

Ministerio
de **Educación**

BACHILLERATO TÉCNICO

**PROMOTOR EN
RECREACIÓN Y DEPORTES**

DESARROLLO CURRICULAR

SUBSECRETARÍA DE FUNDAMENTOS EDUCATIVOS
DIRECCIÓN NACIONAL DE CURRÍCULO

2014



**BACHILLERATO TÉCNICO
PROMOTOR EN
RECREACIÓN Y DEPORTES
DESARROLLO CURRICULAR**

PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA
Rafael Correa Delgado

MINISTRO DE EDUCACIÓN
Augusto Espinosa Andrade

Viceministro de Educación
Freddy Peñafiel Larrea

Viceministro de Gestión Educativa
Jaime Roca Gutiérrez

Subsecretaria de Fundamentos Educativos
Tannya Lorena Lozada Montero

Directora Nacional de Currículo
Isabel Ramos Castañeda(E)

Facilitadores
Palmiro Nieto Nasputh
Fernando Montalvo Vélez

Diagramación
Marcelo Salazar

© Ministerio de Educación del Ecuador, 2014
Av. Amazonas N34-451 y Atahualpa
Quito, Ecuador
www.educacion.gob.ec

La reproducción parcial o total de esta publicación, en cualquier forma y por cualquier medio mecánico o electrónico, está permitida siempre y cuando se cite correctamente la fuente.

DISTRIBUCIÓN GRATUITA - PROHIBIDA SU VENTA



ADVERTENCIA

Un objetivo manifiesto del Ministerio de Educación es combatir el sexismo y la discriminación de género en la sociedad ecuatoriana y promover, a través del sistema educativo, la equidad entre mujeres y hombres. Para alcanzar este objetivo, promovemos el uso de un lenguaje que no reproduzca esquemas sexistas, y de conformidad con esta práctica preferimos emplear en nuestros documentos oficiales palabras neutras, tales como las personas (en lugar de los hombres) o el profesorado (en lugar de los profesores), etc. Sólo en los casos en que tales expresiones no existan, se usará la forma masculina como genérica para hacer referencia tanto a las personas del sexo femenino como masculino. Esta práctica comunicativa, que es recomendada por la Real Academia Española en su Diccionario Panhispánico de Dudas, obedece a dos razones: (a) en español es posible «referirse a colectivos mixtos a través del género gramatical masculino», y (b) es preferible aplicar «la ley lingüística de la economía expresiva» para así evitar el abultamiento gráfico y la consiguiente ilegibilidad que ocurriría en el caso de utilizar expresiones como las y los, os/as y otras fórmulas que buscan visibilizar la presencia de ambos sexos.

CONTENIDO

DESARROLLO CURRICULAR.....	7
OBJETIVO GENERAL DEL CURRÍCULO.....	7
MÓDULO 1: <i>Actividades lúdicas recreativas</i>	9
MÓDULO 2: <i>Capacidades y habilidades físicas</i>	14
MÓDULO 3: <i>Bases metodológicas del entrenamiento deportivo</i>	20
MÓDULO 4: <i>Eventos y competencias deportivas</i>	28
MÓDULO 5: <i>Bases fisiológicas del deporte</i>	32
MÓDULO 6: <i>Psicología aplicada al deporte</i>	37
MÓDULO 7: <i>Formación y orientación laboral - FOL</i>	42

Participantes

Miranda Ortiz Jorge Eduardo - Unidad Educativa Experimental de Iniciación y Desarrollo Deportivo - Azuay
Guamán Escobar Henry - Instituto Superior San Pablo de Atenas - Bolívar
Chimbo Cando Segundo Arturo - C. Intercultural Bilingüe Surupukyu - Bolívar
Villares Paredes Ángel Fernando - Instituto Tecnológico Superior Guaranda - Bolívar
Mazo Estacio Eduardo Darío - Unidad Educativa Fiscomisional Deportivo Técnica “San Daniel Comboni” - Esmeraldas
Mina Cabrera Iván Ernesto - Unidad Educativa Fiscomisional Deportivo Técnica “San Daniel Comboni” - Esmeraldas
Pacheco Góngora Xavier Alexis - Unidad Educativa Fiscomisional Deportivo Técnica “San Daniel Comboni” - Esmeraldas
Quiñónez Arévalo Sara Annabell- Unidad Educativa Fiscomisional Deportivo Técnica “San Daniel Comboni” - Esmeraldas
Segovia Mina Victor Alberto - Unidad Educativa Fiscomisional Deportivo Técnica “San Daniel Comboni” - Esmeraldas
Mina Ramírez Ruth Irina - Unidad Educativa ‘Tácito Ortiz Urriola’ - Esmeraldas
Cuero Peralta Elen Madeline - Federación Deportiva Estudiantil de Esmeraldas - Esmeraldas
Andrade Solórzano Socrates Francisco - Dirección Provincial de Educación de Esmeraldas - Esmeraldas
León Vinuesa Jesús Amable - Universidad Técnica del Norte - Imbabura
Albuja León Miguel Ernesto - Colegio Nacional Yahuarcocha - Imbabura
Jaramillo Jaramillo Henry Patricio- Colegio Fernando Chávez Reyes - Imbabura
López García Miguel Rolando- C. Mariano Suárez Veintimilla - Imbabura
Sanipatín Rivera Mauro Rubén - Dirección Provincial de Educación de Imbabura - Imbabura
Sucuy Suárez Iván Marcelo -Instituto Técnico Superior Juan XXIII - Napo
Chamorro González Alfonso Gabriel- Universidad Central del Ecuador - Pichincha
Mendoza Yépez Margarita Marlene- Universidad Central del Ecuador - Pichincha
Changoluisa Gavilanes Galo Hernán - Instituto Tecnológico Superior Central Técnico - Pichincha
Tasigchana Moya José Wilfrido- Colegio Nacional Amazonas - Pichincha
Rodríguez Checa Roberto - Ministerio del Deporte - Pichincha
Tovar Acurio Marcelo - Ministerio del Deporte - Pichincha
Santamaría Almeida Juan Marcelo - Ministerio del Deporte - Pichincha
Carrera Herrera Iván Shubert - Ministerio del Deporte- Pichincha
Viteri Mackenzie Galo Ludgardo - Dirección de Currículo - MINEDUC - Pichincha
Zambrano Aguilar Carmen Mercedes - Dirección de Currículo - MINEDUC- Pichincha

DESARROLLO CURRICULAR

OBJETIVO GENERAL DEL CURRÍCULO

Promover y participar en actividades recreativas, físicas y deportivas, así como en la organización de festivales y torneos deportivos destinados a individuos, grupos y entidades públicas y privadas, para fomentar el buen uso del tiempo libre, el mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar de la población.

