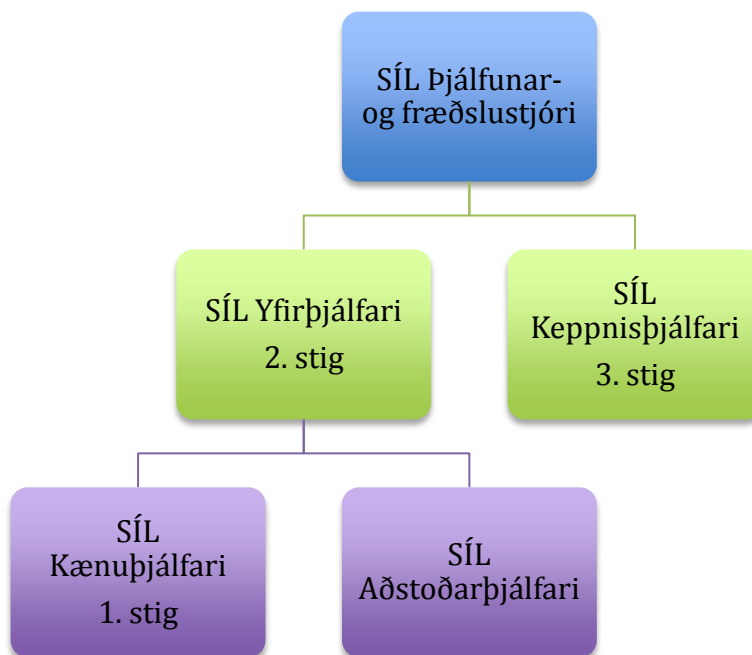


ÞJÁLFASTIG SÍL	1
SÍL AÐSTOÐARÞJÁLFARI	2
SÍL KÆNUÞJÁLFARI – 1. STIG	2
SÍL YFIRÞJÁLFARI – 2. STIG	4
SÍL KEPPNISÞJÁLFARI – 3. STIG	5
SÍL ÞJÁLFUNAR- OG FRÆÐSLUSTJÓRI	6
HVER KENNIR HVÆÐ?	7
HLUTFÖLL	7

Þjálfarastig SÍL

Þjálfarastig SÍL eru þrjú, kænubjálfi, yfir þjálfari og keppnisþjálfari, þar fyrir utan er aðstoðarþjálfarinn sem er valfrjáls undanfari kænubjálfa.



SÍL Aðstoðarþjálfari

Aðstoðarþjálfara skírteini viðurkennir þjálfun sem hlotin er innan siglingafélags, fyrir reynda siglara sem ætla sér að verða kænubjálfarar.

Hlutverk

Aðstoðarþjálfari er fær kænusiglari sem hefur hlotið þjálfun í að aðstoða kænu- og yfirþjálfara við kennslu siglinga upp að 3. stigs námskeiðum.

Aðstoðarþjálfarar skulu alltaf vinna undir eftirliti SÍL yfirþjálfara félagsins.

Þar sem aðstoðarþjálfara menntun er takmörkuð við að aðstoða aðra þjálfara og felur ekki í sér fyrstu hjálp eða öryggisbáta notkun skal aðstoðarþjálfurum aldrei leyft að vinna nema yfirþjálfari hafi fulla umsjón með þeim.

Hæfniskröfur

Fyrir námskeiðið þurfa nemendur að uppfylla eftirfarandi kröfur:

Lágmarksaldur 16 ára

Nemendur sem hyggjast sækja aðstoðarþjálfaranámskeið þurfa að hafa lokið öllum fjórum stigum námskrár SÍL auk þess að hafa uppáskrifuð meðmæli forsvarsmanns siglingafélagsins.

Þjálfun/mat

Þjálfun og mat aðstoðarþjálfara eru framkvæmd af yfirþjálfara siglingafélagsins en yfirþjálfarinn þarf að hafa gildandi SÍL yfirþjálfaraskírteini. Þjálfunina skal byggja á 20 tíma námskeiði þar sem farið er yfir SÍL kennsluáðferðir fyrir byrjendur. Nemendur skulu metnir eftir kennsluhæfileikum þeirra með byrjendum. Þeir sem lokið hafa námskeiði og hafa staðist námsmatið fá undirskrift yfirþjálfara í siglingadagbók sína og aðstoðarþjálfaraskírteini frá forsvarsmanni siglingafélagsins.

