

# **PROGRAMA NACIONAL DE ESCUELAS DE VELA**



## **CUADERNO DE ACTIVIDADES RECREATIVAS**

**Juegos utilizados por la Escuela Catalana de Vela  
Traducido y Adaptado para Chile por Marissa Maurin Gausset.  
Julio 2006**

# CONTENIDOS

## Introducción

### 1ª Parte

#### Juegos en el Agua

1. La Posta
2. Sumando puntos
3. Pelotas por equipos
4. Las diez pasadas
5. Los equilibristas
6. Cambio de silla
7. Los remeros
8. Las cuatro esquinas
9. Habilidad para aparejar
10. Que se salve el que pueda

### 2ª Parte

#### Juegos en Tierra

11. Cambio de club.
12. Navegación en seco
13. Las hormigas
14. El equilibrista
15. El trasbordador

## **Introducción:**

Muchos niños comienzan a navegar porque sus padres los obligan o por alguna presión ajena a ellos. Llegan a las primeras sesiones tensos, ansiosos y no muy convencidos de querer meterse al agua. Todos estos temores, que algunos nunca superan, pueden quedar anulados por las ganas de mantenerse en las clases y compartir con sus compañeros. La navegación en este caso es un medio que les permite divertirse y crear un grupo de amigos.

Es muy frecuente, que las planificaciones que tenemos programadas para una sesión con los niños deban ser modificadas, ya que las condiciones climáticas no son las adecuadas.

Muchas veces los monitores optan por suspender las clases y envían a los niños a casa o realizan largas clases teóricas.

Para que esto no ocurra, les entregamos este manual con juegos que brindan algunas alternativas de trabajo con actividades recreativas.

## **La importancia del Juego:**

El juego es muy significativo en el aprendizaje de los niños y es una herramienta que no podemos dejar de lado en ningún momento; debe ser nuestro aliado, ya que además de facilitar el aprendizaje nos ayudará a crear lazos de amistad y compañerismo, favoreciendo la motivación y entusiasmo del grupo.

Los niños tienen mayor capacidad lúdica gracias a su gran imaginación, su capacidad creativa y las ganas de explorar y vivenciar cosas nuevas.

El juego desarrolla aspectos del área motora, cognitiva y afectiva. El niño siente que aprende divirtiéndose, y la diversión es el motor que lo incentivará a asistir a las clases, ya que el navegar se convertirá en símbolo de pasarlo bien.

En las primeras etapas de las escuelas de vela no se debe dejar de lado esta importante herramienta educativa, especialmente en los que luego pasarán a una fase más competitiva, en la cual muchas veces se pierde la capacidad de iniciativa e improvisación por la gran cantidad de reglamentación que esa etapa requiere.

## **Primera Parte**

**Juegos en el Agua, para el aprendizaje del vocabulario náutico, amarres, equilibrio, coordinación, desarrollo de la fuerza.**

1. La Posta
2. Sumando puntos
3. Pelotas por equipos
4. Las diez pasadas
5. Los equilibristas
6. Cambio de silla
7. Los remeros
8. Las cuatro esquinas
9. Habilidad para aparejar
10. Que se salve el que pueda

# 1. La Posta

## Materiales

1. Tres barcos sin aparejo, con timón y orza adentro.
2. Tres barcos sin aparejos .
3. Dos remos por barco.

## Organización

Se colocan dos alumnos en cada barco ( pueden ser más dependiendo del barco)

## Objetivos

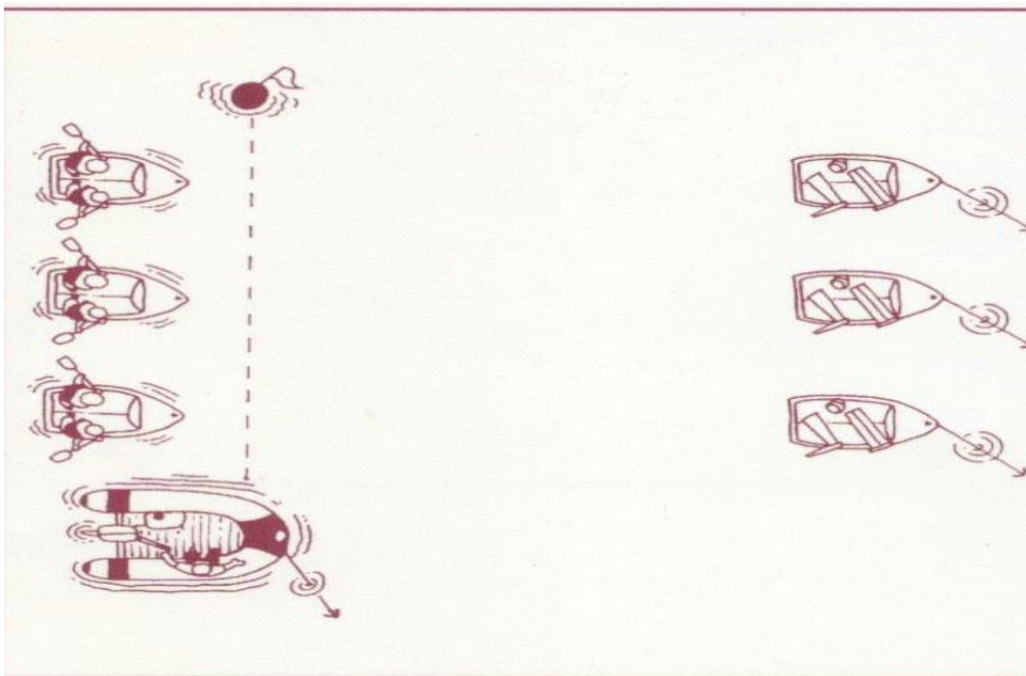
1. Recreación.
2. Aprendizaje del vocabulario náutico.

