

ENCUENTRO EDUCATIVO DE PROMOCIÓN DEPORTIVA



GIMNASIA RÍTMICA

Normativa 2020

✓ *1ª Jornada: 4 de abril de
2020.*

*Lugar: Garrucha
Pabellón Municipal Vista
Alegre*



Organiza:
Diputación de Almería
CD Gimnasia Levante
Almeriense

Colabora:
Ayto. de Garrucha



Destinatarios y categorías

Podrán participar en el “Encuentro Educativo de Promoción de la Gimnasia Rítmica”, deportistas en edad escolar inscritos/as en programas de iniciación deportiva de los municipios y centros educativos de la provincia de Almería.

En la edición 2019/20 se ha programado el desarrollo de un “**Encuentro Educativo de Promoción de la Gimnasia Rítmica**”, el cual está catalogado como **jornada abierta no competitiva de esta modalidad**.

El Encuentro Educativo de Promoción de la Gimnasia Rítmica se celebrará el **sábado, día 4 de abril de 2020, en el Pabellón Vista Alegre de Garrucha**.

Se trata de fomentar la participación de entidades deportivas de reciente creación y/o que cuentan con equipos niveles de nivel escolar.

No podrán participar **gimnastas inscritas en el Circuito de Promoción del Rendimiento de Base** ni aquellas que hayan participado previamente o tengan previsto participar durante el año 2020 en campeonatos organizados por la FAG o RFEG:

- RFEG. Campeonato de España Individual, por Equipos o de Conjuntos. Cto. España Base, Cto. España Masculino. Copa de España, Copa de la Reina o Liga Iberdrola.
- FAG. Circuito A.
- FAG. Copa o Precopa de Andalucía Individual, por Equipos o de Conjuntos.
- FAG. Clasificatorios Campeonatos de España.
- FAG. Promesas de Andalucía.

Los deportistas podrán optar por participar en la modalidad de Conjunto o Grupo Mixto ó en la modalidad Individual.

Modalidad de **Conjunto Mixto**, formados por equipos de entre 4 y 8 gimnastas para todas las categorías, a excepción de la categoría Mini.

Modalidad de **Grupo Mixto**, exclusivo para la categoría Mini, entre 4 y 20 gimnastas.

No hay límite en la participación de conjuntos y grupos, cada entidad participante podrá presentar más de uno por categoría.

Los gimnastas inscritos, atendiendo a su edad, podrán participar en las siguientes categorías de las **modalidades de conjunto y grupo**.

MODALIDAD	CATEGORÍA	GRUPO DE EDAD	APARATO
GIMNASIA RÍTMICA CONJUNTO MIXTO	Mini	2014-2015	4-20 Manos Libres
	Prebenjamín	2012-2013 (2014)	4-8 Manos Libres
	Benjamín	2011-2012 (2013)	4-8 Manos Libres
	Alevín	2009-20210 (2011)	4-8- Manos Libres
	Infantil	2007-2008 (2009)	4-8 Pelotas
	Cadete	2005-2006 (2007)	4-8 Aros
	Juvenil	2004 y anteriores	2 Aros/2 Pelotas 3 Aros/2 Pelotas 3 Aros/ 3 Pelotas 4 Aros/3 Pelotas 4 Aros /4 Pelotas

En caso de no contar con suficientes gimnastas de la misma categoría para formar un conjunto se permitirá incluir en el equipo a gimnastas de la categoría inmediatamente inferior, esta particularidad debe ser comunicada para poder modificar la ficha.

Modalidad **Individual**, está dirigida a aquellos gimnastas que no formen parte de un grupo o conjunto. Cada entidad podrá inscribir un máximo de 4 gimnastas individuales de las diferentes categorías convocadas, no pudiendo inscribir más de 3 en la misma categoría.

Las gimnastas que participen en la modalidad individual no podrán participar en la misma temporada en ningún conjunto o grupo del Encuentro Educativo.

Los gimnastas inscritos, atendiendo a su edad, podrán participar en las siguientes categorías de la **Modalidad Individual**.

