

**7. NORMAS DEL CURSO DE ENTRENADOR AUXILIAR**

El curso consta de dos fases. Una primera de carácter común, válida para las cuatro especialidades, y una segunda de carácter específico a la especialidad elegida. Ambas fases se consideran como cursos independientes a todos los efectos. Para todo el curso se prevé un plazo de realización de cuatro/cinco meses entre ambas fases, incluyendo la realización de exámenes.

**7.a. FASE COMÚN I:** Tiene un plazo aproximado de realización de dos meses, con un total de 55 horas lectivas, repartidas en seis semanas de clase, quedando los exámenes escritos para una semana después de finalizar las clases. Los exámenes finales de todas las asignaturas se deberán efectuar en el mismo día. Esta Fase Común I es también válida y se considera como requisito previo para acceder al Curso de Profesor de la ENE/RFEN.

7.a.1 **Asignaturas:** La primera fase consta de las siguientes asignaturas:

- Anatomía aplicada - 10 horas lectivas
- Fisiología del ejercicio - 10 horas lectivas
- Biomecánica de los deportes acuáticos - 10 horas lectivas
- Psicología deportiva - 10 horas lectivas
- Teoría Gral. de Entrenamiento - 15 horas lectivas
- TOTAL DE HORAS: 55

7.a.2 **Evaluación:** La evaluación se hará de acuerdo con los siguientes criterios:

- Calificación que aporta el profesor de la asignatura. Esta podrá ser a través de cuestionarios, trabajos o al criterio que marca cada profesor.
- Calificación que aporta la E.N.E. a través del examen escrito final.
- Calificación que aporta el Jefe de Estudios. Esta será fundamentalmente sobre la asistencia a clase. El máximo de faltas permitido es del 10 % del total de horas lectivas por asignatura, superando este máximo, perderá el derecho a examen en esa asignatura. Los alumnos que no sean residentes de la localidad donde se celebren las clases, o no puedan cumplir el régimen horario, podrán solicitar al Jefe de Estudios el régimen de **DISPENSA DE ASISTENCIA A CLASE** aportando la actividades de cada asignatura marcados por el profesor correspondiente y asistiendo directamente al examen final. Este régimen de dispensa de asistencia a clase, es únicamente aplicable a la Fase Común I en cuyo caso no se aplicará el criterio de faltas de asistencia a clase para la evaluación y no implica ninguna acción de tutoría o consultoría por parte del profesorado del curso fuera del horario lectivo del curso, debiendo asumir el alumno su trabajo en dispensa.
- De las notas que obtenga cada alumno, si alguna es inferior a 4, se considerará INSUFICIENTE/NO APTO. Si las dos son de 4 ó superior y no hay 2 puntos de diferencia, se mantendrá la nota mayor como definitiva. Si hay más de 2 puntos de diferencia, se hallará la nota media.
- En caso de que un alumno no esté conforme con la calificación obtenida, podrá solicitar por escrito al Jefe de Estudios de su curso una revisión de su calificación. Este tramitará la solicitud al Director de la Escuela Nacional de Entrenadores (si lo estima oportuno), el cual dictaminará al respecto y comunicará al Jefe de Estudios un informe final de la calificación que será definitivo. En ningún caso estará obligada la E.N.E. a mostrar ningún examen al alumno, así como tampoco se reconoce otra vía de reclamación que la aquí descrita. El plazo para solicitar revisión de examen es de DIEZ DIAS NATURALES a partir de la fecha que la E.N.E. envíe el acta a la Federación correspondiente, desestimándose cualquier otra solicitud que llegue con posterioridad. Una vez pasado este plazo, en ambas convocatorias, se darán por cerradas las actas correspondientes, no pudiendo modificarse ninguna calificación.

