

# PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO: VELA

Curso 2018-2019

(Fecha última actualización: 31/05/2018)

(Fecha de aprobación en Consejo de Departamento: 02/10/2018)

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Especialización Deportiva: Vela	Especialización Deportiva: Vela	6º	1	6	Optativa
<b>PROFESORES</b>			<b>DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Javier Ventaja Cruz</li> </ul>			Departamento de Educación Física y Deportiva Facultad de Educación y Humanidades de Melilla Despacho 211 - 2ª planta Correo electrónico: jventura@ugr.es		
			<b>HORARIO DE TUTORÍAS Y/O ENLACE A LA PÁGINA WEB DONDE PUEDAN CONSULTARSE LOS HORARIOS DE TUTORÍAS<sup>(1)</sup></b>		
			<u>PRIMER SEMESTRE:</u> Pendiente de confirmación.	<u>SEGUNDO SEMESTRE:</u> Pendiente de confirmación	
<b>GRADO EN EL QUE SE IMPARTE</b>			<b>OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR</b>		
Doble Grado en Educación Primaria y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.			Grado en Ciencias del Deporte.		
<b>PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES</b>					
Se recomienda tener cursadas y aprobadas las asignaturas de Fundamentos de los deportes IV: Ciclismo y Vela					
<b>BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)</b>					
Aplicación Específica del entrenamiento deportivo en los diferentes deportes individuales y de equipo					



## COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

CGI.1. Capacidad de análisis y síntesis.  
CGI.2. Capacidad de organización y planificación.  
CGI.3. Comunicación oral y escrita.  
CGI.5. Destrezas informáticas y telemáticas.  
CGI.6. Capacidad de acceso y gestión de la información.  
CGI.7. Capacidad de resolución de problemas.  
CGI.8. Capacidad de toma de decisiones de forma autónoma.

CGP.1. Capacidad de trabajo en equipo.  
CGP.3. Habilidades en las relaciones interpersonales.  
CGP.5. Capacidad crítica y autocrítica.  
CGP.6. Compromiso ético en el desarrollo profesional.

CGS.1. Autonomía en el aprendizaje.  
CGS.2. Flexibilidad y capacidad de adaptación a nuevas situaciones.  
CGS.3. Capacidad de liderazgo y empatía.  
CGS.4. Capacidad de creatividad.  
CGS.6. Iniciativa y espíritu emprendedor.  
CGS.7. Motivación por la calidad.

CPC.1 - Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la A.F y D  
CPC.2 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte entre las diferentes poblaciones  
CPC.3 - Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles  
CPC.4. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.  
CPC.5 - Identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de act. Físicas inadecuadas  
CPC.6. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de entrenamiento y de actividades físico deportivas.

CPEI.1 - Comprender la literatura científica del ámbito de la A.F. y D en lengua inglesa y otras de presencia científica significativa  
CPEI.2. Aplicar las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) al ámbito de las CC de la AF y el Deporte.

CPEAE.1 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas

CPEGRD.1 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de actividades físico-deportivas recreativas  
CPEGRD.3 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada actividad físico-deportiva recreativa

## OBJETIVOS

01. Ejecutar técnicas básicas, con la seguridad suficiente y tomando conciencia de lo realizado, para servir de modelo en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre, en condiciones de viento hasta 10 nudos.



02. Establecer y transmitir la información sobre la actividad y recoger la información sobre los participantes, analizando las características de la información y aplicando procedimientos establecidos, para atender y motivar al deportista.
03. Analizar la ejecución técnica en el nivel de iniciación, utilizando procedimientos establecidos y comparando la ejecución técnica con los estándares propios de la iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre para valorar la ejecución de los deportistas y determinar su nivel.
04. Interpretar y, adaptar la programación de referencia y la organización de la sesión, utilizando criterios de elección y temporalización de las tareas, discriminando la información sobre las características del grupo, las condiciones del área de navegación, las condiciones medioambientales y materiales existentes todo ello dentro de la transmisión de valores de práctica saludable y respeto del medio natural, para concretar la sesión de enseñanza-aprendizaje de la iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre.
05. Elegir y demostrar las técnicas de dirección y procedimientos de control de las contingencias, aplicando instrumentos de observación y control y resolviendo supuestos, para dinamizar sesiones de enseñanza-aprendizaje de iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre.
06. Seleccionar, comprobar, almacenar y ajustar los materiales náuticos y embarcaciones propias de la iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre.
07. Identificar y describir las variables que intervienen en el desarrollo de la iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre, aplicando los procedimientos establecidos y clasificando la información obtenida, para valorar el desarrollo de la sesión de iniciación y ajustar el proceso de enseñanza-aprendizaje.
08. Elegir y demostrar las técnicas de ayuda y rescate de embarcaciones y personas, aplicando los procedimientos establecidos, para intervenir en situaciones de riesgo.
09. Describir, preparar y ejecutar los primeros auxilios, identificando las características de los supuestos y aplicando los protocolos establecidos, para asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.
10. Identificar las características de las competiciones y eventos propios de la iniciación a la navegación deportiva a vela con embarcaciones de aparejo fijo o libre, analizando el reglamento y las bases de competición propias de este nivel, para seleccionar a los deportistas en función de su nivel y características.

## TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

### 1. CONTENIDOS DEL PROGRAMA TEÓRICO:

#### BLOQUE I. METODOLOGÍA DE LA VELA E INICIACIÓN A LA COMPETICIÓN

**Tema 1:** Los principios básicos de la navegación, relacionándola con los sistemas viento-vela-casco-agua.

**Tema 2:** La técnica de navegación en vela con embarcaciones de AF y AL, describiendo las etapas de adquisición de la técnica y las características del aprendizaje de estas, aplicando técnicas de observación, elaborando instrumentos de observación, identificando los errores más usuales en esta etapa, relacionando los errores con las tareas de corrección más habituales.

**Tema 3:** Organización de sesiones de iniciación a la vela con AF y AL, interpretando la programación de referencia, identificando las características de las sesiones, elaborando y caracterizando las secuencias de aprendizaje.



**Tema 4:** la competición con AF y AL identificando las características de la información y de los instrumentos de evaluación más adecuados, utilizando procedimientos para su obtención a lo largo de la actividad.

#### **BLOQUE II. PUESTA A PUNTO DEL MATERIAL DE APAREJO FIJO**

**Tema 5:** Las clases de embarcaciones, analizando las características técnicas y reglamentarias de las diferentes clases y sus condicionantes técnicas relacionándolas con las características de los navegantes.

**Tema 6:** Las características de las velas y apéndices, y su efecto en la navegación, analizando las formas, las técnicas y materiales de construcción, su comportamiento en la navegación, relacionándolo con las condiciones ambientales y las técnicas de navegación.

#### **BLOQUE III. SEGURIDAD DE LA NAVEGACIÓN Y CONSERVACIÓN DE LOS MATERIALES**

**Tema 7:** Las condiciones de seguridad de la navegación, interpretando la normativa y aplicando los procedimientos de seguridad y de respeto medio-ambiental en las actividades de iniciación a la navegación a vela con AF y AL.

#### **BLOQUE IV. COMPETICIONES Y EVENTOS A VELA**

**Tema 8:** La temporalización de los eventos náuticos analizando las características de los clubes náuticos y la oportunidad en el programa de actividades.

**Tema 9:** Gestión y organización eventos de vela de promoción e iniciación deportiva, de un club náutico analizando las características y requisitos materiales y humanos de los eventos de acuerdo con la clase y las características técnicas de los recorridos.

**Tema 10:** Reglamento de regatas

#### **2. CONTENIDOS DEL PROGRAMA PRÁCTICO:**

##### **A. BLOQUE I:**

- a. Sesiones de entrenamiento del regatista, demostrando las técnicas propias de este nivel, analizando y aplicando las técnicas de dirección y organización, y aplicando técnicas de auto evaluación.
- b. El regatista en competiciones, analizando los factores que condicionan el rendimiento, así como el Reglamento de regatas a vela y el Reglamento de competición, seleccionando las estrategias de intervención en la zona de la regata.

##### **B. BLOQUE II:**

- a. El reglaje de las diferentes embarcaciones, utilizando técnicas de medición y análisis e identificando las variables que afectan al reglaje y puesta a punto del material.
- b. El rendimiento de las velas, analizando y seleccionando la información necesaria y aplicando las técnicas y metodologías de obtención y procesamiento de la información.

##### **C. BLOQUE III.**

- a. El rescate de personas y embarcaciones de AF y AL en condiciones propias de la iniciación a la vela, aplicando las técnicas y protocolos de ayuda y rescate.
- b. Almacén y mantenimiento de las embarcaciones y materiales náuticos, identificando las condiciones de almacenamiento y transporte, aplicando las técnicas de mantenimiento adecuadas.

