

## PROSPECTO

### Curso para Instructores de Tiro con Arco

La Federación Deportiva de Tiro con Arco de Costa Rica ofrece una Certificación para Instructores de Tiro con Arco. El programa consta de una capacitación presencial de dos días, que incluye una evaluación teórica el segundo día y una evaluación práctica a coordinar con un entrenador activo que posea al menos la Certificación de Nivel 1 vigente.

El instructor certificado podrá asistir, bajo supervisión de los entrenadores, en 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

- Estar debidamente afiliado a una Asociación Federada y al día con sus responsabilidades
- Recomendación de su Asociación Federada por disponibilidad demostrada de colaborar con sus gestiones deportivas
- Tener al menos 1 año de experiencia como arquero activo (recomendado)
- Certificado del programa de educación de entrenadores de nivel nacional ADEL en línea
- Certificado en línea del COI sobre la Protección de Atletas contra el Acoso y el Abuso

#### Contenido

El programa consta de 8 horas académicas durante dos días, cubriendo lo siguiente:

- Modelo de capacitación de entrenadores de World Archery
- Funciones y cualidades (actitudes y aptitudes) del instructor de Tiro con Arco
- Código de Ética
- Equipo:
  - Tipos y tamaños de arcos (y sus partes), así como su asignación para la sesión de entrenamiento
  - Tipos de flecha y su elección para la sesión de entrenamiento
  - Equipo de protección
- Normas de seguridad
- Estructura de la sesión estándar de entrenamiento
- Proceso de enseñanza estándar (explicación/demostración/aplicación/repetición)
- Técnica abreviada de la secuencia de tiro:
  1. Posición básica
  2. Elevación

3. Apertura
4. Referenciar (apuntar instintivamente)
5. Liberación

- Nociones básicas para desempeñarse en torneos (hojas de anotación, señales auditivas y visuales, sistema de set y acumulativo)

### Evaluación y certificación

Los candidatos serán evaluados teóricamente el segundo día presencial del curso y deberá coordinarse una evaluación práctica.

Los candidatos exitosos serán certificados por la Federación Deportiva de Tiro con Arco de Costa Rica como Instructores de Tiro con Arco por un período de 4 años.

### Contacto

Comisión Técnica de FEDETICA, [comisiontecnica@fedetica.org](mailto:comisiontecnica@fedetica.org)