Gildistími skírteina

Aðstoðarþjálfaraskírteini gilda aðeins í því siglingafélagi þar sem þau voru metin og gilda þar í 5 ár.

Aðstoðarþjálfari sem hlotið hefur menntun sína í einu siglingafélagi og sækir um vinnu í öðru siglingafélagi skal metinn af yfirþjálfara þess félags og hljóta þjálfun í staðháttum áður en réttindin eru uppfærð, skrifað undir í siglingadagbók og nýtt skírteini veitt af forsvarsmanni þess félags.

SÍL Kænubjálfari – 1. stig

Þjálfarar sem kenna eftir námskrá SÍL þurfa að vera færir í að sigla þeim bátum sem þeir munu kenna á.

Hlutverk

Kænubjálfarinn er öruggur og reyndur siglari sem er fær um að sigla kennslukænu í sterkum vindum og meðhöndla öryggis- og kennslubáta.

Þjálfarinn hefur verið metinn hæfur til að kenna börnum og fullorðnum, byrjendum og þeim sem eru að bæta við sig þekkingu.

Þó svo að kænubjálfi sé ábyrgur fyrir að kenna einstaklingum og smærri hópum þá hefur þjálfarinn ekki verið metinn til að stýra kænudeild siglingafélags og ætti kænubjálfi ávalt að starfa undir yfirumsjón SÍL yfirbjálfara.

Lesið “Hver kennir hvað” kaflann til að sjá nánar um hlutverk hvers og eins.

Hæfniskröfur

Fyrir námskeiðið þurfa nemendur að uppfylla eftirfarandi kröfur:

Lágmarksaldur 18 ára

Gildandi fyrstu hjálpar skírteini (endurnýjst á minnst 2 ára fresti).

Öryggisbátaskírteini (SÍL og Sæbjörg).

Mat á siglingakunnáttu fyrir námskeið.

Vinsamlegast athugið að hægt er að neita nemendum þáttöku í námskeiði sé siglingakunnáttu eða öðrum forkröfum ábótavant.

*Fyrsta hjálp - Annað hvort skírteini frá Slysavarnaskóla sjómanna eða annað skírteini viðurkennt af SÍL, þar sem farið er yfir meðferð ofkælingar, höfuðáverka og endurlífgun og námskeiðið er að minnsta kosti 6 klukkustundir að lengd.

Mat á siglingakunnáttu fyrir námskeið

Á meðan á matinu stendur munu nemendur vera beðnir um að framkvæma eftirfarandi:

- Sigla kringum þríhyrnda braut þar sem hver leggur er minnst 100m, eftir bestu getu og nota allan venjulegan búnað um borð í kænunni, þar á meðal belgsegl ef það er til staðar.
- Sigla í þetta hringi kringum kyrrstæðan bát, taka einungis eina vendingu og eina kúvendingu í hverjum hring.
- Sigla í halarófu á eftir öðrum bát. Hugsanlegt er að siglt verði á eftir annari kænu eða vélbát og siglt verði á allar siglingastefnur.
- Gera maður fyrir borð æfingu, báturinn á að vera alveg stopp og ekki á að þurfa fleiri en eina tilraun.

Nemendur gætu einnig verið beðnir um að framkvæma eitthvað af eftirfarandi:

- Sigla án stýrisblaðs (eða með stýrið fest með lausri teygju) kring um þríhyrnda braut. Ætlast er til að nemendur komist vel áfram kringum brautina og geri það svo góðri sjómennsku sæmi.
- Sjósetja og lenda í álandsvindi.
- Leggja akkeri eða taka upp bauju – vindur gegnt straumi (ef við á).
- Leggja upp að hliðinni á kyrrstæðum bát – vindur gegnt straumi (ef við á).
- Réttta við kænu sem hefur oltið og sigla af stað.

