

PROGRAMA SEGUIMIENTO INFANTIL 2023-2024

1. IDEA PRINCIPAL Y OBJETIVOS.

La idea principal del programa es la de continuar el trabajo de seguimiento iniciado en la temporada anterior con el grupo alevín y comenzar un seguimiento más controlado con la categoría femenina. En este contexto, la Federación Gallega de Natación (FEGAN), dentro de su estrategia deportiva a corto-medio plazo, plantea este Programa de Tecnificación Infantil con los siguientes objetivos:

- Aportar una serie de herramientas actualizadas para trabajar contenidos de nivel general y específico. El entrenador tiene que entrenar y el nadador ser entrenado. Etapa para ENTRENAR
- Realizar un seguimiento completo de los deportistas y de sus entrenadores por periodos.
 - I Período: Del 1 de enero al 31 de marzo.
 - II Período: Del 1 de abril al 31 de julio.
- Evaluar las capacidades físicas y técnicas de los nadadores durante la temporada en las diferentes actividades propuestas por la dirección técnica y en los test o sets que planifiquen los entrenadores.
- Favorecer la interrelación de nadadores y técnicos de diferentes clubes con la Dirección Técnica y los entrenadores del Centro de Tecnificación.
- Fomentar una actitud y unos valores en el concepto de perseverancia que favorezca el desarrollo deportivo y personal de los nadadores de los clubes gallegos, creando un grupo de trabajo que a corto-medio plazo sea la base de nuestra futura natación territorial.
- Motivar, ayudar y apoyar a los entrenadores gallegos en su labor diaria, tan necesaria e importante para el futuro de nuestra natación.

2. DESARROLLO DEL PROGRAMA

El programa constará de varias partes que se describen a continuación:

- Sets / tareas propuestas por la Dirección Técnica.

Estos sets o tareas propuestas tendrán el objetivo de controlar y monitorizar el trabajo diario de los nadadores tanto en el agua como fuera del agua. Podrán ser de trabajo general o específico y serán consensuados con los entrenadores para favorecer su realización.
- Sets / tareas realizadas y propuestas por los entrenadores dentro de su programación anual.

Esta segunda parte consta en compartir información de los nadadores con la dirección técnica. Es decir, enviar documentación de sets/test programados por sus entrenadores dentro de la planificación anual en función de sus objetivos.
- Realizar sesiones de entrenamiento con el grupo del CGTD los viernes por la tarde.

Tendremos la posibilidad de que los nadadores del programa y sus entrenadores, realicen entrenamientos con el grupo de Tecnificación y Rendimiento del Centro Gallego de Tecnificación Deportiva. Habrá un calendario de asistencia rotativo.

3. REQUISITOS

I Período:

Formarán parte del programa los nadadores/as nacidos/as en los años 2010 y 2009 que cumplan uno de los siguientes requisitos:

- Medallista del Campeonato de España alevín o infantil de verano 2023.
- Finalista del Campeonato de España alevín o infantil de verano 2023.
- Campeón Gallego alevín o infantil de verano 2023. (Siempre que su marca sea de nivel nacional)*

*Nivel nacional: Mínima para participar en Campeonato nacional

La dirección técnica podrá incluir a nadadores que no cumplan los requisitos pero sí una serie de condiciones físicas y técnicas analizadas durante la primera parte de la presente temporada.

II Período:

Formarán parte del programa los nadadores/as nacidos/as en los años 2010 y 2009 que cumplan uno de los siguientes requisitos:

- Medallista del Campeonato de España infantil de invierno 2024.
- Finalista del Campeonato de España infantil de invierno 2024.
- Campeón Gallego infantil de invierno 2024. (Siempre que su marca sea de nivel nacional)*

*Nivel nacional: Mínima para participar en Campeonato nacional de invierno o verano 2024

La dirección técnica podrá incluir a nadadores que no cumplan los requisitos pero sí una serie de condiciones físicas y técnicas analizadas el primer período.