A) MÓDULOS ASOCIADOS A UNIDADES DE COMPETENCIA

- **Actividades lúdicas recreativas** (140 horas pedagógicas)
- **Capacidades y habilidades físicas** (235 horas pedagógicas)
- **Bases metodológicas del entrenamiento deportivo** (610 horas pedagógicas)
- **Eventos y competencias deportivas** (132 horas pedagógicas)

B) MÓDULOS DE CARÁCTER BÁSICO Y/O TRANSVERSAL

- **Bases fisiológicas del deporte** (206 horas pedagógicas)
- **Psicología aplicada al deporte** (136 horas pedagógicas)

C) MÓDULO DE FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL (66 horas pedagógicas)

D) MÓDULO DE FORMACIÓN EN CENTROS DE TRABAJO (160 horas pedagógicas)

Módulo 1: ACTIVIDADES LÚDICAS RECREATIVAS

(Asociado a la Unidad de Competencia 1).

Objetivo del módulo formativo:

Desarrollar actividades lúdicas recreativas propias del entorno, aplicando adecuadamente las técnicas y procedimientos establecidos, para fomentar el buen uso del tiempo libre.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los procedimientos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Recreación y tiempo libre (30 horas pedagógicas)

UT 2: El juego (20 horas pedagógicas)

UT 3: Juegos recreativos (20 horas pedagógicas)

UT 4: Juegos pre-deportivos (20 horas pedagógicas)

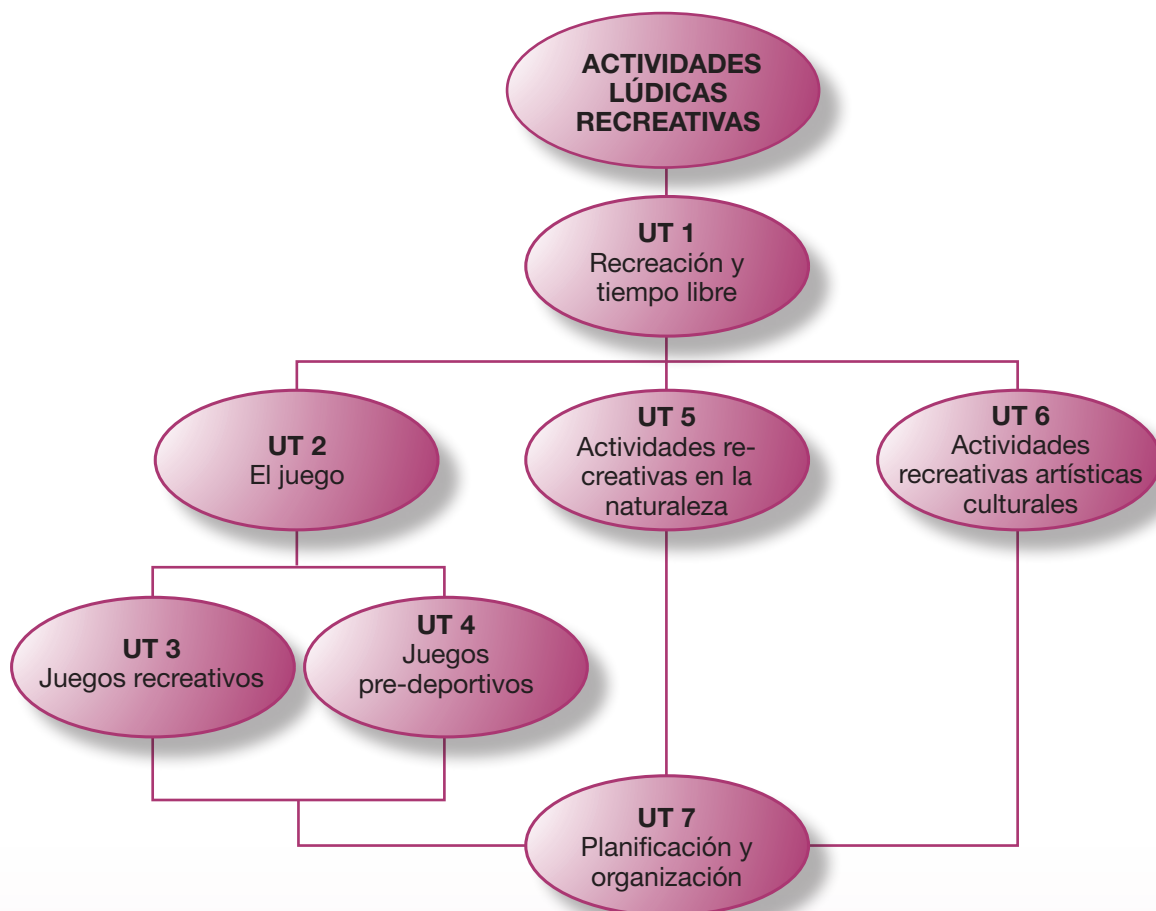
UT 5: Actividades recreativas en la naturaleza (30 horas pedagógicas)

UT 6: Actividades recreativas artísticas culturales (10 horas pedagógicas)

UT 7: Planificación y organización (10 horas pedagógicas)

Duración total: 140 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



DESARROLLO DE LAS UNIDADES DE TRABAJO

Unidad de trabajo No. 1: *Recreación y tiempo libre*

Objetivo: Organizar programas de recreación para la utilización del tiempo libre.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Relacionar las actividades lúdicas recreativas con las políticas del plan nacional del buen vivir.
- Identificar y describir las actividades lúdicas propias del entorno.
- Identificar los tipos de recreación apropiados para las personas de acuerdo a su edad.
- Elaborar planes de actividades lúdicas recreativas.
- Determinar los recursos necesarios para realizar actividades recreativas en el tiempo libre.

Hechos/conceptos

- Tiempo libre: definición, importancia, utilización.
- Recreación: definición, importancia, características, clasificación.
- La recreación en el contexto del plan nacional del buen vivir.
- Liderazgo: conceptualización, importancia. El liderazgo en la recreación.
- Actividades lúdicas recreativas del entorno: lugares, características, implementos, logística.
- Ecología: conceptualización, importancia de la preservación de la naturaleza. La cultura ecológica.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de las actividades lúdicas recreativas en la utilización del tiempo libre.
- Ser responsable en el cumplimiento de las actividades.