## Desarrollo

Se colocan tres barcos amarrados uno al lado de otro lleno de diversos objetos pertenecientes al aparejo del barco y tres barcos en posición de salida con dos personas en cada bote y con un remo cada una de ellas.

Se trata de realizar el recorrido con ambos remos hasta llegar a los barcos amarrados , sacar un objeto de los que se encuentran adentro y deben llevarlo hasta el bote del monitor y decir el nombre del objeto al entregarlo.

El barco ganador será el que traiga todos los objetos a la lancha del monitor.



## 2. Sumando Puntos

### Materiales

1. Seis boyas con cintas de diferentes colores.
2. Embarcaciones sin aparejo y con timón.
3. Remos

### Organización

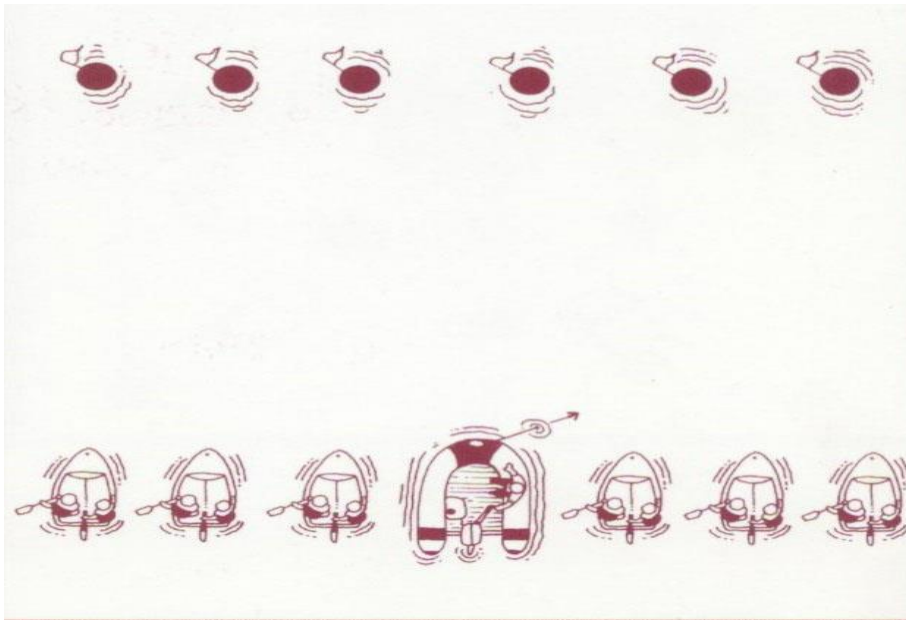
En parejas (sí tenemos barcos escuela colectivos podemos colocar mas personas por bote).

### Objetivos

1. Recreación.
2. Aprendizaje Amarres

### Desarrollo

Los alumnos se distribuyen en dos equipos de tres embarcaciones cada uno. Se colocan las embarcaciones en línea a ambos costados de la lancha a motor. A la señal, salen remando hacia unas boyas, cada una vale 1, 2 o 3 puntos, se puede colocar una boya en la dirección del viento que vale 5 puntos. Tienen 6 minutos para acercarse a ellas y amarrarlas. Se suman los puntos de las diversas boyas que son amarradas. Gana el equipo que más puntos tienen.



### 3. Pelotas por equipos

#### Materiales

1. Una lancha a motor anclada al centro del campo.
2. Embarcaciones con su timón y sin aparejos.
3. Pelotas de dos colores diferentes.
4. Cintas de color según colores de equipos.
5. Terreno : limitado por 4 boyas.

#### Organización

En parejas y por equipos.

La lancha a motor, que es el arbitro, esta anclada en el centro de la cancha de juego.

Cada equipo tiene tres barcos .