Þjálfun/æfing

Æfing í notkun kennsluaðferða á sjó og í landi fer fram á meðan á námskeiðinu stendur. Námskeiðið mun taka 5 daga eða 50 klukkustundir, en gæti verið sett fram sem nokkrar helgar, stakir dagar eða kvöldkennsla. Námskeið sem haldin eru með uppbrotnum hætti gætu tekið örlítið lengri tíma þar sem gera þarf ráð fyrir upprifjunartíma.

Stöðumat/Námsmat

Mat mun venjulega eiga sér stað á síðasta degi námskeiðsins auk þess að fylgst er með nemendum á meðan á námskeiðinu stendur. Nemendur þurfa að sýna fram á getu og hæfni í að undirbúa námskeið, kenna og stýra því, auk samsvinnu við viðskiptavini.

Gildistími skírteina

Þjálfaraskírteini eru gild í 5 ár frá útgáfudegi, að því tilskyldu að fyrstu hjálpar skírteini sé haldið í gildi.

Þjálfarinn skal einnig halda öryggis- og kennslubáta skírteini sínu í gildi.

SÍL Yfirþjálfari – 2. stig

Yfirþjálfarinn er reyndur þjálfari sem hefur verið metinn hæfur til að skipuleggja og hafa umsjón með námskeiðum innan námskrár SÍL.

Hlutverk

Yfirþjálfari hefur verið metinn hæfur til að skipuleggja og stýra kennslu hópa og til að stýra og aðstoða aðra þjálfara. Yfirþjálfarar þurfa að vera öryggir, hæfir stjórnendur, færir um að stýra hópum á öllum aldri og leiðbeina öðrum þjálfurum í vinnu.

SÍL vottað siglingafélag þarf að hafa yfirþjálfara sem hefur yfirumsjón með allri kennslu.

Hæfniskröfur

Fyrir námskeiðið þurfa nemendur að uppfylla eftirfarandi kröfur:

Nemandi þarf að hafa lokið kænubjálpara námskeið og unnið sem slíkur í minnst eitt siglingatímabil (3-4 mánuðir) í fullu starfi eða tvö siglingatímabil í hlutastarfi eftir að hafa lokið námskeiðinu.

Lágmarksaldur 20 ára

Gildandi fyrstu hjálpar skírteini (endurnýjst á minnst 2 ára fresti)

Öryggisbátaskírteini (SÍL og Sæbjörg)

Mat á siglingakunnáttu fyrir námskeið.

Uppáskrifuð meðmæli til þáttöku í námskeiði frá forsvarmanni siglingafélags.

Á meðan á námskeiðinu stendur verða nemendur beðnir um að sýna fram á siglingakunnáttu og getu sem samsvarar að lágmarki getu SÍL kænubjálpara.

Vinsamlegast athugið að hægt er að neita nemendum þáttöku í námskeiði sé

siglingakunnáttu eða öðrum forkröfum ábótavant.

*Fyrsta hjálp - Annað hvort skírteini frá Slysavarnaskóla sjómanna eða annað skírteini viðurkennt af SÍL, þar sem farið er yfir meðferð ofkælingar, höfuðáverka og endurlífgun og námskeiðið er að minnsta kosti 6 klukkustundir að lengd.

Þjálfun/æfing

Æfing í stjórnun og notkun kennsluáðferða á sjó og í landi fer fram á meðan á námskeiðinu stendur. Námskeiðið mun taka 5 daga eða 50 klukkustundir, en gæti verið sett fram sem nokkrar helgar, stakir dagar eða kvöldkennsla. Námskeið sem haldin eru með uppbrotnum hætti gætu tekið örlítið lengri tíma þar sem gera þarf ráð fyrir upprifjunartíma. Lágmarksfjöldi nemenda er 6.

Stöðumat/Námsmat

Símat verður í gegnum allt námskeiðið. Nemendur þurfa að sýna fram á getu og hæfni við að undirbúa námskeið, kenna og stýra því, hafa yfirumsjón með öðrum þjálfurum og leiðbeina þeim í starfi, auk samsvinnu við viðskiptavinum.

