

## Temari –Curs de PER i PNB

### **Coneixements teòrics.**

Unitat Teòrica 1. Nomenclatura nàutica.

Unitat Teòrica 2. Elements d'amarre i fondege.

Unitat Teòrica 3. Seguretat en la mar.

Unitat Teòrica 4. Legislació.

Unitat Teòrica 5. Abalisament.

Unitat Teòrica 6. Reglament Internacional per a Previndre Abordatges en la Mar.

Unitat Teòrica 7. Maniobra i navegació.

Unitat Teòrica 8. Emergències en la mar.

Unitat Teòrica 9. Meteorologia.

Unitat Teòrica 10. Teoria de navegació.

Unitat Teòrica 11. Carta de navegació.

### **Continguts procedimentals.**

-Experimentació de tècniques bàsiques sobre navegació a vela i motor que ens permeti desembolicar-nos en el mitjà:

- a. Tècniques de realització de nusos mariners.
- b. Consulta i mesurament meteorològic.
- c. Localització d'adreça i intensitat del vent.
- d. Aparell de l'embarcació.
- i. Tècniques de navegació.

-Debat sobre l'impacte mediambiental de la vela.

-Utilització de la tècnica i de la tàctica en resolució de problemes originats en situacions reals de navegació.

Adquisició d'actituds, valors i normes.

-Valoració del medi ambient natural i adopció d'actituds respecte, millora i conservació.

-Acceptació de les normes de seguretat i protecció en la realització d'activitats de vela.

-Valoració dels efectes que sobre el mitjà té la correcta o incorrecta utilització del mitjà.

-Considerar la vela de creuer com un mitjà més de consecució i millora de les capacitats físiques.

-Valoració del fet d'aconseguir una bona condició física com a base d'unes millors condicions de salut.

-Acceptació de la vela de creuer com a mitjà de gaudi, ocupació del temps lliure i millora de la salut.

-Valoració de la funció d'integració social que té la pràctica d'activitats de vela.

-Acceptació i respecte de les normes de navegació.

-Cooperació en l'organització, aparell i neteja de les embarcacions.