador;
  - (iii) Dispositivo para dar remolque, hecho fijo a soportes suficientemente resistentes;
  - (iv) Cabo de remolque;
  - (v) Tirador de arranque de respeto y kit mínimo de herramientas;
  - (vi) Bolsa de supervivencia y protector térmico;
  - (vii) Kit de primeros auxilios estanco que incluya (como mínimo) 2 vendas adhesivas grandes, 2 vendas adhesivas medianas y vendas triangulares;
  - (viii) Fondeo suficiente para la embarcación de seguridad y una embarcación remolcada;
  - (ix) Cadena o cabo emplomado, dependiendo de la zona;
  - (x) Bengalas de peligro – 2 de humo naranja y 2 rojas, o 2 bengalas para día/noche;
  - (xi) Cuchillo afilado, preferiblemente de sierra.
- (d) Todos los motores y sistemas de seguridad deben estar en perfectas condiciones para ser utilizados. Deben considerar especialmente las siguientes áreas:
- (i) Los motores fueraborda deben ir asegurados a la embarcación;
  - (ii) Los desconectadores del motor deben funcionar correctamente;
  - (iii) El mecanismo de la dirección debe estar libre y ser fácil de usar. Los sistemas dirección hidráulicos deben revisarse regularmente por si hay pérdidas;
  - (iv) El acelerador y los mecanismos de cambio de marcha deben ser seguros y fiables;
  - (v) En los motores fueraborda, el motor no debería poder arrancarse con la marcha puesta. Si eso fuera posible, el personal debería tener conocimiento de ello y estar especialmente preparado para afrontar el riesgo que supone;
  - (vi) Los motores fueraborda deben poder bloquearse para evitar que se suban y deben poder subirse con facilidad si es necesario;
  - (vii) Los depósitos de combustible deben ir atados a la embarcación;
  - (viii) El resto del equipo debe estar estibado con seguridad para ser utilizado de forma adecuada.

## 2. LISTA DE SEGURIDAD PARA BARCOS DE VELA LIGERA

- (a) El Centro de Enseñanza debe tener acceso a un número de barcos suficiente para impartir todos los cursos para los que está Certificado. (Véase la tabla del ratio de barcos por participantes). Estos barcos deben estar equipados de forma que sea posible enseñar todo el programa del curso correspondiente de acuerdo con las condiciones, por ejemplo, en los barcos para cursos de navegación básica debería poderse tomar un rizo a flote. En caso de barcos de mayor nivel, debería haber una guía de trimado para diferentes intensidades de viento.
- (b) Los barcos deben mantenerse en buenas condiciones. Deben considerarse las siguientes áreas:
  - (i) Los cascos deben mantenerse en buen estado, reparados, estancos y con los herrajes y las cinchas funcionando. El *Inspector* puede querer comprobar la estanqueidad de cualquier barco volcándolo de cada lado durante 10 minutos. Tras esto, no deberá haberse filtrado en los departamentos estancos una cantidad de agua superior a 4 litros/ 1 Galón y los flotadores deben ser los apropiados y permanecer inflados;

- (ii) La jarcia de labor debe mantenerse bien y en buen estado. Las drizas deben ser suficientemente largas. Las escotas deben ser de la longitud, el diámetro y el material adecuados;
  - (iii) La jarcia fija debe conservarse en buen estado y reparada. En los cables no debe haber hebras que sobresalgan y los tensores de los obenques deben estar encintados. Si el barco va a ser remolcado o se va a dejar en una amarra, el cabo se fijará a un punto del barco suficientemente resistente;
  - (iv) El timón y la orza deben estar en perfecto estado;
  - (v) Las velas deben estar en condiciones para los cursos que se ofrezcan. Las velas que se utilicen en los cursos básicos y de iniciación deben poder rizarse mientras se está a flote;
  - (vi) Los barcos deben estar adecuadamente equipados (por ejemplo fondeos, palas, etc.) según la *zona de actividades*.
- (c) Se debe tener en consideración como mover el equipo en tierra de forma lo más segura posible. Si se utilizan carros de varada, estos deben estar en condiciones para su uso.

### **NORMATIVA LOCAL**

Un *Centro de Enseñanza* debe conocer todas las normativas locales que afecten a su actividad. Tanto si está ubicado en un puerto comercial de mucho tránsito como si lo está en un remanso tranquilo donde la preservación de la fauna pueda ser el factor relevante, se deben tener en cuenta todas y cada una de las leyes y normativas que se apliquen en ese lugar concreto e incluirlas en los procedimientos del *centro*. Actualmente, la mayoría de las zonas de canales cuentan con planes directores para evitar conflictos de intereses. Asegúrese de conocer si existe alguno de estos planes en su zona y si lo hay, consulte con la organización relevante.

### **FORMACIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS Y ACCIDENTES**

Los accidentes ocurren y un *Centro de Enseñanza* debe estar preparado para atender todo tipo de eventualidad. Es esencial que los *Instructores* reciban formación básica en primeros auxilios de un organismo reconocido como la Cruz Roja, y que estén especialmente entrenados en procedimientos de reanimación.

- (i) Todos deben saber donde está situado el Equipo de Primeros Auxilios;
- (ii) Debe haber una lista con los nombres del personal formado en Primeros Auxilios y que está disponible;
- (iii) Debe designarse un responsable de comprobar y llenar los botiquines de Primeros Auxilios;
- (iv) Debe establecerse un procedimiento a seguir para informar y registrar todos los accidentes;
- (v) Debe establecerse un procedimiento a seguir para localizar a los parientes en caso de un accidente grave.

### **PLAN DE ACCIÓN EN CASO DE ACCIDENTE GRAVE**

#### **CONSEJOS PARA EL DIRECTOR DEL CENTRO DE ENSEÑANZA**

Estas notas constituyen unas directrices en caso de producirse un accidente grave:

(a) Su primera prioridad es, por supuesto, la seguridad de los participantes y de los *Instructores*, pero una vez en tierra va a tener que tratar con las autoridades y con la prensa.

(b) Obtenga las declaraciones de los testigos adecuados.

(c) Lleve al *Instructor* y a los testigos relevantes a un lugar en el que poder hablar con ellos, lejos de la prensa.

(d) Redacte una declaración que pueda comunicar a la prensa.

Por ejemplo: "Lamentamos informar del fallecimiento de un participante en uno de nuestros cursos. Se ha ahogado en un desgraciado accidente mientras navegaba....

