

# CURS DE NIVELL I en PIRAGÜISME CODI PT091401PIPI – PONTS-A INFORMACIÓ

Segons Resolució del secretari general de l'esport - President del Consell Català de l'Esport - de 24 de març de 2014

## BLOC COMÚ / BLOC ESPECÍFIC / PERÍODE DE PRÀCTIQUES

**ORGANITZACIÓ:** Consell Català de l'Esport/Escola Catalana de l'Esport – Federació Catalana de Piragüisme.

### Dates i lloc de celebració:

**PROVA D'ACCÉS** 14 de juny del 2014, de 09:00 a 13:15 h <sup>\*(veure full annex)</sup> CN Mig Segre. Parc de la Roca del Call s/n. PONTS (Lleida)

**BLOC ESPECÍFIC:** CN Mig Segre. Parc de la Roca del Call s/n. PONTS (Lleida)// Federació Catalana de Piragüisme. Avda. Tortosa, 88. LLEIDA// CP COSTA DAURADA (Tarragona)

### Del 07 de juliol del 2014 al 21 de setembre del 2014

Dates i horaris: *(Els horaris definitius es lliuraran el dia de la presentació del curs)*

Juliol: dies 07-08-09-10 de 09:00h a 13:15h i de 15:00h a 19:15h (PRESENCIAL)

Juliol: dia 11 de 09:00h a 13:15h i de 15:00h a 18:15h (PRESENCIAL) /dies 12-13 (NO PRESENCIAL)

Juliol: dia 14 de 09:00h a 13:45h i de 15:00h a 17:00h

Juliol: dia 15 de 09:00h a 13:45h i de 15:00h a 19:15h

Juliol: dia 16 de 09:00h a 13:45h i de 15:00h a 18:15 h

Juliol: dies 19-20 de 09:00h a 13:15h i de 15:00h a 18:15h (NO PRESENCIAL)

Agost: dies 09-10 de 09:00h a 16:00h

### Exàmens BE:

Convocatòria ordinària: **09 i 10 d'agost del 2014** de 09:00 a 16:00 h

Convocatòria extraordinària: **20 i 21 de setembre del 2014** de 09:00 a 16:00 h

**BLOC COMÚ:** CN Mig Segre. Parc de la Roca del Call s/n. PONTS (Lleida)

### Del 17 de juliol del 2014 al 06 de setembre del 2014

Dates i horaris: *(Els horaris definitius es lliuraran el dia de la presentació del curs)*

Juliol: dies 17-21-22-23-24-25-28-29 de 09:00h a 13:15h i de 15:00h a 19:15h

Juliol: dia 18 de 09:00h a 13:15h i de 15:00h a 17:00h

Juliol: dia 30 de 09:00h a 13:15h i de 15:00h a 18:15hh

Juliol: dia 31 de 09:00h a 13:15h

### Exàmens BC:

Convocatòria Ordinària: **31 de juliol de 2014** de 09:00 a 13:15 h

Convocatòria extraordinària: **06 de setembre del 2014** de 09:00 a 13:15 h

## **PERÍODE DE PRÀCTIQUES: Del 06 de setembre del 2014 al 06 de setembre del 2015**

El període de pràctiques es realitzarà en finalitzar el període lectiu sempre i quan es compleixin els següents requisits:

- que l'alumnat hagi superat la totalitat dels continguts del Bloc Específic i, que l'alumnat hagi superat la totalitat dels continguts del Bloc Comú o com a mínim hi estigui matriculat.

### **Requisits per a la inscripció:**

- Edat mínima: 16 anys complerts en el moment de la inscripció.
- Disposar del títol de graduat en educació secundària obligatòria (o equivalent, o superior a efectes acadèmics) o bé, document acreditatiu de la superació de la prova d'accés a cicles formatius de grau mitjà o de grau superior
- Disposar d'una fotografia de carnet
- Disposar d'una assegurança mèdica.
- Disposar del document justificatiu de l'ingrés de l'import de les proves d'accés

### **Imports del curs:**

Prova d'accés: 49,25 €

Bloc Comú : 136 €

Bloc Específic + Període de Pràctiques + Varis: 514,75 €

### **TOTAL: 700,00€**

El pagament haurà d'efectuar-se mitjançant un ingrés a l'entitat financera "**La Caixa**" i al número de compte **2100 0301 18 0200107404**.

