

PROSPECTO

Curso para Entrenadores World Archery - Nivel 1

World Archery ofrece una Certificación para Entrenadores de Tiro con Arco de Nivel 1. El programa consta de un curso en línea de ocho módulos seguido de una capacitación presencial de cinco días, que incluye una evaluación el último día (cuestionario de opción múltiple y evaluación práctica).

El entrenador certificado podrá enseñar los principios generales del tiro con arco:

- A cualquier principiante joven, adolescente, adulto o discapacitado
- A una sola persona así como a un grupo de principiantes
- En un club de tiro con arco, escuela, centro comunitario, centro de rehabilitación o albergue vacacional

Elegibilidad

- Certificado del Curso en línea para Entrenadores de Tiro con Arco Nivel 1 de World Archery
- Certificado del programa de educación de entrenadores de alto rendimiento ADEL en línea
- Certificado en línea del COI sobre la Protección de Atletas contra el Acoso y el Abuso
- Carta de apoyo de la federación nacional
- Tener al menos 1 año de experiencia como arquero activo y 2 participaciones en competencias nacionales (recomendado).

Contenido

El programa consta de 45 horas académicas durante cinco días, cubriendo lo siguiente:

- Ensayo de actividades "venga y pruebe" el tiro con arco, calentamiento
- Proceso de Enseñanza Estándar
- Taller para equipo de iniciación
- Movimientos preparatorios: posición de los pies, carga de flecha, agarre de cuerda, ajuste de mano en el arco, preposición del cuerpo, final de la preposición del cuerpo, preparación del punto, elevación del arco, pre-apertura
- Producción de fuerza: hombro/brazo del arco, tiro (fuente, parte superior del cuerpo quieta, asignación de temas prácticos, dirección, equilibrio, velocidad), anclaje, alineaciones de cuerpo/fuerzas y cuerda, apertura completa, punto al llegar a tiro completo, expansión con control, introducción a un clicker, apuntar
- Desarrollo físico para principiantes: fuerza general, equilibrio corporal y tiro con viento
- Seguimiento: liberación (predisposiciones, ejercicios, forma dependiendo del tipo de expansión), seguimiento de la mano y del brazo del arco, despeje de cuerda y pánico al amarillo, actividades mentales (psicología) con ejercicios/juegos, seguimiento mental, visual y respiratorio
- Actividades no técnicas: desarrollo físico para principiantes, actividades respiratorias y visuales
- Preparación para la primera competencia de principiantes

Evaluación y certificación

Los candidatos serán evaluados el quinto día del curso presencial a través de un cuestionario de opción múltiple y una evaluación práctica.

Los candidatos exitosos serán certificados por World Archery como Entrenadores de Tiro con Arco de Nivel 1 por un período de 4 años.

Contacto

World Archery Excellence Centre, info@worldarcherycentre.org

Más información

World Archery: <https://worldarchery.sport/>

World Archery Excellence Centre: <https://www.worldarcherycentre.org/>