MODALIDAD	CATEGORÍA	GRUPO DE EDAD	APARATO
GIMNASIA RÍTMICA INDIVIDUAL MIXTO	Pre benjamín	Nacidos en 2013-2014 (2015)	Manos libres
	Benjamín	Nacidos en 2011-2012 (2013)	Manos libres
	Alevín	Nacidos en 2009-2010 (2011)	Manos libres
	Infantil	Nacidos en 2007-2008 (2009)	Aro
	Cadete	Nacidos en 2005-2006 (2007)	Mazas
	Juvenil	Nacidos en 2004 y anteriores	Aro

Sistema de inscripción de participantes

• Derechos de Inscripción:

- Gratuito.

- Las entidades que estén interesadas en participar en este encuentro deberán estar adscritas al programa. Este trámite de adscripción se realiza una sola vez independientemente que se pretenda participar en “Ligas Educativas de Promoción Deportiva” y/o “Encuentros Educativos de Promoción Deportiva”. En el caso de que el ayuntamiento, centro educativo o club deportivo no esté ya adscrito, y quiera inscribir grupos de participación en este contenido del programa, deberá cumplimentar el **formulario de adscripción** para “Juegos Deportivos Provinciales” que está disponible en la web de la Diputación de Almería.

<http://www.dipalme.org/Servicios/cmsdipro/index.nsf/informacion.xsp?p=deportes&ref=DP-Deportes-bases-normativas>

- A los/as coordinadores/as municipales/educativos/clubes de las entidades que hayan realizado el procedimiento de adscripción se les asignará un código de acceso a la Red Provincial de Gestión Deportiva/JDP/Inscripciones (www.dipalme.org), debiendo **dar de alta a los grupos de participación**, cumplimentado los campos requeridos en el formulario correspondiente (**Seleccionar modalidad: “Gimnasia Rítmica”**). En él se registrarán los nombres, apellidos y fecha de nacimiento de los/as componentes del equipo (deportistas y técnicos/as). La veracidad de los datos incluidos en ese documento debe quedar certificada por el responsable competente de cada entidad.
- Insertar los datos requeridos y fotografías de los/as **técnicos/as-educadores/as responsables de cada uno de los grupos de participación**. Sin el cumplimiento de este requisito no será posible realizar la inscripción de deportistas. Se recomienda que los equipos dispongan de más de un técnico/a-educador/a para garantizar las responsabilidades comprometidas en la solicitud de adscripción, especialmente en lo que a control de participantes se refiere en los desplazamientos y posibles incidencias de carácter deportivo y sanitario.
- Con carácter voluntario se podrá realizar la **“adhesión de cada grupo de participación al Decálogo “Almería Juega Limpio”** (esta decisión será igualmente de carácter público a través del espacio web dedicado al contenido complementario “Almería Juega Limpio” en www.dipalme.org).
- Aportar la documentación necesaria para la validación del procedimiento de inscripción según el siguiente requisito:
Autorización de los/as tutores/as legales según modelo normalizado, debidamente firmado (se recuerda que este requisito es imprescindible para admitir la inscripción de un/a deportista menor de edad y que la suplantación de la firma será responsabilidad del/a coordinador/a responsable de este procedimiento).
La autorización se aportará una sola vez aunque el deportista participe en varias Encuentros de la misma modalidad deportiva.
En caso de haber remitido las autorizaciones pertinentes a través de fax o correo electrónico, se deberán presentar los originales al inicio de la jornada correspondiente al técnico supervisor de la misma.
- **El periodo de inscripción y entrega de la documentación requerida para el Encuentro finalizará a las 14’00 h horas del viernes día 21 de Febrero de 2020.**

Toda la documentación original requerida deberá ser presentada, para su validación, al grupo técnico responsable del programa de la Delegación de Deporte y Juventud de la Diputación de Almería, en:

SEDE	DIRECCIÓN	TELÉFONO/FAX	Correo electrónico
PABELLÓN MOISÉS RUIZ	Ctra. de Níjar, 1 04009-Almería	Tel.: 950211363 950211544 Fax: 950 211547	apablova@dipalme.org acontrer@dipalme.org

Los grupos de participación que no cumplan con los requisitos mínimos en cuanto a documentación a aportar, no serán incluidos en el Encuentro Educativo de Promoción de la Gimnasia Rítmica.

Gestión presupuestaria

La **Diputación de Almería** gestionará los siguientes conceptos de gastos:

- Servicios de organización
- Servicios técnicos especializados.
- Diplomas de reconocimiento de Almería Juega Limpio.