Qué

Cuando

Donde

(Solo breves detalles)

Expresamos nuestro más sincero pésame a la familia etc. Se hará pública una declaración completa mañana a las 2pm (dese tiempo para cotejar la información).

(e) No celebre una conferencia de prensa.

(f) Decida quién hablará con la prensa (solo una persona).

(g) No permita que miembros del personal bien intencionados pero mal informados realicen comentarios públicos.

(h) Trate de llevar un registro de aquellos con los que habla, quien contacta con usted etc.

(i) Informe al *Director Nacional del Programa*. Puede ayudarle a redactar su declaración para la prensa.

(j) Si los servicios de rescate han intervenido, la prensa probablemente haya obtenido información de ellos.

(k) Si ha habido un fallecimiento es probable que la policía o las autoridades relevantes contacten con el *Centro de Enseñanza* e informen a la familia cercana. No haga público el nombre del fallecido hasta que sepa que esto se ha hecho, aunque la prensa parezca conocer de quien se trata.

(l) Si existe una normativa nacional para la práctica del barco en cuestión deberá informar a las autoridades relevantes, normalmente dentro de un plazo de tiempo establecido.

(m) Guarde todo el material relevante, por ejemplo los chalecos salvavidas, los *cuadernos de trabajo* etc.

(n) Si las leyes o normativas locales así se lo exigen, envíe un informe a las autoridades pertinentes.

(o) Es muy raro que ocurra un accidente grave en un *Centro de Enseñanza*, pero si se ve envuelto en uno le será de gran ayuda si:

(i) tiene al día el trabajo administrativo, por ejemplo si tiene el número de teléfono de contacto de familiares cercanos;

(ii) sus barcos e *Instructores* cumplen la política de seguridad del *Centro* y las *Condiciones de Certificación*.

#### DEBER DE CUIDADO

Los *Instructores* normalmente enseñarán a alumnos inexpertos, que pueden no valorar de forma correcta los riesgos inherentes al deporte. Se aconseja a los *Centros de Enseñanza* que incluyan en el formulario de inscripción una declaración del estado de salud, para estar al corriente de posibles riesgos que puedan afectar a un participante en un día en particular. La persona responsable de las inscripciones debe trasladar esta información al *Instructor* responsable del alumno en cuestión, quién a su vez debe hablar con él para obtener información y asesoramiento.

Esta declaración debe afirmar que el alumno, hasta donde él sabe, no sufre epilepsia, discapacidad, vértigos, asma, afecciones cardíacas o cualquier otra circunstancia que pueda afectar a su capacidad y que está en condiciones de participar en el curso. Esta declaración debe ser fechada y firmada por el alumno (o por su padre o tutor si se trata de un menor de edad) y debe incluir detalles de cualquier tipo de afección médica o lesiones que sufra y la medicación que debe tomar.

En caso de existir duda sobre si alguien está o no en condiciones para hacer el curso, debe pedirse asesoramiento médico antes de confirmar la inscripción. Los *Instructores* deben también informar al *Director* sobre cualquier afección médica que sufran, como las mencionadas anteriormente, y que puedan afectar a su capacidad para realizar su trabajo.



## SECCIÓN 3 – INSTRUCTORES

### INTRODUCCIÓN

Creer que un buen *Instructor* necesita ser un regatista de alto nivel o un campeón es un error. Los *instructores* solamente tienen que ser navegantes seguros y competentes y deben ser buenos comunicadores. Los mejores *instructores* serán aquellos cuyo objetivo sea hacer que la experiencia de navegar y el proceso de aprendizaje se conviertan en algo divertido, agradable y gratificante. Deben ser el tipo de persona que sienta tanta alegría por los éxitos de sus alumnos como los propios alumnos.

En este PNEN la estructura del *Instructor* se ha simplificado a tres niveles. Esto no debe entenderse como una crítica a otros programas con una estructura más compleja, se trata una forma eficaz de establecer las figuras claves para poner en marcha un PNEN. Debe recordarse que en otros programas de enseñanza ya establecidos, el hecho de contar con *formadores de Instructores* cualificados, así como con un gran número de voluntarios les permite un enfoque mucho más desarrollado y complejo.

El PNEN hace referencia a tres niveles de Instructores cualificados: *Formador de Instructores*, *Instructor*, *Instructor Asistente*.

A continuación encontrará una breve descripción de cada una de estas funciones.

### FORMADOR DE INSTRUCTORES

#### Quién es

El *formador de Instructores* será un *Instructor* experimentado que haya sido entrenado, evaluado y autorizado para formar y evaluar a *Instructores* e *Instructores Asistentes*. Su nombramiento será por un año y tendrá que asistir a un seminario de actualización cada cinco años.

#### Condiciones

Tendrá como mínimo 20 años. Será un *Instructor* con capacidad demostrada y con una experiencia mínima de 2 años de trabajo a tiempo completo como *Instructor* cualificado. Tendrá un alto nivel de conocimientos y habilidad personal para navegar, dotes de mando, destreza para enseñar y motivar, será capaz de dirigir flotas y entrenamientos y mantendrá un enfoque siempre positivo, basado en una buena capacidad de comunicación. Necesitará una carta de recomendación firmada por el *Director* de un *Centro de Enseñanza Acreditado*.

Es necesario que tenga madurez en sus planteamientos. Formar candidatos a Instructores puede ser un proceso muy exigente en el que haya que tomar decisiones comprometidas.

Nota: Puede resultar apropiado utilizar *Formadores de Instructores* de otros países y con experiencia, especialmente durante las primeras etapas de desarrollo del nuevo PNEN.

### INSTRUCTOR

#### Quién es

El *Instructor* será un navegante experimentado que haya sido entrenado, evaluado y declarado competente para organizar y dirigir cursos de navegación a vela dentro del PNEN. El *Instructor* está cualificado para organizar y controlar la enseñanza de grupos y supervisar *Instructores Asistentes*. Debe ser una persona segura de sí misma, buen organizador, capaz de organizar grupos de todas las edades y dirigir el trabajo de los *Instructores Asistentes*.

Los *Centros de Enseñanza Acreditados* deberán tener como *Director* o como *Instructor* a tiempo completo un Instructor cualificado con un mínimo experiencia laboral como *Instructor* de dos años a tiempo parcial o un año a tiempo completo. La cualificación deberá ser actualizada cada 5 años.

