

## PROYECTO DEPORTIVO PROGRAMA 2018

### 1- Proyecto de fundamentación teórica

**Fundamentación:** el proyecto consiste en proponer las acciones para la Fase II de Desarrollo del Rendimiento, considerando nuestra particular configuración de los grupos atletas-entrenadores, proponiendo un formato descentralizado. Este proyecto se relaciona con otro federativo en proceso, denominado Programa de Alto Rendimiento de Jóvenes Talentos, donde utilizamos las experiencias de la Fase I de 2018 y éstas de Fase II, para conformar un nuevo sistema anual cíclico de reclutamiento de atletas por clase etaria para su testeo, desarrollo de capacidades e ingreso al sistema federado.

**Objetivos:** Establecer un sistema que forme recursos humanos capacitados específicamente en la enseñanza del tiro con arco, haciendo énfasis en el alto nivel técnico, pero también en el gerencial mediante aplicación de herramientas de gestión y con el uso de tecnología informática adecuada. Establecer lineamientos de trabajo para asegurar la homogeneidad de procedimientos en las diferentes regiones. Finalmente asegurar mediante este trabajo la selección de los mejores deportistas en condiciones de ingresar a la Fase III de proyección olímpica.

**Metas:** Para fines de Julio relevamiento personalizado de todos los deportistas y entrenadores involucrados en Fase II, a fines de ajustar si fuese necesario los planes de trabajo. A fin de noviembre promediar la capacitación de entrenadores mediante el primer Curso y Congreso anual de entrenadores. Al finalizar el verano concluir con el testeo de desarrollo del rendimiento individual de los atletas. Ver al final de este proyecto los indicadores.

**Estrategias:** Para el desarrollo del rendimiento es necesario y excluyente contar lo antes posible con el equipamiento solicitado ya que es el principal inconveniente para avanzar en Fase II. Estimamos contar con él a más tardar en 30 días.

El desarrollo de la capacidad física, la resistencia y coordinación son también fundamentales en esta fase, para lo cual proponemos la figura del Preparador Físico Itinerante. En el aspecto técnico las visitas ampliadas a cada grupo por el DTN 2018 de manera de tener un contacto directo con atletas y entrenadores. Finalmente la concentración en campamentos de verano para relevar las mejoras conseguidas, efectuar competencias y evaluaciones. (ver cronograma actividades). Referido a completar la capacitación de entrenadores, solicitamos el apoyo económico para la realización del Curso y Congreso de entrenadores a fines de noviembre.

**Recursos humanos:** Además del DTN, contamos con la colaboración ad honorem de 11 entrenadores en cada grupo distribuidos de la siguiente manera.

Córdoba (6 arqueros) Entrenador: Maximiliano Fuentes

Paraná (7 arqueros) Entrenador: Martín Nasser

Santa Fé, Santo Tomé (6 arqueros) Entrenador: Amilcar Tourn

Santa Fé, Rosário (8 arqueros) Entrenador: Alfredo Dottore

CABA (6 arqueros) Entrenador: Claudio Varisco

CABA (5 arqueros) Entrenador Raúl Vildoza

Luján (10 arqueros) Entrenador: Mariano Moro

La Plata (8 arqueros) Entrenadora: Fernanda Faisal

Mar del Plata (2 arqueros) Entrenador: Ariel Vlasich

Bahía Blanca (6 arqueros) Entrenadora: Virginia Conti

Bahía Blanca (5 arqueros) Entrenador: Mauro Demattia

**Total: 11 grupos y 69 arqueros.**

Se aduna el pedido del preparador físico itinerante: Prof. Esteban Victorel

**Calendario de acciones y eventos:** se adjunta como anexo

## 2- Proyecto deportivo

### IMPLEMENTACION FASE II TIRO CON ARCO

#### Consideraciones sobre los deportistas y entrenadores.

Cada grupo en su ciudad, es conducido por un entrenador diferente que debe motivar la asistencia de los chicos y la relación con los padres para mantenerlos interesados.