### **Terminis:**

Inscripció: fins el 27/05/2014

Llista provisional admesos a la prova d'accés: 04/06/2014

Llista definitiva d'admesos a la prova d'accés: 11/06/2014

Acta definitiva de la prova d'accés: 17/06/2014

Llista definitiva d'admesos al curs: 26/06/2014

Terminis de pagament del curs: del 26/06/2014 fins el 07/07/2014

### **Inscripcions:**

- Les sol·licituds d'inscripció s'han de presentar a:  
Federació Catalana de Piragüisme. Adreça postal: Avinguda Tortosa, 88 baixos. 2500 LLEIDA  
Telèfon – 973 230 314

- Els impresos estaran a disposició dels interessats a:

[www.gencat.cat/esports](http://www.gencat.cat/esports)

[www.piraguisme.com](http://www.piraguisme.com)

## Número de places:

- El mínim serà de 15 alumnes i el màxim de 35 alumnes
- (La Federació Catalana de Piragüisme i l'Escola Catalana de l'Esport es reserven el dret d'anul·lar el curs en cas de no arribar al mínim d'alumnes establert)

## PLA FORMATIU.- :

Atenent a la "Resolució de 13 de juliol de 2011, de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se publican los planes formativos de las especialidades deportivas de piragüismo, piragüismo en aguas tranquilas, piragüismo en aguas bravas, kayak polo, kayak de mar y piragüismo recreativo". BOE Núm. 193 Viernes 12 de agosto de 2011.

### **PF-111PIPI01**

(TOTAL: 330 hores)

#### • BLOC COMÚ

Bases del comportament esportiu	30 hores
Primers auxilis	20 hores
Activitat física adaptada i discapacitat	10 hores
Organització esportiva	20 hores
<b>TOTAL</b>	<b>80 hores</b>

#### • BLOC ESPECÍFIC (PF-111PIPI01)

Generalitats, metodologia i didàctica del Piragüisme	20 hores
Tècnica bàsica d'Aigües Tranquil·les	10 hores
Tècnica bàsica de Caiac mar	10 hores
Tècnica bàsica de Caiac Polo	10 hores
Tècnica bàsica d'Aigües Braves	10 hores
Iniciació al Guiatge	15 hores
Condicionament Físic Específic	5 hores
Seguretat en la pràctica del Piragüisme	10 hores
Reglament i Normativa	5 hores
Organització d'events	5 hores
<b>TOTAL</b>	<b>100 hores</b>

