



G CONSELLERIA  
O CULTURA,  
I PARTICIPACIÓ  
B I ESPORTS  
/ FUNDACIÓ  
ESPORT BALEAR

## **CRITERIS DE SELECCIÓ TEMPORADA 2017-2018**

### **PROGRAMA DE TECNIFICACIÓ DE NATACIÓ SINCRONITZADA**

#### **BREU INTRODUCCIÓ AL PROGRAMA:**

El programa de natació sincronitzada entrà a formar part dels programes del CTEIB en gener de 2015, per mor de la necessitat de complementar la feina dels clubs per poder arribar a l'exigència competitiva a nivell nacional. Se treballa juntament amb la FBN en el seguiment dels esportistes des de la categoria aleví per poder realitzar una correcta captació de talents. Les nedadores que s'inclouran en el programa seran aquelles que demostrin una bona actitud i aptitud en els entrenaments del grup de seguiment, els resultats esportius obtinguts així com la progressió mostrada i la valoració de les proves d'accés. Des del programa se cerca prosseguir i complementar la feina de formació iniciada en els clubs. Se cercarà incrementar el nivell esportiu amb la millora de les capacitats física, tècnica i tàctiques més importants, optimitzar les condicions d'entrenament, especificitat de l'entrenament amb un nombre reduït d'esportistes per entrenador així com unes bones condicions materials. D'aquesta forma es tractarà de preparar als esportistes per a la seva posterior incorporació a l'esport d'alt nivell.

#### **OBJECTIUS GENERALS I ESPECÍFICS DEL PROGRAMA:**

Objectius generals: Dirigir la formació tècnica, física i psicològica de les nedadores per orientar-les a la seva incorporació dintre dels equips nacionals (infantil, júnior i absolut).

Objectius específics<sup>1</sup>:

- Perfeccionar la tècnica individual de figures
- Millorar la tècnica individual de rutines
- Aprendre a nedar amb qualitat les rutines de les proves de selecció.
- Obtenir una preparació física general adequada a la intensitat del programa.
- Realitzar la preparació física específica adequada als objectius individuals marcats.

---

<sup>1</sup> Els objectius poden variar en funció del nou reglament de natació sincronitzada.



G CONSELLERIA  
O CULTURA,  
I PARTICIPACIÓ  
B I ESPORTS  
/ FUNDACIÓ  
ESPORT BALEAR

- Treballar la preparació psicològica necessària per poder afrontar amb garanties les exigències de la competició
- Preparar les rutines de individual i duet d'aquella o aquelles nedadores de major projecció.

## EQUIPTÈCNIC:

Els entrenaments, preparació física i planificació esportiva la durà a termini la directora tècnica del programa, Carmen Martín

## LLOCS I ESTRUCTURACIÓ DE L'ENTRENAMENT:

Poliesportiu Príncipes de España:

- Piscina
- Sala de lluita
- Sala de musculació
- Sala de gimnàstica
- Pista d'atletisme

Palau Municipal d'esports de Son Moix

- Piscina

\*Horari per a les nedadores que estudien a l'IES CTEIB

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES	DISSABTE
MATÍ	CTEIB	CTEIB	CTEIB		CTEIB	CLUB
TARDA	CTEIB	CTEIB	CLUB	CTEIB	CTEIB	

\*Horari per a les nedadores que no estan en edat de poder accedir a l'IES CTEIB

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES	DISSABTE
1 <sup>a</sup> sessió	CTEIB	CTEIB		CTEIB	CLUB	CTEIB
2 <sup>a</sup> sessió		CLUB	CLUB	CLUB		CLUB

Al centre es treballarà la tècnica individual, tant de rutines com d'elements tècnics i als clubs les rutines d'equip.



G CONSELLERIA  
O CULTURA,  
I PARTICIPACIÓ  
B I ESPORTS  
/ FUNDACIÓ  
ESPORT BALEAR

## **PLACES DISPONIBLES:**

El nombre de places del programa és de 6.

## **EDATS:**

L'edat mínima és de 12 anys (nascudes al 2005), l'edat màxima és de 18 anys (nascudes al 2000)

## **ESTUDIS-TECNIFICACIÓ:**

Les nedadores que tinguin edat han d'acudir a l'IES CTEIB per poder seguir els entrenaments marcats per la tecnificació. Les que encara no estiguin en edat, es tractarà d'adaptar els entrenaments per adequar-los a l'exigència del programa.

