

CURSO MONOGRÁFICO DE NUEVAS TENDENCIAS EN EL ENTRENAMIENTO INTEGRAL DE LA DOMA CLÁSICA

ESTRUCTURA DE LA FORMACIÓN

Duración	Jornadas	Formato
21 horas	3	Curso monográfico

INFORMACIÓN GENERAL

PERFIL PROFESIONAL DE LOS TÉCNICOS Y ENTRENADORES:

- Perfeccionamiento técnico y Tecnificación deportiva.
- Alto rendimiento.

PERFIL DEL PROFESORADO

- a) Licenciados, Ingenieros, Arquitectos o Graduados de Educación Superior, o aquellos que dispongan de título declarado equivalente a efectos de docencia.
- b) Entrenadores con formación federativa en la modalidad o especialidad deportiva formados antes de la entrada en vigor de la Orden 5 de julio de 1999 (nivel II o III).
- c) Entrenadores con formación federativa en la modalidad o especialidad deportiva formados en virtud de la Disposición transitoria primera del Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, o de la Disposición transitoria primera del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre (nivel II o III).
- d) Expertos que acrediten experiencia en el ámbito laboral o deportivo o en el ámbito de la discapacidad reconocido por la correspondiente FDE.

INFORMACIÓN DEL CURSO

OBJETIVOS

- Analizar las tareas propuestas para el entrenamiento integral en Doma Clásica (DC).
- Detallar las técnicas para el entrenamiento integral en DC.
- Identificar los recursos metodológicos propuestos para el entrenamiento integral en DC.
- Identificar las aplicaciones que ofrece la medición de la frecuencia cardiaca en el análisis y control del entrenamiento integral en DC

CONTENIDOS

- El entrenamiento integral en DC.
 - Componentes del entrenamiento integral en DC.
 - Área técnico-táctica
 - Área físico-condicional
 - Área psicológica
 - Planificación y programación del entrenamiento integral en DC.
 - Análisis y priorización contenidos de la sesión de entrenamiento integral en DC.
 - Técnica y táctica en el entrenamiento integral en DC.
 - Preparación física y condicional del jinete de DC.
 - Habilidades psicológicas del jinete en DC.
- La frecuencia cardíaca como control del entrenamiento integral en DC.
 - Gestión de la fatiga y recuperación en entrenamiento y competición de DC.
 - La gestión de la ansiedad en entrenamientos y competición de DC.
 - El biofeed-back y control emocional.
- La pulsometría para el análisis y control del aprendizaje del jinete en DC
 - Aplicación en una sesión práctica.
 - Análisis e interpretación.

- El plan de competición.
 - Metodología del entrenamiento y mensajes del entrenador.

EQUIPAMIENTO NECESARIO

- ✓ Aula dotada de recursos audiovisuales (proyector, equipo de sonido y pizarra).
- ✓ Pista para el desarrollo de la parte práctica 20 x 40m (mínimo), provista de sillas, mesas, y toma de luz en lateral. Debería contarse con pista cubierta opcional en caso de lluvia.
- ✓ 4 - 6 Caballos y jinetes de la disciplina con la equipación necesaria para el desarrollo de una sesión práctica. Entrenadores voluntarios. No es necesario nivel técnico avanzado, aunque sería conveniente contar con una muestra variada.
- ✓ Gimnasio para actividades físico-condicionales con material variado: colchonetas, fitballs, etc.