Presentación de Grupos de Participación

Para que una actividad pueda dar comienzo es necesario que las personas responsables de cada equipo participante se presenten, en su caso, a los/as técnico/as de supervisión y, en toda circunstancia, al equipo de dinamización.

Sin su presencia y disponibilidad efectiva para asumir las funciones que le corresponden no se permitirá la participación del equipo afectado.

En caso de no comparecencia de alguno de los grupos de participación se deberá articular, de forma coordinada por el/la técnico/a de supervisión de turno, los procesos que sean posibles para contactar con sus responsables y/o respetar un período de espera razonable, acorde con las características de cada actividad, agotado los cuales se deberá adoptar, de forma consensuada entre el equipo de dinamización y el/la técnico/a de supervisión asignado, la decisión que corresponda para el óptimo desarrollo de las actividades previstas.

Prevención y actuación ante incidencias

En función de la distribución de responsabilidades contemplada en los apartados referentes a la estructura organizativa del programa, serán las entidades titulares de las instalaciones sede de las actividades y el grupo técnico de la Diputación de Almería coordinador del programa los responsables de habilitar un dispositivo preventivo de atención y protección de participantes y espectadores que permita actuar con diligencia y eficacia ante cualquier incidencia que pudiera suceder. Para ello, **se debe atender al procedimiento específico de intervención de protección de deportistas recogido en las bases generales del programa.**

Será requisito mínimo obligatorio la presencia efectiva durante todo el desarrollo de las actividades programadas en cada sede de **una persona responsable del referido dispositivo, así como la disponibilidad de una dependencia convenientemente dotada (botiquín o similar) y de personal capacitado para la atención de primeros auxilios. El incumplimiento de esta norma puede dar lugar a la suspensión de las actividades.**

Para la atención de un posible traslado de participantes a un centro sanitario o situación similar, es recomendable que los grupos de participación cuenten con más de una persona adulta que puedan asumir su responsabilidad. En caso de que la única persona inscrita en acta como responsable del

equipo tenga que ausentarse de la instalación será necesario que otra persona adulta asuma esa función, quedando expresamente reflejada en el acta esta circunstancia. En última instancia, si no se puede garantizar la dirección de un grupo de participación por una persona adulta, el equipo de dinamización, con la conformidad del/la técnico/a de supervisión de turno, dará por finalizada su participación en la actividad.

DEPORTE
PARA TODOS
ENTRE TODOS
Y PARA *siempre*

Desarrollo

El “Encuentro Educativo de Promoción de la Gimnasia Rítmica” se desarrollará en jornada de tarde, en horario de 16:00 h. hasta las 19:00 h. aproximadamente.

Se trata de una prueba que trata de promover la máxima participación a través de una jornada abierta no competitiva pero puntuable y que fomente, independientemente del nivel de práctica de los deportistas, la convivencia de las diferentes entidades deportivas y la formación de sus responsables técnicos.

Se establece una normativa técnica que servirá como guía a los entrenadores. Para cualquier consulta sobre la misma, los entrenadores pueden ponerse en contacto con la delegada Raquel Archilla a través del correo electrónico raquelarchilla@me.com

MÚSICA

La música utilizada deberá atenerse a la normativa exigida en el código de puntuación FIG, **tolerándose el uso de voz en todas las categorías y modalidades convocadas.**

Duración de la música:

- Grupo Categoría Mini de 1,15 a 1,30 minutos.
- Conjuntos Categoría Prebenjamín, Benjamín y Alevín de 1,30 a 2 minutos.
- Conjuntos Categoría Infantil, Cadete y Juvenil de 1,45 a 2,30 minutos
- Individual de todas las categorías de 1 a 1,30 minutos.

La presentación de las músicas se realizará mediante el envío, con 10 días de antelación a la celebración de la prueba, de un archivo de audio **en formato MP3**, especificando el nombre del equipo y categoría en la que participa, al correo electrónico musicasritmicalmeria@gmail.com

Las entrenadoras deberán facilitar, en caso necesario, una copia de las músicas durante la prueba (en dispositivo usb pen drive).

JURADO

El jurado estará formado en todo caso por jueces con titulación en vigor. Su función principal es la de contribuir a la formación de los técnicos responsables de los equipos participantes por lo que se facilitará que los técnicos puedan realizar consultas o resolver dudas una vez finalizada la prueba.

