



CLUB ATLÉTICO INSULAR DE GRAN CANARIA

PROYECTO ESCUELA SEP2020-MAY2021

OBJETIVOS:

Sería conveniente concretar la pretensión de alcanzar a corto, medio y largo plazo con la colaboración de todos y cada uno de los que integramos este Club, los objetivos que se pueden desglosar en tres áreas de actuación:

Sociales

- Establecer relaciones de colaboraciones con los clubes filiales con intereses afines.
- Favorecer el acceso a nuestra base a niños y niñas con pocos recursos.

Formativos

- Realizar actividades de carácter formativo para promocionar el atletismo.
- Formar grupos en todas las categorías de menores.
- Colaborar en la realización de eventos o competiciones que estén organizados por el Club.

Técnicos

- Formar atletas en todas las disciplinas, con el fin de que puedan en las categorías superiores (a partir de sub18) participar con garantías tanto individual como por equipo en todas las competiciones de carácter local, autonómico o nacional a las que acudamos.
- Garantizar una progresión adecuada en las diferentes disciplinas, coordinando la programación y garantizando su desarrollo hacia la tecnificación en un primer lugar, y posteriormente hacia el alto rendimiento.
- Fomentar jornadas técnicas con el fin de conseguir la cualificación de los técnicos del Club.

La filosofía de la Escuela se fundamenta en que todo niño, niña y joven que se inicie en el Atletismo debe pasar por las diferentes etapas de formación: **iniciación y perfeccionamiento**, todo ello depende de factores como el desarrollo, la edad, la morfología, la disposición personal y la motivación.

Comenzamos un nuevo periodo con dos ideas primordiales, directrices de las situaciones de **enseñanza-aprendizaje**:

- El proceso de aprendizaje del Atletismo, como toda labor de enseñanza-aprendizaje, ha de ser significativa, constructiva y progresiva, además de adaptarse a la edad y características propias de la misma y a las necesidades de los niños y niñas.



➤ **Una acelerada o temprana especialización en cualquiera de las disciplinas atléticas puede producir una rápida consecución de resultados, pero un posterior estancamiento e incluso, retroceso de los mismos, con la consecuente pérdida de motivación y desilusión de la práctica atlética.**

Teniendo en cuenta estas dos ideas principales, tratamos de conseguir estos objetivos generales:

➤ Ofrecer a todos los niños, niñas y jóvenes, sea cual sea su nivel deportivo, la posibilidad de conocer y practicar el Atletismo.

➤ Facilitar la expresión y el desarrollo de sus capacidades cognitivas, motrices y psicológicas de forma progresiva, real y racional con el fin de crear una base sólida.

➤ Fomentar una metodología multilateral.

➤ Fomentar el trabajo individual y también en equipo.

➤ Desarrollar un comportamiento reflexivo, donde la participación, la constancia, la motivación, la tolerancia, la deportividad son los ejes formativos que nos competen a todos.

➤ Utilizaremos la competición como un método más para el aprendizaje fomentando la auto-superación y el respeto con sus iguales.

➤ Aportar a todos los niños, niñas y jóvenes de los recursos disponibles y necesarios para garantizar una práctica efectiva y eficaz del atletismo.

Con las ilusiones para conseguirlos, detallamos unos objetivos específicos para las diferentes categorías:

CATEGORÍAS SUB8 (PREBENJAMÍN) año 2014 y posteriores:

Responsable Cristian Tolani: Técnico superior en Animación de actividades Físicas y Deportivas.

- 1) Estimular el interés y motivación por la práctica deportiva.
- 2) Emplear la práctica lúdica del atletismo como método fundamental para el desarrollo de sus capacidades.
- 3) Utilizar el cuerpo como instrumento de expresión y desarrollo de sus capacidades físicas.
- 4) Fomentar las relaciones.
- 5) Enseñar lúdicamente a lanzar, saltar, correr, andar y pasar obstáculos.



CATEGORÍAS SUB10 (BENJAMÍN) año 2012 y 2013:

Responsable Andrea López: Atleta. Estudiante de Grado en Educación Primaria con mención de Educación Física.