### Condiciones

Los candidatos deberán cumplir los siguientes requisitos antes de tomar parte en un curso de *Formación de Instructores*:

- (a) Haber cumplido 18 años. Tener la titulación necesaria para el manejo de embarcaciones a motor (véase el apartado correspondiente más adelante).
- (b) Tener un certificado de Primeros Auxilios válido y expedido por una organización de carácter nacional, que incluya tratamiento de hipotermia y reanimación de ahogados.
- (c) Tener una carta de recomendación firmada por el *Director* de un *Centro de Enseñanza*.

## INSTRUCTOR ASISTENTE

### Quién es

El Instructor Asistente será un navegante competente de vela ligera que haya sido entrenado para ayudar a los Instructores. Deben trabajar solo bajo la constante supervisión de un *Instructor* o un *Formador de Instructores*.

### Condiciones

Los candidatos deben haber cumplido 16 años y deben haber obtenido el Certificado de Nivel 3 del Centro de Enseñanza con las opciones correctas. Su formación y evaluación estará a cargo de un *Instructor* responsable. La formación puede basarse en un curso de 20 horas que incluya métodos de enseñanza para principiantes. Esto se trata en el **Anexo 4 – Cursos de Formación de Instructores**.

### EVALUACIÓN

Las habilidades prácticas para la enseñanza de los candidatos serán evaluadas con principiantes. Aquellos candidatos que pasen la evaluación obtendrán un certificado de *Instructor Asistente* emitido por su *Director*.

### VALIDEZ DEL CERTIFICADO

El Certificado de *Instructor Asistente* tendrá validez solamente en el Centro en el que ha sido expedido y solo por 5 años.

### Nota importante

El Instructor Asistente no debe nunca trabajar sin supervisión directa, ya que tanto su formación como su evaluación están limitadas a su función de asistente de un *Instructor* cualificado y no incluyen formación en primeros auxilios o en el manejo de embarcaciones a motor.

El *Director* debe asegurarse de que todo el personal está familiarizado con las técnicas de formación y con los procedimientos de ese *Centro de Enseñanza*. Por tanto, si un *Instructor Asistente* se traslada de un Centro a otro, probablemente el *Director* de este nuevo Centro le emitirá un nuevo certificado de *Instructor Asistente*, después de haber repetido su formación y evaluación en el nuevo Centro de Enseñanza.

## PROGRAMA DE FORMACIÓN DE INSTRUCTORES

Durante generaciones enseñar a navegar ha recaído (la mayoría de las veces) sobre voluntarios con buena disposición, a menudo padres. Esto puede ser una experiencia buena o mala para el alumno dependiendo de los individuos implicados. Actualmente, navegar compite con muchas otras actividades de tiempo libre que ofrecen una satisfacción inmediata. Si el acceso a navegar es fácil y el proceso de aprendizaje es divertido y gratificante, conseguiremos hacer que nuestro deporte crezca. Esto exige un planteamiento moderno y estructurado de la enseñanza, que incluya las mejores técnicas y los más altos niveles de seguridad. Para conseguir nuestro objetivo no existen atajos.

Aunque lleve mucho tiempo, formar Instructores para cada uno de los diferentes niveles, no solo en navegación, sino lo que es más importante, en técnicas de comunicación y enseñanza, es una parte fundamental del éxito de un PNEN. El que los *Instructores* mantengan los niveles establecidos durante su formación es vital para el desarrollo y la reputación todo el *Programa Nacional*.

Pedirles a los padres y a los responsables de los niños en los colegios que permitan a los niños participar en lo que primera vista parece una actividad peligrosa, exige un alto nivel de confianza. La integridad que muestren los *Instructores* es lo que se hará merecedor de esa confianza. En sus manos está el éxito (o el fracaso) de un nuevo PNEN.

Un nuevo PNEN que no cuente con un grupo numeroso de *Formadores de Instructores* cualificados necesitará buscar ayuda externa para formar a sus *Instructores* y poner en marcha el proceso. Si no se cuenta con formadores cualificados es esencial que se busque asesoramiento y ayuda.

### FORMACIÓN DE INSTRUCTORES EN DETALLE

El **Anexo 5 – Técnicas de Enseñanza y de Entrenamiento** cubre con gran detalle la *formación de Instructores* para un PNEN y se recomienda como documento de referencia de cómo llevar a cabo la *Formación de Instructores*.

## FORMACIÓN EN EL MANEJO DE EMBARCACIONES A MOTOR Y SEGURIDAD

El uso adecuado de embarcaciones a motor es una parte esencial en el desarrollo de cursos de vela y en la enseñanza en el agua. Saber cómo poner el motor en marcha y cómo conducir la embarcación no es suficiente. Todos los *Instructores* deben tener la formación adecuada en el uso correcto de embarcaciones a motor y especialmente en técnicas para dar asistencia a barcos volcados. También es necesario que conozcan técnicas utilizadas para enseñar a navegar a alumnos en barcos de vela ligera desde embarcaciones a motor.

El PNEN debe procurar la formación necesaria en el manejo de embarcaciones a motor dentro de la cualificación de *Instructor*. Para ello, se puede o bien utilizar los servicios de una agencia externa que ofrezca este tipo de formación y que pueda adaptar sus cursos a las necesidades de un *Instructor* de vela, o bien integrar estos cursos especializados dentro del propio *Centro de Enseñanza*. Con la creciente popularidad que han adquirido las pequeñas embarcaciones a motor y las neumáticas como embarcaciones de recreo, estos cursos podrían constituir un éxito comercial si se ofrecen al usuario interesado en este tipo de embarcaciones. En algunos países esta formación es obligatoria para obtener el título necesario para el manejo de una embarcación a motor.

El curso de la RYA para el manejo de embarcaciones a motor es en la actualidad uno de los más completos de los que están disponibles para el público en general, ya que se trata de

un curso bien documentado y de fácil acceso. Los niveles son progresivos y fáciles de entender. Véase el **Anexo 7 – Datos de Referencia**.

### QUIÉN ENSEÑA A QUIÉN

El “*Director Nacional del Programa*” será un formador de Instructores con la experiencia y la cualificación necesarias. Al poner en marcha un nuevo PNEN esta persona se traerá de otro PNEN ya existente o se formará en uno de ellos.

- (a) El *Formador de Instructores* es formado por el *Director Nacional del Programa* o por una agencia externa;
- (b) Los *Instructores* son formados por el *Formador de Instructores*;
- (c) Los *Instructores Asistentes* son formados por el *Formador de Instructores* o por los *Instructores*.

