

## **CURSO NACIONAL DE ENTRENADORES NIVEL 1,2 Y 3**

### **FASE DE ESPECIALIZACIÓN**

La Federación Nacional de Natación, Clavados, Polo Acuático y Nado Sincronizado de Guatemala, a través de la Dirección Técnica de las disciplina de Natación con la finalidad de contribuir al desarrollo del personal técnico de nuestra Federación y entrenadores de las diferentes Asociaciones Deportivas Departamentales de Natación, escuelas, academias clubes, y varias instituciones educativas; busca transmitir los conocimientos científicos y nuevas investigaciones aplicadas a nuestras disciplinas deportivas, para la buena formación de futuros talentos deportivos. Para ello impartirá la fase de especialización en los niveles 1,2 y 3 de acuerdo al siguiente proyecto.

### **INFORMACIÓN GENERAL**

Sede:	Ciudad de Guatemala
Lugar:	Escuela Normal Central de Educación Física 30av.6-74 zona 4 Mixco Col. El Naranjo Auditórium del Palacio de los Deportes CDAG Piscina de Zona 4
Fechas:	16 17 y 18 de noviembre 2018 1 de diciembre 2018
Hora:	07:00 a 12:00 hrs. 13:00 a 18:00 hrs.

## REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

**Para poder participar en la fase de especialización es necesario haber aprobado la primera fase en el nivel 1 y nivel 2 que fue impartida por la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala – CDAG-. (Presentar constancia).**

### Objetivo General:

- Capacitar a los profesores y al personal técnico, encargados del proceso de iniciación deportiva de las diferentes disciplinas de natación en el país, con un taller de especialización teórico-práctico.

### Objetivos Específicos:

- Brindar a los participantes los conocimientos básicos y seguimiento para la iniciación y desarrollo al entrenamiento deportivo.
- Brindarle a los participantes el material didáctico (guía) para que le sirva de apoyo en sus clases y entrenamientos en las diferentes disciplinas de natación.
- Evaluar a los participantes para analizar los conocimientos adquiridos e interés a la actividad.

## **METODOLOGÍA**

La metodología se constituye como curso de capacitación tipo taller teórico-práctico. Se ha considerado 24 horas de trabajo, la participación activa de todos los entrenadores y profesores en las charlas y proyección de presentaciones, sometiéndolos a una metodología de trabajo cooperativo y participativo.

### **Evaluación:**

**Teórica:** Se someterá a los participantes a un examen teórico donde se le formulan preguntas de conocimientos adquiridos en el curso.

**Práctico: Nivel 1** Los participantes deberán realizar una clase práctica con un grupo de niños o niñas, donde el objetivo específico es un elemento técnico para aplicarlo, mientras lo hacen, serán evaluados por el personal a cargo del curso.

**Práctico: Nivel 2** Los participantes deberán realizar una planificación anual para atletas de líneas 2 y 3 desarrollar entrenamientos práctico con un grupo de atletas, donde el objetivo específico es un elemento técnico y cargas energéticas para aplicarlo, mientras lo hacen, serán evaluados por el personal a cargo del curso.

**Práctico: Nivel 3** Los participantes deberán realizar un Macro ciclo, mesociclos y micro ciclo de planificación dirigido a atletas de línea 1 y línea 2.

## CONFERENCIAS Y PONENTES

Se contemplan ponentes, quienes además de dar sus respectivas conferencias, participarán en las actividades prácticas como moderadores de los grupos de trabajo.

- Representantes del Comité Ejecutivo
- Personal cuerpo técnico de federación
- Cuerpo de salvamento del IGSS
- Cuerpo de socorristas y seguridad acuática de Cruz Roja Guatemalteca
- Personal de Dirección Técnica
- Expositores especialistas en diferentes áreas

## Algunos Expositores

- |                 |                                    |
|-----------------|------------------------------------|
| ✓ Raúl Xicay    | Entrenador Equipo Nacional         |
| ✓ Tomas Haces   | Entrenador Cubano miembro de CCCAN |
| ✓ Paola Vasquez | Programa Masificación              |
| ✓ Pablo Azañon  | (Entrenador Nacional Metodología)  |
| ✓ CNA           | (Reglamento)                       |
| ✓ IGSS          | Salvamento, rescates               |
| ✓ Cruz Roja     | RCP Seguridad Acuática             |
| ✓ Organización  | Dirección Técnica                  |

NOTA:

**TRANSPORTE:** Corre por cuenta del o los participantes

**HOSPEDAJE:** Se puede solicitar hospedaje en el Albergue Ramiro de León Carpio, debiendo enviar un correo de secretaria de dirección Técnica Jazmín Urbina [secretariadt@fenadegua.com.gt](mailto:secretariadt@fenadegua.com.gt)  
Dirección Técnica

**ALIMENTACIÓN:** Corre por cuenta de cada participante

Para tener derecho a la **CERTIFICACIÓN** el participante debe cumplir con el 100% de asistencia y aprobar las evaluaciones teórico -prácticas con 60 puntos, como mínimo.