#### Objetivos

1. Recreación.

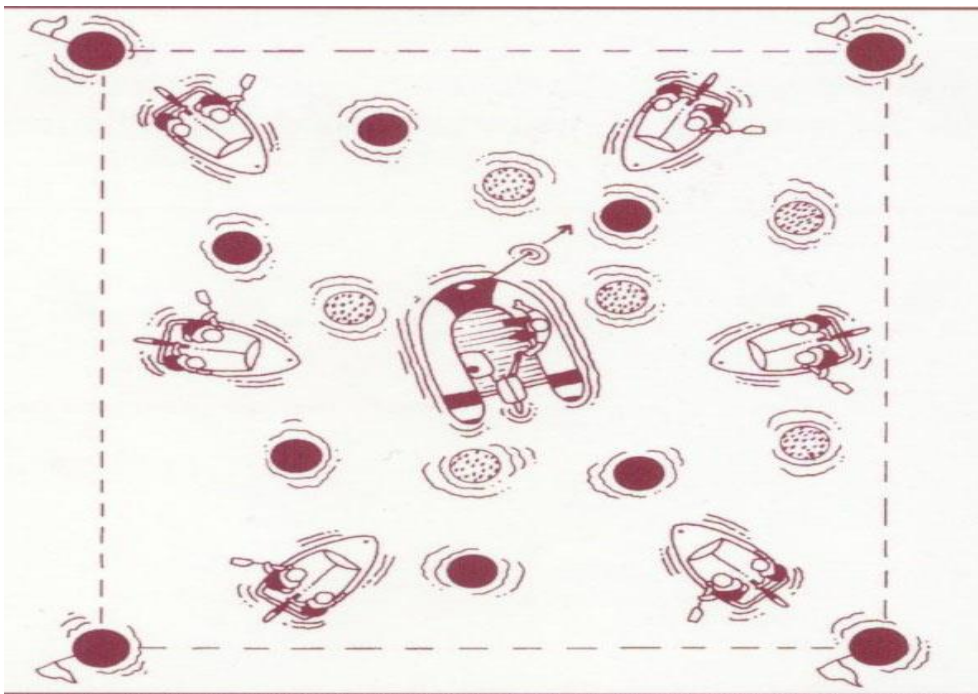
#### Desarrollo

Se colocan los equipos dispersos por el campo. Las pelotas de diferentes colores flotan por el campo.

Se trata de conseguir que cada embarcación recoja las pelotas asignadas a su equipo y las deje en la lancha a motor, la cual las ira contando.

Observación :

Evitar los choques entre botes.





## 4. Las 10 pasadas

### Materiales

1. Cuatro boyas que limitan el área de juego.
2. Cintas de colores para distinguir los dos equipos.
3. Embarcaciones con el mástil y la cinta de color en el tope.
4. Un remo por cada alumno.
5. Terreno : limitado por 4 boyas.

### Organización

Por parejas y equipos.

La lancha del monitor esta anclada en el centro del terreno de juego.

En cada embarcación tiene que haber como mínimo dos personas

### Objetivos

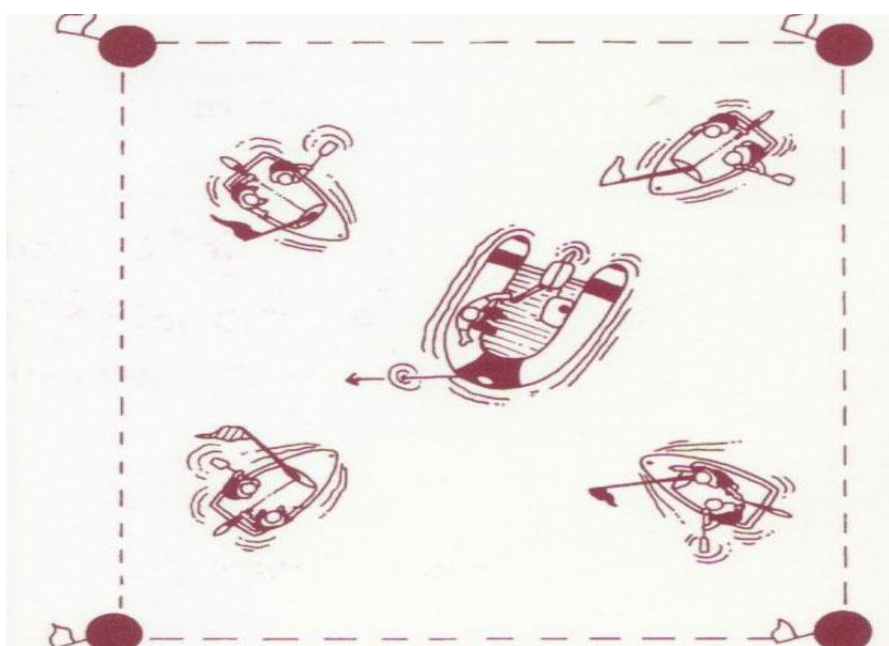
Recreación y equilibrio.