### QUIÉN ENSEÑA QUÉ

(Para entrar en detalle a los niveles de los cursos Véase la Sección 4)

Primera Experiencia

Nivel 1 – Al agua

Nivel 2 – Técnicas básicas

Nivel 3 – Técnicas intermedias

Módulos opcionales 1, 2, 3 y 4 – Módulos opcionales extra después del Nivel 3.

Todos estos niveles y opciones pueden ser dirigidos por *Instructores* de todos los niveles, aunque los *Instructores Asistentes* deben estar supervisados por un *Instructor*.

## SECCIÓN 4 – PLAN DE ESTUDIOS

### INTRODUCCIÓN

Hay muchos ejemplos de planes de estudios para aprender a navegar. Todos tienen en común el tema y los contenidos. La mayoría se estructuran en diferentes niveles y consiguen los mismos resultados. En este modelo, después de la primera experiencia, el plan de estudios sigue un programa simple estructurado en tres niveles y dirigido a aprender a navegar desde un principio y hasta alcanzar unas técnicas intermedias:

- Nivel 1 – Al agua
- Nivel 2 – Técnicas Básicas
- Nivel 3 – Técnicas Intermedias

Una vez alcanzado el Nivel 3 aconsejamos que se añadan pequeños módulos opcionales con el fin de ampliar la experiencia y la técnica del alumno de acuerdo con el equipo que se haya utilizado en el curso, las condiciones de zona en la que se realice y el interés del propio alumno. Estos son solo ejemplos.

El nivel 3 se define como aquel en el que el alumno es independiente y es capaz de navegar sin supervisión, ir a donde él quiera cuando las condiciones sean buenas y en aguas similares a aquellas en las que se ha realizado el curso. Una de las cuatro opciones que se ofrecen una vez superado el Nivel 3 consiste en técnicas básicas de regatas. Una vez superada esta opción empezarían los cursos de regatas con técnicas de entrenamiento avanzado, que no son el objeto de este PEN.

El sistema de enseñanza se explica con más detalle en otras secciones de este documento. Esta sección se dedica fundamentalmente al contenido del plan de estudios para cada uno de los diferentes niveles.

Comprobará que la Primera Experiencia se trata con especial cuidado. Esto se debe a que esta sesión está dedicada a atraer el interés y la imaginación del alumno, así como a hacer que navegar parezca accesible y divertido y que los participantes quieran continuar.

Independientemente del programa que se utilice, recomendamos que se observen unos principios fundamentales:

- (a) Los sucesivos niveles de rendimiento deben estar claramente definidos. Esto constituirá un mapa de ruta y servirá para establecer cotas de referencia fáciles de seguir tanto para propósitos de formación como para padres y alumnos. Al mismo tiempo animará a los participantes a permanecer interesados y a avanzar al siguiente punto.
- (b) **Los Módulos deben dividirse en sesiones de dos horas.** Esto permite a colegios y participantes a incluir la vela en sus apretados horarios y mantiene elevados los niveles de interés (breve y frecuente, sin tener que sacrificar otros intereses)
- (c) **Libro de Registro de Actividades.** Será muy útil si se cambia de *centro* y constituye un registro permanente de los progresos y logros del alumno. En el **Anexo 6 – Libro de Registro de Actividades** se muestra un ejemplo.
- (d) **Certificados, Insignias y Adhesivos.** Son muy populares, especialmente entre la gente joven y no solo constituyen una marca y permiten un reconocimiento visible de los niveles alcanzados, también sirven para crear intereses de grupo y promover las actividades relacionadas con el aprendizaje de la vela dentro de una comunidad.
- (e) **Poner énfasis en la enseñanza en el agua.** La experiencia será más divertida y más gratificante para el alumno cuanto más tiempo pase aprendiendo en el agua y

navegando. Navegar es divertido así que permita que sus alumnos disfruten el mayor tiempo posible.

## PRIMERA EXPERIENCIA

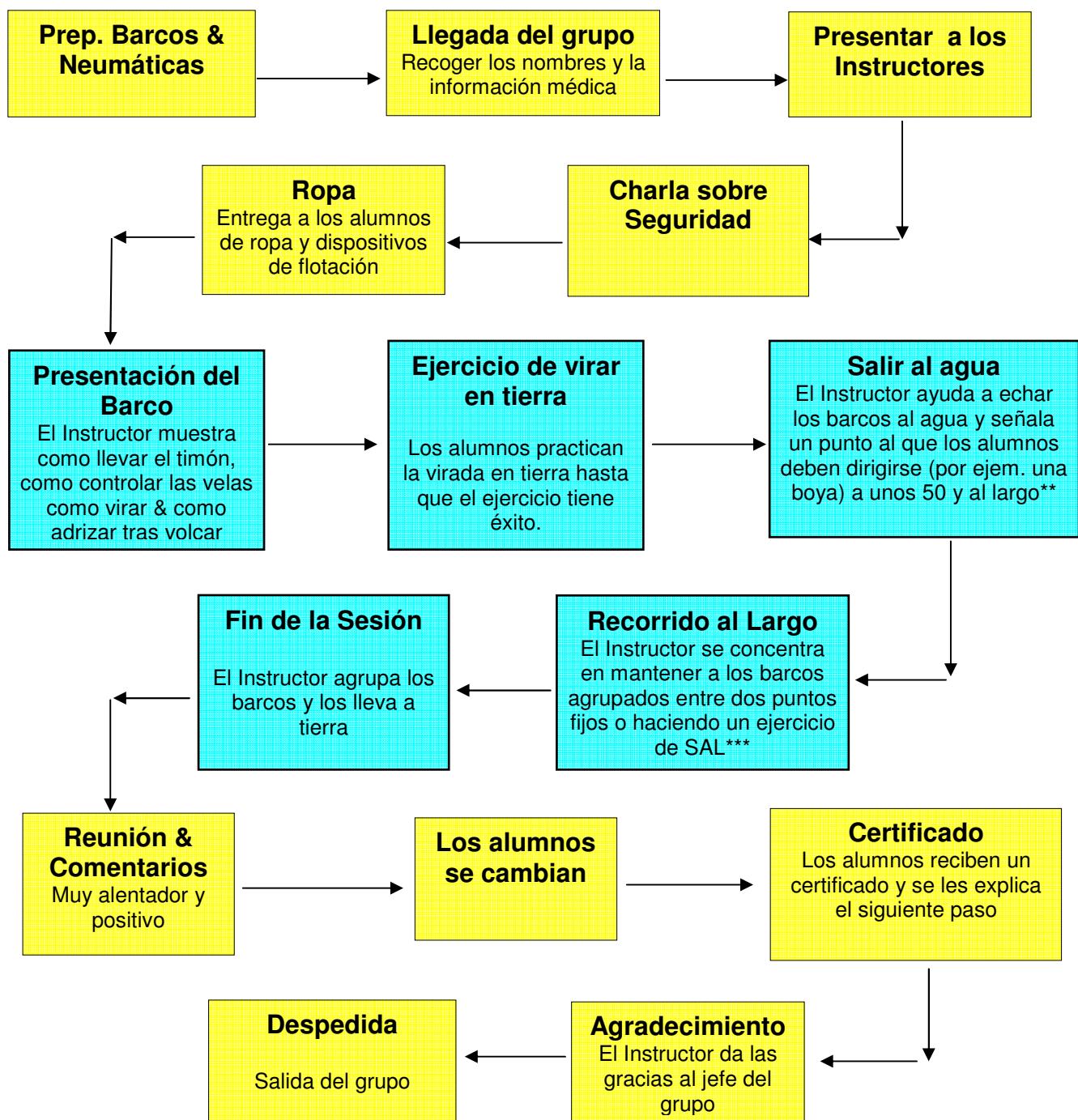
**Puntos a tener en cuenta: Esta es la sesión que podría decidir si el alumno quiere convertirse en un navegante comprometido.**