7.a.3 **Recuperación:** Para acceder a una segunda convocatoria de recuperación, se podrá acceder con un máximo de dos asignaturas. En el caso de suspender más de dos asignaturas en la 1ª convocatoria, se pierde el derecho a recuperación y se tendrán que matricular de las asignaturas suspensas en un curso posterior manteniendo (si lo hubiese) la nota de las asignaturas aprobadas en un plazo de 2 años desde la celebración del curso. Los alumnos que suspendan una o dos

asignaturas tendrán derecho a un examen de recuperación antes del inicio de la siguiente fase. En caso de suspender de nuevo, tendrá que matricularse de las asignaturas suspendidas en otro curso que se programe para recuperarlas.

Cada alumno deberá presentarse a la recuperación que se le convoque, quedando como NO PRESENTADO (Insuficiente/no apto) en el caso de que no acuda a dicha recuperación. En el caso de que algún alumno no pueda presentarse al examen en la fecha fijada por la federación, (1ª ó 2ª convocatoria), podrá anular la convocatoria solicitándolo al Jefe de Estudios alegando el motivo. Esta solicitud deberá estar en la E.N.E. antes del día del examen. Al anular la convocatoria, el alumno deberá presentarse en la siguiente convocatoria del curso (recuperación) si anuló la primera, y en cualquier otro curso (antes de 2 años) si anuló la segunda, comunicándolo previamente a la E.N.E.

**7.a.4 Convalidaciones:**

Aquellas personas que estén en posesión del título de **Licenciado/Graduado en Ciencias de la Actividad Física** tienen exenta la Fase Común I en su totalidad, pudiendo acceder directamente a la Fase Específica del Curso de Entrenador Auxiliar.

<b>Convalidaciones</b>	<b>TITULACION ACADEMICA</b>
ANATOMIA	Licenciado/Graduado en Medicina Diplomado/Graduado en Enfermería Diplomado/Graduado en Fisioterapia Diplomado en Magisterio Especialidad Educación Física (plan antiguo) Técnico Superior en Animación sociodeportiva (TAFAD/TSEAS) o TSAF
FISIOLOGIA	Licenciado/Graduado en Medicina Diplomado/Graduado en Enfermería Diplomado/Graduado en Fisioterapia Diplomado en Magisterio Especialidad Educación Física (plan antiguo) Técnico Superior en Animación Sociodeportiva (TAFAD/TSEAS) o TASA

La solicitud de convalidación se deberá tramitar en el momento de efectuar la matrícula, desestimándose en el caso de no aportar la titulación con la documentación de matrícula.

**7.a.5 Acceso a la Fase Específica:** Para acceder a cualquier fase específica del curso de Entrenador Auxiliar, es necesario tener aprobada la **Fase Común I en su totalidad**.

**7.b. FASE ESPECÍFICA:** La duración de esta fase específica tiene un plazo de realización de un mes, con un total de 26 horas, pudiendo realizarse dentro de dos posibilidades:

- En régimen lectivo normal (para cursos de ámbito local), es decir, una media de 9 horas/semana, lo que significaría 3 semanas de clase y la cuarta para exámenes.
- En régimen intensivo para cursos de ámbito zonal, a razón de 4 a 6 horas diarias, en 4/5 días. En este caso el examen se realizará como mínimo una semana después de la última clase.

**7.b.1 Asignaturas:** Serán de carácter específico según la especialidad, una vez superada la Fase Común I, y contará con las siguientes materias según la especialidad:

<b>NATACION</b>	<b>HORAS</b>	<b>N. ARTÍSTICA</b>	<b>HORAS</b>
Acondicionamiento Físico	12	Técnica Sincro	12
Técnica estilos	10	Iniciación a Rutinas	6
Reglamento	4	Planificación y organización	4
		Reglamento	4
<b>WATERPOLO</b>	<b>HORAS</b>	<b>SALTOS</b>	<b>HORAS</b>
Técnica básica	10	Técnica básica	12
Táctica básica	6	Entrenamiento en seco	4
Acondicionamiento Físico	6	Planificación y organización	6
Reglamento	4	Reglamento	4

**7.b.2 Evaluación:** Tendrá las mismas características que la Fase Común I.

7.b.3 **Recuperación:** En esta fase específica, sólo podrán acceder al examen de recuperación aquellos alumnos que suspendan una sola asignatura, siempre que dicho suspenso no venga motivado por las faltas de asistencia o por alguna razón que pueda indicar el profesor de la asignatura.