- Mantener una relación cordial con el grupo, respetando las individualidades.
- Valorar y cuidar los recursos naturales.
- Velar por la seguridad y salud de los participantes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Analizar el beneficio de las actividades lúdicas y recreativas.
- Visitar lugares del entorno donde se desarrollan actividades lúdicas recreativas.
- Explicar y aplicar las técnicas y procedimientos de cada actividad.
- Realizar ejercicios de actividades lúdicas recreativas.
- Elaborar planes de actividades lúdicas recreativas.

Criterios de evaluación

- Argumenta la importancia de la recreación en la utilización del tiempo libre.
- Relaciona las actividades lúdicas recreativas con el plan nacional del buen vivir.
- Diferencia los tipos de recreación apropiados para las personas según su edad.
- Reconoce las técnicas y procedimientos de las diferentes actividades lúdicas recreativas del entorno.
- Organiza programas de recreación para la utilización del tiempo libre.

Unidad de trabajo No. 2: *El juego*

Objetivo: Organizar y realizar diferentes tipos de juegos para contribuir a la masificación deportiva.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar las características de los diferentes juegos y sus implementos.
- Realizar juegos individuales y colectivos con materiales del entorno.
- Ejecutar actividades lúdicas recreativas tradi-

cionales e interculturales.

- Elaborar materiales para las actividades lúdicas recreativas con elementos del entorno.

Hechos/conceptos

- El juego: definición, características, importancia.
- Juegos individuales y colectivos: característi-

- cas, implementos.
- Principios de selección y conducción de los juegos.
- Elementos del entorno natural: tipos y utilidad.

Actitudes/valores/normas

- Participar activamente en los trabajos de grupo.
- Respetar las capacidades individuales.
- Manifestar una actitud de liderazgo en el grupo.
- Asumir una actitud positiva ante el triunfo y la derrota.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Observar el desarrollo de juegos individuales y colectivos.

- Explicar las técnicas de los diferentes juegos.
- Practicar los principios de selección y conducción de los juegos.
- Revisar los materiales utilizados en las actividades lúdicas recreativas.

Criterios de evaluación

- Diferencia los tipos de juegos y sus características.
- Identifica las técnicas de los diferentes juegos.
- Adecúa los juegos en función de las edades de los participantes.
- Selecciona los materiales para los diferentes juegos.

Unidad de trabajo No. 3: Juegos recreativos

Objetivo: Organizar y desarrollar juegos propios del entorno con el fin de rescatar las costumbres y tradiciones.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los juegos propios del entorno y sus características.
- Organizar los materiales requeridos para desarrollar los juegos.
- Elaborar materiales para las actividades lúdicas recreativas con elementos del medio.
- Realizar juegos propios del entorno aplicando las reglas establecidas.

Hechos/conceptos

- Juegos recreativos: tipos, características, técnicas que se utilizan.
- Organización de los juegos: participantes, materiales requeridos, reglas a observar.

Actitudes/valores/normas

- Participar activamente en los trabajos de grupo.

- Valorar nuestra cultura y sus tradiciones.
- Respetar las capacidades individuales.
- Relacionarse positivamente con los participantes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Visitar los espacios recreacionales donde se realizan juegos tradicionales.
- Analizar las reglas de los diferentes juegos.
- Realizar ejercicios de los diferentes juegos recreativos del entorno.

Criterios de evaluación

- Identifica los juegos recreativos propios del entorno y sus reglas.
- Selecciona los materiales que se utilizan en los diferentes juegos.
- Reconoce la importancia de rescatar las costumbres y tradiciones del entorno.

Unidad de trabajo No. 4: Juegos pre-deportivos

Objetivo: Organizar y desarrollar juegos pre-deportivos con la finalidad de incentivar la práctica deportiva.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los diferentes juegos pre-deportivos y la forma de realizarlos.
- Adaptar los juegos pre-deportivos en función de las edades de los participantes.

- Preparar los implementos deportivos para la realización de los juegos.
- Adecuar los escenarios y espacios físicos para la realización de los juegos.
- Ejecutar los juegos pre-deportivos aplicando la

reglamentación correspondiente.

Hechos/conceptos

- Juegos pre-deportivos: característica, técnicas que se utilizan, implementos.
- Organización de los juegos pre-deportivos: organización por edades de los participantes.
- Reglamentación de los juegos.

Actitudes/valores/normas

- Participar activamente en los trabajos de grupo.
- Respetar las capacidades individuales.
- Cumplir y respetar las reglas establecidas para cada juego.
- Asumir una actitud positiva ante el triunfo y la

derrota.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Visitar espacios recreacionales donde se realizan juegos pre-deportivos.
- Analizar las reglas de los diferentes juegos.
- Realizar ejercicios de los diferentes juegos pre-deportivos.

Criterios de evaluación

- Identifica los diferentes juegos pre-deportivos y su reglamentación.
- Organiza los equipos para realizar los juegos.
- Selecciona los implementos que se utilizan en los diferentes juegos.

Unidad de trabajo No. 5: Actividades recreativas en la naturaleza

Objetivo: Organizar y desarrollar actividades recreativas en el entorno natural, cuidando la seguridad de los participantes y los recursos naturales.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los lugares del entorno natural propicios para la realización de actividades recreativas.
- Identificar los implementos utilizados en las diferentes actividades recreativas.
- Organizar caminatas, campamentos, ascensos y centros vacacionales, especificando los recursos necesarios.

Hechos/conceptos

- Caminata: descripción, características, materiales requeridos, organización y desarrollo.
- Campamento: descripción, características, materiales requeridos, organización y desarrollo.
- Andinismo: descripción, características, materiales requeridos, organización y desarrollo.
- Centros vacacionales: descripción, características, materiales requeridos, organización y desarrollo.

Actitudes/valores/normas

- Ser responsable en la organización y desarrollo de las actividades recreativas.

- Mantener una relación cordial con el grupo, respetando las individualidades.
- Velar por la seguridad y salud de los participantes.
- Valorar y cuidar los recursos naturales.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar consultas sobre los lugares del entorno natural y sus características.
- Presentar videos de las diferentes actividades y comentar las impresiones.
- Analizar los procedimientos para desarrollar cada actividad.
- Revisar la implementación y las normas de seguridad e higiene aplicadas en cada actividad.

Criterios de evaluación

- Identifica los lugares del entorno adecuados para la realización de actividades recreativas.
- Determina los implementos a utilizar en cada actividad, en función del grupo de participantes.
- Organiza las actividades recreacionales, considerando los recursos requeridos y las normas de seguridad e higiene a aplicar.

Unidad de trabajo No. 6: Actividades recreativas artísticas culturales

Objetivo: Identificar las actividades recreativas artísticas culturales con la finalidad de promocionarlas en los grupos de participantes.