- (a) El propósito de esta Primera Experiencia no es enseñar a navegar, sino crear la base de un interés posterior y transmitir todo el potencial de diversión que tiene la actividad. Debe ser breve y divertido, debe dar la impresión de que navegar es fácil y el alumno debe quedar con el deseo de más. Todo esto se consigue con una sesión informativa corta y fácil de entender, evitando la jerga técnica, y con una salida al agua controlada y cuidadosamente planeada en la que el participante tenga la oportunidad de practicar y llevar el barco lo antes posible. Hay que animar a los niños a llevar el barco lo antes posible, aunque llevemos el barco atado con un cabo. El objetivo es infundir confianza en el alumno y transmitirle una sensación rápida de que ha conseguido un objetivo.
- (b) El centro de atención debe ser la experiencia misma. Más tarde, una vez que el alumno haya decidido que tiene interés en continuar, habrá mucho tiempo para aprender a preparar y arbolar el barco y para la teoría básica.
- (c) Es de vital importancia que esta primera experiencia sea segura, esté supervisada por Instructores entrenados y bien dirigida. El entorno y las condiciones meteorológicas tendrán un papel importante en cómo se plantea la sesión.
- (d) Los niños pueden perder el interés rápidamente si no se les desafía o no interactúan. Algunos se sentirán nerviosos e inseguros. La sesión debe avanzar según un plan pre-establecido para asegurarnos de que todos los participantes se sienten incluidos y toman parte activa. No debemos dejar huecos o tiempos muertos.
- (e) Las tareas de todos aquellos involucrados de una u otra forma en la enseñanza y la supervisión deben estar definidas y todos deben conocerlas. La proporción entre niños e *Instructores* es un factor crítico. Si las tareas se dividen de forma adecuada no será necesario que todos estén cualificados o sean navegantes con experiencia. En tierra será necesario supervisar la llegada del grupo, que se familiaricen con las instalaciones, se cambien, echen los barcos al agua y los saquen a tierra y cuidar el bienestar general del grupo. Ninguna de estas actividades exigen las habilidades de un *Instructor*. En el agua, los Instructores con menos experiencia pueden asistir a los más expertos.
- (f) Al final de la sesión hay que preguntar a los niños qué les gustó y qué no les gustó. Esto es una parte esencial para que se involucren en el curso. Es importante asegurarse de que todos los miembros del grupo tienen la oportunidad de expresar su opinión.
- (g) Debe estar preparado para hablar sobre el siguiente paso con aquellos que quieran continuar, es vital para estimular su interés y continuar.
- (h) Las fotos y los diplomas se valoran como recuerdos de un curso y constituyen el primer punto de unión con la familia de la vela.
- (i) Asegúrese de que los padres y el responsable de organizar el grupo reciben un informe de cómo se ha desarrollado el curso. Será esencial para crear confianza en el programa.

### Primera Experiencia – Introducción a la Navegación – Programa

Duración de la Sesión: 2 Horas Tamaño del Grupo: 6 Alumnos

Condiciones: Presumiblemente buenas, sin conflictos con actividades de tráfico marítimo y una buena zona de playa desde la que salir al mar.



\* Dé instrucciones a sus alumnos para que den la vuelta al llegar a una boyas, no para que rodeen la boyas.

\*\* Normalmente, la mejor forma de mantener el control es tener un asistente en la embarcación de seguridad situado cerca de la boyas en la que dan la vuelta, mientras el instructor está metido en el agua, a un poco más de la profundidad de la orza. De esta forma los alumnos tienen ayuda en las viradas y además hay alguien cerca de ellos en ese momento, lo que reduce la tensión y aumenta las posibilidades de éxito.

\*\*\* SAL = Seguir-Al-Leader

## NIVEL 1 – AL AGUA

Al concluir este nivel, el alumno será capaz de realizar un pequeño recorrido triangular bajo la dirección de un *Instructor*. Tendrá unos conocimientos básicos de cómo navega un barco y alguna experiencia en llevar el timón y manejar el barco. También se habrá realizado un ejercicio de cómo volcar y adrizar el barco con la participación de los alumnos.

### DETALLES DE LO APRENDIDO

#### APAREJO

Ayudar a preparar y aparejar el barco.

#### SALIDA Y REGRESO DEL AGUA

Echar el barco al agua y salir navegando con instrucciones, asegurar el barco al carrito de varada, ayudar a sacar el barco del agua y recoger el barco y el equipo.

#### USO BÁSICO DE CABOS

Hacer un nudo de ocho, hacer fija una driza y comprender la necesidad de mantener los cabos ordenados.

### TÉCNICAS Y MANIOBRAS BÁSICAS DE NAVEGACIÓN

- (a) Reaccionar con interés a las instrucciones
- (b) Ser capaz de controlar el timón mientras el barco es remolcado
- (c) Ser capaz de llevar el timón navegando al largo y pasar de largo a largo
- (d) Entender los controles básicos del barco
- (e) Entender cómo detener el barco, controlar la velocidad y salir de la amarra
- (f) Saber remar

### VESTIMENTA Y EQUIPO

- (a) Saber que ponerse
- (b) Ser capaz de ponerse un dispositivo de flotación adecuadamente
- (c) Sentirse seguro en el agua llevando un dispositivo de flotación personal (incluso en agua profunda)

### VOLCAR Y ADRIZAR EL BARCO

Entender como ocurre y haber realizado un ejercicio práctico de volcar y adrizar el barco, bajo atenta supervisión y con instrucciones.

