

PRUEBA DE ACCESO DE CARÁCTER ESPECÍFICO

Piragüismo

Ciclo inicial Grado Medio

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación

1. Realiza el embarque y desembarque desde un pantalán, en un kayak polivalente, aplicando las técnicas correctas y ejecutándolas con destreza por ambas bandas.

– Se ha colocado el kayak en el agua flotando, paralelo al pantalán o bordillo y sin golpearlo.

– Se han efectuado las acciones de embarque sin desequilibrios ni separaciones del pantalán o bordillo utilizando los brazos y la pala como triangulo de fijación y estabilización.

– Se ha demostrado el embarque, la puesta en marcha, el frenado y el desembarque sin vuelco ni entrada de agua al kayak.

– Se ha realizado el desplazamiento de la piragua desde la posición básica de paleo.

Prueba asociada: «Embarque y desembarque por ambas bandas».

– Con el kayak polivalente en tierra cerca del agua, realizar las siguientes acciones:

- Colocar el kayak en el agua junto al pantalán o bordillo.
- Subirse al kayak, adoptar la posición básica y comenzar a navegar.
- Desplazarse 10 m, girar 180° y volver al pantalán o bordillo.
- Desembarcar por la otra banda del kayak.

– Realiza el vuelco, salida y reembarque desde el agua en un kayak polivalente sin apoyo en el fondo volviendo a una situación estable sobre el kayak polivalente

- Se ha volcado el kayak en el agua, saliendo del mismo completamente.

- Se ha dado la vuelta a la piragua minimizando la entrada de agua a la misma (el agua que ha entrado debe permitir mantener el kayak a flote con el palista reembarcado).
- Se ha reembarcado en el kayak, sin apoyarse en el suelo, recuperado la pala y adoptado la una posición básica de paleo estable sobre el mismo.
- Se ha recuperado todo el material.

Prueba asociada: «Autorrescate tras vuelco en kayak polivalente».

– Con el kayak polivalente flotando en aguas profundas:

- Volcar y salirse del kayak completamente.
- Reembarcar desde el agua recuperando todo el material.

– Maniobra con un kayak polivalente, navegando en todas las direcciones y realizando giros mediante el empleo de técnicas adecuadas.

- Se han efectuado las acciones de paleo adelante, atrás y frenado con precisión.
- Se han efectuado las acciones de aproximación lateral por ambas bandas manteniendo un avance continuo y la orientación de la piragua.
- Se han realizado las maniobras de giro en ambos sentidos con eficacia.
- Se han demostrado los movimientos y acciones exigidos dentro del tiempo límite establecido de 90 segundos.

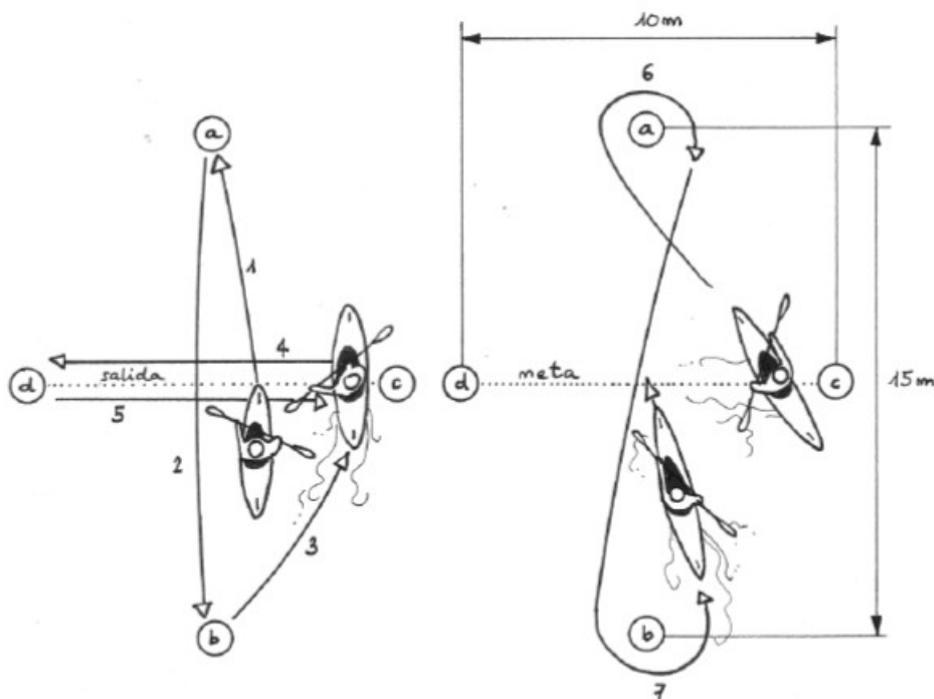
Prueba asociada: «Navegación y dominio de paleo».

– Desde la posición de salida en el centro del rombo realizará de forma continua y respetando el orden establecido las siguientes acciones:

- Paleo adelante, freno y toque de boya «a» con proa.
- Paleo atrás, freno y toque de boya «b» con popa.
- Paleo diagonal, toque de boya «d» con banda derecha.
- Paleo lateral izquierda, toque de boya «c» con banda izquierda.
- Paleo lateral derecha, toque de boya «d» con banda derecha.

- Paleo diagonal adelante y giro derecha alrededor de boya «a».
- Paleo diagonal adelante y giro izquierda alrededor de boya «b».
- Paleo adelante hasta meta.

Croquis de balizamiento y desarrollo de la prueba de navegación y dominio de paleo.



- Se ha recorrido la distancia sin ayuda externa y de forma continuada.
- El recorrido se ha realizado en menos de dos minutos.

Prueba asociada: «Dominio básico de la natación».

– Equipado con ropa de paleo y chaleco, nadar 50 metros en menos de dos minutos sin ayuda externa ni reposo significativo.

**Condiciones básicas de realización de la prueba de carácter específico:
Espacios y equipamientos**

Espacios de almacenamiento o hangar:

– Hangar o espacio de almacenamiento del material a utilizar. Las embarcaciones podrán estar al aire libre.

Espacio de navegación y natación:

- La zona de navegación será un espacio de aguas tranquilas de 300 m², con al menos 25 metros de longitud y 12 metros de ancho, sin corrientes ni relieves en el agua, para asegurar el emplazamiento del circuito de boyas.
- La zona de navegación se balizará con 4 boyas según el croquis anexo de la prueba «Navegación y dominio del paleo» y con dos boyas separadas 25 metros para la prueba de «Dominio básico de la natación» cuando no se realice en piscina con medidas conocidas.
- Una franja de la zona de navegación de al menos 50 metros cuadrados deberá tener una profundidad superior a 1,80 metros para la realización de la prueba de «Autorescate tras vuelco en kayak polivalente».
- La zona de navegación deberá estar próxima a una orilla en la que los jueces tendrán plena visibilidad para valorar la prueba.
- Se dispondrá de un acceso al agua con orilla recta y libre de obstáculos con anchura mínima de 5 metros dotados de un pantalán de al menos 3 metros de largo o el bordillo de la piscina.
- Este espacio puede ser una piscina de 25 x 12 metros.

Equipamiento por participante:

- Kayaks polivalentes de 3-4 metros de eslora, cubierta cerrada, volumen de 230 a 320 litros, bañera reducida tipo aguas bravas de 80 a 95 cm de largo. y reservas de flotabilidad adelante y detrás.
- Palas y chalecos.
- En función de la temperatura del agua, será preceptivo el uso de traje de neopreno.
- Será obligatorio el uso de calzado apropiado.