(Tiempo estimado: 10 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los lugares turísticos del entorno y sus actividades recreativas.
- Describir la oferta gastronómica del entorno y la región.

Hechos/conceptos

- Lugares turísticos: tipos, ubicación geográfica, actividades recreativas artísticas culturales.
- Gastronomía: características, lugares de atención.

Actitudes/valores/normas

- Valorar las manifestaciones artísticas culturales del entorno y la región.
- Mantener una relación cordial con el grupo de beneficiarios.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Visitar los lugares artísticos culturales del entorno y la región.
- Analizar las actividades artísticas culturales que se ofrecen en las diferentes épocas.
- Investigar sobre la oferta gastronómica del entorno y la región.

Criterios de evaluación

- Identifica los lugares artísticos culturales del entorno.
- Describe las actividades artísticas culturales que se dan en el entorno y la región.
- Identifica la oferta gastronómica del entorno y la región.

Unidad de trabajo No.7: Planificación y organización

Objetivo: Preparar ofertas de actividades lúdicas recreativas para atender los requerimientos de los usuarios.

(Tiempo estimado: 10 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Elaborar planes de actividades lúdicas recreativas en función de los requerimientos establecidos.
- Determinar los recursos e implementos necesarios para cada una de las actividades.
- Determinar los costos de los servicios de recreación.

Hechos/conceptos

- La planificación: definición, importancia, proceso.
- Los recursos: tipos, cuantificación, costos.
- El presupuesto: elementos, cuantificación.

Actitudes/valores/normas

- Ser ordenado en la estructuración y secuenciación del plan de actividades.
- Ser meticuloso y previsor en la determinación de los recursos requeridos.

- Ser responsable en al cálculo de los costos de las diferentes actividades.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar el procedimiento de elaboración de un plan de actividades.
- Revisar y comentar planes de actividades pre-elaborados.
- Realizar ejercicios de determinación de costos de actividades recreativas.

Criterios de evaluación

- Identifica los componentes de un plan de actividades recreativas.
- Establece la secuencia de las actividades a realizar.
- Selecciona los recursos en función de los requerimientos.
- Determina los costos del plan de actividades recreativas.
- Estructura el plan de actividades de manera coherente.

Módulo 2: CAPACIDADES Y HABILIDADES FÍSICAS

(Asociado a la Unidad de Competencia 2).

Objetivo del módulo formativo:

Ejecutar programas de actividades psicomotoras, aplicando las estrategias metodológicas propias de cada una, para mejorar las capacidades y habilidades físicas de las personas.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los procedimientos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Capacidades físicas y destrezas motoras – parte 1 (30 horas pedagógicas)

UT 2: Test físicos (40 horas pedagógicas)

UT 3: Capacidades físicas y destrezas motoras – parte 2 (30 horas pedagógicas)

UT 4: Programas de actividad física (50 horas pedagógicas)

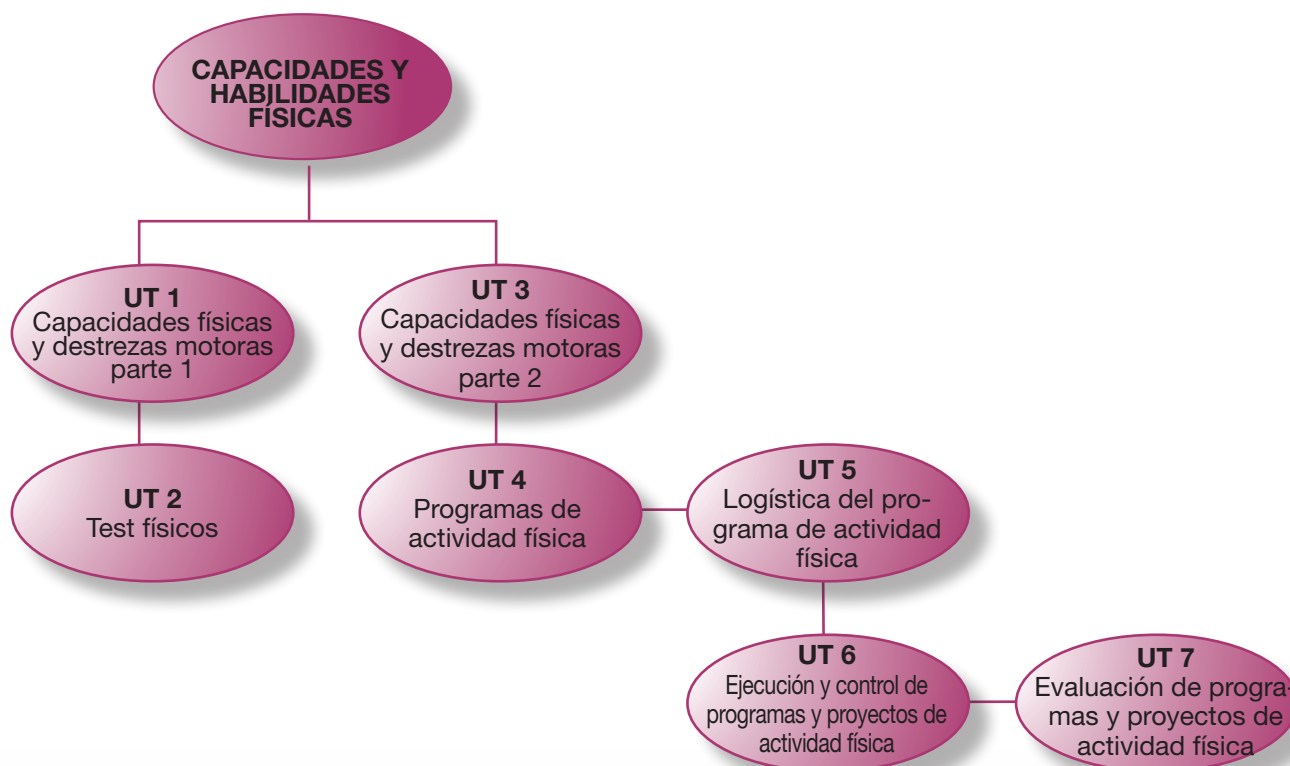
UT 5: Logística del programa de actividad física (30 horas pedagógicas)

UT 6: Ejecución y control de programas y proyectos de actividad física (30 horas pedagógicas)

UT 7: Evaluación de programas y proyectos de actividad física (25 horas pedagógicas)

Duración total: 235 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



Unidad de trabajo No. 1: Capacidades físicas y destrezas motoras – parte 1

Objetivo: Aplicar ejercitaciones para desarrollar las capacidades físicas y las destrezas motoras.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Diferenciar las capacidades físicas de una persona.
- Describir las manifestaciones de las destrezas motoras.
- Determinar actividades para desarrollar las destrezas generales y específicas.