### CONOCIMIENTOS NAÚTICOS

- (a) Conocer los nombres de las partes básicas del barco
- (b) Entender que hacer cuando sea necesario ayudar a otros
- (c) Conocer los peligros de la zona
- (d) Saber cómo prepararse para ser remolcado y qué hacer cuando le dan remolque
- (e) Conocer la dirección del viento

### DURACIÓN DEL CURSO

Este nivel se divide en 5 módulos de 2 horas de duración cada uno.

## NIVEL 2 – TÉCNICAS BÁSICAS

Una vez concluido este nivel, el alumno será capaz, sin la dirección de un *Instructor*, de realizar un recorrido triángulo, tendrá un buen conocimiento de las cinco habilidades esenciales necesarias para navegar bien a vela y estará en camino de convertirse en un navegante seguro de sí mismo en barcos pequeños.

### DETALLES DE LO APRENDIDO

#### APAREJO

Entender donde y cuando izar las velas y la necesidad de poner el barco proa al viento. Ser capaz de arbolar el barco completamente sin supervisión.

#### SALIDA Y REGRESO DEL AGUA

Poder maniobrar con el carro de varada para separarse de los otros barcos, ser consciente de los riegos que se corren al tirar el barco y sacarlo del agua y ser capaz de echar el barco al agua y salir navegando sin instrucciones y con viento de tierra.

#### USO DE CABOS

- (a) Ser capaz de hacer el nudo de dos cotes y el nudo llano; saber cómo y dónde usarlos;
- (b) Saber cómo ganar agarres extra;
- (c) Saber cómo manejar la jarcia de labor.

#### TÉCNICAS Y MANIOBRAS DE NAVEGACIÓN

- (a) Ser capaz de controlar la velocidad, parar, quedarse parado al lado de la amarra y salir de ella;
- (b) Saber navegar en un rumbo aproximado de ceñida;
- (c) Ser un tripulante efectivo;
- (d) Ser capaz de regresar a la playa con viento de tierra;
- (e) Ser capaz de atracar en un pantalán o en un muelle;
- (f) Entender los principios de las *Cinco Habilidades Esenciales*
  - (i) Envergado de velas;
  - (ii) Equilibrio;
  - (iii) Trimado del Barco;
  - (iv) La orza;
  - (v) El recorrido.
- (g) Entender lo que quiere decir *Barlovento*, *Sotavento* y *Trasluchar*
- (h) Entender la zona muerta, el ángulo con respecto al viento en el que las velas flamean y en el que no se puede navegar

#### VESTIMENTA Y EQUIPO

- (a) Ser capaz de elegir y ajustarse correctamente el dispositivo de flotación personal;
- (b) Decidir qué ponerse.

#### VOLCAR Y ADRIZAR EL BARCO

Puede ser recogido después de haber volcado con un barco de vela ligera de dos tripulantes, y puede adrizar solo un barco de un solo tripulante.

## **CONOCIMIENTOS NÁUTICOS**

Tener conocimientos de:

- (a) Aparejo y jarcia;
- (b) Partes de la vela;
- (c) Controles de la vela y apéndices;
- (d) Viento de tierra y brisa marina;
- (e) Comunicar a alguien en tierra a dónde va y cuándo va a regresar;
- (f) Peligros originados por el hombre – cables aéreos de alta tensión, presas, encañizadas, tráfico marítimo;
- (g) La regla de Babor-Estribor;
- (h) Diferentes formas de encontrar la dirección del viento.

## **DURACIÓN DEL CURSO**

Este nivel se divide en 5 módulos de 2 horas de duración cada uno.

### NIVEL 3 – TÉCNICAS INTERMEDIAS

Una vez concluido este nivel, siempre con buenas condiciones y en aguas similares a aquellas en las que realizó el curso, el alumno será capaz del navegar en cualquier dirección, con o sin supervisión, y de dirigirse a donde él quiera.

#### DETALLES DE LO APRENDIDO

##### APAREJAR, SALIR Y REGRESAR

- (a) Aparejar, salir y regresar con viento de tierra y de intensidad moderada;
- (b) Tomar un rizo en un barco de vela ligera, en tierra y de acuerdo con las condiciones reinantes.

##### USO DE CABOS

Hacer un As de Guía, un Ballestrinque y un Ballestrinque con doble vuelta.

##### TÉCNICAS Y MANIOBRAS

Poder demostrar los principios básicos de lo siguiente:

- (a) Las cinco *Habilidades Esenciales*;
- (b) Navegar en todos los rumbos en un recorrido triángulo;
- (c) Virar por avante desde un rumbo de ceñida;
- (d) Trasluchar en una popa;
- (e) Adrizar el barco sin ayuda después de haber volcado;
- (f) Situarse a lado de otra embarcación;
- (g) Coger una amarra.

##### VESTIMENTA Y EQUIPO

Comprender la importancia de:

- (a) El equipo de flotación personal;
- (b) La flotabilidad del barco;
- (c) El equipo básico de seguridad, incluyendo el ancla, el remo y el achicador.

##### CONOCIMIENTOS NAÚTICOS

Entender:

- (a) Como recoger un tripulante que se ha caído al agua;
- (b) Los rumbos
- (c) Cómo funciona una vela;
- (d) La importancia de una comunicación clara en el agua;
- (e) Los riesgos de navegar cerca de la costa y de otros barcos;
- (f) Las directrices y consejos de las agencias relevantes (Salvamento Marítimo);
- (g) La escala Beaufort de viento;
- (h) Los principios básicos de cómo salir y navegar el recorrido en una regata;

Saber:

- (a) Como conseguir la predicción meteorológica;
- (b) La terminología básica para usar a flote;
- (c) Las prácticas básicas de seguridad;
- (d) Las reglas de “circulación”;
- (e) Cuándo quedarse en tierra (el límite de su capacidad)

- (f) Cuando tomar un rizo;
- (g) Como hacer la salida en una regata.

#### **DURACIÓN DEL CURSO**

Este nivel se divide en 6 módulos de 2 horas de duración cada uno.