### Desarrollo

Se trata de realizar 10 pasadas de pelota entre las embarcaciones del mismo equipo sin que se caiga al agua y sin que sea interceptada por una embarcación del otro equipo. Cada 10 pases es un punto para el equipo y una vez conseguido, le toca el turno al equipo contrario.

Observaciones :

Esta prohibido que las embarcaciones choquen, si esto sucede el equipo que ha provocado la situación recibirá una sanción.



## 5. Los equilibristas

### Materiales

1. Una embarcación sin aparejo ni orza por cada dos personas
2. Dos boyas para delimitar el recorrido.

### Organización

Por equipos.

### Objetivos

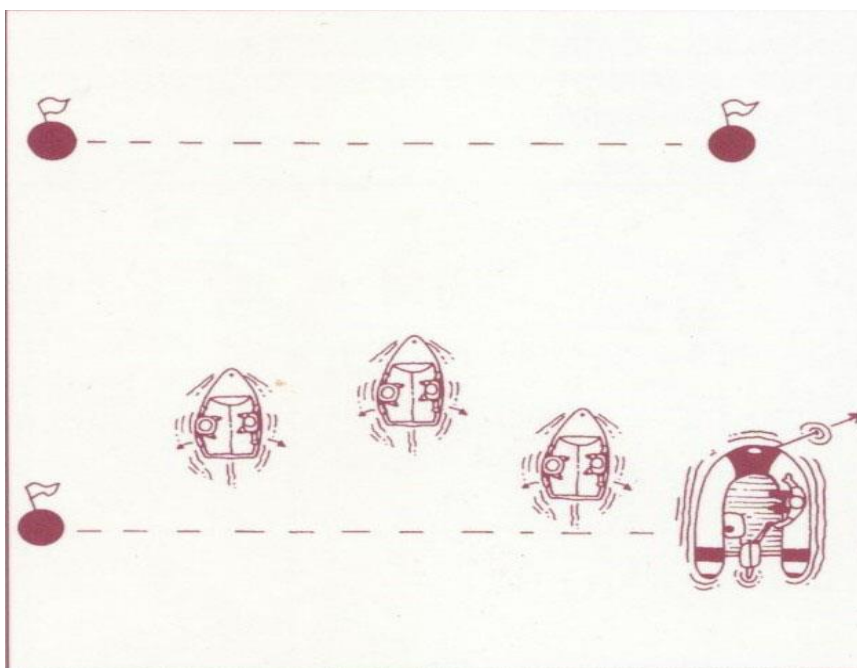
Recreación y equilibrio.

### Desarrollo

Se colocan todas las embarcaciones en la línea de salida delimitada por la lancha del monitor y una boya.

A la señal del monitor, las embarcaciones avanzan exclusivamente mediante el balanceo babor / estribor y dirigidas con el timón.

El recorrido será el tramo comprendido desde la boya 1 a la boya 2.



## 6. Cambio de silla

### Materiales

una embarcación sin aparejo, cada 2 personas.

### Organización

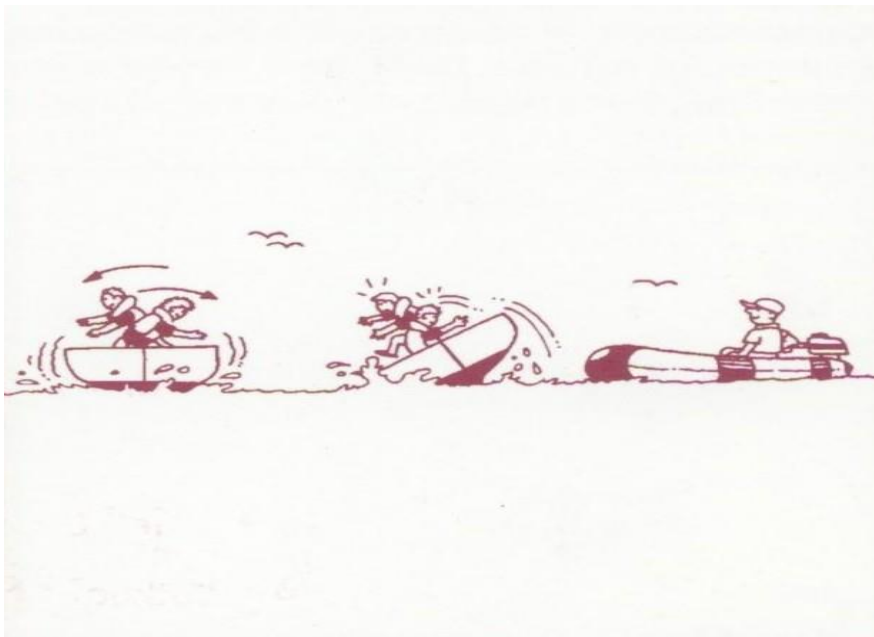
Por parejas.

### Objetivos

Recreación y equilibrio.