Hechos/conceptos

- Las capacidades físicas: conceptualización, clasificación.
- Las destrezas motoras: conceptualización, tipos.
- Destrezas generales y específicas: estructura, desarrollo.

Actitudes/valores/normas

- Ser respetuoso y tolerante con los usuarios.
- Valorar el trabajo metódico y organizado en la ejercitación de las capacidades físicas.
- Interesarse por la aplicación de las normas establecidas.

- Manifestar capacidad de adaptación a nuevas situaciones de trabajo.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis sobre las capacidades y destrezas motoras.
- Demostrar en supuestos prácticos, mediante juegos, la valoración de las capacidades y destrezas motoras.
- Realizar sesiones de ejercicios para desarrollar las capacidades físicas y las destrezas motoras.

Criterios de evaluación

- Describe en qué consiste cada una de las capacidades y destrezas motoras.
- Identifica las rutinas de ejercicios recomendadas para cada una de las capacidades y destrezas motoras.
- Aplica las normas establecidas para el desarrollo de las ejercitaciones.

Unidad de trabajo No. 2: Test físicos

Objetivo: Aplicar los diferentes tipos de test físicos e interpretar los resultados obtenidos.

(Tiempo estimado: 40 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los tipos de test físicos y sus características.
- Preparar los espacios físicos, implementos e instrumentos técnicos para la aplicación de los test físicos.
- Aplicar los diferentes tipos de test físicos.
- Llenar fichas y formatos utilizados en los test físicos.
- Elaborar informes de resultados de test físicos.

Hechos/conceptos

- Test físicos: conceptualización e importancia.
- Clasificación de los test físicos: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad, coordinación y agilidad.
- Implementos e instrumentos técnicos para la

aplicación de los test físicos.

- Aplicación de los test físicos: procedimiento de aplicación, interpretación de resultados.
- Informes, fichas y formatos: tipos, características, usos.

Actitudes/valores/normas

- Valorar la importancia de la aplicación de los test físicos.
- Resaltar el trabajo metódico y organizado en la aplicación de los test físicos.
- Respetar las diferencias individuales de los usuarios.
- Interesarse por la aplicación de las normas establecidas.
- Manifestar capacidad de adaptación a las diferentes situaciones de trabajo.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis sobre los test físicos.
- Realizar demostraciones de la aplicación de los diferentes test físicos.
- Registrar los resultados de los test físicos en los respectivos formatos.
- Analizar los resultados obtenidos en la aplica-

ción de los test físicos.

Criterios de evaluación

- Identifica la utilidad de cada uno de los test físicos.
- Prepara los espacios físicos, implementos e instrumentos técnicos para la aplicación de los test físicos.
- Aplica los test físicos siguiendo el procedimiento establecido.
- Interpreta los resultados de los test físicos.

Unidad de trabajo No. 3: Capacidades físicas y destrezas motoras – parte 2

Objetivo: Aplicar ejercitaciones para desarrollar las capacidades físicas y las destrezas motoras.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Diferenciar las rutinas de ejercicios para cada una de las destrezas motoras.
- Desarrollar rutinas de ejercicios aplicando las técnicas correspondientes.

Hechos/conceptos

- Estructura de las destrezas generales y específicas.
- Desarrollo de capacidades y destrezas físicas: estrategias metodológicas y técnicas.
- Informes, fichas y formatos: tipos, características, usos.

Actitudes/valores/normas

- Ser respetuoso y tolerante con los usuarios.
- Valorar el trabajo metódico y organizado en la ejercitación de las capacidades físicas.
- Interesarse por la aplicación de las normas establecidas.

- Manifestar capacidad de adaptación a las diferentes situaciones de trabajo.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis sobre las capacidades y destrezas motoras.
- Demostrar en supuestos prácticos, mediante juegos, la valoración de las capacidades y destrezas motoras.
- Realizar sesiones de ejercicios para desarrollar las capacidades físicas y las destrezas motoras.

Criterios de evaluación

- Describe en qué consiste cada una de las capacidades y destrezas motoras.
- Identifica las rutinas de ejercicios recomendadas para cada una de las capacidades y destrezas motoras.
- Realiza rutinas de ejercicios aplicando las normas establecidas.

Unidad de trabajo No. 4: Programas de actividad física

Objetivo: Aplicar los programas de actividades físicas tomando en cuenta las condiciones físicas y edad de los beneficiarios

(Tiempo estimado: 50 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Organizar el espacio físico y preparar los implementos a utilizar en las actividades físicas.
- Organizar grupos de trabajo por condiciones, capacidades físicas y edades.
- Ejecutar las actividades físicas aplicando la metodología establecida.

- Controlar el desarrollo de las actividades físicas.
- Llenar fichas y formatos.
- Elaborar informes de las actividades físicas.

Hechos/conceptos

- Actividades físicas: definiciones, tipos, metodología, estrategias, evaluación.
- Implementos para la actividad física: tipos,

función, uso, mantenimiento.

- Criterios para la organización de grupos de trabajo: condición física, capacidades físicas, edad.
- Rutinas de ejercicios: estructura, metodología de aplicación.
- Protocolo de formularios: estructuración de informes, fichas y formatos.

Actitudes/valores/normas

- Respetar las diferencias individuales de los usuarios.
- Resaltar el trabajo metódico y organizado en la realización de actividades físicas.
- Actuar con responsabilidad en el desarrollo de los programas de actividades físicas.
- Interesarse por la aplicación de las normas establecidas.
- Motivar permanentemente a los beneficiarios.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los te-

mas de la unidad.

- Explicar los criterios para la organización de grupos de participantes.
- Realizar ejercicios prácticos de uso y mantenimiento de implementos para las actividades físicas.
- Estructurar y desarrollar rutinas de ejercicios para diferentes actividades físicas.
- Realizar ejercicios de llenado de fichas y formatos, y elaboración de informes.

Criterios de evaluación

- Organiza correctamente los espacios físicos e implementos requeridos.
- Organiza los grupos de trabajo observando los criterios establecidos.
- Aplica los instrumentos técnicos de acuerdo con la metodología establecida.
- Aplica las rutinas de ejercicios de acuerdo a los protocolos.
- Elabora informes con la estructura normada.