Los entrenadores sostienen desde el inicio la asistencia de los chicos, los reclutaron, acompañaron a los encuentros de comprobación y campamentos de verano.

Los entrenadores prestan sus equipos (arcos y flechas) de escuela y proponen la compra de equipos de mejor prestación a los padres, quienes están limitados por la necesidad de importar.

Estos entrenadores fueron capacitados en el curso realizado en Lujan en Nov. 2014 de 74 hs. durante una semana para uniformar la enseñanza que actualmente efectúan.

**CONCLUSION:** Los grupos no deben separarse de cada entrenador al menos en esta etapa para evitar deserción.

#### Consideraciones respecto a la ESTRATEGIA

La metodología de reunir los grupos en centros más o menos equidistantes de su residencia (Paraná, Bahía Blanca, Luján) funcionó razonablemente debido a que fueron **solo dos encuentros por ciudad en Fase I.**

Paraná- Sto. Tomé = 40 km

Paraná- Rosario = 180 km

Paraná - Cordoba = 390 km

Bahia Blanca - Mar Del plata = 450km

Luján - CABA = 74 Km

Luján - La Plata= 130 km

**Para el desarrollo del rendimiento, se solicita entonces el formato descentralizado.**

#### Consideraciones sobre el entrenamiento

El tiro con arco se practica en aire libre, durante horarios con luz solar, usualmente en invierno desde 10:00 hs a 17:00 hs. Para esto es necesario un Campo de Tiro adecuadamente instalado con distancias desde 30 mts hasta 60 mts. Es necesario

aclarar que se requiere un día completo para una sesión, debido al traslado, armado de equipos, instalación de blancos, entrenamiento, retirada del lugar y transporte. Durante la semana y debido a las obligaciones escolares no es posible entrenar en Campo, por lo que la actividad se realiza en salones acondicionados a 18 mts. En horarios a partir de las 18:00 hs.

Los padres esperan que el deporte no ponga en riesgo la asistencia a clase y tareas derivadas en sus casas que la actividad escolar requiere.

### CONCLUSION:

En esta etapa es razonable entrenar entre 2 y 3 días a la semana y durante el fin de semana en el Campo, de acuerdo al clima.

### Consideraciones sobre los MATERIALES (el equipo del arquero)

La distancia de tiro de la competencia en 2018 será de 60 mts.

Durante la Fase I y hasta los campamentos de verano, trabajamos entre 10 y 14 mts. En esta etapa (Fase II) donde comenzaremos con 18mts, y debemos culminar con 30 mts, notamos que se está limitando el crecimiento, especialmente en alargar las distancias, por no contar con un equipo adecuado. Los arcos de iniciación utilizados fueron superados y actualmente se dificulta avanzar en las distancias sin un cambio de arcos y flechas. Esto es un hecho que vemos a diario. Solo algunos poseen equipo apropiado y esto **no está en relación con su talento sino con su economía.**

En primera instancia se solicitó equipamiento para utilizar en diciembre 2014.

Luego con la idea del CDO, se postergó ese pedido. Mas tarde con la idea de 3 CDO se incluyeron los elementos para el armado de campo. Finalmente con los CDD y la necesidad de un recorte económico quedando en segundo plano el aspecto técnico debimos resignar lo relacionado al campo y mantener solamente arcos y flechas. Esto no constituye un reclamo o queja sino puntualizar la situación como un elemento necesario para el análisis. Actualmente se nos confirmó la compra y se dispondrá de ellos no antes de 30 días, lo cual será bienvenido aunque con el retraso en el cumplimiento de objetivos según se explicó.

### CONCLUSION

Se producirá un desfasaje entre los talentos que posean equipo propio y el resto.