Las jueces utilizarán como referencia en todo momento el código en vigor del ciclo olímpico 2017-2020 aplicando las actualizaciones oportunas al mismo, y en caso de precisar aclaración técnica algún punto de la normativa, éste último será el documento a tener en cuenta.

NORMATIVA TÉCNICA PARA LA MODALIDAD CONJUNTOS Y GRUPOS

EJERCICIOS DE CONJUNTOS Y/O GRUPO NIVEL DIPUTACION ALMERIA 2020						
Exigencias de Dificultad						
CATEGORÍA	DIF. CORPORAL /DIF. INTERCAMBIO BD-ED			COMBINACIÓN PASOS DE DANZA S (MIN. 1)	COLABORACIÓN CON Y SIN ROTACIÓN CORPORAL C (MIN. 4)	VALOR MÁXIMO DIFICULTAD
MINI	3 dif.	0,10	1 Salto 1 Equilibrio 1 Giro Máx. 0,30.	Min. 1 Valor: 0,30	Max. 2 colaboraciones CRR	2,00 pts
PRE-BENJAMÍN	3 dif.	0,10	1 Salto 1 Equilibrio 1 Giro Máx. 0,30.	Min. 1 Valor: 0,30	Max. 3 colaboraciones CR-CRR	2,50 pts.
BENJAMÍN	4 dif.	0,10	1 dif. de cada grupo corporal (la otra a elección) Max. 0,40.	Min. 1 Valor: 0,30	Max. 4 colaboraciones CR-CRR	2,60 pts.
ALEVÍN	5 dif.	0,10 0,20	1 dif. de cada grupo corporal (las otras 2 a elección) Max. 1,00	Min. 1 Valor: 0,30	Max. 5 colaboraciones CR-CRR	3.50 pts.
INFANTIL	4 dif.	0,10 0,20 0,30	1 dif. corporal valor 0,1 o 0,2 de cada grupo corporal. 1 dif. intercambio Máx. 1,10	Min. 1 Valor: 0,30	Max. 3 colaboraciones CR-CRR	4.10 pts.
CADETE JUVENIL	5 dif.	0,10 0,20 0,30	1 dif. corporal valor 0,1 o 0,2 de cada grupo corporal 2 dif. intercambio Máx. 1,30	Min. 1 Valor: 0,30	Max. 3 colaboraciones CR-CRR	4,30 pts.

COLABORACIONES SIN APARATO PARA LOS EJERCICIOS DE MANOS LIBRES

VALOR				TIPOS DE COLABORACION
0,10	0,20	0,30	0,40	
C				Colaboración: ^{[1][1]} _[SEP] <ul style="list-style-type: none"> Participación activa de todas las gimnastas. Exige una acción, además de simple contacto. Se permite en subgrupos (pareja, trio, 4+1.)^{[1][1]}_[SEP] Las acciones ejecutadas por los distintos subgrupos deberá tener el mismo valor Posible con “alzado” de una o varias gimnastas y/o con apoyo sobre las gimnastas.
	CR 1 gim.	CR2 2 o más gim.		Colaboración: ^{[1][1]} _[SEP] <ul style="list-style-type: none"> Un elemento dinámico de rotación del cuerpo^{[1][1]}_[SEP] Es posible ejecutar un elemento dinámico mediante la elevación de una gimnasta con la ayuda de la(s) compañera(s)
		CRR 1 gimnasta	CRR2 2-3 gimnastas	Colaboración: ^{[1][1]} _[SEP] <ul style="list-style-type: none"> Un elemento dinámico con rotación del cuerpo^{[1][1]}_[SEP] Con paso por encima, debajo o a través de una o varias compañeras^{[1][1]}_[SEP] Posible paso por encima, debajo o a través con la ayuda de una o más compañera; apoyo activo sobre la gimnasta(s) o elevación por una o más compañeras.
Será imprescindible un cambio de formación para valorar dos colaboraciones consecutivas.				