Unidad de trabajo No. 5: Logística del programa de actividad física

Objetivo: Organizar los escenarios, implementos deportivos y tecnológicos requeridos para el desarrollo de programas de actividad física.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Realizar la verificación de los espacios físicos.
- Adecuar los espacios físicos de acuerdo a la actividad a realizar.
- Determinar y organizar los implementos a utilizar.
- Verificar el funcionamiento de los equipos tecnológicos.
- Realizar la entrega-recepción de escenarios, equipos deportivos y tecnológicos.

Hechos/conceptos

- Los espacios físicos: clasificación según la actividad, características.
- Los implementos deportivos: clasificación según la actividad, características, uso, mantenimiento, registros.
- Los equipos tecnológicos: tipos, manipulación y mantenimiento.
- Actas de entrega recepción de escenarios y equipos tecnológicos: importancia, elaboración.

Actitudes/valores/normas

- Ser respetuoso y tolerante.
- Actuar con responsabilidad en el manejo de los escenarios y equipos deportivos y tecnológicos.
- Interesarse por la aplicación de las normas de higiene y seguridad establecidas.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar la clasificación y caracterización de los escenarios deportivos.
- Realizar visitas de observación a escenarios deportivos del entorno.
- Demostrar el uso de los implementos deportivos y las actividades de mantenimiento.
- Realizar talleres demostrativos sobre el funcionamiento y uso de los equipos tecnológicos.
- Llenar registros de los implementos deportivos.
- Elaborar actas modelo de entrega-recepción de escenarios y equipos tecnológicos.

Criterios de evaluación

- Relaciona los escenarios deportivos con el tipo de actividades físicas a realizar.
- Identifica los implementos deportivos que se utilizan en las diferentes actividades físicas.

- Verifica los implementos y equipos tecnológicos observando las normas establecidas.
- Registra la información requerida para la entrega-recepción de escenarios, implementos deportivos y equipos tecnológicos.

Unidad de trabajo No. 6: Ejecución y control de programas y proyectos de actividad física

Objetivo: Ejecutar y controlar la implementación de programas y proyectos de actividad física.
(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Aplicar los programas y proyectos de actividad física.
- Realizar el seguimiento del desarrollo de los programas y proyectos de actividad física.
- Efectuar los controles establecidos en los programas y proyectos.

- Motivar permanentemente a los beneficiarios.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Analizar la estructura de los programas y proyectos de actividad física.
- Realizar ejercicios de aplicación de programas y proyectos de actividad física.
- Elaborar y aplicar instrumentos de control y seguimiento.
- Elaborar informes, reportes, anecdotarios y relatorías.

Hechos/conceptos

- Programas y proyectos de actividad física: definición de contenidos, esquema básico de planificación, cronograma de actividades.
- Seguimiento y control de programas y proyectos: importancia, características, instrumentos.
- Protocolo de información: estructura, manejo.

Criterios de evaluación

- Interpreta la planificación de programas y proyectos de actividad física.
- Ejecuta las actividades físicas de los programas y proyectos.
- Realiza el seguimiento y control utilizando los instrumentos establecidos.
- Presenta informes, reportes y relatorías en los formatos convencionales.

Actitudes/valores/normas

- Actuar con responsabilidad, honestidad y exactitud en la ejecución y control de los programas y proyectos de actividad física.

Unidad de trabajo No. 7: Evaluación de programas y proyectos de actividad física

Objetivo: Participar en procesos de evaluación de programas y proyectos de actividad física.
(Tiempo estimado: 25 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir el procedimiento de evaluación de programas y proyectos de actividad física.
- Preparar documentos de registro de información para la evaluación.
- Aplicar los procedimientos de evaluación en situaciones concretas.
- Elaborar informes parciales, sectoriales y finales.

- Informes de evaluación: parciales, sectoriales y finales. Características, estructura.

Actitudes/valores/normas

- Valorar la importancia de la evaluación de proyectos de actividad física.
- Resaltar el trabajo metódico y organizado en la evaluación de proyectos.
- Ser responsable en la aplicación de las normas establecidas.
- Manifestar una actitud de seguridad y satisfacción por el trabajo bien hecho.

Hechos/conceptos

- Evaluación de programas y proyectos de actividad física: conceptualización, objetivos, pro-

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Analizar la importancia de la evaluación de programas y proyectos.
- Explicar los conceptos básicos y procedimientos de la evaluación.
- Realizar ejercicios prácticos de evaluación de proyectos.
- Analizar resultados de evaluaciones y elaborar informes.

Criterios de evaluación

- Diferencia los elementos de la evaluación.
- Identifica los criterios de categorización de los elementos de la evaluación.
- Elabora documentos para evaluar proyectos según las normas convencionales.
- Llena los documentos de evaluación con la información requerida.
- Prepara los informes en los formatos establecidos.

Módulo 3: BASES METODOLÓGICAS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

(Asociado a la Unidad de Competencia 3).

Objetivo del módulo formativo:

Participar en la ejecución de los programas de entrenamiento deportivo, aplicando correctamente la reglamentación de cada deporte.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los procedimientos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Fundamentación teórica del entrenamiento deportivo (64 horas pedagógicas)

UT 2: Fundamentación teórica de la evaluación (48 horas pedagógicas)

UT 3: Periodización (28 horas pedagógicas)

UT 4: Escenarios e implementación deportiva (32 horas pedagógicas)

UT 5: Ciclos deportivos (44 horas pedagógicas)

UT 6: Entrenamiento de deportes de resistencia (64 horas pedagógicas)

UT 7: Entrenamiento de deportes con pelota (100 horas pedagógicas)

UT 8: Entrenamiento de deportes de fuerza explosiva (100 horas pedagógicas)

