



Escuela de verano de Salvamento Deportivo, 2006

La principal actuación proyectada en vías a promocionar el Salvamento como modalidad deportiva ha sido la organización de una **Escuela de Salvamento**, verificada durante el mes de agosto en las instalaciones de la piscina municipal de Tarancón. Los alumnos fueron seleccionados entre los participantes en los cursillos desarrollados en las instalaciones municipales durante el pasado verano y entre los deportistas pertenecientes a aquellos clubes conguenses que incluyen la práctica del salvamento entre sus objetivos: **Club Deportivo Básico de Salvamento y Socorrismo SVAT** y **Club Deportivo Elemental TRIATLÓN-Tarancón**.



Con el desarrollo de clases teórico-prácticas y entrenamientos durante los días 1, 3, 8, 10, 15 y 17 de agosto, los **39 alumnos** que participaron fueron conociendo y familiarizándose con las diferentes pruebas que configuran las competiciones de Salvamento y Socorrismo en la modalidad de piscina, así como en el uso del diverso material específico que se emplea en estos eventos, a la vez que han ido ejecutado las técnicas y habilidades necesarias para el desarrollo de estos acontecimientos deportivos.

Asimismo, los alumnos de la Escuela de Salvamento pudieron conocer las características del medio acuático y de la actividad física en el agua, así como los riesgos que conlleva el uso de este medio y los aspectos más relevantes sobre la prevención y medidas de primeros auxilios y soporte vital en caso necesario.

Previamente, durante el mes de marzo se pudo verificar en Tarancón un **Taller de Salvamento**, con dos horas de duración, dirigido a **31 escolares**, alumnos de Formación Profesional, a los que se proporcionó información sobre las técnicas y las habilidades ejercitadas con el salvamento deportivo, así como nociones sobre prevención de accidentes en el medio acuático y las correspondientes medidas de primeros auxilios y soporte vital básico en caso necesario.



ACTIVIDAD	DIAS	SESIONES	ALUMNOS
Taller de Salvamento	16 MAR 06	2	31
Escuela de Salvamento	1, 3, 8, 10, 15 Y 17 AGO 06	6	39
Jornadas Técnicas	5, 12 Y 19 AGO 06	3	8
TOTALES	10	11	78



Por otra parte, y en vías a actualizar los conocimientos de socorristas y técnicos y disponer de personal suficientemente cualificado para promover el deporte del salvamento y dirigir sus entrenamientos, durante los días 5, 12 y 19 de agosto se desarrollaron unas **Jornadas Técnicas**, seguidas por **8 técnicos**, consistentes en la exposición, apoyada en videos, y debate sobre las pruebas que configuran las competiciones, las características de los métodos de entrenamiento de las técnicas y habilidades necesarias y el estudio del Reglamento de competiciones de la Federación Española de Salvamento y Socorrismo y la normativa general y autonómica, por la que se rige esta modalidad deportiva.

CONTENIDOS TEORICO-PRÁCTICOS

TALLER DE SALVAMENTO

El Salvamento y Socorrismo como deporte

Las pruebas de salvamento deportivo

Prevención de accidentes acuáticos

Primeros auxilios e introducción a la RCP.

ESCUELA DE SALVAMENTO

Introducción al salvamento deportivo. Historia y evolución

El medio acuático. Actividad física en el medio acuático

Prevención de accidentes acuáticos. Autoprotección en el agua

Primeros auxilios en el medio acuático. RCP.

Las pruebas de salvamento deportivo

Material empleado en la competición

Natación adaptada al Salvamento

Técnicas y habilidades de arrastre, paso de obstáculos y relevos

Reglamento y normativa de competición

Calendario de competiciones

JORNADAS TÉCNICAS

El Salvamento deportivo. Introducción y reseña histórica

Descripción de las pruebas de salvamento deportivo

Estilos de nado. Adaptación al salvamento deportivo

Aspectos psicológicos

Material empleado en la competición

Enseñanza y entrenamiento de las técnicas y habilidades de salvamento

Organización de las competiciones de Salvamento y Socorrismo



PRUEBAS OFICIALES DE SALVAMENTO DEPORTIVO

PRUEBAS EN PISCINA

PRUEBAS EN AGUAS ABIERTAS

Absoluto, juvenil y junior (15 años y mayores)

200 m. natación con obstáculos	Nadar-Surf
100 m. rescate de maniquí con aletas	carrera de tabla de salvamento
100 m. combinada de salvamento	Carrera de ski de salvamento
50 m. arrastre de maniquí	Sprint en playa
100 m. socorrista	Banderas en playa
200 m. súper-socorrista	Ironman-Ironwoman
4 X 25 m. relevo de maniquí	Salvamento con tubo de rescate
4 X 50 m. relevo natación con obstáculos	Doble rescate con tabla
4 X 50 m. relevo combinado de salvamento	Relevo sprint de playa
4 X 50 m. relevo tubo de rescate	Relevo triada
Lanzamiento de cuerda	

Cadete (13 y 14 años)

150 metros natación con obstáculos	Mini nadar surf.
50 metros rescate del maniquí con aletas	Mini Salvamento con tubo de rescate.
75 metros combinada de salvamento	Mini banderas en playa
50 metros rescate del maniquí	Mini relevo sprint por la playa
100 metros súper-socorrista	
Relevo 4 x 12,50 m. rescate del maniquí	
Relevo 4 x 25 m. arrastre maniquí aletas	
Relevo 4 x 50 m. natación con obstáculos	
Relevo 4 x 50 m. tubo de rescate	
Relevo 4 x 50 m. natación con aletas	
50 m. rescate con tirantes	

Infantil (11 y 12 años)

100 m. natación obstáculos	Mini nadar surf.
50 m. arrastre del maniquí con aletas	Mini Salvamento con tubo de rescate.
50 m. socorrista	Mini banderas en playa
25 m. arrastre del maniquí	Mini relevo sprint por la playa
Relevo 4 x 12,50 m. rescate del maniquí	
Relevo 4 x 25 m. arrastre maniquí aletas	
Relevo 4 x 50 m. natación con obstáculos	
Relevo 4 x 50 metros tubo de rescate	
Relevo 4 x 50 metros natación con aletas	
50 metros rescate con tirantes	

Alevín (10 años y menores)

50 m. natación con obstáculos	No hay pruebas en aguas abiertas.
50 m. rescate del maniquí con aletas	
25 m. arrastre del maniquí estanco	
Relevo 4x25 m. natación con obstáculos	
Relevo 4x50 m. natación con aletas	
50 m. rescate con tirantes de salvamento	