



Federación de
Castilla y León
de Piragüismo



Consejo
Superior de
Deportes



WATERSPORTSCLUB
NORTHWIND



Ayuntamiento de
Medina de Rioseco

BASES DEL CURSO DE INICIADOR DE PIRAGÜISMO (TITULACIÓN FEDERATIVA)

LUGAR:	Medina de Rioseco (Valladolid)
FECHA:	29 y 30 de septiembre y 1 de octubre de 2017
Nº DE PLAZAS:	15 mínimo – 20 máximo (por orden de inscripción).
HORAS LECTIVAS:	21 h
IMPORTE DEL CURSO:	155 € (Incluye alojamiento, manutención y un descenso dentro del “Canal de Castilla Tour Open Challenge” , <u>no</u> incluye licencia anual ni textos).
MÁS INFORMACIÓN:	formacion@fedpcyl.com

AVISO IMPORTANTE: **La superación de este curso NO capacita para la obtención de una Titulación Oficial, es una formación con reconocimiento Federativo.**

OBJETIVOS DEL CURSO:

El objetivo principal del curso es facilitar la necesaria formación como técnico en su nivel básico en el deporte del piragüismo.

Para ello podemos distinguir una serie de objetivos complementarios de este:

- Llevar el conocimiento del piragüismo al mayor número de personas.
- Servir como guía de autoaprendizaje, sobre todo para aquellos que no se hayan iniciado en el piragüismo en un club o en una empresa bajo la dirección de un monitor.
- Asentar las bases tanto de una correcta técnica e inculcar las nociones sobre seguridad necesarias para desarrollar una práctica deportiva exenta de riesgos.
- Orientar al futuro iniciador sobre qué y cómo enseñar a los posibles interesados en nuestro deporte que se inicien bajo su supervisión.

CONTENIDOS:

Se impartirán las materias tanto teóricas como prácticas que componen el programa del curso de Iniciador de Piragüismo tal y como lo recoge la Escuela Nacional de Entrenadores de Piragüismo (E.N.E.P.):

- Reglamento y Generalidades (Primeros Auxilios y Normas de la ENEP)
- Construcción y Mantenimiento del material.
- Metodología del Piragüismo y prueba de acceso.
- Evaluación del curso

PRUEBAS DE ACCESO:

1. Objetivo general de las pruebas: la prueba tiene como finalidad que el aspirante a técnico deportivo acredite las aptitudes y habilidades generales y específicas necesarias para seguir con un grado de aprovechamiento suficiente el programa de formación, así como garantizar su propia seguridad durante las actividades prácticas del curso.
2. Ejercicios que componen la prueba:
 - 2.1. Ejercicio de natación y dominio del medio acuático.
 - Objetivos de la prueba de natación: El ejercicio de natación y dominio del medio acuático tiene como objetivo evaluar en el aspirante la capacidad de desplazarse en el medio acuático, tanto en la superficie como bajo el agua vestido con la indumentaria propia del piragüismo.
 - Contenidos y condiciones de la prueba de natación: Consistirá en cubrir nadando un recorrido de 50 metros en dos tramos de 25 m. con los siguientes condicionantes. Los primeros 15 m. se realizaran nadando a estilo libre con la vestimenta propia de piragüismo que constara como mínimo de chaleco salvavidas. Al finalizar estos 15 m. el aspirante se sacara el chaleco salvavidas y realizara una inmersión de 8 m. de longitud en el curso del cual tendrá que recoger un objeto del fondo situado a una profundidad de 1,5 m. y dejarlo



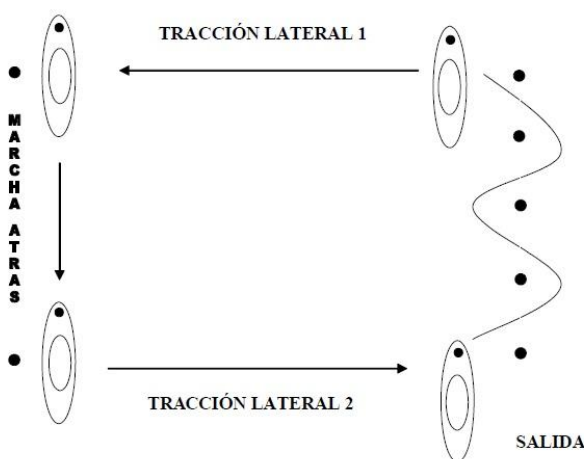
en la orilla o dentro de una piragua. A la vuelta el aspirante nadará 10 metros a estilo libre, recogerá el chaleco salvavidas y lo llevará hasta el punto de salida (15 m.). Esta prueba se realizará en una piscina climatizada, o en una zona de agua tranquila. Si se realiza en un espacio natural al aire libre los límites de la prueba se marcarán con dos piraguas. La elección dependerá de las condiciones de la jornada.