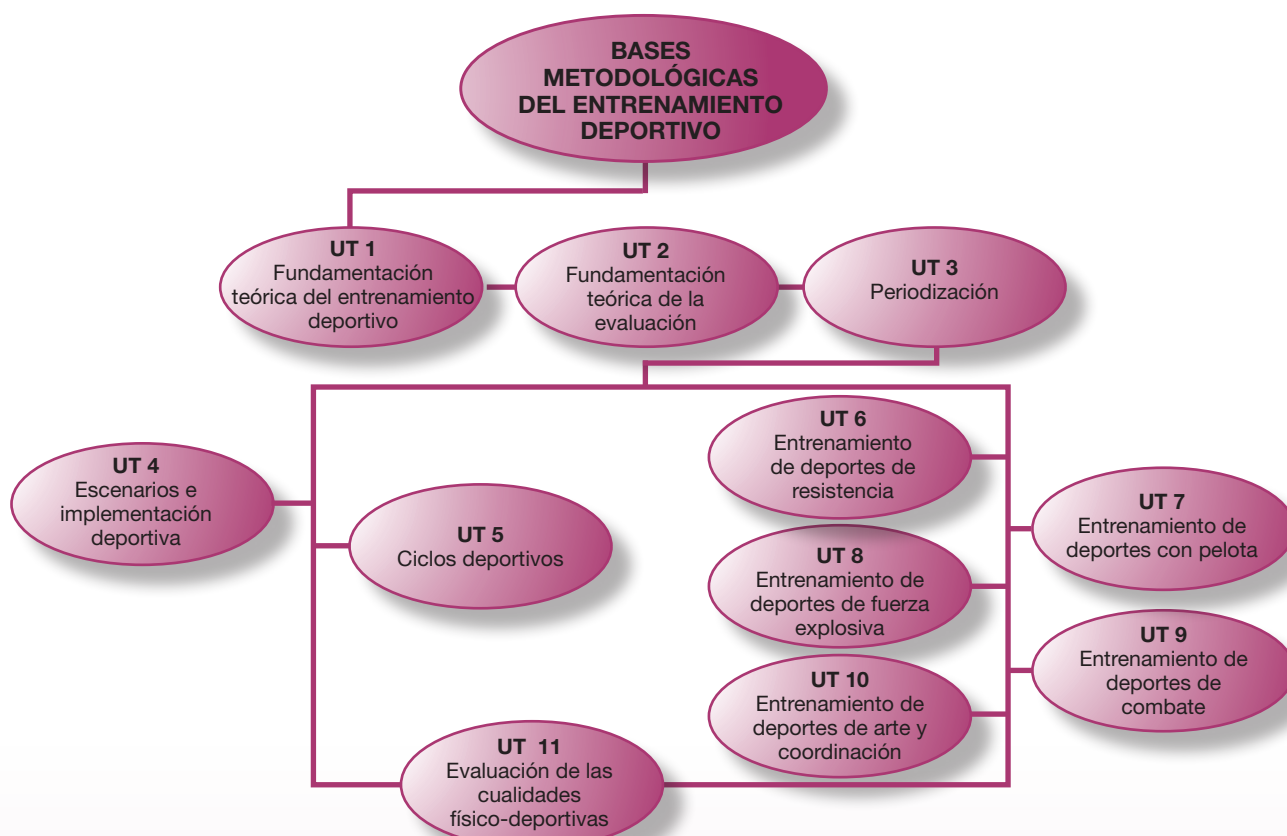
UT 9: Entrenamiento de deportes de combate (40 horas pedagógicas)

UT 10: Entrenamiento de deportes de arte y coordinación (60 horas pedagógicas)

UT 11: Evaluación de las cualidades físico-deportivas (30 horas pedagógicas)

Duración total: 610 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



Unidad de trabajo No. 1: *Fundamentación teórica del entrenamiento deportivo*

Objetivo: Reconocer los conceptos, leyes y principios del entrenamiento deportivo, para aplicarlos en la práctica de deportes individuales y colectivos.

(Tiempo estimado: 64 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir las leyes y principios del entrenamiento deportivo.
- Manejar el protocolo de la programación del entrenamiento.
- Analizar los ejercicios físicos contenidos en los programas, aplicando las leyes y principios del entrenamiento.
- Valorar e informar sobre los resultados obtenidos de la programación.

Hechos/conceptos

- Entrenamiento deportivo: conceptualización e importancia.
- Evolución del entrenamiento deportivo: épocas, características.
- Leyes del entrenamiento deportivo: ley de Selye, ley de Schultz.
- Principios del entrenamiento deportivo: pedagógicos, fisiológicos.
- Protocolos: tipos, características, planeación, aplicación.
- Ejercicios físicos: conceptualización, clasificación.
- Evaluación: concepto, importancia, características, proceso.

Actitudes/valores/normas

- Tener predisposición a la investigación de los

conceptos y principios del entrenamiento deportivo.

- Ser cauto al interpretar y aplicar las leyes del entrenamiento deportivo.
- Ser ordenado y eficaz en el manejo de los protocolos.
- Actuar con seguridad y eficacia en la aplicación de los ejercicios físicos.
- Ser honesto y real en la información de los resultados.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Desarrollar clases expositivas sobre los temas de la unidad.
- Realizar trabajos de investigación sobre conceptos y acepciones de los temas de la unidad.
- Organizar mesas redondas y foros con especialistas en el área de deportes.
- Realizar un taller pedagógico de sistematización de los temas tratados.

Criterios de evaluación

- Identifica los conceptos, leyes y principios del entrenamiento deportivo.
- Clasifica y jerarquiza los ejercicios físicos.
- Maneja los instrumentos de valoración.
- Aplica protocolos.

Unidad de trabajo No. 2: *Fundamentación teórica de la evaluación*

Objetivo: Aplicar el sistema de evaluación en el entrenamiento deportivo.

(Tiempo estimado: 48 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Diferenciar los tipos de evaluación.
- Aplicar la evaluación diagnóstica para determinar el nivel de condición física.
- Establecer los ejercicios físicos para definir el proceso de entrenamiento y la evaluación continua.
- Aplicar los instrumentos de evaluación final.
- Elaborar el informe final del entrenamiento deportivo.

Hechos/conceptos

- Evaluación: conceptualización, importancia, tipos.
- Evaluación diagnóstica: test físicos y test de habilidad deportiva.
- Evaluación continua: test pedagógicos
- Evaluación final: test físicos de rendimiento.

Actitudes/valores/normas

- Mostrar compromiso para realizar la acción evaluativa con principios éticos.

- Ser imparcial en la aplicación de los instrumentos de evaluación.
- Denotar veracidad en la información de resultados.
- Manifestarse solícito y oportuno en la presentación de informes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar con organizadores gráficos los tipos de evaluación.
- Demostrar las características de cada tipo de ejercicio físico.
- Realizar ejercicios simulando la aplicación de

- las herramientas de evaluación.
- Explicar la estructura y elaboración del informe final.

Criterios de evaluación

- Determina el nivel de condición física mediante la evaluación diagnóstica.
- Identifica los ejercicios pertinentes para la condición física.
- Aplica los instrumentos de evaluación continua y final.
- Elabora y presenta el informe en el formato establecido.

Unidad de trabajo No. 3: Periodización

Objetivo: Distribuir y graficar el tiempo de las competencias y evaluaciones del proceso de entrenamiento deportivo, determinando las fechas respectivas.