#### **Material de Referencia Detallado para todos los niveles**

El **Anexo 4 – Cursos de Instructor** trata en detalle los temas que se tratarán en los Niveles 1 a 3, y ofrece ayuda tanto en planificación como en desarrollo de los cursos.

**MÓDULOS EXTRA OPCIONALES UNA VEZ CONCLUIDO EL NIVEL 3****INTRODUCCIÓN**

Una vez que los alumnos han alcanzado el Nivel 3 se habrán convertido en navegantes competentes, pero con una experiencia limitada. Es posible que quieran continuar desarrollando su interés por la vela de formas diferentes, unos querrán navegar durante el día, otros querrán convertirse en regatistas, la mayoría querrán continuar en barcos más exigentes con spinnakers. Los siguientes módulos extra están destinados a aumentar los conocimientos adquiridos y a introducir al alumno en nuevas técnicas de acuerdo con sus intereses por medio de cursos de dos días de duración. Esta lista es solamente ilustrativa y se le pueden añadir otros módulos para adecuarla a las circunstancias y necesidades locales. No hemos considerado el navegar con diferentes condiciones meteorológicas, especialmente con vientos fuertes, pero puede ser un módulo muy apropiado si esas condiciones son las habituales.

**MÓDULO OPCIONAL 1 – USO DEL SPINNAKER**

Al completar este curso, el patrón y el tripulante dominarán la técnica básica de izar, recoger y trasluchar, tanto un spinnaker simétrico como un asimétrico, y entenderán los diferentes ángulos de viento en los que navegar con spinnaker. El curso se centrará también en el trabajo en equipo realizado por la tripulación como base para realizar maniobras más complejas.

**Para más información sobre cómo enseñar estas técnicas en detalle consulte el Anexo 4 – Cursos de Instructor, “Enseñar a Navegar con Spinnaker”.**

**APAREJO**

Ser capaz de aparejar el sistema del spinnaker y entender sus controles.

**TÉCNICAS Y MANIOBRAS**

- (a) Ser capaz de navegar como tripulante o como patrón sacándole partido al equipo;
- (b) Poder izar, trasluchar y arriar el spinnaker como patrón y como tripulante;
- (c) Entender y navegar el mejor recorrido en popa.

**VOLCAR Y ADRIZAR EL BARCO**

Ser capaz de volcar y adrizar un barco que se ha dado completamente la vuelta, incluyendo el spinnaker.

**CONOCIMIENTOS NAÚTICOS**

- (a) Saber elegir el mejor recorrido a navegar dependiendo del tipo de spinnaker;
- (b) Entender el concepto de Viento Aparente;
- (c) Acceder a fuentes de información y aplicar esta información para aparejar y trimar el barco de acuerdo con las condiciones reinantes.

**Duración del curso: 2 días.**

**MÓDULO OPCIONAL 2 – TÉCNICAS DE BUEN HACER MARINERO**

Una vez completado este curso y en condiciones moderadas, el alumno sabrá realizar las maniobras necesarias y de tomar las decisiones correctas, de acuerdo con el buen hacer marinero, poniendo énfasis en aumentar su autoconfianza y su capacidad de tomar decisiones.

**Para más información sobre cómo enseñar estas técnicas en detalle consulte el Anexo 4 – Cursos de Instructor, “Enseñar Técnicas de *Buen Hacer Marinero*”.**

**USO DE CABOS**

Sabe hacer un nudo de pescador y un nudo de tejedor y sabe como rematar un cabo utilizando el calor u otro cabo.

**SALIR Y REGRESAR**

Puede salir de y regresar a la playa, a un muelle o a una amarra, tanto por barlovento como por sotavento.

**TÉCNICAS Y MANIOBRAS**

- (a) Es capaz de ponerse a la capa, tomar un rizo, recuperar un hombre al aguay fondear un barco de vela ligera en diferentes circunstancias.
- (b) Es capaz de preparar un barco de vela ligera para ser remolcado por una embarcación de motor, puede navegar marcha atrás y controlar un barco sin timón u orza.
- (c) Sabe cómo preparar un barco de vela ligera para su transporte por carretera.

**VOLCAR Y ADRIZAR EL BARCO**

Sabe como adrizar un barco que se ha dado la vuelta completamente (si es posible se realizará una sesión práctica).

**CONOCIMIENTOS NÁUTICOS**

Entiende una amplia variedad de términos náuticos y conoce y es capaz de aplicar las siguientes reglas del Reglamento Internacional para Prevenir Abordajes en el Mar (RIPAM):

- (a) Conducta a seguir cuando se encuentra con otros barcos a vela;
- (b) Conducta a seguir cuando se encuentra con barcos a motor;
- (c) Seguir o cruzar canales estrechos;
- (d) Maniobra de la embarcación que sigue a su rumbo.

**METEOROLOGÍA**

- (a) Conoce fuentes de información meteorológica y es capaz de interpretar la predicción meteorológica para el día, incluidos sus efectos en la zona.
- (b) Es conscientes de los cambios en el tiempo y conoce la escala Beaufort.

**CONOCIMIENTOS Y TÉCNICAS DE NAVEGACIÓN COSTERA**

En localidades costeras (si ello es apropiado):

- (a) Sabe utilizar las tablas de mareas y conoce las corrientes provocadas por estas;
- (b) Sabe aplicar la reglas de los doceavos o de porcentajes;
- (c) Puede entender lo básico de las cartas y los símbolos importantes.

**Duración del Curso 2 días.**

**MODULO OPCIONAL 3 - REGATAS. NIVEL BÁSICO**

Este curso se considera el primer paso para aquellos que tienen la intención de competir. En él se aprenden los conocimientos y técnicas básicos necesarios para salir y terminar una regata, así como las tácticas básicas para poder competir.

El alumno tendrá suficiente información para poder navegar el recorrido sin ser un riesgo para los demás regatistas. El recorrido debería obligar al alumno a realizar una serie de ejercicios que aumentarán su confianza en sí mismo y mejorarán su técnica.

Los *Instructores* deben resaltar que competir en regatas es divertido y deben consultar el nuevo Reglamento de Iniciación a Regatas de la ISAF (Introductory Racing Rules for Sailing) – [www.sailing.org/news/22317.php](http://www.sailing.org/news/22317.php)

**Para más información sobre cómo enseñar estas técnicas en detalle, consulte el Anexo 4 – Cursos de Instructor, “Formación de Monitores de Regatas”.**

**GENERAL****ANTECEDENTES**

- (a) Seguro y Certificado de medición
- (b) Elegir el barco adecuado
- (c) Regatas en tiempo compensado y en tiempo real

**PREPARACIÓN Y PUESTA A PUNTO DEL BARCO**

- (a) Cómo arbolar un barco de vela ligera de regatas;
- (b) Disponibilidad de Guías de Puesta a Punto de las diferentes clases;
- (c) Cómo modificar los controles de la vela según las condiciones y la zona del recorrido.