Notas:

- No está permitido realizar CRRR o añadir criterios que incremente el valor a las CR o CRR.
- En ejercicios de aparato, se permite la ejecución de R1 como Elemento Dinámico de Rotación, con una única rotación durante el elemento, vinculada de forma opcional a otros criterios adicionales.
- PENALIZACIONES 0,30:

Si hay menos de 1 dificultad por cada Grupo Corporal Obligatorio.

Si hay menos de dificultades corporales y/o de intercambio exigidos.

Si el valor de la dificultad corporal es superior al indicado en las tablas según la categoría.

Por ausencia de 1 paso de danza en el ejercicio.

EJERCICIOS INDIVIDUALES NIVEL DIPUTACION ALMERIA 2020

Exigencias de Dificultad

CATEGORÍA	DIF. CORPORAL			COMBINACIÓN DE PASOS DE DANZA	ELEMENTOS DINÁMICOS DE ROTACIÓN	DIFICULTAD DEL APARATO	VALOR MÁXIMO DIFICULTAD
				S MIN. 1	R	AD	
PRE-BENJAMÍN Manos Libres	3 dif.	0,10	1 dif. de cada grupo corporal Máx 0,30.	Min. 1 Valor: 0,30			1,50 pts.
BENJAMÍN Manos Libres	3 dif.	0,10 0,20	1 dif. de cada grupo corporal (la otra a elección) Máx. 0,60	Min. 1 Valor: 0,30			1,80 pts.
ALEVÍN <u>Manos Libres</u>	Min 3 Max 6	0,10 0,20	2 dif. de cada grupo corporal Máx. 1,20	Min. 1 Valor: 0,30			1,80 pts.
INFANTIL Aro	Min 3 Max 6	0,10 0,20 0,30	2 dif. corporales de cada grupo corporal Máx. 1,80	Min. 1 Valor: 0,30	1 máx.	3 máx. Valor 0,20	3,30 pts.
CADETE Mazas	Min 3 Max 6	0,10 0,20 0,30	2 dif. corporales de cada grupo corporal Máx. 1,80	Min. 1 Valor: 0,30	1 máx.	3 máx. Valor 0,20	3,30 pts.
JUVENIL Aro	Min 3 Max 6	0,10 0,20 0,30	2 dif. corporales de cada grupo corporal Máx. 1,80	Min. 1 Valor: 0,30	1 máx.	3 máx. Valor 0,20	3,30 pts.

Sistema de Clasificación criterio “Resultado”

Los ejercicios serán evaluados por el jurado que emitirá un acta general con la evaluación del Encuentro Educativo al término de la prueba.

Cada deportista recibirá un diploma acreditativo de su participación al término de su participación.

D./Dña. _____

Presidente del Club _____, con NIF (del club) _____, en nombre y representación del mismo solicita la adscripción al programa de “**JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/2020**” organizado por la Diputación Provincial de Almería a través de su Delegación Especial de Deportes y Juventud. Esta adscripción supone:

1. Aceptar las bases generales del programa, así como las bases específicas del contenido correspondiente y la normativa técnica de cada modalidad deportiva.
2. Cooperar con la Diputación, en garantizar la salud y seguridad de los participantes (deportistas y técnicos).
3. Fomentar los valores propios de la práctica deportiva, tales como:
 - El carácter educativo del deporte
 - El sacrificio, el esfuerzo y la superación de retos
 - El respeto a las normas, los participantes, la diversidad, los jueces, y a los técnicos y técnicas que facilitan la práctica deportiva.
 - La incorporación de hábitos de vida saludables (higiene, descanso o alimentación)
4. Abonar, en su caso, los derechos de inscripción en función de lo determinado al respecto en las bases específicas de cada contenido del programa y del número de equipos participantes en éstos.
5. Asumir la gestión presupuestaria de los conceptos de gasto derivados de su participación en los diferentes contenidos del programa según lo determinado en las bases específicas correspondientes.
6. Cumplir las funciones expresamente atribuidas como parte integrante de la estructura organizativa del programa.
7. Designar como Coordinador/a del Club del programa a:

Nombre y Apellidos: _____

DNI: _____ Tfno.: _____ e-mail: _____

Cargo en el que actúa _____

En _____, a ___ de _____ de _____

Fdo.: _____

La entidad interesada deberá de cumplimentar el documento normalizado para este procedimiento, **una única vez independientemente del número de actuaciones y contenidos en los que su entidad pretenda participar**, teniendo como plazo el periodo comprendido desde la fecha de publicación de la aprobación del programa hasta las fechas establecidas como final del plazo determinado para cada uno de sus contenidos.

