



Terza edizione degli incontri di Vela funzionale Presso il Circolo velico Ravennate

4 - 6 settembre 2025

Destinatari: pazienti e personale sanitario Durata totale: 20 ore

4 ore teoria in aula 12 ore pratica in mare
(uscite suddivise su più giornate)

Obiettivi del corso

- Applicare conoscenze scientifiche e tecniche alla navigazione a vela.

- Promuovere competenze trasversali: collaborazione, leadership, comunicazione efficace, gestione delle emozioni.
- Sviluppare problem solving, pensiero critico e capacità di adattamento.

Programma dettagliato

Modulo Teorico (4 ore)

Ora 1: Introduzione alla vela e principi scientifici

- Cos'è la vela: storia e importanza oggi.
- Principi fisici: aerodinamica delle vele, forze in gioco (vento, corrente, galleggiamento).
- Elementi STEM nella vela: scienza dei materiali, meccanica, meteorologia.

Ora 2: Teoria e tecniche di navigazione

- Le andature (bolina, traverso, lasco, poppa)
- Uso della bussola e navigazione costiera
- Virate in prua e poppa

Ora 3: Sicurezza in mare e meteorologia

- Norme di sicurezza: salvagente, dotazioni obbligatorie.
- Segnali di emergenza.
- Interpretazione delle condizioni meteorologiche.

Ora 4: Competenze relazionali in navigazione

- L'importanza del team in barca.
- Ruoli a bordo: comandante, prodiere, tailer, timoniere.
- Comunicazione e leadership in situazioni stressanti.



Modulo Pratico (12 ore)

Uscite pratiche organizzate
in 5 sessioni da 4 ore:

Sessione 1: Prime manovre di bordo (mattina)

- Conoscenza dell'imbarcazione: nomenclatura e attrezzature.
- Montaggio e smontaggio vele.
- Tecniche base: virata e abbattuta.
- Esercizi di coordinamento e comunicazione a bordo.

Sessione 2: Navigazione a vela (pomeriggio)

- Regolazione delle vele in base al vento.

- Andature principali: bolina, traverso, lasco, poppa.
- Pratica di turnazione nei ruoli a bordo.

Sessione 3: Gestione delle emergenze e problem solving

- Prove di recupero uomo a mare.
- Simulazione di situazioni impreviste.
- Strategie di risoluzione dei problemi in equipaggio.
- Valutazione delle competenze tecniche e relazionali.
- Debriefing finale: cosa abbiamo imparato, feedback reciproco.

Valutazione

- Tecnica: Comprensione delle nozioni base e applicazione pratica.
- Relazionale: Capacità di lavorare in gruppo, gestione dei conflitti, leadership.
- Personale: Autonomia, spirito di iniziativa, gestione dello stress.

Crono programma:

Brifing iniziale	4 settembre 2025 ore 16:00 - 17:00
Attività teorica	4 settembre 2025 ore 17:00 - 19:00
	5 settembre 2025 ore 09:00 - 10:00
Attività pratica	5 settembre 2025 ore 10:00 - 16:00
	6 settembre 2025 ore 09:00 - 15:00
Debriefing finale	6 settembre 2025 ore 15:00 - 16:00

APERTIVO A CONCLUSIONE
DELL' EVENTO
ORE 17.30



CON
RACCOLTA FONDI
IN OMAGGIO LIBRO DELLA
FONDAZIONE