7.c. La Fase Específica del curso de Entrenador Auxiliar, se considera independiente de la Fase Común a efectos de caducidad de notas, por lo que una vez aprobada la Fase Común I, se podrá realizar cualquier fase específica en cualquier convocatoria.

7.d. **Convalidaciones:** En el Curso de Entrenador Auxiliar, el régimen de convalidaciones queda como sigue:

Convalidaciones	TITULACION
REGLAMENTO	Arbitro Nacional acreditado por la RFEN con cuota estatal vigente

7.e. **Prácticas didácticas:** Para aprobar el curso completo y obtener el título y carnet acreditativo de Entrenador Auxiliar de la especialidad correspondiente, se estipula un período mínimo de prácticas de 3 meses según el esquema-guión (ver anexo) en un club o centro concertado a nivel de entrenamiento básico de la correspondiente especialidad y debidamente firmado y certificado por el entrenador superior de la misma en el impreso a tal efecto.

El plazo máximo para entregar el informe y el certificado correspondiente de las prácticas didácticas es de UN AÑO, contando desde la fecha en que se matriculó del curso. En el caso de no estar entregadas y con el APTO, las notas quedarán caducadas, debiendo matricularse de nuevo de todas las asignaturas.

7.f. **Seguro de accidentes:**

Todos los alumnos matriculados en el curso de la Fase Específica en régimen ordinario, tendrán cubierta una póliza de accidentes incluida en las tasas de matrícula, la cual será vigente hasta que finalice el curso correspondiente, incluyendo el periodo de prácticas didácticas correspondiente realizado en el plazo máximo de UN AÑO a partir de la matrícula del curso.

EL PLAZO MAXIMO PARA MATRICULARSE DE LA RECUPERACION DE UNA O MÁS ASIGNATURAS PENDIENTES, DE CUALQUIER FASE, ES DE **DOS AÑOS** A PARTIR DE LA FECHA DE LA PRIMERA CONVOCATORIA DE CADA FASE. PASADO ESTE PLAZO, TODAS LAS DEMAS CALIFICACIONES QUEDARAN ANULADAS, DEBIENDO MATRICULARSE EN UN CURSO COMPLETO.

**- ENTRENADOR AUXILIAR DE NATACION -****ACONDICIONAMIENTO FISICO EN NATACION**

1. LAS FUENTES DE ENERGÍA EN NATACION
2. LAS ZONAS DE ENTRENAMIENTO Y DESARROLLO DE CUALIDADES
  - 2.1. DESARROLLO DE LA RESISTENCIA AEROBICA
  - 2.2. DESARROLLO DE LA RESISTENCIA ANAEROBICO LACTICA
  - 2.3. DESARROLLO DE LA VELOCIDAD
3. EL ENTRENAMIENTO DEL RITMO DE PRUEBA
4. EL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA
4. EL DESARROLLO DE LA FLEXIBILIDAD
5. ENTRENAMIENTO CON JOVENES
6. ENTRENAMIENTO DE LA TECNICA
7. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO

**TECNICA DE ESTILOS**

1. FACTORES QUE AFECTAN AL MOVIMIENTO HUMANO EN EL AGUA.
  - a LA FLOTACIÓN
  - b LA RESISTENCIA
  - c LA PROPULSIÓN
2. PRINCIPIOS COMUNES A LOS CUATRO ESTILOS
  - 2.1. INTRODUCCIÓN
  - 2.2. LA TRACCIÓN SEGUIRA UNA TRAYECTORIA CURVILINEA.
  - 2.3. EL CODO SE MANTIENE ALTO DURANTE LA TRACCIÓN.
  - 2.4. LA ENTRADA Y SALIDA DE LA MANO DEL AGUA.
  - 2.5. LA IMPORTA DE ROTACION SOBRE EL EJE LONGITUDINAL EN LOS ESTILOS ASIMETRICOS.
  - 2.6. LA VELOCIDAD DE LA MANO AUMENTA PAULATINAMENTE EN LA TRACCIÓN.
3. EL ESTILO CROL.
  - 3.1. POSICIÓN DEL CUERPO.
  - 3.2. ACCIÓN DE LOS BRAZOS.
  - 3.3. ACCION DE LAS PIERNAS.
  - 3.4. COORDINACION DE LA RESPIRACIÓN.
  - 3.5. COORDINACION DEL MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS CON LAS PIERNAS.
  - 3.6. COORDINACIÓN BRAZO - BRAZO.
4. EL ESTILO ESPALDA.
  - 4.1. POSICION DEL CUERPO.
  - 4.2. ACCIÓN DE LOS BRAZOS.
  - 4.3. ACCION DE LAS PIERNAS.
  - 4.4. COORDINACIONES.
5. EL ESTILO BRAZA.
  - 5.1. POSICION DEL CUERPO.
  - 5.2. ACCIÓN DE LOS BRAZOS.
  - 5.3. ACCIÓN DE LAS PIERNAS.
  - 5.4. COORDINACIONES.
6. POSICION DEL CUERPO.
  - 6.1. POSICION DEL CUERPO.
  - 6.2. ACCION DE LOS BRAZOS.
  - 6.3. ACCIÓN DE LAS PIERNAS.
  - 6.4. COORDINACIONES.
7. LAS SALIDAS EN LAS COMPETICIONES DE NATACIÓN.
  - 7.1. POSICIÓN DE "PREPARADOS"
  - 7.2. DESEQUILIBRIO.
  - 7.3. SALIDA DE AGARRE EN AGUJERO.
  - 7.4. LA SALIDA DE ESPALDA.
8. LOS VIRAJES EN LAS COMPETICIONES DE NATACIÓN.
  - 8.1. VOLTEO DE CROL.
  - 8.2. EL VIRAJE DE ESPALDA.
  - 8.3. EL VIRAJE DE MARIPOSA Y BRAZA.
  - 8.4. LOS VIRAJES DE ESTILOS INDIVIDUAL.
9. EJERCICIOS DE ASIMILACION TECNICA.
  - 9.1. EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN TÉCNICA DE CROL.
  - 9.2. EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN TÉCNICA DE ESPALDA.
  - 9.3. EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN TÉCNICA DE BRAZA.



## **- ENTRENADOR AUXILIAR DE NATACION -**

- 9.4. EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN TÉCNICA DE MARIPOSA.
- 9.5. EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN DE SALIDA DE AGARRE EN AGUJERO.
- 9.6. EJERCICIOS DE ASIMILACIÓN DEL VOLTEO DE CROL.

## **INICIACIÓN AL REGLAMENTO DE NATACIÓN**

- 1. COMENTARIOS AL REGLAMENTO DE NATACIÓN.
  - 1.1. COMPOSICIÓN DE UN JURADO.
  - 1.2. LA SALIDA.
  - 1.3. CRONOMETRAJE MANUAL.
  - 1.4. CRONOMETRAJE AUTOMÁTICO.
  - 1.5. LOS ESTILOS.
  - 1.6. LA CARRERA.
  - 1.7. RECORDS.
  - 1.8. ORGANIZACIÓN DE LAS COMPETICIONES.
  - 1.9. PRESENTACIÓN DE RECLAMACIONES.
  - 1.10. CONDUCTA DEL NADADOR DURANTE LAS COMPETICIONES.
  - 1.11. LICENCIAS.
  - 1.12. LA PISCINA.