D./Dña. _____

Director/a del Centro Educativo _____, con NIF (del centro) _____, en nombre y representación del mismo solicita la adscripción al programa de “**JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/2020**” organizado por la Diputación Provincial de Almería a través de su Delegación Especial de Deportes y Juventud. Esta adscripción supone:

8. Aceptar las bases generales del programa, así como las bases específicas del contenido correspondiente y la normativa técnica de cada modalidad deportiva.
9. Cooperar con la Diputación, en garantizar la salud y seguridad de los participantes (deportistas y técnicos).
10. Fomentar los valores propios de la práctica deportiva, tales como:
 - El carácter educativo del deporte
 - El sacrificio, el esfuerzo y la superación de retos
 - El respeto a las normas, los participantes, la diversidad, los jueces, y a los técnicos y técnicas que facilitan la práctica deportiva.
 - La incorporación de hábitos de vida saludables (higiene, descanso o alimentación)
11. Abonar, en su caso, los derechos de inscripción en función de lo determinado al respecto en las bases específicas de cada contenido del programa y del número de equipos participantes en éstos.
12. Asumir la gestión presupuestaria de los conceptos de gasto derivados de su participación en los diferentes contenidos del programa según lo determinado en las bases específicas correspondientes.
13. Cumplir las funciones expresamente atribuidas como parte integrante de la estructura organizativa del programa.
14. Designar como Coordinador/a del Centro Educativo del programa a:

Nombre y Apellidos: _____

DNI: _____ Tfno.: _____ e-mail: _____

Cargo en el que actúa _____

En _____, a ____ de _____ de _____

Fdo.: _____

La entidad interesada deberá de cumplimentar el documento normalizado para este procedimiento, **una única vez independientemente del número de actuaciones y contenidos en los que su entidad pretenda participar**, teniendo como plazo el periodo comprendido desde la fecha de publicación de la aprobación del programa hasta las fechas establecidas como final del plazo determinado para cada uno de sus contenidos.



D./Dña. _____

Alcalde/Alcaldesa del Ayuntamiento _____, en nombre y representación del mismo solicita la adscripción al programa de “**JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/2020**” organizado por la Diputación Provincial de Almería a través de su Delegación Especial de Deportes y Juventud. Esta adscripción supone:

15. Aceptar las bases generales del programa, así como las bases específicas del contenido correspondiente y la normativa técnica de cada modalidad deportiva.
16. Cooperar con la Diputación, en garantizar la salud y seguridad de los participantes (deportistas y técnicos).
17. Fomentar los valores propios de la práctica deportiva, tales como:
 - El carácter educativo del deporte
 - El sacrificio, el esfuerzo y la superación de retos
 - El respeto a las normas, los participantes, la diversidad, los jueces, y a los técnicos y técnicas que facilitan la práctica deportiva.
 - La incorporación de hábitos de vida saludables (higiene, descanso o alimentación)
18. Abonar, en su caso, los derechos de inscripción en función de lo determinado al respecto en las bases específicas de cada contenido del programa y del número de equipos participantes en éstos.
19. Asumir la gestión presupuestaria de los conceptos de gasto derivados de su participación en los diferentes contenidos del programa según lo determinado en las bases específicas correspondientes.
20. Cumplir las funciones expresamente atribuidas como parte integrante de la estructura organizativa del programa.
21. Designar como Coordinador/a Municipal del programa a:

Nombre y Apellidos: _____

DNI: _____ Tfno.: _____ e-mail: _____

Cargo en el que actúa _____

En _____, a ____ de _____ de _____

Fdo.: _____

La entidad interesada deberá de cumplimentar el documento normalizado para este procedimiento, **una única vez independientemente del número de actuaciones y contenidos en los que su entidad pretenda participar**, teniendo como plazo el periodo comprendido desde la fecha de publicación de la aprobación del programa hasta las fechas establecidas como final del plazo determinado para cada uno de sus contenidos

D./D^a _____, con DNI/pasaporte en vigor número: _____, y teléfono de contacto: _____, en mi condición de padre/madre/tutor/tutora de D./D^a _____, con DNI/pasaporte en vigor número: _____ o en su defecto fecha de nacimiento: _____, por la presente