Gildistími skírteina

Þjálfaraskírteini eru gild í 5 ár frá útgáfudegi, að því tilskyldu að fyrstu hjálpar skírteini sé haldið í gildi.

Þjálfarinn skal einnig halda öryggis- og kennslubáta skírteini sínu í gildi.

SÍL Keppnisþjálfari – 3. Stig

Keppnisþjálfari þarf að vera fær keppnissigliari sem hefur áhuga á að miðla áfram færni sinni og þekkingu til annarra kappsiglára og byrjenda.

Hlutverk

Keppnisþjálfari hefur verið metinn hæfur til þess að kenna kappsiglinganámskeið fyrir byrjendur og að þjálfva og halda utan um æfingahópa í kappsiglingum.

Keppnisþjálfari skal halda vel utan um þann æfingahóp sem honum hefur verið úthlutaður – fylgjast vel með frammistöðu og framförum hvers og eins og vinna með kappsiglurunum að framþróun á færni þeirra eftir bestu getu.

Hæfniskröfur

Fyrir námskeiðið þurfa nemendur að uppfylla eftirfarandi kröfur:

Nemandi þarf að hafa lokið kænubjálfa námskeið og unnið sem slíkur í minnst eitt siglingatímabil (3-4 mánuðir) í fullu starfi eða tvö siglingatímabil í hlutastarfi (minnst 50% starfshlutfall) eftir að hafa lokið námskeiðinu. Nemandi þarf einnig að hafa lokið yfirþjálfaranámskeiði og kynnt sér vel skyldur yfirþjálfarans og geta sýnt fram á þekkingu á verkswiðum og skyldum hans (t.d. svara könnun).

Lágmarksaldur 20 ára

Gildandi fyrstu hjálpar skírteini (endurnýjst á minnst 2 ára fresti)
Öryggisbátaskírteini (SÍL og Sæbjörg) *
Mat á siglingakunnáttu fyrir námskeið,
Uppáskrifuð meðmæli til þáttöku í námskeiði frá forsvarsmanni siglingafélags.

Á meðan á námskeiðinu stendur verða nemendur beðnir um að sýna fram á siglingakunnáttu og getu sem samsvarar að lágmarki getu SÍL kænubjálfa auk þess að sýna fram á skilning á ýmsum meginþáttum í kappsiglingum og hvernig hægt er að miðla þeim áfram til kappsiglara.

Vinsamlegast athugið að hægt er að neita nemendum þáttöku í námskeiði sé siglingakunnáttu eða öðrum forkröfum ábótavant.

*Fyrsta hjálp - Annað hvort skírteini frá Slysavarnaskóla sjómanna eða annað skírteini viðurkennt af SÍL, þar sem farið er yfir meðferð ofkælingar, höfuðáverka og endurlífgun og námskeiðið er að minnsta kosti 6 klukkustundir að lengd.

Þjálfun/æfing

Æfing í skipulagningu keppnisþjálfunar og notkun þjálfunaraðferða á sjó og í landi fer fram á meðan á námskeiðinu stendur. Námskeiðið mun taka 5 daga eða 50 klukkustundir, en gæti verið sett fram sem nokkrar helgar, stakir dagar eða kvöldkennsla. Námskeið sem haldin eru með uppbrotnum hætti gætu tekið örlítið lengri tíma þar sem gera þarf ráð fyrir upprifjunartíma. Lágmarksfjöldi nemenda er 6.

Stöðumat/Námsmat

Símat verður í gegnum allt námskeiðið.
Nemendur þurfa að sýna fram á getu og hæfni í að undirbúa og halda utan um keppnisþjálfun, kenna og stýra kappsiglinganámskeiði fyrir byrjendur, auk samsvinnu við viðskiptavinum.

Gildistími skírteina

Þjálfaraskírteini eru gild í 5 ár frá útgáfudegi, að því tilskyldu að fyrstu hjálpar skírteini sé haldið í gildi.
Þjálfarinn skal einnig halda öryggis- og kennslubáta skírteini sínu í gildi.

