

## **CRITERIS DE SELECCIÓ ANY 2021**

### **PROGRAMA DE TECNIFICACIÓ DE BOXA**

#### **BREU INTRODUCCIÓ AL PROGRAMA:**

El projecte del programa de tecnificació de boxa va néixer a l'any 2009. Des de que es va iniciar el programa, s'han aconseguit molt bons resultats esportius, tant en campionats d'Espanya en categories elit masculins i femenins, a tornejos internacionals, jocs del mediterrani i campionats d'Europa.

Des de la creació del programa, s'ha notat un gran augment d'esportistes que practiquen la boxa en la seva modalitat olímpica.

Varis dels esportistes que han format i formen part del programa de tecnificació han estat integrants de la selecció espanyola i alguns d'ells en segueixen formant part.

A partir del mes de desembre de 2020 el programa de tecnificació de boxa passarà a ser un programa anual. Això implica que les places que s'assignaran a aquesta convocatòria estaran vigents des de l'1 de gener fins el 31 de desembre de 2021.

#### **OBJECTIUS GENERALS I ESPECÍFICS DEL PROGRAMA:**

Els objectius generals del programa inclouen sobretot els següents:

1. Poder donar una bona formació als joves esportistes, que els permeti el desenvolupament necessari per a poder tenir un màxim rendiment esportiu i a la vegada que puguin compaginar amb els estudis i obtenir bons resultats acadèmics.
2. Perfeccionar el procediment de formació esportiva dels boxejadors per a poder tenir un planter jove i poder tenir una bona representació Balear a nivell nacional i internacional.
3. Aconseguir que els boxejadors de les Illes puguin arribar a formar part de la selecció espanyola i aconseguir un alt nivell esportiu tant a nivell nacional com internacional.
4. Selecció de boxadors i boxadores amb projecció, convertint-los en competidors d'alt nivell
5. Facilitar la compatibilitat entre estudis i esport.

## **EQUIP TÈCNIC:**

Director tècnic: Manuel Sánchez Barrera

Preparador tècnic: Néstor Domínguez Pellitero – Ignacio Nicolas Cataldi Rodio

Preparador físic: Agustín Muñoz Medina

## **LLOCS I ESTRUCTURACIÓ DE L'ENTRENAMENT:**

Tots els entrenaments es realitzen de dilluns a dissabte a la sala de boxa i musculació i a les pistes ubicades a les instal·lacions del Poliesportiu Prínceps de España, en horari de matí d'11 a 13 i tardes de 17 a 21 hores.

Cada esportista ha de treballar un mínim de 10 hores setmanals d'entrenament.

## **PLACES DISPONIBLES:**

El programa disposa de 8 places.

## **EDATS:**

Categories per edats des dels 12 anys.

## **ESTUDIS-TECNIFICACIÓ:**

Si bé el programa vol fomentar la vessant acadèmica i la integració social dels integrants, a priori no hi ha uns requisits mínims d'estudis per accedir ni continuar en el programa.

## **REQUISITS GENERALS I ESPECÍFICS DELS ASPIRANTS:**

Requisits generals:

- Haver nascut a les Illes Balear o tenir el veïnatge administratiu en qualsevol municipi de les Illes Balears, amb un mínim de dos anys, anteriors a la data de la sol·licitud.
- Tenir llicència esportiva per un club de Balears amb llicència nacional per a la temporada 20/21.
- Passar de forma favorable reconeixement mèdic.
- No haver estat expulsat ni haver abandonat voluntàriament amb anterioritat un programa de tecnificació.
- No haver tingut cap expedient disciplinari a l'IES CTEIB en l'any anterior.

- Signar el codi d'ètica esportiva que regula els programes de tecnificació, assumint el compromís de complir-lo i col·laborar a difondre el seu esperit esportiu.
- Signar i complir el reglament de règim intern que regula els programes de tecnificació del CTEIB.
- Complir els criteris d'accés i/o permanència del programa de tecnificació

### **NORMES D'ENTRENAMENT DEL PROGRAMA:**

Són causes de proposta a la Gerència d'exclusió del programa els esportistes que tinguin reiterades faltes de comportament, d'assistència injustificada als entrenaments, falta de disciplina i/o falta de respecte tant amb els companys com amb els tècnics.

### **CRITERIS DE SELECCIÓ:**

El criteri bàsic per entrar en el programa és que hagin estat campions de Balears o detectar en ells aptituds innates per a l'esport de la boxa.

Els esportistes menors de 18 anys que s'incorporin al centre de tecnificació hauran de passar una entrevista amb el cos tècnic acompanyats pels seus pares o tutors, per fer una valoració tant d'aptitud com física.

Al llarg de l'etapa de selecció es realitzen una sèrie de proves físiques incidint en la velocitat, reacció i potencial.

A l'etapa inicial es realitza un seguiment valorant la progressió tècnica i competitiva dels esportistes del programa.

A l'etapa de seguiment es valoraran les capacitats tant tècniques, capacitat d'assimilació de l'aplicació tècnica a l'hora del combat.

L'horari d'entrenament a la fase d'iniciació serà de dilluns a divendres a la tarda i es valorarà l'aptitud tècnica, física, actitud,... a la vegada es valorarà l'assimilació dels conceptes de la boxa olímpica.

Els esportistes hauran d'aprendre obligatòriament el reglament de la boxa amateur, manera de puntuació arbitral i totes les regles de la boxa.

Condicions a tenir en compte:

- Morfològiques: tots els esportistes hauran de passar un examen mèdic exhaustiu per a determinar les aptituds morfològiques de cada esportista.



- Velocitat d'acció-reacció: Els esportistes hauran de realitzar una sèrie de combats amb la finalitat d'analitzar la reacció en front dels rivals, per poder fer valoracions del nivell que tenen en el moment d'inici, així com periòdicament es realitzen aquestes mateixes proves per realitzar un bon seguiment i valorar a cada moment en quin nivell estan els esportistes i la seva progressió.
- Psicològiques: Els tècnics avaluaran mitjançant exercicis de copejament de "manoplas", desplaçaments, copejament de sac, copejament de "punching", exercicis de ombres,... coses com la capacitat d'aprenentatge, caràcter personal, autoconfiança, psicomotricitat, potència, velocitat,...