AUTORIZO:

- 1) A su inscripción en el programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/20" organizado por la Diputación de Almería.
- 2) A su participación en el contenido ENCUESTRO EDUCATIVOS DE PROMOCIÓN DEPORTIVA, y en cuantas actividades sean convocadas con el equipo de la modalidad deportiva _____ del municipio de _____. Igualmente manifiesto mi consentimiento para que realice salidas fuera de la localidad para participar en las citadas actividades deportivas.
- 3) A que la Diputación de Almería puede realizar y usar fotografías y/o grabaciones de los participantes, durante las actividades deportivas citadas en el punto anterior, en las que pueda aparecer, para la memoria y difusión de la actividad, sin derecho por parte del participante a recibir compensación económica alguna.

A SU VEZ DECLARO:

- a) Que el/la autorizado/a sabe que debe aceptar las normas de seguridad y de comportamiento que le sean indicadas por los responsables del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/20" y que dispongan para cada una de las actividades y competiciones convocadas, autorizando a los responsables a imponer su criterio y eximiéndoles de toda responsabilidad en caso de cualquier incidencia o accidente producidos durante la práctica deportiva y, en su caso, durante los correspondientes desplazamientos que del incumplimiento de aquellas se pueda derivar.
 - b) Que conozco y acepto la normativa general del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2018/19", las bases específicas del contenido correspondiente, así como normativa técnica y características de la modalidad en cuestión.
 - c) Que le han sido administradas las vacunas que le corresponden por su edad y que, previa consulta médica realizada, no padece enfermedad, alergias u otras causas que puedan desaconsejar su participación con normalidad en las actividades programadas dentro del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/2020". En caso de padecer algún tipo de enfermedad que, aún permitiéndole la práctica de las actividades de referencia, necesite de medidas preventivas especiales deberá especificarlas y adjuntar el correspondiente informe médico en el que se recojan las recomendaciones al respecto.
 - d) Que reúne las condiciones físicas y requisitos médicos necesarios para la realización de las actividades previstas. Expreso mi consentimiento para que, en su caso, pueda ser inscrito en equipos de una o más categorías superiores a la suya del mismo municipio y modalidad deportiva, y que soy consciente de los riesgos que esto puede implicar.
- Hago extensible esta autorización al personal afecto al programa para que, en caso de máxima urgencia, con el consentimiento y prescripción médica oportuna, tomen las decisiones medico-quirúrgicas necesarias si ha sido imposible mi localización.
- e) Que conozco que la cobertura del riesgo de accidentes derivado de la práctica en estas actividades y competiciones deportivas del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2019/20" **no lleva implícito tener un seguro de accidentes**, corriendo a cargo del participante los gastos médicos por lesión de accidente a través de la Seguridad Social o Seguros Privados, según art. 6.3 del Decreto 6/2008 de 15 de enero por el que se regula el deporte en edad escolar en Andalucía y art. 16.2 de la Orden de 11 de enero de 2011 por el que se regula el Plan de Deporte en Edad Escolar de Andalucía.

En _____, a _____ de _____

Fdo.- _____

En caso de no otorgar autorización para alguno de estos asuntos debe remitir un escrito razonado a: Delegación de Deportes y Juventud Diputación de Almería. Pabellón Moisés Ruiz. Carretera de Níjar-Los Molinos, 1. 04009 Almería.
El arriba firmante autoriza a la Diputación de Almería a registrar los datos de carácter personal detallados en este impreso, los cuales serán tratados en todo momento de conformidad con lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal y demás legislación aplicable. En función de la aplicación de dicha normativa, el afectado podrá acceder, rectificar y cancelar su información remitiendo un escrito a: Delegación de Deportes y Juventud Diputación de Almería. Pabellón Moisés Ruiz. Carretera de Níjar-Los Molinos, 1. 04009 Almería.