- **Criterios de evaluación de la prueba de natación:** La prueba se evaluará con una calificación de 0 a 10 puntos según los siguientes criterios; Parte de la descripción de las acciones puntuación:
 1. Nadar a estilo libre durante 15 metros con chaleco salvavidas 2 puntos.
 2. Sacarse el chaleco salvavidas y bucear una longitud de 8 metros 2 puntos.
 3. Recoger un objeto situado a 1,5 metros de profundidad 2 puntos.
 4. Retorno en estilo libre, recogida y transporte del chaleco 2 puntos.
 5. Realizar el ejercicio en menos de 2 minutos en piscina o 2 minutos y 30 segundos en espacio natural 2 puntos.
 Para superar esta prueba hay que obtener una puntuación igual o superior a 5.

2.2. Ejercicio de navegación y dominio del paleo en aguas tranquilas.

- **Objetivos de la prueba de navegación y dominio del paleo:** Valorar en el aspirante las habilidades motrices específicas que garantizan el seguimiento de las actividades prácticas, con un aprovechamiento adecuado a las características del curso.
- **Contenidos y condiciones de la prueba:** Realizar en el tiempo establecido por el tribunal un recorrido determinado cuyas características tendrán que ser las siguientes: en aguas tranquilas un recorrido balizado por boyas. El alumno tendrá que realizar un slalom entre 5 boyas situadas en línea recta y a una distancia de 3 a 15 m. entre ellas, sin poder utilizar paladas de freno “retro circulares”. Al finalizar el slalom se desplazará lateralmente hasta una boya situada a 10 m. de distancia, utilizando una maniobra de tracción lateral. Seguidamente se desplazara marcha atrás hasta otra boya. Finalmente volveremos al punto de partida mediante un desplazamiento lateral (en este caso tendremos que utilizar una “tracción lateral” diferente a la utilizada en primer lugar). Esta prueba constará de dos mangas. En la primera manga, los aspirantes actuaran en el orden establecido mediante sorteo y en la segunda, en orden inverso.

Los aspirantes que hayan superado esta parte en la primera manga no estarán obligados a realizar la segunda, y en el caso que la realicen se contabilizará la mejor de las dos realizadas.



- **Criterios de evaluación de la prueba:** La prueba se evaluará con una puntuación de 0 a 10 puntos con los siguientes criterios; Para superar esta prueba el aspirante tendrá que efectuar



Federación de
Castilla y León
de Piragüismo



Consejo
Superior de
Deportes



DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

WATERSPORTSCLUB
NORTHWIND



Ayuntamiento de
Medina de Rioseco

el recorrido en el tiempo establecido por el tribunal contabilizado mediante un cronómetro. Para establecer el tiempo que tendrán que realizar los aspirantes, tanto los hombres como las mujeres, el tribunal lo fijará sumando un 25% al que realice el palista encargado de demostrar el recorrido.

Slalom boyas: sin tocar ninguna boya ni utilizar paladas de freno (6 puntos).
Slalom boyas: si se emplean paladas de freno (0 puntos).
Slalom boyas: por cada boya que se toque (-1 puntos).
Tracción lateral: primera ejecución correcta (manteniendo la piragua paralela a la línea de boyas) (2 puntos).
Tracción lateral: segunda ejecución correcta y diferente a la primera (2 puntos).

Para superar ese ejercicio hay que obtener una puntuación igual o superior a 5 puntos. En el caso de no conseguir la puntuación de 5 en el primer intento se podrá realizar un segundo y último intento.

2.3. Ejercicio de demostración libre de la técnica y las habilidades del alumno.

- Objetivos de la prueba de demostración libre de la técnica y las habilidades del alumno: Valorar en el aspirante el nivel de ejecución de las habilidades técnicas fundamentales y su nivel de disponibilidad variable.
- Contenidos y condiciones de la prueba: El alumno dispondrá de 1:30 minutos para realizar una demostración libre. En la cuál podrá ejecutar libremente todo tipo de ejercicios y habilidades con el fin de demostrar su nivel técnico.
- Criterios de evaluación de la prueba: La prueba se evaluará con una puntuación de 1 al 10, haciendo media de las calificaciones aportadas por cada uno de los evaluadores, sobre los aspectos siguientes:
 1. La posición del centro de gravedad respecto al centro de equilibrio del conjunto.
 2. La disposición correctora de los segmentos corporales.
 3. La continuidad, dosificación y ejecución gradual.
 4. La coordinación y precisión de los movimientos.
 5. El control de la trayectoria.
 6. La adaptación del gesto técnico a los diferentes condicionantes externos.
 7. La adaptación del piragüista al ritmo y a las variaciones del ritmo.

Para superar esta prueba el aspirante tendrá que obtener por lo menos 5 puntos. Los aspirantes tendrán una única oportunidad para superar esta prueba.

