

Proyecto del Programa de Perfeccionamiento 2018 – 2019

ÍNDICE

1) Objetivos Generales del Programa.....	Pág. 3
2) Objetivos Específicos del Programa.....	Pág. 3
3) Equipo Técnico del Programa.....	Pág. 3
4) Criterios de Selección las/os Deportistas.....	Pág. 4
5) Acuerdo entre Clubes y Federación de Participación.....	Pág. 5
6) Programación y Metodología.....	Pág. 5
7) Programa Temporizado de Actividades.....	Pág. 5
8) Instalaciones.....	Pág. 5
10) Procedimiento de Seguimiento y Evaluación.....	Pág. 6

Dentro de las actividades que desarrolla la Federación Navarra de Atletismo (F.N.A.F.), el Programa de Perfeccionamiento constituye un nuevo pilar en el rendimiento deportivo, cuyas características detallamos más adelante:

A continuación, se desarrollan las características más importantes del programa planteado para la temporada que viene:

1) Objetivos Generales del Programa.

- La principal finalidad del programa de Perfeccionamiento es la mejora del rendimiento deportivo individual de atletas en edades comprendidas entre 12 y 18 años, que con contrastado nivel y progresión deportiva no cumplen con los criterios de tecnificación.

2) Objetivos Específicos del Programa.

- a. Impulsar el atletismo de rendimiento en Navarra en edades comprendidas entre 12 y 18 años.
- b. Mejorar la forma de planificar, controlar, analizar, evaluar y aplicar de modo permanente el proceso de entrenamiento mediante la introducción de conocimientos y medios técnicos y científicos que den mayor calidad al proceso de entrenamiento.
- c. Procurar un estándar mínimo de calidad en los programas de esta naturaleza desarrollado por la Federación Navarra de Atletismo.
- d. Elevar el nivel de rendimiento deportivo de los y las atletas participantes en los mismos, al objeto de obtener y mejorar sus resultados en el ámbito autonómico y nacional a través de programas de preparación y formación técnica especializada.
- e. Elevar el nivel técnico y de formación de los/as entrenadores/as responsables del programa.

3) Equipo Técnico del Programa.

El listado del equipo técnico que formará parte del programa se adjunta en el Anexo A.

Se indican nombre, dos apellidos, y titulación deportiva de los/as mismos/as.

La responsable del sector Marcha, será la responsable técnica del Programa de Perfeccionamiento.

Se nombrarán 3 entrenadores responsables de sector:

INCENTIVOS A LOS ENTRENADORES

Al objeto de compensar la labor de los entrenadores, la Federación Navarra de Atletismo incentivará a los entrenadores responsables del Programa de Perfeccionamiento de la FNAF.

4) Criterios de Selección las/os Deportistas.

La selección de los atletas integrantes del programa se elaborará teniendo en cuenta los siguientes criterios objetivos aprobados por la Junta Directiva:

- a) Estar en posesión de la licencia deportiva oficial y en vigor.
- b) Estar dentro de las edades comprendidas entre 12 y 18 años.
- c) Estar empadronada/o en Navarra y pertenecer a un club navarro.
- d) Nivel deportivo (resultados logrados dentro de la última temporada) :
 - i. Formar parte de los 4 primeros clasificados en los campeonatos navarros de su categoría.
- e) Es un programa vivo, en el que dependiendo de la evolución durante la temporada, se podrá contar con los y las atletas que el/la responsable de sector considere oportuno.

5) Acuerdo entre Clubes y Federación de Participación en el Programa

La Federación establecerá acuerdos, para la puesta en marcha y desarrollo del programa de rendimiento de la Federación Navarra de Atletismo con los clubes que tengan atletas adscritos al mismo.

6) Programación y Metodología.

Para un correcto desarrollo del programa se efectuarán las siguientes acciones:

- Convocar a atletas y entrenadores a sesiones de entrenamientos, sesiones técnicas y concentraciones por sector.

7) Programa Temporizado de Actividades.

Además de los entrenamientos diarios que los atletas realizan con sus grupos de entrenamiento, se realizarán ciertas actividades conjuntas por sectores. Para el conjunto de estas, se presupuesta un total de 6.000 euros.

a) **Entrenamientos conjuntos por especialidades:**

El objetivo que se busca es la búsqueda de mejores resultados debido a la competitividad que se quiere generar con esta nueva propuesta y la puesta en común de los datos y reflexiones sobre el entrenamiento y las pruebas por parte de los entrenadores y el personal del CEIMD.

b) **Concentraciones por sectores:**

Se realizarán concentraciones por sector durante la temporada (Semana de carnaval o Semana Santa).

c) **Viajes de competición:**

Se llevarán a cabo viajes con los y las atletas del programa para participar en competiciones de cada sector.

8) Instalaciones.

Dado que el INDJ pone a disposición de los programas de rendimiento sus instalaciones de forma gratuita, los atletas incluidos en el Programa de Perfeccionamiento realizarán sus entrenamientos en las instalaciones del Estadio Larrabide.

Los espacios utilizados son los terrenos de la Vuelta del Castillo, la pista de atletismo, la sala de musculación, la sala de pesas bajo la grada, la recta y la pista polideportiva del pabellón cubierto en las condiciones acordadas con el INDJ.

10) Procedimiento de Seguimiento y Evaluación.

Para realizar el seguimiento de los/as atletas de Perfeccionamiento, la responsable del programa utilizará diferentes medios:

- Se solicitará a los entrenadores tres informes a lo largo de la temporada:
 - Septiembre – Febrero:** Objetivos y planificación de la nueva temporada (entrenamiento, concentraciones, competiciones...) . Comienzo de la temporada, estado de los atletas, previsión de la temporada (posibles resultados y seguimiento de los entrenamientos planificados).
 - Marzo- Julio:** Evolución de los atletas hasta este momento de la temporada (resultados Cross, Marcha y Lanzamientos, seguimiento del plan de entrenamiento, evolución, lesiones o inconvenientes) y control del entrenamiento. Análisis del progreso de la temporada y desarrollo del plan de la fase final de la temporada.
 - Agosto:** Evaluación una vez terminada la temporada, con resultados, cumplimiento del plan de entrenamiento y objetivos, futuro del atleta...

A partir de la información recopilada se realizará una valoración de la evolución de cada uno de los atletas de Perfeccionamiento durante la temporada junto a sus respectivos entrenadores y/o responsables que se detallará en las memorias periódicas y se realizará una valoración a final de la temporada de todo lo realizado y conseguido.

ANEXO A

Responsables de Sector

Apellidos y nombre	Sector / Modalidad	Titulación
Marcotegui Izcue, Marisa	Marcha	Entrenadora Nacional de Atletismo
Azcue Vigor, Ayrton	Cross	Nivel 1 C.E. USA
Martinez Martinez, Ignacio	Lanzamientos	Graduado en INEF

Dirección Técnica F.N.A.
dtecnica@fnaf.es

miércoles, 21 de noviembre de 2018

Página 7 de 7