



Combinar l'esport d'alt nivell i estudis: el centre d'esquí estudi d'Ordino



Sandra Tudó i Montanya i Carles Visa i Dolsa

És vital i necessari disposar d'una eina que ens permeti compaginar el procés de formació i l'alt nivell esportiu amb la formació acadèmica.

Per què és *vital* un programa acadèmic adaptat?

Perquè tenim un deure moral, a banda de la construcció d'atletes d'alt nivell, de vetllar perquè un cop finalitzada la carrera esportiva, els atletes puguin integrar-se en la societat amb una certa normalitat, i sense que l'esquí els penalitzi.

Per què és *necessari* un programa acadèmic adaptat?

Per cobrir les necessitats que el mateix funcionament dels nostre esport requereix, i perquè els nostres esquiadors compaginin de forma equilibrada l'esport d'alt nivell amb la formació acadèmica.

Quines són les necessitats que s'han de cobrir?

Les necessitats

- 1- Incompatibilitat entre els horaris d'entrenament i els escolars.
- 2- Els circuits de competició més importants (CHI/FIS/EC/WC) es desenvolupen al centre d'Europa.
- 3- El nivell competitiu es desenvolupa al centre d'Europa. El més proper és el francès, als Alps.
- 4- Els espais d'entrenament tècnic de pretemporada també se situen al centre d'Europa i/o Sud-amèrica – països nòrdics.
- 5- El volum i les càrregues d'entrenament que cal dur a terme des dels U14 fins als U30 +; l'exigència és molt important tant en el pla tècnic com en el físic.
- 6- La confiança de les famílies i dels mateixos esportistes en el sistema.

7- Credibilitat del sistema de manera que tant la part acadèmica com l'esportiva es puguin desenvolupar amb total normalitat i sense que l'una interfereixi en l'altra. Tot això fa que sigui tan necessari i vital un programa acadèmic adaptat.

Procés de formació

Vetllar per la formació dels esquiadors cap a l'alt nivell, en funció de les necessitats acadèmiques i dels objectius esportius que ens trobarem al llarg de les temporades. És molt important que la planificació esportiva i acadèmica es faci conjuntament entre la Federació Andorrana d'Esquí (FAE) i l'escola.

A mesura que ens atensem a l'alt nivell, les exigències esportives són més importants, i per tant les necessitats per dur a terme els programes esportius augmenten notablement, i en conseqüència es requereix més temps per a la pràctica esportiva.

Si no es disposa d'aquest temps per a la pràctica esportiva difícilment els corredors assoliran els resultats esperats i en conseqüència la motivació se'n veurà afectada.

COMBINAR L'ESPORT D'ALT NIVELL AMB ELS ESTUDIS

PROCÉS DE FORMACIÓ

1. VETLLAR PER LA FORMACIÓ DELS ESQUIADORS CAP A L'ALT NIVELL, EN FUNCIÓ DE LES NECESSITATS ACADÈMIQUES I DELS OBJECTIUS ESPORTIUS QUE ENS TROBAREM AL LLARG DE LES TEMPORADES.
2. ÉS MOLT IMPORTANT QUE LA PLANIFICACIÓ ESPORTIVA I ACADÈMICA ES FACI CONJUNTAMENT ENTRE LA FAE I L'ESCOLA.
3. A MESURA QUE ENS AFANEM AL'ALT NIVELL LES EXIGÈNCIES ESPORTIVES SÓN MÉS IMPORTANTS, I PER TANT LES NECESSITATS PER DUR A TERME ELS PROGRAMES ESPORTIUS AUGMENTEN NOTABLEMENT, I EN CONSEQÜÈNCIA ES REQUEREX MÉS TEMPS PER A LA PRÀCTICA ESPORTIVA.
4. SI NO ES DISPOSA D'AQUEST TEMPS PER A LA PRÀCTICA ESPORTIVA DIFÍCILMENT ELS CORREDORS ASSOLIRAN ELS RESULTATS ESPERATS I EN CONSEQÜÈNCIA LA MOTIVACIÓ SE'N VEURÀ AFECTADA.

