

**ESTÁNDARES (OBJETIVOS OPERATIVOS) KITEBOARDING RFEV
ASOCIADOS A LAS COMPETENCIAS DEL INSTRUCTOR DE KITE NIVEL 1
Y EL ENTRENADOR DE BASE NIVEL 2**

**FASE 1.
CONTROL DE LA COMETA CON APOYO ESTABLE**

**FASE 2
CONTROL DE LA COMETA CON ELCUERPO EN FLOTACIÓN**

**FASE 3
NAVEGACIÓN AUTÓNOMA CON TWINTIP**

**FASE 4.T
INICIACIÓN A LAS MODALIDADES CON TABLA TWINTIP**

**FASE 4.D
INICIACIÓN A LAS MODALIDADES CON TABLA DIRECCIONAL**

**FASES 5 A, 5 B, 5 C, 5 D....
MÁXIMA ESPECIALIZACIÓN EN CADA MODALIDAD DE COMPETICIÓN**

“MÉTODO DE ESTÁNDARES”

*EL ESTÁNDAR ES UN **EJERCICIO TEST** QUE EVALÚA EL RENDIMIENTO EN UNAS CONDICIONES DETERMINADAS Y ES UN INDICADOR DEL NIVEL DE APRENDIZAJE.*

*CADA ESTÁNDAR LLEVA ASOCIADOS UNOS **EJERCICIOS DE APRENDIZAJE** QUE PERMITEN CONSEGUIR LOS OBJETIVOS DEL MISMO.*

COMPETENCIAS ASIGNADAS A CADA TÉCNICO

1. INSTRUCTOR DE KITE. NIVEL 1

**FASE 1.
CONTROL DE LA COMETA CON APOYO ESTABLE**

**FASE 2
CONTROL DE LA COMETA CON ELCUERPO EN FLOTACIÓN**

**FASE 3
NAVEGACIÓN AUTÓNOMA CON TWINTIP**

2. ENTRENADOR DE BASE. NIVEL 2

**FASE 4.T
INICIACIÓN A LAS MODALIDADES CON TABLA TWINTIP
(FREESTYLE OLD STYLE)**

FASE 4.D

INICIACIÓN A LAS MODALIDADES CON TABLA DIRECCIONAL

3. ENTRENADOR DE ALTO RENDIMIENTO. NIVEL 3

MÁXIMA ESPECIALIZACIÓN EN LAS DISTINTAS MODALIDADES DE COMPETICIÓN:

- FREESTYLE Y MODALIDADES (RAMPAS Y BARANDILLAS, HIGH TIME, BEST TRICK, BORDER CROSS...)
- MODALIDADES COURSE RACING (FÓRMULA KITE, KITE FOIL, SLALOM, LONG DISTANCE...)
- SPEED
- SURFKITE WAVE
- SURFKITE STRAPLESS

1-OBJETIVOS Y CARACTERÍSTICAS DE CADA FASE DE ENSEÑANZA EN LA ETAPA DE INICIACIÓN AL KITEBOARDING

2-SECUENCIA DE EJERCICIOS “FUNDAMENTALES” Y OBLIGATORIOS EN CADA UNA DE LAS FASES DE APRENDIZAJE SEGÚN LOS ESTÁNDARES DE LE RFEV

FASE 1. CONTROL DE LA COMETA CON APOYO ESTABLE OBJETIVO PSICOMOTOR PRINCIPAL:

Ser capaz de controlar la trayectoria, la velocidad y la potencia (tracción) de la cometa hinchable, con apoyo estable de piernas, así como dominar las técnicas de seguridad necesarias en este nivel, en condiciones climatológicas seguras (estables y favorables), es decir, con un bajo nivel de incertidumbre, perfectamente asumible por un/a principiante.

ESTÁNDARES FASE 1

SER CAPAZ DE:

1. Evaluar la idoneidad de un determinado lugar (spot) y las condiciones meteorológicas, para la práctica segura del kite de iniciación, reconociendo todos los riesgos potenciales.
2. Identificar las diferentes componentes del equipo de kite, sus partes y su función, mientras se monta y desmonta el material, cumpliendo todos los protocolos de seguridad y de conservación del mismo.
3. Identificar en un dibujo o imagen los límites de la ventana del viento o vuelo y sus diferentes zonas de presión.
4. Ayudar a despegar y aterrizar una cometa, comunicándose mediante señales y cumpliendo los protocolos de seguridad.
5. Despegar la cometa con el chicken loop enganchado al arnés, moviéndola lentamente por el borde de ventana, sin arrastre, hasta aterrizarla en la otra amura, pasando por el cénit y realizando paradas de 3 segundos a distintas alturas (en cada amura).
6. A partir de una señal sonora o visual, soltar la barra y accionar la suelta rápida del chicken loop (quick release), para a continuación accionar la suelta

rápida que une el leash al arnés, en el mínimo tiempo posible y sin perder visión periférica.