### Desarrollo

El jugador numero 1 se sienta a estribor y el jugador 2 a babor colgado por los straps. Cuando el monitor les indique, los dos al mismo tiempo cambian de lado, si uno va más lento que el otro coincidirán en la misma banda y la embarcación volcara (hay que tratar de evitarlo). En caso de volcamiento el alumno culpable tiene un punto. Gana el alumno con menos puntos.



## 7. Los Remeros

### Materiales

1. Embarcaciones sin aparejo, solo con timón y dos remos.
2. 4 boyas.

### Organización

Equipo de tres personas.

### Objetivos

Recreación y desarrollo de la coordinación entre la tripulación.

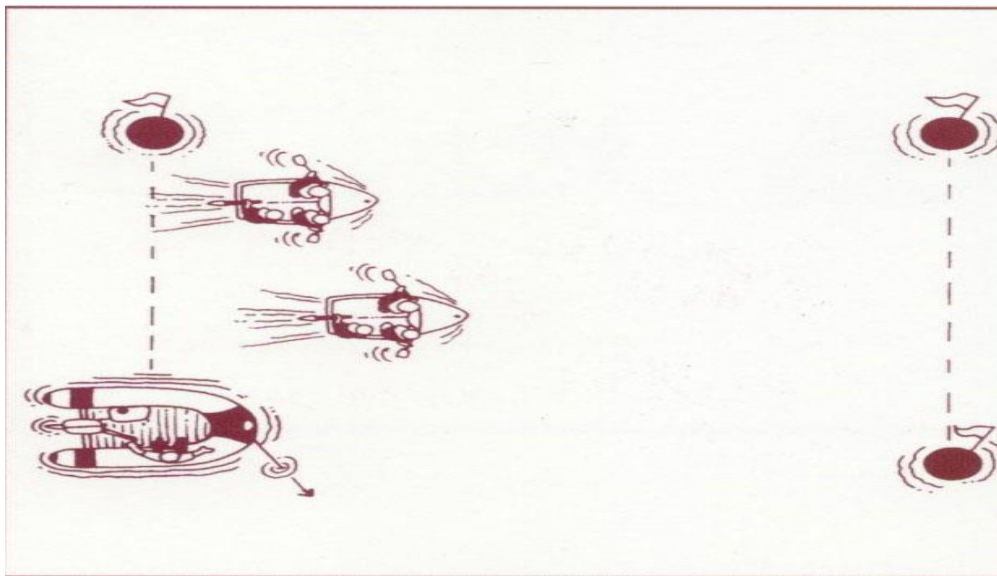
### Desarrollo

En monitor marca un recorrido entre boyas.

En cada embarcación hay dos remeros y un timonel.

La salida se sitúa entre el gomón del monitor y una boya.

Hay que realizar el recorrido con los remos.



## 8. Las 4 esquinas

### Materiales

1. 4 boyas ancladas en forma de cuadrilátero.
2. Una, dos, tres o cuatro personas por embarcación.
3. Un achicador por equipos.

### Organización

En cada embarcación hay un timonel y dos remeros.  
Se forman equipos de 4 embarcaciones

### Objetivos

Recreación y desarrollo de la coordinación entre los componentes de la tripulación.

### Desarrollo

En cada esquina hay una embarcación de cada equipo.

La embarcación de cada equipo lleva un achicador, el cual se va pasando entre los componentes del equipo como si fuera un relevo.

Se trata de ir cambiando de esquina e ir pasando el relevo a la embarcación del mismo equipo hasta dar una vuelta completa por todo el recorrido.

El participante número uno va de la boya 1 a la 2.

El participante número dos va de la boya 2 a la 3.

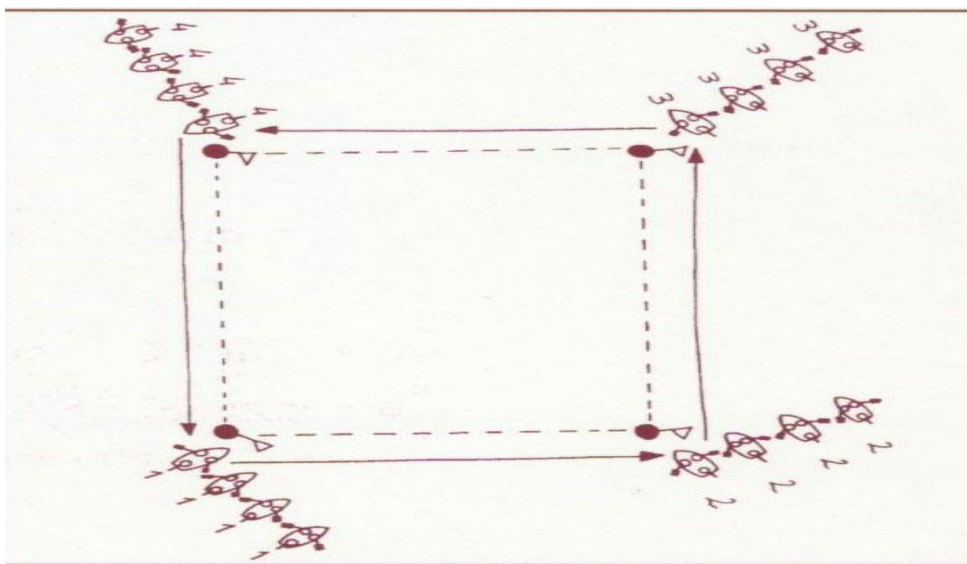
El participante número tres va de la boya 3 a la 4.