Recomendaciones sobre protección para todo tipo de actividades deportivas

Recomendaciones Generales

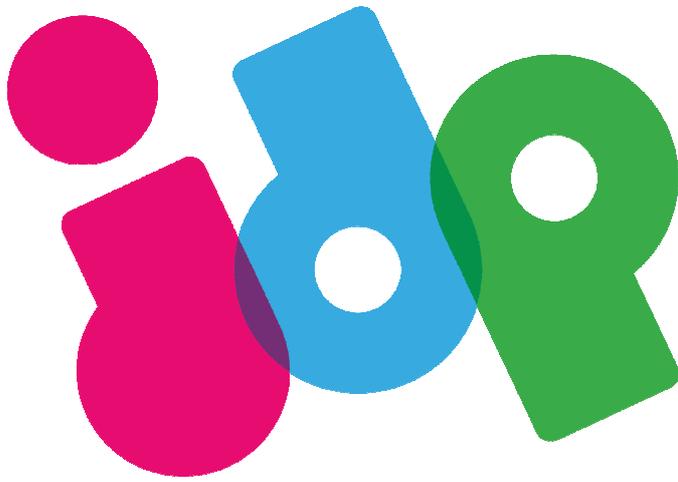
- Realizar controles médicos básicos previos. Hacer revisiones periódicas.
- Adquirir hábitos posturales correctos.
- Ejecutar el ejercicio con moderación.
- Hidratar durante el ejercicio (si es posible) y después del mismo.
- No competir si el nivel de entrenamiento previo es insuficiente.
- No ejecutar movimientos demasiados bruscos.
- No usar sustancias, métodos y elementos farmacológicos prohibidos en la legislación vigente.
- Preparar una competición con antelación y adaptarse progresivamente a sus circunstancias.
- Realizar calentamientos y estiramientos minuciosos antes y después del entrenamiento.
- Trabajar por sensaciones corporales más que por objetivos, metas o cronos.
- Usar ropa y calzado seguros, confortables. cómodos y adecuados a cada tipo de ejercicio.
- Utilizar las medidas de prevención para evitar rozaduras, esguinces, tendinitis, etc.
- Vigilar la alimentación y el descanso.
- Seguir las indicaciones y recomendaciones en el uso de la instalación (zonas de estancias, vestuarios, gradas y zonas deportivas).
- Verificar que las instalaciones y sus elementos deportivos se encuentren en adecuadas condiciones higiénicas y de uso para evitar enfermedades y accidentes (porterías, canastas, aparatos y elementos de musculación, vestuarios, espacios deportivos, etc.)

Recomendaciones para actividades al aire libre

- A menor latitud y mayor altura, mayor radiación solar.
- Educar y proteger adecuadamente a los niños y jóvenes de la radiación solar.
- Considerar la existencia de superficies reflectantes: nieve, agua, arena, hierba, asfalto, etc.
- Evitar la exposición al sol entre las 13 y las 17 horas.
- En verano, evitar hacer ejercicios en las horas centrales del día.
- No aplicarse colonias o productos perfumados antes de la exposición al sol.
- No utilizar cremas bronceadoras intensificadoras de los efectos nocivos de las radiaciones solares.
- Usar filtro solar aunque el día esté nublado.
- Usar filtro solar adecuado antes de cada exposición, aplicándolo entre media y una hora antes de la exposición y repetirlo cada dos horas (o después de nadar o sudar).
- En actividades en el mar, utilizar chalecos salvavidas y seguir las instrucciones de los técnicos deportivos en todo momento.
- En actividades de montaña, mar y nieve es recomendable el uso de gafas de sol para la protección contra los rayos solares.

Recomendaciones para actividades en piscinas

- Abrigarse correctamente al entrar y salir de la piscina.
- Cuidar las condiciones higiénicas de las toallas y secarse bien todo el cuerpo al salir de la zona de vasos.
- Ducharse antes de entrar a la piscina e inmediatamente después de salir.
- Exigir unas adecuadas condiciones higiénicas sanitarias de la instalación: temperatura, color, olor, limpieza...
- Evitar tragar agua de la piscina e incluso que entre en la boca.
- Usar calzado adecuado para estar en la instalación.
- Utilizar gafas acuáticas de protección para evitar afectaciones oftalmológicas.
- Seguir las recomendaciones y obligaciones que realicen estas instalaciones acuáticas en temas de seguridad y salud.



Juegos
Deportivos
Provinciales



DIPUTACIÓN
DE ALMERÍA



PROGRAMA INCLUIDO EN EL PLAN ANDALUZ DE DEPORTE EN EDAD ESCOLAR 2019/2020