



# **CURSO DE INICIADORES AL CANOTAJE VELOCIDAD JULIO 2023**

ASUNTO: CURSO DE TÉCNICO DEPORTIVO ELEMENTAL DE CANOTAJE

NIVEL I. 1º CICLO: INICIADOR DE CANOTAJE DE VELOCIDAD

SAN LUIS - ARGENTINA

## **OBJETIVOS Y CONTENIDOS**

El objetivo del curso es formar iniciadores capaces de proporcionar las nociones básicas del canotaje bajo la supervisión de un monitor. Los contenidos son los siguientes: generalidades del canotaje, seguridad activa y pasiva, primeros auxilios básicos, metodología (didáctica del canotaje), técnica y maniobras, reglamento elemental y, construcción y mantenimiento del material.

**ORGANIZA:** FAC, Federación Argentina de Canoas.

**LUGAR:** Escuelas de Canotaje Potrero de los Funes, San Luis. <https://maps.app.goo.gl/xvzSJCt6LfLSoHjm7>

## **FECHAS, HORAS Y ASISTENCIA:**

- Viernes 21 de Julio: 08:00. Acreditación. 09:00 a 15:00.
- Sábado 22 de Julio: 08:00 a 12:00 horas y 13:00 a 15:00.
- Domingo 23 de Julio: 8:00 a 13:00 horas y 14:00 a 15:00 (Evaluación).

**NÚMERO DE PLAZAS:** Se reserva a disposición del anfitrión. Siendo la inscripción por riguroso orden de recepción de solicitudes. La organización se reserva la posibilidad de aplazar o suspender el curso en caso de no contar con un número mínimo cifrado en 15 alumnos.

**PROFESOR:** Jorge Luis Serpi - Formador de Iniciadores por ENECA.

**TEMAS:**

- Historia
- Contenidos Fundamentales
- Especialidades
- Construcción
- Didáctica Básica
- Seguridad
- Técnica de Kayak
- Técnica de Canoa

**REQUISITOS DE LOS ALUMNOS:**

- Ser mayor de 18 años, (presentación de fotocopia del DNI)
- Estar en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o titulación equivalente a efecto académico, o certificado de alumno regular de mismo nivel.

**INSCRIPCIONES:**

[https://docs.google.com/forms/d/1\\_uGTd6yOVk455UAX7qTCSj5cWPRclAubDmvR2EDLCps/edit?pli=1](https://docs.google.com/forms/d/1_uGTd6yOVk455UAX7qTCSj5cWPRclAubDmvR2EDLCps/edit?pli=1)

El costo de inscripción al curso es de

- \$12.000 hasta el 10/7 reservando con abono del 50%
- \$15.000 del 11/7 al 15/07 reservando con abono del 50%

Cancelación del monto (ambas opciones) el 20/07.

**VALIDEZ DEL TÍTULO:** El Título “iniciador Básico de Canotaje Nivel I Velocidad” capacita para la iniciación al canotaje. El título es requisito imprescindible para el acceso al curso de Técnico Deportivo Básico nivel I en Canotaje.

**PRUEBAS DE ACCESO:**

Por motivos de seguridad y solvencia en la práctica profesional como instructores será imprescindible para acceder al curso superar las siguientes pruebas marcadas por la FAC que se realizarán al inicio del curso.

**OBJETIVO GENERAL DE LAS PRUEBAS**

La prueba tiene como finalidad que el aspirante a instructor acredite las aptitudes y habilidades generales y específicas necesarias para seguir con un grado de aprovechamiento suficiente el programa de formación del curso, así como garantizar su propia seguridad durante las actividades prácticas.

## **EJERCICIOS QUE COMPONEN LA PRUEBA**

La prueba de acceso se realizará antes del inicio del curso y constará de dos ejercicios. Ejercicio de natación y dominio del medio acuático. Ejercicio de navegación y dominio del paleo en aguas tranquilas.

### **NATACIÓN**

- **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.
- **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 realizarán nadando a estilo libre con la vestimenta propia de canotaje que constara como mínimo de chaleco salvavidas. Al finalizar estos 15 m el aspirante se sacará el chaleco salvavidas y realizará una inmersión de 5 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. Al retorno 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.

### **NAVEGACIÓN**

- **Objetivos de la prueba de navegación y dominio del paleo:** El ejercicio de navegación en kayak/canoa tiene como objetivo evaluar en el aspirante las habilidades motrices específicas que garanticen el seguimiento de las actividades prácticas, con un aprovechamiento adecuado a las características del curso.
- **Contenidos y condiciones de la prueba de navegación y dominio del paleo.**  
Características: 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. Al finalizar el slalom se desplazará lateralmente hasta una boya situada a 5 m. de distancia, utilizando maniobra de tracción lateral. Seguidamente se desplazará marcha atrás hasta otra boya. Finalmente volveremos al punto de partida.