

Escuela de Formación Técnica

REMO, en español

Fundamento

La ausencia de una capacitación formal en todos sus niveles de actuación, en el remo de habla hispana es uno de los factores que continúa frenando el *desarrollo* sustentable del deporte para esto es importante definir que entendemos por desarrollo.

Un deporte se lo considera desarrollado cuando ostenta estas tres condiciones:

1-Cantidad

- A-Mayor número de remeros participantes por institución en todas las formas del remo
- B-Mayor número de inscriptos por regatas, costal, travesía, promocional, oficial, selección de equipos nacionales
- C-Mayor número de clubes inscriptos por cada comisión de regatas

2-Calidad

- A-Mejora en el rendimiento de cada representación nacionales en pos de la obtención de resultados internacionales
- B- Mejora en el rendimiento absoluto de las competencias internas (tiempo), record nacional
- C- Mejora en la formación profesional específica de los agentes involucrados, Entrenadores, Dirigentes, Árbitros

3-Marco institucional

- A-Lograr la sustentabilidad de las instituciones que practican el deporte.
- B-Dar un marco de seguridad a la práctica deportiva.
- C-Brindar un marco ordenado de responsabilidades, compensaciones y capacitación permanente para todas las personas involucradas en el proceso

¿Cuál es nuestro aporte?

El remo latinoamericano está manejado fundamentalmente por personas basadas en su propia experiencia personal en el deporte sin tener un eje rector que allanaría el camino y brindaría un sustento de predictibilidad de los resultados en todas las áreas de nuestro proceso de desarrollo. Por otra parte, esta ausencia de cohesión educativa, induce también un aprendizaje sin ninguno de los criterios mundialmente reconocidos perjudicando, salud, desarrollo y resultados de nuestros remeros. Hay que destacar, que las grandes naciones del remo, como Alemania, Gran Bretaña, Francia o Austria funcionan desde hace unos años, con un núcleo pedagógico, técnico e institucional elaborado. Esta metodología ha demostrado que la base del deporte de alto rendimiento está en la formación homogénea y general de las personas involucradas en el proceso, remeros, entrenadores, dirigentes así también como la unificación de los métodos para llegar a objetivos comunes sin dejar de lado la impronta y creatividad personal.

En este punto está la clave entonces del éxito en este proyecto: **CAPACITACION**

Al capacitar una persona en cualquier etapa del proceso deportivo implica la transmisión a todo un grupo nuevo que este agente de cambio podrá influir.

Implementación

Se realizará a través de módulos entrelazados en forma presencial y la posibilidad de completar etapas utilizando una plataforma de capacitación digital.

La evolución del proyecto sigue una línea de desarrollo acorde también a la evolución de la complejidad de su contenido. Cada nivel implica la formación de un agente de cambio para un nuevo sistema desde el remero al dirigente.

En este primer año los participantes obtendrán un certificado por haber completado el nivel uno y otro donde constará un detalle del examen final.

NIVEL1 EDUCADOR (2019 Nivelación Nacional)

El primer contacto con el deporte

Capacidades esperadas:

El educador debe poder acoger y hacerse cargo de un grupo limitado de alumnos en el marco de consignas concretas bajo la responsabilidad de un técnico calificado de la estructura. Este diploma es accesible desde los 17 años de edad, (los menores de edad entre 17 y 18 años poseerán prerrogativas limitadas). Será quien acerque el deporte a la comunidad.

Contenido de la formación:

La seguridad, el material, la técnica, la pedagogía, el entorno institucional y la historia.

Desarrollo de la formación: El tiempo total de esta formación es de 30 horas mínimas (14 h de formación teórica, 4 h de trabajos prácticos, 10 h de formación pedagógica). Comenzará la cursada en forma on line y luego de desarrollaran 4 encuentros más el examen final.

Sustentabilidad

Los gastos generales y honorarios serán costeados por los participantes. De todas maneras, en este primer año de nivelación serán subsidiados con una cuota preferencial los que representen a un club miembro de la AAR.

Informes : cel 1140835858

El examen final tendrá lugar el lunes 11 de noviembre.

Inscripción

Estará abierta hasta el día 30 del 5 y se hará efectiva una vez realizado el pago de la inscripción. La misma deberá realizarse siguiendo el siguiente link : <https://forms.gle/8ru6sDerYVRUQysx9>

Certificación

Constara con dos certificados

A- De participación, con un mínimo de asistencia del 75%

B- De aprobación con un mínimo de asistencia del 85% con un certificado analítico de las evaluaciones realizadas con exámenes parciales y uno final teórico práctico

Ambos abalados por la Confederación Sudamericana de Remo, Asociación Argentina de Remo.

Contenidos certificación 2019

La Historia

Reseña de la Historia del remo mundial

Reseña del remo argentino

Evolución histórica del material

Regatas tradicionales

El material

Los remos: estructura, materiales, usos en distintas embarcaciones, las cucharas, mantenimiento

Las embarcaciones: estructura, partes constitutivas tipo de embarcaciones y uso, nomenclaturas, manipulación, mantenimiento y reparaciones mínimas

El remoergometro, usos y mantenimiento

La técnica

Definición, principios físicos básicos, sistemas que actúan, coordinación, ritmo, manejo de la cuchara. Aplicación de la técnica en remoergómetro. Adaptación del material, ejercicios metodológicos, Evaluación

La pedagogía

Progresión metodológica, la primera clase, delinear objetivos, uso del material, adaptación al medio, Los primeros pasos, como transportar un bote. Como subir al bote (embarque y desembarque) Como agarrar los remos Las primeras maniobras Como desembarcar. Calidad vs cantidad, desarrollo a largo plazo. Remo adaptado, Evaluación

La preparación Física

Condiciones físicas de base, anamnesis inicial, limitantes físicos, adaptación anatómica. Fuerza, flexibilidad, resistencia. Evaluaciones de control y seguimiento. Talentos. Remo master. Remo adaptado. Modelo de acondicionamiento.

La seguridad

Apto médico, apto físico. En la rampa, medidas de seguridad de las embarcaciones, reglas de circulación, condiciones climáticas, manejo de un siniestro, embarque y desembarque. Las primeras salidas. Remo adaptado. Remo nocturno. Remo de mar.

El entorno institucional

El primer contacto con el deporte, visión general de las instituciones, El entrenador como agente educador y de salud. Relaciones interpersonales. Marco legal