7. Recuperar el vuelo de la cometa estando amurado a babor o a estribor.

8. Recuperar el vuelo de cometa por excesivo ángulo de ataque (sobre potenciación)

9. Caminar a barlovento y sotavento con una mano en la barra, manteniendo la cometa en el lado seguro de la ventana y con la otra cogiendo la tabla, sin perder en ningún momento visión periférica.

10. Realizar distintos tipos de trayectorias, con la cometa, amurado a estribor/babor, controlando con la barra, la dirección, la velocidad y la tracción, manteniendo la postura estable, sin arrastres y sin perder en ningún momento visión periférica

FASE 2 CONTROL DE LA COMETA CON EL CUERPO EN FLOTACIÓN OBJETIVO PSICOMOTOR PRINCIPAL:

Ser capaz de controlar la trayectoria, la velocidad y la potencia (tracción) de la cometa hinchable, con el cuerpo en flotación (hasta el waterstart) así como dominar las técnicas de seguridad necesarias en este y en el siguiente nivel, en condiciones climatológicas y marinas seguras (estables y favorables), es decir, con un bajo nivel de incertidumbre, perfectamente asumible por un/a principiante.

ESTÁNDARES FASE 2

1. Mover la cometa por el borde de ventana lentamente, sin generar tracción, manteniendo la debida orientación del cuerpo hacia la cometa.

2. Realizar dos body drag con rumbo de través, uno amurado a estribor y otro a babor, sin mover o moviendo la cometa (tracción en estática o dinámica), en función de la intensidad del viento, sin y con apoyo de un brazo en la tabla.

3. Realizar un body drag con rumbo de ceñida, amurado/a a estribor/babor, sin mover o moviendo la cometa, en función de la intensidad del viento, sin y con apoyo de un brazo en la tabla.

4. Realizar un body drag con rumbo al largo, amurado/a a estribor/babor, sin mover o moviendo la cometa, en función de la intensidad del viento, sin y con apoyo de un brazo en la tabla.

5. Realizar un body drag con rumbo en empopada moviendo la cometa.

6. Relanzar la cometa desde el agua, sea cual sea/fuere la forma en la que ha quedado posada en el agua. Sin y con tabla.

7. Elegir y ejecutar la técnica de autorescate más apropiada, tras una evaluación rápida de los riesgos asumibles y probabilidad de éxito. Sin y con tabla.

8. Realizar body drag con rumbo al largo cambiando de amura, pasando la cometa por el cénit

9. Realizar varios bordos en body drag, con rumbo al largo, realizando un giro de cometa de 180° hacia abajo (downloop) para cambiar de amura y encadenar el siguiente bordo.

10. Realizar body drag hacia sotavento, en rumbo de empopada, encadenando giros de cometa de 360° (kiteloops), alternando el sentido del giro, sin perder en ningún momento la espalda al viento.

FASE 3 NAVEGACIÓN AUTÓNOMA CON TWINTIP

OBJETIVO PSICOMOTOR PRINCIPAL:

Ser capaz de subirse a una tabla bidireccional (twintip) y deslizarse en el agua canteándola, con el suficiente dominio de la técnica de navegación de los diferentes rumbos y del cambio de amura básico, para que le permita salir desde tierra por un canal balizado, navegar de forma autónoma y segura en una área limitada y volver a tierra por el mismo canal balizado, en condiciones de navegación seguras (estables y favorables) con un nivel bajo de incertidumbre perfectamente asumible por el alumno/a.

También deberá dominar las técnicas de seguridad necesarias en este nivel.

ESTÁNDARES FASE 3

1. Realizar el wáter start y deslizar la tabla con el canto de talones, para a continuación decelerar y parar, antes de llegar a una baliza (ambas amuras)
2. Cambiar de amura orzando la tabla y sin perder deslizamiento (virada por avante con twintip)
3. Navegar con rumbo de través hasta una baliza y volver al punto de partida, sin perder barlovento, respetando las preferencias de paso.
4. Realizar bordos de ceñida (mínimo 2), con viradas por avante, hasta una baliza situada a barlovento, respetando las preferencias de paso.
5. Realizar bordos rumbo al largo (mínimo 2), con viradas por avante, hasta una baliza situada a sotavento, respetando las preferencias de paso.
6. Alcanzar una baliza situada a sotavento siguiendo el rumbo más aproximado al de empopada, respetando las preferencias de paso.
7. Trasluchar, deslizando en el giro con el canto de talones
8. Trasluchar, deslizando en el giro con el canto de dedos
9. Realizar bordos rumbo al largo (mínimo 2), alternando trasluchadas de talones y dedos, hasta una baliza situada a sotavento, respetando las preferencias de paso.
10. Socorrer a un kiter en apuros llevándolo a tierra agarrado al asa trasera del arnés, sin perder demasiado barlovento