## **REQUISITS GENERALS I ESPECÍFICS DELS ASPIRANTS:**

Requisits generals:

1. Tenir el veïnatge administratiu en qualsevol municipi de les Illes Balears, amb un mínim de tres anys, anteriors a la data de la sol·licitud d'accés a la residència.
2. Tenir llicència esportiva per un club de Balears amb llicència nacional per a la temporada 17/18.
3. Passar de forma favorable reconeixement mèdic.
4. No haver estat expulsat ni haver abandonat voluntàriament amb anterioritat un programa de tecnificació.
5. No haver tingut cap expedient disciplinari a l'IES CTEIB en anys anteriors.
6. Signar el codi d'ètica esportiva que regula els programes de tecnificació, assumint el compromís de complir-lo i col·laborar a difondre el seu esperit esportiu.
7. Signar i complir la normativa general que regula els programes de tecnificació.
8. Complir els criteris d'accés i/o permanència del programa de tecnificació

Requisits específics:

- Valoració tècnica de l'entrenador o director tècnic del club de procedència.



G CONSELLERIA  
O CULTURA,  
I PARTICIPACIÓ  
B I ESPORTS  
/ FUNDACIÓ  
ESPORT BALEAR

- Resultats esportius: o Classificació en Campionats d'Espanya o possibilitats de progressió
- Aptitud i actitud en l'entrenament
- Valoració de las proves d'accés

Els criteris bàsics són enunciatius, sense que estiguin ordenats de manera preferent.

## **NORMES D'ENTRENAMENT DEL PROGRAMA:**

### Calendari del programa:

Compren des del dilluns dia 21 d'agost de 2017 fins el final de la temporada esportiva de l'any 2018 i és planificat per la directora tècnica.

En els períodes vacances escolars es realitzaran els oportuns entrenaments o concentracions, per absentar-se serà necessària l'autorització del tècnic responsable del CTEIB.

### Règim de funcionament :

- Totes les activitats del Programa seran dirigides i coordinades per la direcció tècnica del programa. Qualsevol canvi que es produeixi a la planificació ordinària serà sotmès a la seva consideració, que resoldrà i adoptarà les mesures que estimi necessàries, atenent a les circumstàncies de la petició. Aquestes peticions hauran de fer-se per correu electrònic amb un mínim de deu dies d'antelació.
- Els clubs s'encarregaran de la preparació de rutines d'equip.

### Esportistes:

- Entrenaments:
  - Hauran d'assistir a totes les activitats programades per l'entrenadora responsable.
  - Hauran de mostrar una actitud adequada als objectius individuals marcats en tots els entrenaments i/o activitats programades.
  - Disposaran d'intervenció, assessorament i suport psicològic aquells esportistes que ho desitgin i aquells que l'equip tècnic recomani.
- A nivell escolar:
  - En el cas de suspendre QUATRE o més assignatures no podran continuar en el programa.



G CONSELLERIA  
O CULTURA,  
I PARTICIPACIÓ  
B I ESPORTS  
/ FUNDACIÓ  
ESPORT BALEAR

- Els esportistes que ho necessitin, rebran ajuda a la planificació del temps.
- Orientació acadèmica i universitària per a aquells esportistes del Programa que ho sol·licitin.

#### Faltes d'assistència:

Les faltes d'assistència als entrenaments o centre escolar hauran d'estar convenientment justificades per correu electrònic o per telèfon. Quan la falta d'assistència es degui a una malaltia haurà de dur l'informe metge del CSUCRE o del metge de capçalera.

#### Baixes:

En el transcurs de la temporada esportiva se causarà baixa quan es doni alguna de les següents circumstàncies:

1. Decisió unilateral de l'esportista autoritzada pels seus pares.
2. Per causes sobrevingudes. En aquest cas s'hauran de justificar documentalment les raons invocades. Posteriorment es valorarà la seva permanència en el programa així com si la baixa es temporal o definitiva.
3. Per incompliment de les directrius marcades pel director tècnic. S'obrirà expedient en el que constarà l'informe de l'incident i es prendrà la decisió oportuna.
4. Per aplicació de les normes disciplinàries en vigor.
5. Per negar-se a acudir a les convocatòries per activitats programades pel CTEIB.

## **CRITERIS DE SELECCIÓ:**

Els criteris de selecció estan basats en els requisits generals i específics del programa.

L'entrenament/prova d'accés tindrà lloc en dues sessions, dia 10 de juliol sessió de matí i tarda, tot en el poliesportiu príncipes de España. Per a la prova s'hauran d'aprendre la rutina d'equip de la FCN que es realitzarà en la prova d'accés de selecció infantil.

La direcció tècnica pot no incloure a una esportista en el programa per no complir amb el programa d'entrenament amb el nivell d'implicació i ambició adequats a la consecució dels objectius marcats. Prèvia a la inclusió o no de la nedadora en el programa es tindrà una reunió amb l'esportista, els pares i un representant del club.



G CONSELLERIA  
O CULTURA,  
I PARTICIPACIÓ  
B I ESPORTS  
/ FUNDACIÓ  
ESPORT BALEAR

Per a accedir al full de sol·licitud poden clicar al següent enllaç:

<http://goo.gl/forms/iVAqVSXPbqBgrXUO2>