Confirmar participación hasta el martes 13 de noviembre a las 17:00 al correo

[tecnicafenadegua@gmail.com](mailto:tecnicafenadegua@gmail.com) [mencosjosemarin@gmail.com](mailto:mencosjosemarin@gmail.com)

**PROGRAMA**  
**CURSO ENTRENADORES DE NATACION**  
**FASE ESPECIALIZACIÓN 2018**  
**Nivel 1**

FECHA	HORA	TEMA	lugar	EXPOSITOR
16-11-2018	14:00	Apertura	ENCEF/SALON 1	Dirección Técnica
	14:30	Historia de la NATACIÓN	ENCEF/SALON 1	Dirección Técnica
	15:30	Metodología de la enseñanza y el entrenamiento- Teórico/práctico	ENCEF/SALON 1	Paola Vásquez
		Programa Modulos	ENCEF/SALON 1	Paola Vásquez
17-11-2018	8:00	Planificación general	ENCEF/SALON 1	Raúl Xicay
	10:00	Planificación de una unidad de entrenamiento/ macros, meso, micros Teórico/práctico	ENCEF/SALON 1	Tomas Haces
	14:00	Técnica estilos de natación	ENCEF/SALON 1	Tomas Haces
	15:30	Reglamento General	ENCEF/SALON 1	CNA
18-11-2018	8:00	Seguridad Acuática	CDAG	Cruz Roja
	10:00	Salvamento	Piscina Zona 4	IGSS
1-12-2018	8:00	EVALUACIONES	CDAG	Dirección Técnica
	12:00	CLAUSURA	CDAG	CE

**PROGRAMA**  
**CURSO ENTRENADORES DE NATACION**  
**FASE ESPECIALIZACIÓN 2018**  
**Nivel 2**

FECHA	HORA	TEMA	lugar	EXPOSITOR
16-11-2018	14:00	Apertura	ENCEF/SALON 1	Dirección Técnica
	14:30	Planificación de una unidad de entrenamiento/ macros, meso, micros/ líneas 2 y 3 teórico	ENCEF/SALON 2	Tomas Haces
	16:00	Uso adecuado de material deportivo/ práctico	ENCEF/SALON 2	Raúl Xicay
17-11-2018	8:00	Trabajo en tierra	ENCEF/SALON 2	Tomas Haces
	10:00	Planificación de una unidad de entrenamiento/ macros, meso, Micros  línea 1 práctico	ENCEF/SALON 2	Raúl Xicay
	14:00	Reglamento cambios	ENCEF/SALON 2	CNA
	15:30	Técnica especial salidas y vueltas	ENCEF/SALON 2	Raúl Xicay
18-11-2018	8:00	Seguridad Acuática/teórico practico	CDAG	Cruz Roja
	10:00	Salvamento/practico  RCP	Zona 4	IGSS
1-12-2018	8:00	EVALUACIONES	CDAG	Dirección Técnica
	12:00	CLAUSURA	CDAG	CE



**PROGRAMA**  
**CURSO ENTRENADORES DE NATACION**  
**FASE ESPECIALIZACIÓN 2018**  
**Nivel 3**

<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>TEMA</b>	<b>lugar</b>	<b>EXPOSITOR</b>
16/11/2018	14:00	Apertura	ENCEF/SALON 1	Dirección Técnica
	14:30	Planificación de una unidad de entrenamiento/ macros, meso, micros/ líneas 1 y 2 teórico	ENCEF/SALON 3	Raúl Xicay
	16:00	Uso adecuado de material deportivo/ práctico	ENCEF/SALON 3	Tomas Haces
17/11/2018	8:00	Uso de equipo técnico de competencia	ENCEF/SALON 3	Dirección Técnica
	10:00	Organización de eventos	ENCEF/SALON 3	Dirección Técnica
	14:00	Reglamento	ENCEF/SALON 3	CNA
	16:30	Estrategia De Competencia	ENCEF/SALON 3	Raúl Xicay
18/11/2018	8:00	Medidas de seguridad en piscinas	CDAG	Cruz Roja
	10:00	Primeros auxilios y salvamento acuático	Zona 4	IGSS
01/12/2018	8:00	EVALUACIONES	CDAG	Dirección Técnica
	12:00	CLAUSURA	CDAG	CE