##### **D. BLOQUE IV. La gestión, organización y desarrollo de eventos a vela de tecnificación, analizando las condiciones de organización de los eventos y el reglamento de competición.**



## BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:

- Renom, J. (2004). Metodología de enseñanza de la vela. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Davison, T. (2007). El libro del laser. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Kibble, G.; Kibble, S. (1996). El ABC del optimist. Ed. Pirámide. Madrid.
- Payeras, B. (1979). Vamos a navegar. Ed. Noray. Barcelona.
- Costa, JB. (2009). Patrón de vela. Ed. Lerko Print. Madrid.
- Giulietti, G. (2009). Vela. Ed. Susaeta. Madrid.
- Benavides, JM. (1995). Ed. Servicio central de publicaciones del gobierno vasco. Vitoria.
- (2011). El curso de navegación de Glenans. Ed. Tutor. Madrid.
- Schult, J. (2015). Teoría y práctica de las velas. Ed. Tutor. Madrid.
- (2006). La práctica de la vela ligera. Ed. Tutor. Madrid.
- Chéret, B. (2010). Vela ligera, técnicas y sensaciones. Ed. Juventud. Barcelona
- Renom, J (2002). Entrenamiento psicológico en vela. Ed. Paidotribo. Barcelona
- Abascal L, A Y Brunet, A (1997). Apuntes de iniciación a la vela. Ed. R.F.E.V. Madrid
- Sleight, S. (2016). Manual completo de vela. Ed. Blume. Barcelona.

### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Owen, P. (2006). Manual de nudos náuticos. Ed. Tutor. Madrid
- García, J.C. y González, A. (1998). "Fundamentos técnicos, tácticos, reglamentarios y didácticos de la navegación a vela". DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA. UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIAS.
- Fitera, J. y Murta L. (1992). Didáctica deporte de la vela. Editorial Campomanes libros. Barcelona
- Chéret, B (2002). Las velas. Compresión, trimado y optimización. Editorial Juventud. Barcelona

## ENLACES RECOMENDADOS

## METODOLOGÍA DOCENTE

Las clases teóricas se desarrollarán en el aula bajo una metodología activa, buscando la máxima participación del estudiante durante las mismas. Para ello se podrán solicitar actividades previas como lectura de documentos, recogida de información sobre el contenido, debate, análisis de documentos, análisis de imágenes, observación de situaciones reales, etc.

Igualmente, durante las sesiones, tanto teóricas como prácticas, se podrá solicitar la realización de fichas o tareas como las indicadas previamente, u otras que permitan la aplicación práctica del conocimiento adquirido a la vez que la evaluación del mismo.

Las sesiones prácticas de actividad física se desarrollarán en el horario establecido para tal fin, pudiendo solicitarse la participación del alumnado en el diseño y puesta en práctica de las mismas.

Las diferentes Actividades Formativas de carácter obligatorio que conforman la metodología docente activa son las siguientes:



- Clases presenciales con método expositivo.
- Participación de los estudiantes durante las clases presenciales.
- Solicitud de actividades previas, como lectura de documentos, recogida de información sobre el contenido, debate, análisis de documentos, análisis de imágenes, observación de situaciones reales.
- Exposiciones teóricas.
- Realización de fichas o tareas, que permitan la aplicación práctica del conocimiento adquirido.
- Evaluación teórica.
- Sesiones y actividades prácticas.
- Presentación de trabajos teórico-prácticos en pequeños grupos o individual.

## **EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)**

Tal como dicta la **Normativa de Evaluación y Calificación** de los estudiantes de la Universidad de Granada (aprobada en sesión ordinaria del Consejo de Gobierno de 26 de Octubre de 2016):

Artículo 6.2, **LA EVALUACIÓN SERÁ PREFERENTEMENTE CONTINUA**, entendiéndose por tal, la evaluación diversificada establecida en la Guía Docente.

Artículo 8.2, el estudiante tiene la posibilidad de realizar una **EVALUACIÓN ÚNICA FINAL**. Para acogerse a esta modalidad, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, o en las dos semanas siguientes a su matriculación si ésta se ha producido con posterioridad al inicio de la asignatura, lo solicitará, a través del procedimiento electrónico, al Director del Departamento, alegando y acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua.

El Director de Departamento al que dirigió su solicitud, oído el profesorado responsable de la asignatura, resolverá la solicitud en el plazo de 10 días hábiles. Transcurrido dicho plazo sin que el estudiante haya recibido respuesta expresa por escrito, se entenderá estimada la solicitud. En caso de denegación, el estudiante podrá interponer, en el plazo de un mes, recurso de alzada ante el Rector, quién podrá delegar en el Decano o Director del Centro, según corresponda, agotando la vía administrativa.