El relevo número cuatro va de la boya 4 a la 1.

Y así sucesivamente hasta completar cierto número de vueltas.

Observaciones :

Si se produce alguna colisión, la embarcación culpable se auto castigara con dos vueltas sobre sí misma.



## 9. Habilidad para aparejar

### Materiales

Embarcaciones con su aparejo.

### Organización

Individual, por parejas o en grupo, en función al tipo de embarcación que se utilice .

### Objetivos

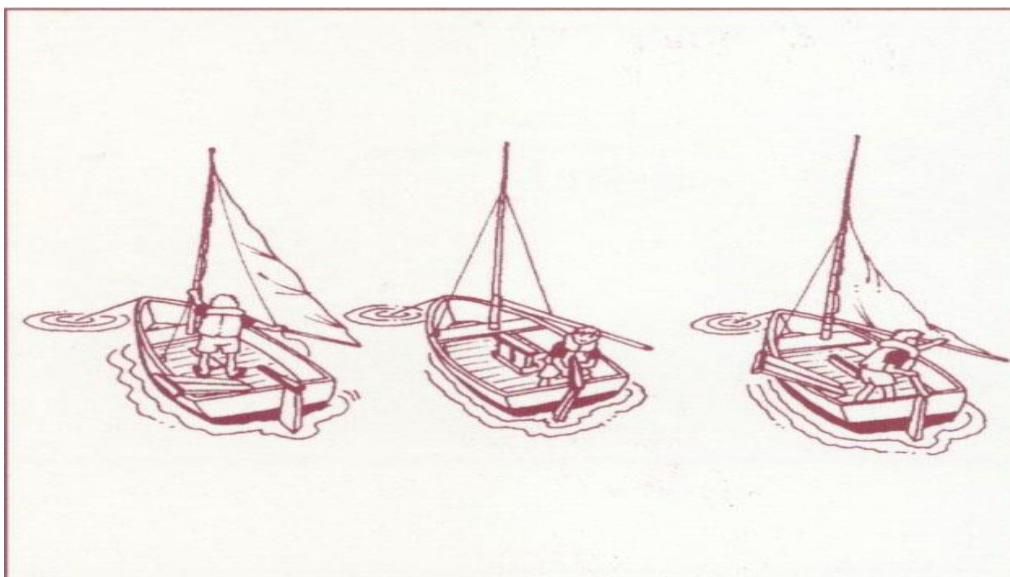
Recreación y asimilación del aprendizaje para aparejar una embarcación.

### Desarrollo

Se tiene que desapparejar y aparejar la embarcación en el agua.

Observaciones :

Este juego no se tiene que realizar sin haber practicado con anterioridad.



## 10. Que se salve el que pueda !!!

### Materiales

Embarcación de todo tipo.

### Organización

En dispersión.

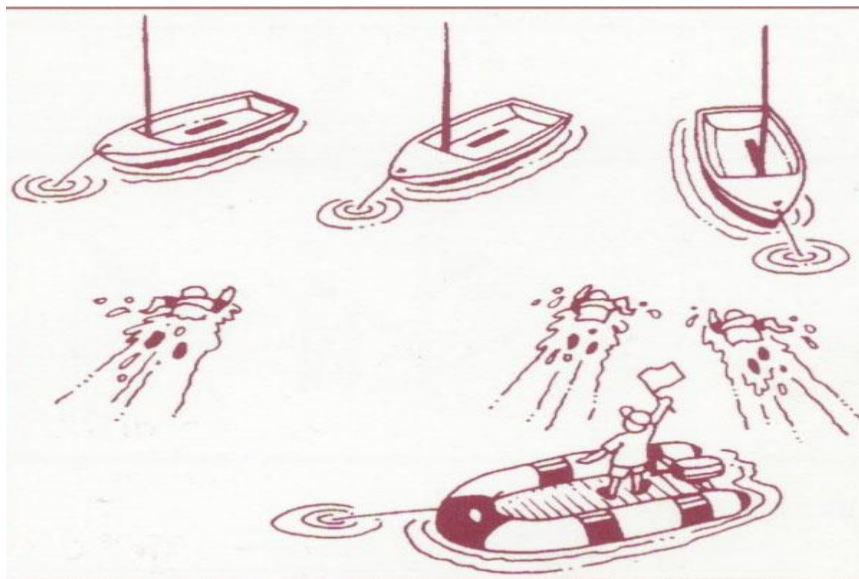
### Objetivos

Recreación.