## PROPUESTA DE ESTRATEGIA DE DESARROLLO DEL RENDIMIENTO

Los chicos pueden entrenar contra horario escolar en sus clubes habituales 2 a 3 días hábiles por semana en salón 18 mts. los aspectos técnicos y de mejora física. Uno o dos días del fin de semana en campo de tiro habitual cercano donde se requiere luz solar, para tirar a distancias.

El DTN viajará a visitar a cada grupo para realizar trabajos técnicos, capacitación de entrenadores y evaluaciones en sala durante junio y julio para zona centro y vacaciones de invierno para zonas sur y norte.

Los grupos se reunirán en concentraciones de aprox. 3 días en los tres polos que poseen las instalaciones adecuadas (Paraná, Mar del Plata y Luján) en vacaciones de verano entre diciembre y febrero en campo, para trabajos en conjunto y competencias y evaluación.

Se requiere y proponemos un preparador físico itinerante especialista en tiro con arco

Trabajaremos en cada grupo estableciendo grados de avance individual de acuerdo a los objetivos establecidos en esta fase y de las pruebas fundamentales como indicadores (ver abajo).

Considerando la notificación de reducir a máximo 20 la masa de deportistas para la Fase III, aplicaremos los indicadores de desempeño que probablemente modifiquen más aún la atomización geográfica de los talentos y la necesidad de atenderlos en pequeños grupos.

Es necesario para permitir el desarrollo del talento la actualización de arcos y flechas lo antes posible. El material será responsabilidad de la federación y del DTN y se entregará de acuerdo a los talentos que lo ameriten **y que no dispongan de equipo propio** estando sujeto a los resultados obtenidos en la mejora del desempeño.

## PLANIFICACION DE ACTIVIDADES

En base a estas consideraciones se anexa archivo Excel con el plan de actividades de la Fase II como base para los pedidos de apoyo que se realizarán.  
Se utilizará la ficha de viajes para actividades reducidas en montos.

## OBJETIVOS ESTABLECIDOS

DESEMPEÑO FASE I	OBJETIVO 2015-2016	OBJETIVO 2016-2017	OBJETIVO 2017-2018
<b>6,6</b>	<b>7 - 8</b>	<b>8 - 8,5</b>	<b>8,5 - 9</b>
PUNTAJE 10 MTS <b>153</b>	PUNTAJE 18 MTS <b>144</b>	PUNTAJE 30 MTS <b>306</b>	PUNTAJE 50 MTS <b>324</b>
PUNTAJE 14 MTS <b>119</b>	PUNTAJE 30MTS <b>126</b>	PUNTAJE 50 MTS <b>288</b>	PUNTAJE 60 MTS <b>306</b>
POT. SALIDA (lbs.) <b>15</b>	POT. SALIDA (lbs.) <b>25</b>	POT. SALIDA (lbs.) <b>30</b>	POT. SALIDA (lbs.) <b>34</b>
MANTENIMIENTO (seg.) <b>12</b>	MANTENIMIENTO (seg.) <b>12</b>	MANTENIMIENTO (seg.) <b>15</b>	MANTENIMIENTO (seg.) <b>20</b>
SOBRE 18 FLECHAS	SOBRE 18 FLECHAS	SOBRE 36 FLECHAS	SOBRE 36 FLECHAS

## INDICADORES

### PRUEBAS FASE II TIRO CON ARCO

DENOMINACION DE LA PRUEBA	UNIDADES	EJEMPLO PRESENTACION EN PANTALLA
POTSAL	LBS	26,5
MTO	SEG	15,0
P18/30	PTOS/PTOS	143/152
PDMD	DIST/PTOS	40/130

CONDICIONES FASE II : Puntaje sobre 18 flechas blanco 80 cm

POTSAL: POTENCIA DE SALIDA  
MTO: MANTENIMIENTO  
P18/30: PUNTAJE 18MTS /30 MTS  
PDMD: PUNTAJE DIST MAX DOMINIO