

## **CRITERIS DE SELECCIÓ TEMPORADA 2023-2024**

### **PROGRAMA DE TECNIFICACIÓ DE SALTS**

#### **OBJECTIUS ESPECÍFICS DEL PROGRAMA:**

El programa de tecnificació tractarà de transmetre als seus esportistes els coneixements tècnics fonamentals pel desenvolupament d'una sèrie de salts adequats per tractar de aconseguir medalles en els Campionats d'Espanya per Grups d'edats i entrar en el grup del Programa Nacional de Tecnificació Esportiva (saltadors fins a 18 anys). Per això, el esportistes hauran de aconseguir el domini de totes les rotacions (mortals i tirabuixons) de les altures de 1 i 3 metres, per a -en futur-, poder competir en la categoria absoluta. Els esportistes que tinguin la millor progressió, tindran el objectiu de aconseguir marques mínimes júnior i absolutes per entrar en les seleccions nacionals -amb una sèrie de salts que sigui competitiva en el context internacional-, així com medalles a nivell absolut a España.

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

De setembre 2023 a juny 2024 els entrenaments tindran lloc a les instal·lacions de Son Moix (piscines i gimnasos) i en el poliesportiu CTEIB (preparació física). En els mesos de juliol i agost, els entrenaments tindran lloc a les instal·lacions de Son Hugo (piscines i gimnasos).

Les sessions setmanals dels esportistes dependran de la seva edat i dels seus horaris acadèmics. La organització del Programa preveu una plantilla a base de nou sessions setmanals, set de les d'entrenament d'aigua i dues dedicades exclusivament a la preparació física en el gimnàs del Centre de Tecnificació. Sense comptar els dies de concentracions i competicions que marquen el calendari esportiu, la programació setmanal preveu doble sessió d'entrenaments (matí i tarda) els dilluns, dimecres i divendres, mentre els dimarts (només matí), els dijous (només tarda) i els dissabtes (només matí), hi haurà una sola sessió. Per aquells esportistes que no cursen els seus estudis al IES, els entrenaments seran amb sessions diàries de aigua la tarda des de dilluns al divendres, i la matí del dissabte.

No obstant, els esportistes concretaran la seva planificació setmanal amb el director tècnic, depenent del seu nivell -que determina els objectius tècnics i de resultats-, del calendari de competicions, i dels horari de aigua disponibles a la piscina de Son Moix.

#### **EDATS I DISTRIBUCIÓ DE LES PLACES**

Saltadors i saltadores nascuts en els anys 2012 i anteriors.

## REQUISITS ESPECÍFICS DELS ASPIRANTS:

Entrenar i competir regularment en les proves dels trampolins (1m i/o 3m) previstes segons cada categoria d'edat: absoluta, júnior (A i B) i infantil (C i D).

## CRITERIS DE SELECCIÓ:

### ESPORTISTES DEL PROGRAMA A L'ANY ANTERIOR

#### Categories júnior A i B, e infantil C i D:

- Estar entre els primers 6 en alguna de les proves individuals dels Campionats Nacionals per grups d'edats de la RFEN (Campionats d'Espanya d'hivern, d'estiu i copa d'Espanya) l'any anterior de la sol·licitud.
- Projectió a llarg termini determinada per criteri tècnic, amb informe acreditat a Gerència de la Fundació per a l'Esport Balear.

#### Categoria Absoluta:

- Estar entre els primers 5 en els campionats Nacionals Absoluts d'hivern o Copa d'Espanya en qualsevol de les proves individuals.

## NOUS ESPORTISTES:

#### Categories júnior A i B, i la categoria infantil C:

- Participació en alguna de les proves individuals dels Campionats Nacionals per grups d'edats de la RFEN (Campionats d'Espanya d'hivern, d'estiu i copa d'Espanya) l'any anterior de la sol·licitud.
- Projectió a llarg termini determinada per criteri tècnic, amb informe acreditat a Gerència de la Fundació per a l'Esport Balear

## NOTES:

1. **PRIORITAT D'ACCÉS:** Els esportistes juniors i infantils tindran prioritats damunt els esportistes absoluts, sempre que compleixin amb els requisits de resultats i projectió. Amés, la prioritat d'accés serà pels esportistes que accedeixin a estudiar en el l'IES del CTEIB, per a que puguin aprofitar la doble sessió d'entrenaments.

En cas de tenir dos esportistes junior e infantils amb el mateix nivell de resultats i ambdós estudiïn -o no- en el IES, la prioritat d'accés serà pels esportistes que tinguin millor resultats a la prova olímpica individual dels 3 metres.

Respecte als esportistes absoluts, tindran prioritat d'accés en primer lloc aquells saltadors que estiguin competint amb la selecció nacional, i a continuació aquells que segueixin mostrant una positiva evolució dels seus resultats a nivell nacional.

2. **CRITERI TÈCNIC:**

- a. el principal aspecte que es valorarà serà la actitud del esportista cap el aprenentatge de salts nous: es a dir, la valentia i la disponibilitat a provar nous elements que determini un canvi significatiu en la seva

progressió. Es la principal característica del esportista de salts de trampolí i la que determina la seva carrera.

- b. Secundàriament, es valoraran les característiques físiques dels esportistes que millor se adaptin a la naturalesa del esport. El talent físic serà una aspecte important en la valoració dels esportistes mes joves.