- 1) Estimular el interés y motivación por la práctica deportiva.
- 2) Emplear la práctica lúdica del atletismo como método fundamental para el desarrollo de sus capacidades.
- 3) Utilizar el cuerpo como instrumento de expresión y desarrollo de sus capacidades físicas.
- 4) Fomentar las relaciones.
- 5) Enseñar lúdicamente a lanzar, saltar, correr, andar y pasar obstáculos.

CATEGORÍA SUB12 (ALEVÍN) año 2010 y 2011:

Responsable José Javier González Santana. Atleta y Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.

- 1) Estimular el interés y motivación por la práctica deportiva.
- 2) Emplear la práctica lúdica del atletismo como método fundamental para el desarrollo de sus capacidades.
- 3) Utilizar el cuerpo como instrumento de expresión y desarrollo de sus capacidades físicas.
- 4) Fomentar las relaciones y la convivencia.
- 5) Utilizar la competición como recurso motivante y en su justa medida aprovechar las relaciones con los participantes y aprender a que en este momento el resultado es secundario.
- 6) Utilizar las sesiones para inculcar normas y valores como la superación, la constancia y el respeto.
- 7) En las sesiones y en las competiciones, premiar siempre el esfuerzo antes que el resultado.
- 8) Iniciación a la técnica de las diferentes disciplinas.

CATEGORÍA SUB14 (INFANTIL) año 2008 y 2009:

Responsable Octavio Silva. Exatleta y Monitor Nacional de Atletismo RFEA.

- 1) Si se viene de la etapa anterior, potenciaremos la perfección y consolidación de lo aprendido.
- 2) Conocer y practicar diferentes modalidades atléticas relacionadas con los saltos, lanzamientos y carreras con el fin de crear una base sólida para aumentar sus capacidades, desde lo global y elemental, hasta lo más específico.
- 3) Fomentar el trabajo en equipo para convivir, socializarse, empatizar, colaborar compitiendo y tener un sentimiento grupal superior al individual.
- 4) Utilizar las sesiones y las competiciones para inculcar normas y valores como el esfuerzo, compromiso, la superación, la constancia y el respeto.



- 5) La competición en esta etapa supondrá una excelente motivación para poner en práctica lo aprendido en etapas anteriores y sobre todo para reforzar la formación.

CATEGORÍA SUB16 (TECNIFICACIÓN 1) año 2006 y 2007 Y SUB18 (TECNIFICACIÓN 2) año 2005:

Responsable de las categorías masculinas Juan García Barrera. Entrenador Nacional de Atletismo RFEA.

Responsable de las categorías femeninas Óliver Armas Guillén. Exatleta y Monitor Nacional de Atletismo RFEA.

Responsable tecnificación 1 y 2 específica en jabalina, saltos verticales y marcha Vicente Betancor Hernández. Entrenador Nacional de Atletismo RFEA.

Responsable tecnificación 1 y 2 específica de vallas y saltos horizontales Francisco Luis Rodríguez Vega. Entrenador Nacional de Atletismo RFEA.

Tecnificación 1

- 1) Si viene de la etapa anterior, comenzaremos a trabajar de manera más específica las aptitudes de los y las menores sin olvidar el trabajo multidisciplinar tan importante en estas edades.
- 2) Conocer y practicar de manera más definida las modalidades atléticas relacionadas con los saltos, lanzamientos y carreras más adecuadas a las características individuales, con el objetivo de seguir creando una base sólida en el aumento de las capacidades, dando un paso más hacia lo específico.
- 3) En esta etapa sigue siendo fundamental el trabajo en equipo, buscando la convivencia, la socialización y dando prioridad a las acciones formativas del grupo por encima de las individualidades.
- 4) Reforzar las sesiones y las competiciones para desarrollar un mayor conocimiento de la importancia de preparar las mismas, fortaleciendo los valores y normas (esfuerzo, compromiso, superación, constancia y respeto) inculcadas en la etapa anterior.
- 5) Al igual que en la etapa anterior, la competición supondrá una excelente prueba de motivación para poner en práctica lo aprendido en las etapas anteriores, además de desarrollar y reforzar las especificaciones planteadas en esta etapa.

Tecnificación 2

- 1) En esta categoría damos un paso más hacia la especialización de las aptitudes de los y las menores, pero manteniendo las sesiones de carácter multidisciplinar.
- 2) Desarrollar de manera más definida las modalidades atléticas que mejor se adapten a los individuos, pero siempre buscando una estrategia de colectividad.



