



## G+S-Kids: Introduzione Vela - Lezione 1

# Provare i gilet di salvataggio e conoscere il “proprio opti”

### Autore

Peter Gebistorf, Esperto G+S Kids

### Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti  
Livello  basso  medio  impegnativo  
Età consigliata 8 - 10 anni  
Grandezza del gruppo Al massimo 6 bambini  
Luogo del corso Prato / scivolo per imbarcazioni / specchio d'acqua / infrastruttura portuale  
Sicurezza Indossare sempre i gilet di salvataggio, anche quando non si è in acqua. Solo con condizioni di vento debole e imperativamente vicino alla riva.

### Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Far conoscenza coi bambini e scendere in acqua il più velocemente possibile! Esaminare la “portata di un giubbotto di salvataggio” e conoscenza di base dell'imbarcazione.

### Indicazione

Indossare abiti adatti al tempo che fa. Una maglietta, un costume da bagno e eventualmente scarpe da ginnastica o in neoprene, una giacca a vento e pantaloni da pioggia (il giubbotto di salvataggio deve essere indossato anche quando si è sulla terra ferma).

L'OPTIMIST JOLLE o l'OPTIMIST DINGHY sono abbreviati con il termine „opti“.

### Contenuti

#### INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	Prendere i giubbotti di salvataggio e adattarli	Distribuire i giubbotti di salvataggio. Ogni bambino cerca la sua taglia. Il monitore controlla che il giubbotto sia adeguato.	Giubbotti di salvataggio G+S grandezze XS, S, M
10'	Contrassegnare i giubbotti.	Ogni bambino etichetta il suo giubbotto con il suo nome e si ricorda la grandezza. (1 bambini scrivono il loro nome su un cerotto adesivo, da incollare sul giubbotto). Indossare da soli il giubbotto, adattarlo al proprio corpo e stringere le chiusure. Non tutti i bambini ci riescono facilmente. Aiutare i bambini che non sanno ancora scrivere bene il loro nome.	1 nastro di cerotto, pennarelli indelebili colorati
5'	Da dove soffia il vento?	Il monitore spiega come osservare la direzione del vento: bandiere, foglie, capelli, pennone.. Breve giro d'ispezione del porto e della riva assieme ai bambini.	Pennone della bandiera nel porto

**PARTE PRINCIPALE**

<b>Durata</b>	<b>Tema/Esercizio/Gioco</b>	<b>Organizzazione / Disegno</b>	<b>Materiale</b>
15'	Nuotare coi giubbotti di salvataggio. Spingere in acqua gli opti.	Il monitore spinge in acqua un opti per ogni bambino. Se possibile, i bambini si tuffano dalla barca a motore con addosso il giubbotto di salvataggio e nuotano per un breve tratto fino al loro opti. Cercano in seguito di spingere l'opti su una distanza predefinita.	6 opti senza rigg, deriva e timone.
5'	Immergersi con il giubbotto di salvataggio o semplicemente mettere la testa sott'acqua	I bambini cercano di immergersi con il giubbotto di salvataggio, aiutandosi con l'opti. Il monitore osserva con attenzione ogni bambino.	

**RITORNO ALLA CALMA**

<b>Durata</b>	<b>Tema/Esercizio/Gioco</b>	<b>Organizzazione / Disegno</b>	<b>Materiale</b>
15'	A terra: imparare a conoscere l'opti (senza rigg) Concetto di babordo / tribordo	Conoscere alcune componenti dell'imbarcazione e alcuni termini: <i>scafo, banco, piede dell'albero, compartimentazioni, timone, deriva, scotta della randa, scotta del fiocco, randa, scotta di fiocco, puleggia, remi, tribordo, babordo, prua, poppa.</i>	