

Siglingasamband Íslands

Námsskrá

Kænusiglingar



1. stig – Fyrstu kynni mín af siglingum

Almennt:

- Ég get klæðst björgunarvesti rétt
- Ég er örugg/öruggur í vatni með björgunarvesti
- Ég get greint vindátt
- Ég get aðstoðað við að gera bát sjókláran
- Ég get fest bát við sjósetningarvagn
- Ég get aðstoðað við að koma bátum aftur á land
- Ég get sýnt rétta stjórnunarstöðu
- Ég get stýrt bátnum, snúið frá hliðarvindi yfir á hliðarvind
- Ég skil grunn atriði seglastillinga
- Ég get stýrt bátnum í átt að vindi og frá honum, fyrst með seglum og svo stýri
- Ég skil grunnstjórnun báts
- Ég skil hvernig á að stjórna hraða og afli báts
- Ég get gefið merki um að ég þurfi aðstoð
- Ég skil hvers vegna ég á að halda mig við bátinn ef honum hvolfir

Hnútar:

- Ég get bundið áttuhnút

Bakgrunnspekking: Engin

Tímalengd námskeiðs: 6 klst

Markmið: Getur siglt í 5–15 hnúta (3-8 m/s) vindi undir leiðsögn.

2. stig – Að auka hæfni mína

Almennt:

- Ég get snúið bát upp í vindinn til að setja upp segl
- Ég get riggað bát með smá aðstoð
- Ég skil hvernig á að draga bát á landi án þess að rekast í aðra báta
- Ég get stjórnað hraða bátsins
- Ég get komið mér úr „járnum“
- Ég get siglt beitingu (upp í vind)
- Ég get siglt undan vindi á höfuðbitabyr
- Ég get kúvent
- Ég get siglt þríhyrningsbraut undir leiðsögn
- Ég hef skilning á fimm grundvallarþáttum siglinga
- Ég get snúið aftur að strönd/landi
- Ég get rétt bát á hvolfi með smá aðstoð

Hnútar:

- Ég get bundið réttan hnút

Bakgrunnsþekking:

- Ég skil í hversu hátt er hægt að beita.
- Ég skil merkingu orðanna „kulborði“, „hléborði“ og „vending“
- Ég veit:
 - Hvað skal gera ef bátar mætast á bak- og stjórnborða.
 - Hvað skal klæðast í siglingu
 - Hvernig á að velja rétt flotvesti

Lágmarksreynsla: 8 klst (meðtalið stig 1)

Tímalengd: 8 klst

Markmið: Getur siglt þríhyrningsbraut undir leiðsögn

3. stig – Að kynnast bátnum.

Almennt:

- Ég get sett upp bát, sjósett og lent bát óháð vindátt
- Ég get sjósett án aðstoðar
- Ég get sett upp bát í samræmi við aðstæður
- Ég skil fimm meginatriði: seglstillingu, jafnvægi, halli báts, kjölur og stefnu og hvernig þau eru nýtt til að stjórna bátnum.
- Ég get siglt beitningu, hliðarvind og lens.
- Ég get notað kjaftakellingar (tell-tales)
- Ég get rétt bátinn við af algeru hvolfi
- Ég get lagst upp að bát við akkeri/legufæri
- Ég get undirbúið og verið dregin/inn af vélbát
- Ég get stöðvað bátinn

Hnútar:

- Ég get bundið pelastick
- Ég get bundið skutulsbragð/hestahnút
- Ég get bundið alla hnúta í vatni

Bakgrunnspekking:

- Ég skil hvernig segl virkar
- Ég skil grunnreglur siglinga (stjórnborði/bakborði, kulborði/hléborði)
- Ég veit hvernig á að finna veðurspá
- Ég skil áhrif vinds á siglinguaðstæður
- Ég skil mikilvægi þess að láta vita hvert/hvar ég ætla að sigla
- Ég veit að ég þarf að huga að áhrifum hita, sjávarfalla og strauma

Lágmarksreynsla: 24 klst (með stigum 1 og 2)

Markmið: Getur siglt sjálfstætt í allar áttir og snúið aftur örugglega í 5–15 hnúta vindi.

3.stig + tveggja manna bátur.

Almennt:

- Ég get sjósett og tekið upp tvímenningsbát með stýrimanni
- Ég get stillt framsegl/fokku
- Ég skil hugtakið „fokku bil“
- Ég get fundið rétta stefnu undan vindi fyrir kúvendingu
- Ég skil hvernig á að velta við tvímenningsbát á hvolfi ásamt stýrimanni
- Ég skil mikilvægi samvinnu í jafnvægi og halla báts

Bakgrunnsþekking:

- Ég skil mikilvægi samskipta um borð í tvímenningsbát

Lágmarksreynsla: 16 klst sigling