- 3) Aunque sigue siendo fundamental en esta etapa el trabajo colectivo, ya empezamos a equilibrar las prioridades colectivas con las individuales.
- 4) En esta etapa es imprescindible un mayor conocimiento de los diferentes períodos de sesiones y competiciones para llegar al momento establecido en las mejores condiciones.
- 5) La competición empieza a tener una importancia mayor en la búsqueda de los mejores resultados individuales.

SECCIÓN MUNICIPIO DE GÁLDAR

Responsable Daniel Fernández García

Teniendo en cuenta las características del grupo de entrenamiento de la sección de Gáldar, donde hay menores de diferentes categorías, se realizarán las sesiones siendo conscientes de esta circunstancia y adecuándolas a las características marcadas para las diferentes categorías.

Con lo comentado anteriormente, pretendemos conseguir:

- Desarrollo integral de los jóvenes.
- Fomentar valores de respeto, compañerismo, esfuerzo, afán de superación, responsabilidad, compromiso, disciplina y mejorar la autoestima.
- Desarrollar las capacidades coordinativas (técnica) y las capacidades condicionales de velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad, todo ello de una manera equilibrada.

Los contenidos y la metodología es aprender a: CORRER, SALTAR, MARCHAR Y LANZAR:

- Mediante juegos deportivos.
- Preparación multilateral con aprendizaje técnico de base.
- Competiciones como parte de la formación deportiva.

COMPETICIÓN:

Es fundamental, en estas edades conjugar la competición y la diversión que son perfectamente compatibles. Competir para aprender, crecer y que sea una fuente de satisfacción y diversión.

Al tratarse de etapas de formación, siempre se debe “**reforzar las buenas acciones y no los resultados**”, se debe conseguir que todos participen y tengan las mismas oportunidades sin considerar las cualidades y capacidades individuales.



EL PAPEL DE LOS PADRES:

La actividad que desarrollamos nos debe ayudar a una comunicación constante, por ello, en la relación entre el padre, niño y entrenador, el respeto debe ser mutuo.

El entrenador es quien dirige a los jóvenes y, es el que debe valorar la importancia que el niño y la niña le da a la victoria o la derrota, y él será el responsable de saber gestionarlas adecuadamente.

El papel de los padres es vital y, durante el proceso de aprendizaje pueden ser un importante apoyo si aceptan y reconocen que en edades tempranas la exigencia de resultados puede influir de forma negativa en el proceso de formación.

Somos conscientes de lo anteriormente dicho, por lo que desde la Dirección del Club se entiende fundamental la figura de la representación de las familias que estará integrada en la estructura organizativa del club.

Se debe diferenciar el deporte profesional y el de los menores.

En los menores en el deporte del Atletismo, todos debemos fomentar un clima de diversión, de reconocimiento y de realismo sin exigencias ni estrés, potenciando siempre las buenas acciones y actitudes y descartando el resultado.

Por todo ello, debemos tratar siempre exigir esfuerzos y actitudes positivas que exigir resultados.

EN LAS ACTIVIDADES CON LOS MENORES, TODOS DEBEMOS SER UNA BUENA INFLUENCIA

Los niños y niñas que tengan estrés, ansiedad y miedo a perder suelen tener poca confianza en sí mismos, estos factores suelen ser por diversas fuentes, pero una de las principales es por las exigencias del entorno.

A los niños debemos hacerles entender que deben hacer las cosas por sí mismos en lugar de que puedan tener preocupación por lo que los demás piensen.

Deben de olvidarse del qué dirán los demás.

Debemos de llevarles a una competición saludable y que se den cuenta que lo que importa es que disfruten del camino y, nunca que traten de dejar a otro por debajo



CONCLUSIÓN:

Si todos/as trabajamos en la misma dirección se pueden conseguir beneficios muy importantes para la formación de los niños en un presente y de cara al futuro.

COMUNICACIÓN DEL CLUB HACIA ENTRENADORES Y FAMILIAS:

Con el fin de sentar las bases de una correcta comunicación, se utilizará la aplicación oficial del Club para móviles de fácil manejo:

- Descargar e instalar la aplicación **konvoko** en su smartphone o Tablet.
- Una vez instalada busca: **CAI GRAN CANARIA**

A partir de ahora, recibirá en su dispositivo toda noticia de interés relacionada con la actividad atlética.