No obstante lo anterior, por causas excepcionales sobrevenidas y justificadas (motivos laborales, estado de salud, discapacidad, programas de movilidad, representación o cualquier otra circunstancia análoga), podrá solicitársela evaluación única final fuera de los citados plazos, bajo el mismo procedimiento administrativo.

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

- EV-C1: Constatación del dominio de los contenidos teóricos y elaboración crítica de los mismos.
- EV-C2: Constatación del dominio de los contenidos prácticos
- EV-C3: Valoración de los trabajos realizados, individualmente o en equipo, atendiendo a la presentación, redacción y claridad de ideas, estructura y nivel científico, creatividad, justificación de lo que argumenta, capacidad y riqueza de la crítica que se hace, y actualización de la bibliografía consultada.



## **INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:**

- EV-I1: Pruebas escritas: de ensayo, de respuesta breve, objetivas, casos o supuestos, resolución de problemas.
- EV-I4: Pruebas prácticas

## **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

### **A. EVALUACIÓN CONTINUA**

*Será imprescindible la asistencia al menos al 80% de las sesiones teórico-prácticas para poder ser evaluado. Para poder promediar las partes, será imprescindible superar cada una por separado, siendo el 5 la nota mínima para aprobar cada una de ellas.*

#### **1. Programa de Teoría: 40 %**

Durante el desarrollo de la asignatura se realizarán un único examen teórico

##### ▪ Tipo de examen:

El examen presentará preguntas de tipo teórico (tipo test); y preguntas de aplicación práctica de los contenidos desarrollados.

##### ▪ Calificaciones:

Las preguntas tipo test serán de respuesta única, serán respondidas en una planilla. Por cada tres preguntas incorrectas, restará una correcta.

Los exámenes serán superados con 5 o más puntos.

##### ▪ Forma de calificar:

Adecuación de la respuesta al enunciado de la pregunta.

#### **2. ÉXAMEN PRÁCTICO: 35 %**

Se exigirá un mínimo del 80% de asistencia a las sesiones prácticas impartidas.

#### **3. TRABAJOS: 25 %**

**Los alumnos de forma individual podrán elegir una de estas tres posibilidades de trabajo**

TRABAJO 1.- Antecedentes de la navegación a Vela. Conceptos y clasificación.

- Historia de la Vela.
- Definición.
- Clasificación
- Diccionario náutico



TRABAJO 2.- Conceptos básicos de Meteorología.

- Los sistemas meteorológicos.
- El viento: escalas de medición y tipos.
- Olas y estado del mar: escalas de medición y tipos.
- Las mareas y corrientes.
- Predicción del tiempo: mapas del tiempo y boletines de predicción marítima.
- Régimen de brisas costeras.

TRABAJO 3.- Principios físicos fundamentales.

- El viento real y el viento aparente.
- Teorema de Bernoulli y efecto de Venturi.
- Centro vélico y centro de resistencia lateral.
- Fuerza vélica y Fuerza de resistencia lateral.
- Orientación de la Fuerza vélica según la orientación del aparejo.
- Momentos de orzada-arribada, escora-adrizamiento y balanceo

**B. EVALUACIÓN ÚNICA**

Los estudiantes que se acojan a este tipo de evaluación, tendrán derecho a ser evaluados mediante una prueba escrita y otra práctica que incluirá todos los contenidos desarrollados en la asignatura, tanto teóricos como prácticos, y que se realizará en la fecha de la convocatoria de evaluación ordinaria.

No se exigirá asistencia, ni trabajos, ni participación.

El sistema de calificaciones se expresará mediante la calificación numérica de acuerdo con lo establecido en el artículo 5 del R.D. 1125/2003, de 5 de Septiembre, por el que se establecen el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en el territorio nacional.

**C. EVALUACIÓN POR INCIDENCIAS**

Los estudiantes que no puedan concurrir a pruebas de evaluación que tengan asignadas una fecha de realización por el Centro, tendrán en cuenta la normativa aprobada en la Facultad de Educación y Humanidades en el Campus de Melilla para tal fin ([www.faedumel.ugr.es](http://www.faedumel.ugr.es)) o podrán solicitar al Director de Departamento la evaluación por incidencias en los siguientes supuestos debidamente acreditados:

- 

DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS QUE FORMARÁN PARTE DE LA EVALUACIÓN ÚNICA FINAL ESTABLECIDA EN LA "NORMATIVA DE EVALUACIÓN Y DE CALIFICACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA"

01. XXXX
02. XXXX
03. XXXX
04. XXXX

INFORMACIÓN ADICIONAL



---

Cumplimentar con el texto correspondiente en cada caso