3. Calificación final de la prueba de acceso: la calificación final de la prueba de acceso será la media de las puntuaciones obtenidas en los tres ejercicios, siempre y cuando se haya superado la puntuación de cinco en cada uno de ellos.

TEMPORALIZACIÓN:

Jornadas	Actividades	Caract.	Horas	Fecha	Horario
Jornada 1	Presentación y explicación del curso. Prueba de acceso. Metodología.	Teórica y práctica.	5	29 de septiembre	16:00-21:00
Jornada 2	Primeros auxilios en actividades náuticas. Reglamento y generalidades	Teoría.	5,5	30 de septiembre	09:00-14:30
Jornada 3	Metodología. Planificación y didáctica aplicada. Maniobras y técnicas de paleo.	Teoría y práctica	5,5		15:30-21:00
Jornada 4	Descenso dentro del “Canal de Castilla Tour Open Challenge”	Práctica	-	1 de octubre	Mañana



Federación de
Castilla y León
de Piragüismo



Consejo
Superior de
Deportes



WATERSPORTSCLUB
NORTHWIND



Ayuntamiento de
Medina de Rioseco

Jornada 5	Construcción y mantenimiento de material. Evaluación	Teoría y práctica.	5		15:00-20:00
-----------	--	--------------------	---	--	-------------

El horario y fechas pueden variar en función del desarrollo del curso. Contactar con la organización.

PROFESORADO: Designado por la E.N.E.P.

REQUISITOS DE LOS ALUMNOS:

- Ser mayor de 16 años.
- Estar en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o titulación equivalente a efectos académicos (FP1, Bachillerato, 2º de BUP, etc).
- Superar prueba de acceso (los deportistas que acrediten la condición de deportistas de alto nivel están exentos de la prueba de acceso).
- Estar en posesión de licencia nacional en vigor.

INSCRIPCIONES:

La inscripción al Curso se realizará de la siguiente forma:

1. Realizar el pago del curso mediante transferencia bancaria a la cuenta de la Federación de Castilla y León de Piragüismo en Caja Rural de Zamora, número de cuenta ES61 3085 0011 1720 6790 2821, indicando en el concepto: Curso Iniciador Nombre Apellidos.
2. Rellenar la hoja de inscripción y remitirla por e-mail a la siguiente dirección: formacion@fedpcyl.com.
3. El día de incorporación al curso el alumno deberá aportar 2 fotografías, fotocopia del DNI, del título de Educación Secundaria Obligatoria o equivalente al nivel (FP1, Bachillerato, 2º BUP), hoja de inscripción original y justificante del pago.
4. Si no hubiera un mínimo de alumnos inscritos (15), la organización suspenderá el curso y reembolsará a los inscritos las cuotas satisfechas.
5. El periodo de inscripción acaba el día 27 de septiembre a las 23:59.

Alberto Amigo Sánchez
Presidente
Federación de Piragüismo de Castilla León

Aviso Importante: La superación de este curso NO capacita para la obtención de una Titulación Oficial, es una formación con reconocimiento Federativo



Federación de
Castilla y León
de Piragüismo



Consejo
Superior de
Deportes



**WATERSPORTSCLUB
NORTHWIND**



HOJA DE INSCRIPCIÓN

AVISO IMPORTANTE: La superación de este curso NO capacita para la obtención de una Titulación Oficial, es una formación con reconocimiento Federativo.

DATOS PERSONALES

Apellidos:.....
 Nombre:.....D.N.I.
 F.nac.Localidad.....
 Domicilio actual:
 Calle o Plaza:.....Nº.....Piso:Tlf.:
 Localidad:.....DP:.....Provincia:
 Email:

DATOS ACADÉMICOS

Estudios realizados (Tache con una cruz lo que proceda)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> E.S.O. | <input type="checkbox"/> Bachillerato |
| <input type="checkbox"/> F.P.I. (Medio) | <input type="checkbox"/> C.O.U. |
| <input type="checkbox"/> F.P.II (Superior) | <input type="checkbox"/> Estudios Universitarios |
| <input type="checkbox"/> B.U.P. | <input type="checkbox"/> Licenciado / Graduado en Ed. Física |

DATOS DE MATRICULACION DEL CURSO

Denominación del curso:
 Lugar de celebración: Fecha de celebración:.....
 ¿Se matricula del curso completo? ¿Se matricula de asignaturas suspensas?
 Asignaturas suspensas de las que se matricula:

 Curso del que provienen las asignaturas suspensas:
 Celebrado en: año:

NOTA: Adjuntar 2 fotografías tamaño carnet, fotocopia compulsada del título que proceda., GRADUADO EN E.S.O. o equivalente, fotocopia compulsada del D.N.I y original del pago.

Firma:_____