

Barco dragón: modelo técnico y enseñanza

Clinic a cargo de
Mar González Maestre

Domingo 11 de diciembre, de 9:30 a 13:30.

Local de actividades náuticas, Astillero (Cantabria).

40 €. Máximo 10 participantes. Prioridad de inscripción: técnicos.

Inscripciones: <https://forms.gle/E7JoHseKDvNGuoiB9>



Barco dragón: modelo técnico y enseñanza

Clinic a cargo de Mar González Maestre



Problemática de partida

La modalidad de piragüismo del barco dragón está en auge. Sin embargo, los técnicos se encuentran bastante solos a la hora de enfocar cómo iniciar a los deportistas en la disciplina. Cada club, a partir de las experiencias y conocimientos previos de sus técnicos (según provengan del kayak o la canoa, o conforme a su formación), busca que los palistas desarrollen un gesto técnico que puede no coincidir con el que plantean otros entrenadores. La diversidad en cuanto a forma de ejecutar el paleo, eficiencia del mismo y, sobre todo, secuencia de aprendizaje de la técnica, es muy grande, lo cual va en perjuicio de la implantación y evolución de la modalidad.

Nuestro planteamiento

Al igual que ocurre con el kayak o la canoa, es preciso concretar un modelo técnico en el barco dragón, así como unas fases de aprendizaje del mismo. A los principiantes en kayak no se les aturde pidiéndoles que ejecuten desde el comienzo el paleo en bloque, ni se les pide el armado, el ataque aéreo, la torsión y la eficiencia del paleo desde el primer momento. Antes bien, los técnicos dirigen el aprendizaje empezando por uno o dos, como mucho, de los aspectos del modelo técnico (la posición de base y la entrada de la pala, por ejemplo). A medida que el palista va dominando un movimiento, se pasa al siguiente, paso a paso, hasta construir una estructura técnica sobre la que se pueda trabajar el perfeccionamiento. Esto mismo es lo que buscamos para el barco dragón.

Propuesta

Proponemos un intensivo teórico-práctico, dirigido principalmente a técnicos, aunque abierto a otras personas interesadas, en el que concretaremos un modelo técnico para el paleo en barco dragón, así como la diferenciación de fases que permitan enseñar desde cero minimizando el riesgo de lesiones.

FINCA  CANTABRIA 
EL MAZO · MULTISPORT

ESCUELA DE ENSEÑANZAS DEPORTIVAS EL
MAZO-CANTABRIA MULTISPORT
Formateendeporte.com | 691837437
formateendeporte@gmail.com