**EL RECORRIDO Y EL PROCEDIMIENTO DE SALIDA**

- (a) Instrucciones de regata sencillas y recorridos habituales;
- (b) Procedimientos de salida de 5 – 4 – 1 minuto y salida, se pueden utilizar otros procedimientos de uso nacional o local;
- (c) Banderas, llamadas individual y general, recorrido acortado.

**LA SALIDA**

- (a) ¿Dónde estoy?
- (b) Cómo elegir el lado correcto de la línea.
- (c) En la señal de salida: viento limpio y el barco con velocidad. En la línea tener siempre tener un espacio vacío a sotavento;
- (d) Implicar al tripulante para conseguir mejor resultado.

**MANEJO DEL BARCO**

- (a) Cómo hacer el mejor uso de las *Cinco Técnicas Esenciales* mientras se está en regata, ya sea como patrón o como tripulante;
- (b) Cómo rodear balizas;
- (c) En la pre-salida, manejo del barco a poca velocidad, incluyendo frenar el barco y salir.

## ESTRATÉGIAS EN REGATA

### EN CEÑIDA

- (a) Viento limpio, rachas y zonas sin viento;
- (b) Zonas de viento más fuerte y zonas favorecidas (utilizar para esto los catavientos y referencias en tierra);
- (c) Efecto de la geografía que rodea el recorrido;
- (d) Efecto de la corriente

### EN POPA

- (a) Navegar al largo y en popa.
- (b) Elegir el recorrido más rápido.

### TERMINAR

- (a) Cómo elegir el lado correcto de la línea.

### TÁCTICA

Cómo ganar posiciones cuando los barcos se encuentran: Táctica de barco a barco.

## INTRODUCCIÓN AL REGLAMENTO DE REGATAS

Introducción al *Reglamento de Regatas a Vela de la ISAF*, incluyendo las Reglas Fundamentales (Parte 1).

Conocer las definiciones de *Mantenerse Separado*, *Rumbo Debido* y *Espacio*, para evitar colisiones mientras está navegando.

Cuando los barcos se encuentran:

- (a) Babor y estribo;
- (b) Barco de barlovento;
- (c) Zona de tres esloras alrededor de las balizas;
- (d) Incluir trasluchadas;
- (e) Compromiso y penalizaciones.

## EJERCICIOS PRÁCTICOS

Los ejercicios de entrenamiento deben constituir la mayor parte de este curso. Estos ejercicios deben incluir prácticas de cómo salir, rodear una baliza, mantener la posición antes de la salida, recorridos barlovento/sotavento y triángulos. Los ejercicios de desarrollo de técnicas podrían incluir cubrir a otro participante y controlar el barco, etc.

Se debería animar a los regatistas a practicar de manera informal después del curso.

**Duración del curso: 2 días.**

## MÓDULO OPCIONAL 4 – UN DÍA DE NAVEGACIÓN

Una vez completado este curso el alumno sentirá la confianza y tendrá la seguridad necesaria para planear y realizar un pequeño crucero por aguas costeras en un barco de vela ligera. Para hacer este curso el alumno debe haber completado con éxito el Nivel 3 y es altamente recomendable que también haya realizado el curso de Técnicas de Buen Hacer Marinero.

**Para más información sobre cómo enseñar estas técnicas en detalle consulte el Anexo 4 – Cursos de Instructor, “Enseñar Técnicas para un día de Navegación”.**

### APAREJO

Puede preparar y equipar un barco de vela ligera para un día de navegación, incluyendo los equipos de seguridad y navegación, ropa y comida, todo perfectamente estibado.

### TÉCNICAS DE NAVEGACIÓN

- (a) Es capaz de planear y llevar a cabo un día de navegación, teniendo en cuenta el pilotaje, la navegación y el evitar abordajes;
- (b) Puede fondear al abrigo de una playa, bajar a tierra y luego continuar navegando;
- (c) Es capaz de recuperarse después de haber volcado con el barco completamente boca abajo y sabe como improvisar cuando se producen roturas en el equipo;
- (d) Sabe cómo manejar el barco con viento fuerte y condiciones difíciles (Se debe practicar si es posible).

### PILOTAJE / NAVEGACIÓN

Puede planear un día de navegación en aguas costeras utilizando sus conocimientos de:

- (a) Sistemas de navegación disponibles, por ejemplo cartas, tablas de mareas, atlas de corrientes;
- (b) Instrumentos de navegación y sus limitaciones. Compases magnéticos; variación y desviación;
- (c) Altura de la marea y velocidad de la corriente (Regla de los doceavos o de porcentajes), cambios probables de tiempo y la interacción del viento con la marea;
- (d) Condiciones adversas: planear alternativas y/o lugares donde guarecerse y tomar decisiones al respecto;
- (e) Interpretar y entender las cartas;
- (f) Utilizar rumbos y demoras para navegar a un rumbo determinado y fijar la posición;
- (g) Navegación básica por estima y registro de la posición.

### PRIMEROS AUXILIOS

Conocimientos básicos de primeros auxilios (Aquellos que están en posesión de un certificado de primeros auxilios estarán exentos de este punto).

### METEOROLOGÍA

Conoce las fuentes de información meteorológica, sabe hacer una interpretación básica de los mapas sinópticos y está al corriente de los cambios de tiempo que puedan ocurrir.

**Duración del Curso: 2 días.**

**SECCIÓN 5 – TÉCNICAS Y MÉTODOS DE ENSEÑANZA****INTRODUCCIÓN**

La vela compite con muchos otros deportes, algunos de los cuales son más sencillos de entender y más accesibles. Con el fin de atraer y retener a nuevos navegantes, especialmente jóvenes, la vela ha adoptado un enfoque más moderno en lo que a la enseñanza se refiere. Aprender a navegar debe ser sobre todo una experiencia divertida y gratificante.

El **Anexo 5 – Técnicas de Enseñanza y de Entrenamiento**, establece una guía moderna y fácil de seguir de las mejores técnicas y métodos para enseñar a navegar.