SÍL Þjálfunar- og fræðslustjóri

Hlutverk þjálfunar- og fræðslustjóra Siglingasambands Íslands er að byggja upp menntun í tengslum við siglingar hér á landi. Í því felst meðal annars eftirfarandi:

Uppbygging og innleiðing

- Útbúa og innleiða verklags- og vinnureglur (með viðeigandi fylgiskjölum) fyrir aðila í siglingakennslu. Útbúa ýmis skjöl sem er nauðsynlegt að séu til viðmiðunar fyrir aðila í siglingakennslu.
- Skrifa þjálfarahandbók.
- Skipuleggja staðlaða menntun þjálfara og kenna þjálfaranámskeið eftir þeim stöðlum.

- Koma öllum skráningum í kerfi, svo sem skráningu skírteina og eftirlits.
- Koma á skipulagi fyrir öryggisbátakennslu og fyrstu hjálpar kennslu þjálfara.
- Útbúa og innleiða eftirlitskerfi til þess að SÍL votta siglingakennslu.
- Fylgjast með þeirri þróun sem er í gangi hjá ISAF varðandi menntun í siglingum og skila þeim upplýsingum áfram innan SÍL.
- Vinna að því að gera allt klárt fyrir umsókn að ISAF vottun á SÍL siglingakennslukerfinu.

Viðhald og frekari þróun

- Viðhalda, uppfæra og þróa staðla SÍL
- Eftirlit og utanumhald á vottunarkerfi siglingakennslu
- Viðhalda, uppfæra og þróa menntun þjálfara SÍL
- Halda utan um skráningar útgefina skírteina
- Viðhalda, uppfæra og þróa námskrá SÍL
- Fylgjast með þróun þjálfunar og fræðslumála innan ISAF
- Viðhalda ISAF vottun á SÍL

Hver kennir hvað?

Aðstoðar- þjálfari *	1. stig Námskrár SÍL	2. stig Námskrár SÍL	3. stig Námskrár SÍL		
Kænu - þjálfari	1. stig Námskrár SÍL	2. stig Námskrár SÍL	3. stig Námskrár SÍL	4. stig Námskrár SÍL	
Yfir- þjálfari	1. stig Námskrár SÍL	2. stig Námskrár SÍL	3. stig Námskrár SÍL	4. stig Námskrár SÍL	Aðstoðar- þjálfara námskeið
Keppnis- þjálfari				Kapp- siglingar- námskeið	Keppnis- æfingar
Þjálfunar- og fræðslu- stjóri	1-4. stig Námskrár SÍL	Aðstoðar- þjálfara námskeið	Kænu- þjálfara námskeið	Yfir- þjálfara námskeið	Keppnis- þjálfara námskeið

***Athugið, aðstoðarþjálfari sér aldrei einn um kennslu heldur vinnur undir leiðsögn yfirþjálfara.**

Hlutföll

Hlutföll þjálfara á móti nemendum í eins manns kænnum.

Yfirþjálfari 1:6 nemendum

Kænuþjálfari 1:6 nemendum

Aðstoðarþjálfari telst með í hlutföllum en einungis ef með yfirþjálfara og má þá telja aðstoðarþjálfara 1:6 nemendum

Hlutföll þjálfara á móti nemendum í stærri bátum.

Yfirþjálfari og kænuþjálfari geta bætt við hlutföll sín með eftirfarandi hætti svo lengi sem ekki er farið yfir hlutföllin öryggisbátur 1:6 kænum.

Þjálfari 1:9 en þá eru 3 nemendur í hverri kænu mest 3 bátar (t.d. wayfarer)

Þjálfari 1:8 en þá eru 2 nemendur í hverri kænu mest 4 bátar (t.d. topaz)

Aðstoðarþjálfari getur ekki bætt við hlutföll sín með þessum hæti.

Þjálfari sem er yfir flota skal skoða vandlega hvort rifa eigi segl áður en farið er á flot – meta skal aðstæður eftir spá og með því að gá til veðurs úti og fylgjast vel með. Meta skal hvort rifa á segl til þess að tryggja að öryggisbátur geti örugglega tryggt öryggi og haldið vel í hópinn ef hann dreyfist. Þá skal meta hvort ráðlegt sé að fara á sjó út frá veðri og aðstæðum á sjó.