### Desarrollo

Los alumnos nadan dispersos y cuando el monitor lo indica, los alumnos se suben a la embarcación que se les ha asignado con anterioridad.

En caso que haya diversidad de botes, las competiciones se realizaran en el mismo tipo de embarcación .



## **SEGUNDA PARTE**

**Juegos en Tierra , para el aprendizaje del vocabulario náutico, aparejar, coordinación y desarrollo de la fuerza.**

11. Cambio de club.
12. Navegación en seco.
13. Las Hormigas
14. El equilibrista



## 11. Cambio de club

### Materiales

Embarcación con sus aparejos.

### Organización

Por equipos.

### Objetivos

Recreación y aparejar de la embarcación.

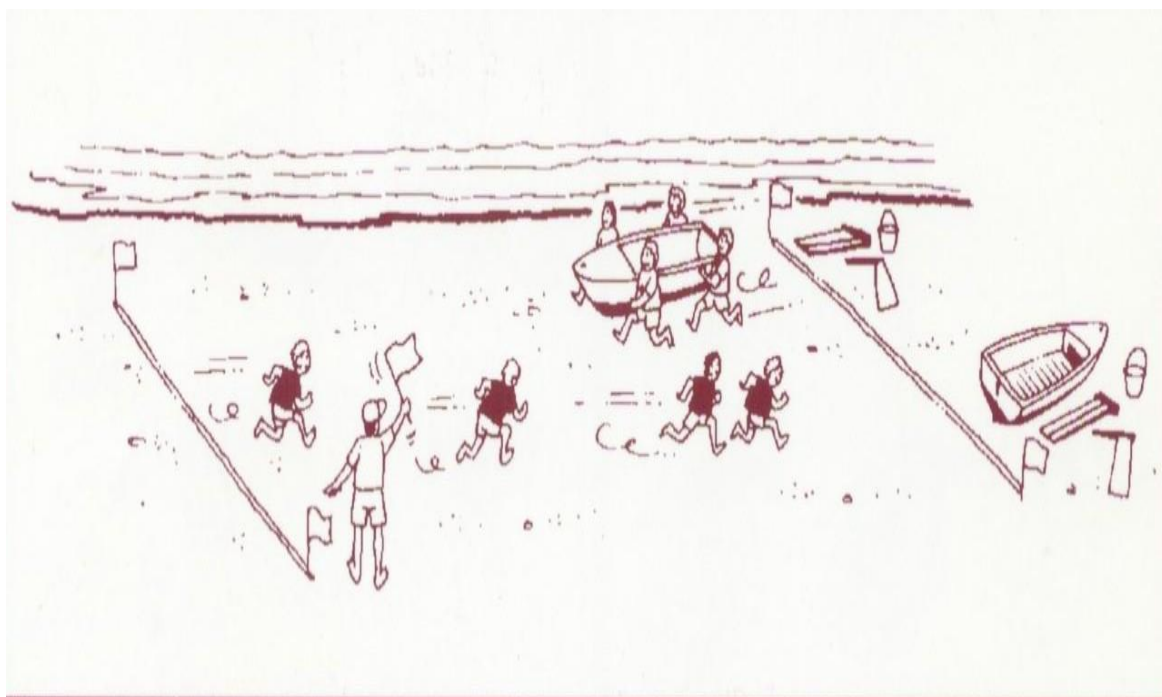
### Desarrollo

El monitor marca el recorrido con dos líneas en la arena.

A un lado de una de las líneas se colocan las embarcaciones con todo el aparejo desmontado.

Se trata de transportar la embarcación al otro lado, devolverse y transportar la orza, y así sucesivamente. Cada vez tiene que ir todo el equipo.

Gana el equipo que consigue aparejar más rápido la embarcación.



## 12. Navegación en seco

### Materiales

Embarcación que no sea excesivamente pesada.