#### • PERÍODE DE PRÀCTIQUES

150 hores

## PROVA D'ACCÉS CURS DE NIVELL I EN PIRAGÜISME- PF-111PIPI01

### PROVA D'ACCÉS

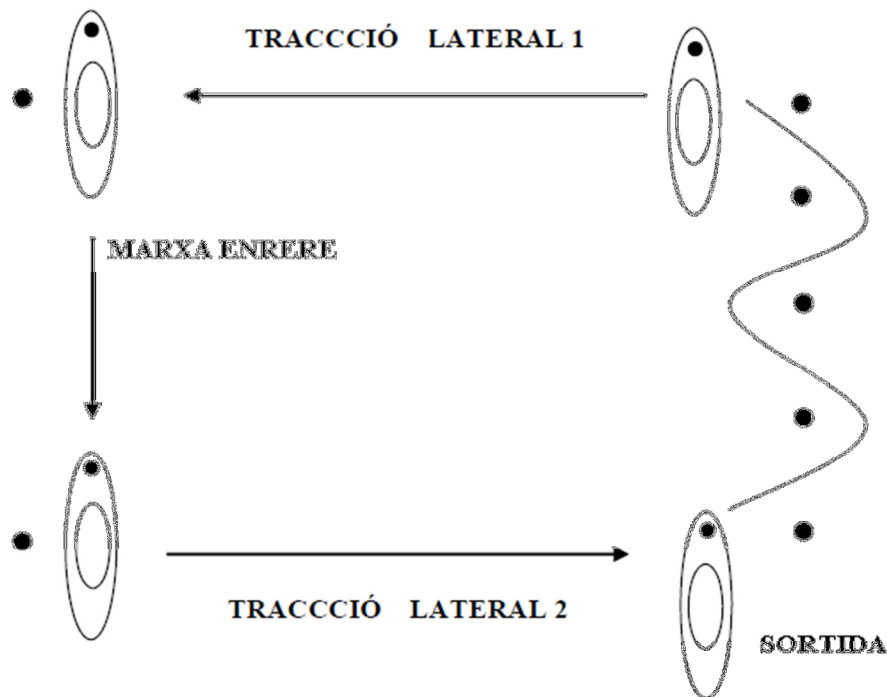
#### *Estructura de la prova.*

##### **Prova 1: «Domini Bàsic de la Natació».**

– Equipat amb roba de piragüisme i armilla, nedar 50 metres en menys de dos minuts sense ajuda externa ni repès significatiu.

##### **Prova 2: «Navegació i Domini del Paleig».**

- L'alumne haurà de realitzar un eslàlom entre 5 boies situades en línia recta i a una distància de 5 m. entre elles, sense poder utilitzar palades de fre. En finalitzar l'eslàlom es desplaçarà lateralment fins a una boia situada a 10 m de distància, utilitzant una maniobra de tracció lateral. Seguidament es desplaçarà marxa enrere fins a una altra boia. Finalment tornarem al punt de partida mitjançant un desplaçament lateral (en aquest cas haurem d'utilitzar una «tracció lateral» diferent a la utilitzada en primer lloc). Els aspirants disposaran de dues oportunitats per realitzar el circuit amb èxit.
- Prèviament al desenvolupament de la prova, es farà una demostració per un palista expert, de la qual s'obtindrà el temps límit després de sumar un 25% al temps emprat per l'expert a completar el recorregut.



#### **Criteris d'avaluació.**

##### **Prova 1: «Domini Bàsic de la Natació».**

- S'ha recorregut la distància sense ajuda externa i de forma continuada.
- El recorregut s'ha realitzat en menys de dos minuts.

##### **Prova 2: «Navegació i Domini del Paleig».**

- S'ha realitzat l'eslàlom inicial sense tocar cap boia ni utilitzar palades de fre.
- S'han realitzat dues tècniques diferents de traccions laterals mantenint l'embarcació paral·lela a la línia de boies.
- S'han executat accions de paleig endavant i enrere amb precisió.
- S'ha completat el circuit d'avaluació amb fluïdesa dins dels límits temporals establerts.

#### **Espais i equipaments:**

##### Espais d'emmagatzematge o hangar:

- Hangar o espai d'emmagatzematge del material a utilitzar. Les embarcacions podran estar a l'aire lliure.

##### Espai de navegació i natació:

- La zona de navegació serà un espai d'aigües tranquil·les de 300 m<sup>2</sup>, amb almenys 25 metres de longitud i 12

metres d'ample, sense corrents ni relleus en l'aigua, per assegurar l'emplaçament del circuit de boies.

- La zona de navegació s'abalisarà amb 4 boies segons el croquis annex de la prova «Navegació i Domini del Paleig» i amb dues boies separades 25 metres per a la prova de «Domini Bàsic de la Natació» quan no es realitzi en piscina amb mesures conegudes.
- La zona de navegació haurà d'estar propera a una riba en la qual els jutges tindran plena visibilitat per valorar la prova.
- Es disposarà d'un accés a l'aigua amb riba recta i lliure d'obstacles amb amplària mínima de 5 metres o la vorada de la piscina.
- Aquest espai pot ser una piscina de 25 x 12 metres.

Equipament per participant:

- Caiacs polivalents de 3-4 metres d'eslora, coberta tancada, volum de 230 a 320 litres, banyera reduïda tipus aigües braves de 80 a 95 cm de llarg i reserves de flotabilitat davant i darrere.
- Pales i armilles.
- En funció de la temperatura de l'aigua, serà preceptiu l'ús de vestit de neoprè.
- Serà obligatori l'ús de calçat apropiat.