U14	U16	U18	U21
200 PUNTS FAE TEST FÍSICS INFORMES ESCOLARS I COMPORTAMENT POSITIU	150 PUNTS FAE TEST FÍSICS INFORMES ESCOLARS I COMPORTAMENT POSITIU + GRADUAT ESCOLAR	85-60 PUNTS FIS SEGUIMENT FÍSIC INFORMES ESCOLARS I COMPORTAMENT POSITIU + BATXILLERAT + SELECTIVITAT + ACCÉS UNIVERSITAT	50-40 PUNTS FIS I/O TOP 500 MUNDIAL SEGUIMENT FÍSIC + ACCÉS UNIVERSITAT
100 dies d'entrenament + curses aprox. entre AND i l'estranger.	120 dies d'entrenament + curses aprox. entre AND i l'estranger.	150 a 160 dies d'entrenament + curses aprox. a l'estranger	160 a 170 dies d'entrenament + curses aprox. a l'estranger

Alt nivell

Dedicació exclusiva a l'esport d'alt nivell.

Màxima professionalitat i rigorositat amb els programes i calendaris esportius en funció de les característiques dels nostres atletes.

Programa Tutor-esport o similar; és molt positiu que durant el període que dura l'alt nivell es puguin realitzar formacions acadèmiques sense que això impliqui una càrrega per a l'atleta.

COMBINAR L'ESPORT D'ALT NIVELL AMB ELS ESTUDIS.

ALT NIVELL

1. DEDICACIÓ EXCLUSIVA PER L'ESPORT D'ALT NIVELL.
2. MÀXIMA PROFESSIONALITAT I RIGOROSITAT AMB ELS PROGRAMES I CALENDARIS ESPORTIUS EN FUNCIÓ DE LES CARACTERÍSTIQUES TÈCNICQUES DELS NOSTRES ATLETES.
3. PROGRAMA TITORS/ESPORT O SIMILAR: ÉS MOLT POSITIU QUE DURANT EL PERÍODE QUE DURA D'ALT NIVELL ES PUGUIN REALITZAR FORMACIONS ACADÈMIQUES SENSE QUE AIXÒ IMPLUQUI UNA CÀRREGA PER A L'ATELETA.

U30
350 MUNDIAL AL TOP 30 MUNDIAL
PREPARACIÓ CIRCUITS EC-WC (WSC - JJOJ)
SEGUIMENT FÍSIC/MEDICO-ESPORTIU
PROGRAMA ARA
+ TUTORS/ESPORT/ REINSENCIÓ LABORAL/ EFEM
170 a 190 dies d'entrenament + curses aprox. a l'estranger

Programa del sistema educatiu andorrà per als alumnes de segona ensenyança que participen del programa Esquí-estudi

Objectiu del programa:

El programa Esquí-estudi s'adreça als alumnes de l'Escola Andorrana de segona ensenyança que formen part d'equips de competició d'esquí. L'objectiu és assegurar que els alumnes adscrits al programa puguin seguir el currículum ordinari que es desenvolupa al llarg del curs acadèmic, des de les estades a l'estranger o durant els dies d'entrenament, sense presència a les aules.

Per facilitar el seguiment del currículum escolar en les millors condicions, els alumnes del programa Esquí-estudi des del curs 2008-2009 (inici del programa) es reagrupen en un sol centre de segona ensenyança i en el mateix grup classe en funció del curs que els pertoqui.

Recuperació de classes:

Estades fora d'Andorra

Plataforma digital (Educ&): el professor de cada àrea lliura els treballs i en fa les correccions assegurant que els alumnes segueixen els mateixos continguts que els companys de classe.

Els alumnes poden resoldre dubtes, el dimarts i el dijous de 17.00 h a 19.00 h durant les setmanes següents a les estades, a demanda de l'equip educatiu i en funció de les necessitats de cada alumne.

Entrenaments a Andorra

Els alumnes entrenen els dimarts i dijous al matí i el dimecres a la tarda. El centre ofereix classes de recuperació els dimarts i els dijous de 17.00 h a 19.00 h.

Aspectes metodològics:

Tutor

El professor tutor del grup classe coordina l'equip educatiu i està en contacte amb el coordinador de la FAE.

Materials curriculars

Els continguts conceptuals i procedimentals són els del curs corresponent, però durant les estades a l'estranger els materials curriculars elaborats pel docent han de permetre el treball autònom i l'autocorrecció.

Avaluació

L'avaluació continuada es realitza a través de la plataforma Educ& i/o amb adaptació del calendari de les avaluacions sumatives.

L'àrea d'educació física no és avaluada durant el segon trimestre.

Seguiment i valoració del projecte

Una comissió formada per una part del ministeri d'Educació (Inspecció i Escola Andorrana) i pels representants de la FAE es reuneixen un cop al trimestre per fer el seguiment dels esquiadors i del mateix projecte.

Sandra Tudó i Montanya,
directora de l'Escola andorrana d'Ordino, i
Carles Visa i Dolsa,
director tècnic de la Federació Andorrana d'Esquí