4. NADADORES I PERÍODO

Los nadadores que cumplen los requisitos antes mencionados son los siguientes:

Masculino:

- | | | |
|----------------------------------|------|-----------|
| • Fernando Penas Cayado | 2009 | SCCasino |
| • Nicolás Carril Fernández | 2009 | CNArzúa |
| • Luis Gerveno Prada | 2009 | SCCasino |
| • Aleksandr Lazieiev Nemerskiy | 2009 | CNArzúa |
| • Hugo López Turiño | 2009 | CNLiceo |
| • Pedro Suárez Martínez | 2010 | SCCasino |
| • Nicolás Astigarrabia Rodríguez | 2010 | CNMarina |
| • Breixo Cao Hermo | 2010 | SDBoiro |
| • Uxío Guerra Saavedra | 2010 | CSantiago |
| • Teo Sanesteban López | 2010 | CNCedeira |

Femenino:

- Ange Marie Fernández Figueroa 2009 CNFerrol
- Sofía Barros Da Silva 2009 CNGalaico
- Laura Canalda Ramos 2009 CNCoruña
- Laura Santas Vázquez 2009 CNPortamiñá
- Elisa Pazos Iglesias 2009 RCNV
- Nadiuska Oubiña Picos 2010 SDBoiro
- Irene Requejo Fernández 2010 CNPOurense
- Celia López-Freire Francia 2010 CNPortamiñá
- Andrea Gudín Pérez 2010 CNMonforte
- Andrea García Rodríguez 2010 CNMarina

5. NADADORES II PERÍODO.

Los nadadores que cumplen con los requisitos antes mencionados son los siguientes:

Masculino:

- Pedro Suárez Martínez 2010 SCCasino
- Fernando Penas Cayado 2009 SCCasino
- Nicolás Astigarrabia Rodríguez 2010 CNMarina
- Nicolás Carril Fernández 2009 CNArzúa
- Breixo Cao Hermo 2010 SDBoiro
- Aleksandr Lazaiev Nemersky 2009 CNArzúa
- Teo Sanesteban López 2010 CNCedeira
- Hugo López Turiño 2009 CNLiceo
- Carlos Casal Cancela 2010 ADFogar

Femenino:

- Nadiuska Oubiña Picos 2009 SDBoiro
- Ange Marie Fernández Figueiroa 2009 CNFerrol
- Sofía Barros Da Silva 2009 CNGalaico
- Irene Requejo Fernández 2010 CNPOurense
- Celia López-Freire Francia 2010 CNPortamiñá
- Laura Santas Vázquez 2009 CNPortamiñá
- Andrea Gudín Pérez 2010 CNMonforte
- Elisa Pazos Iglesias 2009 RCNV

De manera excepcional, se incluirá un segundo grupo de nadadores que no cumplen con los requisitos, pero que por los siguientes motivos la Dirección Técnica considera que sería positivo tener un seguimiento más detallado de la última parte de la temporada:

- Haber estado dentro del Programa de Seguimiento Infantil en el Período I

- Haber participado en el pasado Campeonato de España Infantil de invierno
- Tener una marca de referencia, muy cercana a nivel nacional, realizada en el pasado Campeonato Gallego de invierno.

Masculino:

- | | | |
|---------------------------|------|--------------|
| • Luis Gerveno Prada | 2009 | SCCasino |
| • Miguel Rodríguez Raña | 2009 | CNRíasBaixas |
| • Uxío Guerra Saavedra | 2010 | CSantiago |
| • Álvaro Lavandeira Amado | 2009 | ADFogar |

Femenino:

- | | | |
|------------------------------|------|--------------|
| • Alba Castro Cidrás | 2010 | CNGalaico |
| • Laura Canalda Ramos | 2009 | CNCoruña |
| • Andrea García Rodríguez | 2010 | CNMarina |
| • Carmela Ínsua Rey | 2009 | ADFogar |
| • Mara Vidal Rodríguez | 2010 | CNGalaico |
| • Martina Carrasco De Castro | 2010 | CNMarina |
| • Iara González González | 2009 | CNRíasBaixas |
| • Carlota Gil Garnacho | 2009 | SCCasino |
| • Aroa Illán Lamas | 2010 | CNPortamiñá |

Para cualquier duda o consulta acerca del programa podéis poneros en contacto en la siguiente dirección de email: direccion.tecnica.nat@fegan.org