### Organización

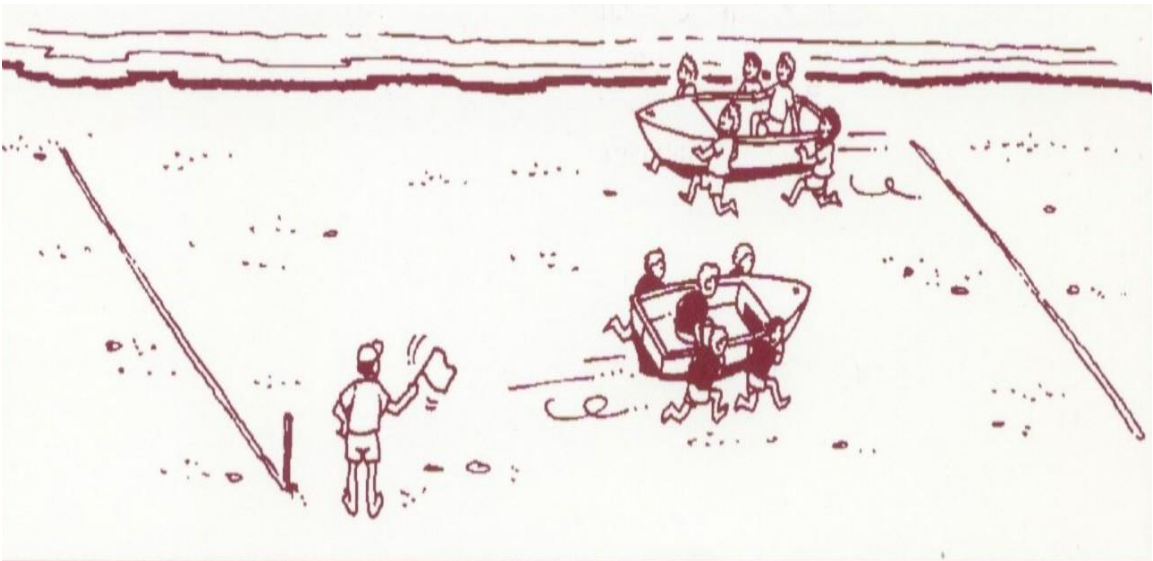
Por equipos.

### Objetivos

Recreación y desarrollo de fuerza.

### Desarrollo

Colocar un miembro del equipo dentro del bote, el resto del equipo lo transporta de un lado a otro. Cuando llegan a la línea se cambian, y así sucesivamente, hasta que lo hayan hecho todos.



## 13. Las Hormigas

### Materiales

Una orza por equipo .

### Organización

En parejas y por equipos.

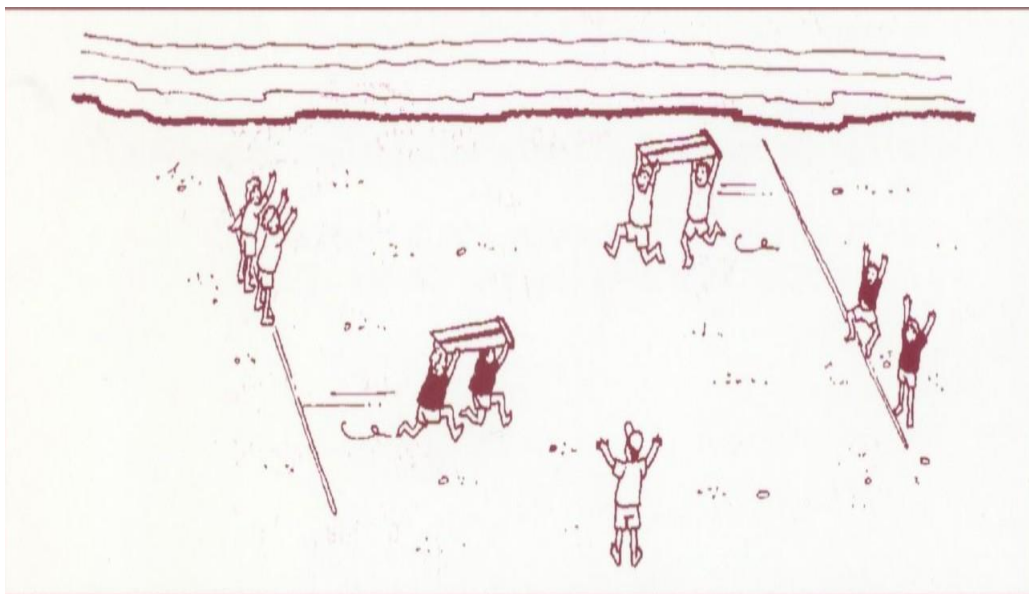
### Objetivos

Recreación .

### Desarrollo

Dentro de cada equipo se hacen parejas.

Se trata de recorrer un espacio con la orza en brazos y cuando se llega al otro lado se pasa la orza a uno de los miembros del mismo equipo y así sucesivamente como si fuese un relevo.



## 14. El Equilibrista

### Materiales

Botes inflables o neumáticos.

### Organización

Individual

### Objetivos

Mejorar el equilibrio.

### Desarrollo

Pararse sobre el bote inflable o neumático sin caerse al agua.



## 15. El Trasbordador

### Materiales

un bote inflable o neumático por equipo.

### Organización

por equipos.

### Objetivos

Recreación.

### Desarrollo

Se limita el recorrido. Cada equipo tiene un medio de transporte.

Uno del equipo se sube sobre el y el resto empujara el trasbordador desde el agua.

Cada vez que realicen el circuito , se subirá otra persona arriba del trasbordador.

El juego finaliza cuando todos los miembros del equipo hayan sido transportados.

Observación: Se puede colocar una cinta adhesiva en la válvula de inflado del trasbordador para evitar que se abra con la manipulación de los niños.