(Tiempo estimado: 28 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Distribuir el tiempo disponible para el entrenamiento.
- Definir el cronograma de las etapas del entrenamiento y elaborar los gráficos correspondientes.
- Definir los porcentajes de tiempo a utilizar en el entrenamiento.
- Determinar las fechas de pre-competencia y competencia.
- Determinar las fechas de aplicación de los test físicos, de habilidades deportivas y pedagógicas.

Hechos/conceptos

- Períodos: macro, meso y micro-ciclos.
- Etapas del entrenamiento: preparatoria, pre-competitiva y competitiva. Etapas de transición.
- Volumen cuantitativo y porcentajes.
- Calendario de competencias y aplicación de test.

Actitudes/valores/normas

- Ser metódico en la distribución del tiempo para el entrenamiento.

- Ser preciso en la determinación de las fechas del cronograma de entrenamiento.
- Ser flexible en situaciones exógenas de contingencia.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar en qué consisten los períodos y etapas del entrenamiento.
- Realizar una clase demostrativa de elaboración de un cronograma de entrenamiento y la respectiva representación gráfica.
- Realizar ejercicios simulados de periodización.

Criterios de evaluación

- Divide el tiempo en los períodos de preparación, competencia y transición.
- Calcula el tiempo y los porcentajes del entrenamiento.
- Define las fechas de pre-competencia y competencia.
- Establece las fechas de aplicación de los diversos test.
- Grafica los resultados de la periodización.

Unidad de trabajo No. 4: Escenarios e implementación deportiva

Objetivo: Manejar los escenarios deportivos y su implementación aplicando las disposiciones establecidas en los respectivos reglamentos.

(Tiempo estimado: 32 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Preparar y adecuar los escenarios deportivos a utilizar en base al reglamento.
- Cuidar y mantener los escenarios.
- Manejar y cuidar los implementos a utilizar.
- Utilizar los implementos con las técnicas adecuadas.
- Guardar los implementos con la seguridad respectiva.

Hechos/conceptos

- Escenarios cerrados: características, aspectos técnicos, reglamento, manejo y cuidado.
- Escenarios abiertos: características, aspectos técnicos, reglamento, manejo y cuidado.
- Implementos: características, aspectos técnicos, reglamento, manejo y cuidado.

Actitudes/valores/normas

- Actuar con puntualidad y oportunidad en los escenarios deportivos.
- Ser meticulosos en el cuidado de los escenarios deportivos.

- Aplicar las normas de seguridad en la utilización de los implementos deportivos.
- Ser ordenado al guardar y almacenar los implementos deportivos.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar las características de los escenarios deportivos.
- Realizar visitas de observación a escenarios deportivos de la localidad.
- Realizar clases prácticas sobre el uso de los implementos deportivos.
- Demostrar la manera de conservar y guardar los implementos deportivos.

Criterios de evaluación

- La preparación y mantenimiento de los escenarios deportivos se realiza aplicando las técnicas recomendadas.
- Utiliza los equipos e implementos de manera adecuada.
- Guarda los implementos deportivos aplicando las normas establecidas.

Unidad de trabajo No. 5: Ciclos deportivos

Objetivo: Establecer las características evolutivas de los ciclos deportivos.

(Tiempo estimado: 44 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Organizar los grupos etarios de acuerdo a su evolución fisiológica.
- Organizar las sesiones de entrenamiento y los ejercicios.
- Elaborar las secuencias para la enseñanza de la técnica y la táctica.
- Emplear los recursos técnicos y tácticos de la competencia.

Hechos/conceptos

- Iniciación: clasificación, caracterización.
- Perfeccionamiento: clasificación, caracterización.
- Especialización: clasificación, caracterización.
- Competencia: clasificación, caracterización.

Actitudes/valores/normas

- Actuar con ética en la designación de los grupos etarios.

- Denotar honradez en el manejo de los recursos.
- Ser persistente en generar disciplina para las secuencias de entrenamiento.
- Manejar de una manera eficiente los recursos de las competencias.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar clases demostrativas para elaborar fichas.
- Realizar ejercicios simulados de organización de grupos.
- Demostrar la aplicación de fichas biométricas.
- Observar sesiones de entrenamiento.

Criterios de evaluación

- Organiza los grupos aplicando las fichas biométricas.
- Caracteriza cada una de las etapas del ciclo deportivo.
- Elabora las secuencias de las etapas de competencia.

Unidad de trabajo No. 6: *Entrenamiento de deportes de resistencia*

Objetivo: Ejecutar la programación del entrenamiento de deportes de resistencia.

(Tiempo estimado: 64 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir la estructura de los diferentes tipos de planificaciones del entrenamiento deportivo.
- Establecer los medios de entrenamiento deportivo requeridos.
- Desarrollar las sesiones de entrenamiento de acuerdo con la planificación correspondiente.
- Utilizar los métodos de entrenamiento establecidos para cada etapa.

Hechos/conceptos

- Planificación: anual, por etapas, por meso-ciclos, por micro-ciclos. Conceptualización, características, estructuración.
- Programación de las sesiones de entrenamiento: elementos, objetivos, contenidos, evaluación.
- Medios del entrenamiento: ejercicio físico, planificación del ejercicio físico.
- Métodos de entrenamiento: métodos continuos, métodos intervalados.

Actitudes/valores/normas

- Ser responsable en el desarrollo de las sesiones.
- Ser ordenado y eficiente en la ejecución de las

planificaciones.

- Interesarse por obtener buenos resultados en el entrenamiento.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Analizar la estructura de los diferentes tipos de planificaciones.
- Realizar ejercicios de programación para diferentes deportes.
- Observar y analizar sesiones reales de entrenamiento.
- Desarrollar sesiones de entrenamiento en base a planificaciones preestablecidas.

Criterios de evaluación

- Interpreta de manera coherente todos los elementos de las planificaciones.
- Selecciona los medios requeridos para el entrenamiento deportivo.
- Ejecuta las sesiones de entrenamiento.
- Utiliza los métodos apropiados para cada etapa del entrenamiento deportivo.

Unidad de trabajo No. 7: *Entrenamiento de deportes con pelota*

Objetivo: Ejecutar la programación del entrenamiento de deportes con pelota.

(Tiempo estimado: 100 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir los fundamentos técnicos de los deportes con pelota.
- Aplicar las técnicas y tácticas individuales y colectivas de los diferentes deportes.
- Demostrar los sistemas ofensivos y defensivos de los diferentes deportes.
- Conducir la preparación física general y específica de cada deporte.
- Interpretar y aplicar el reglamento de cada deporte.

Hechos/conceptos

- Deportes con pelota: conceptualización, tipos, características, evolución histórica.

- Fundamentos técnicos: individuales, colectivos.
- Fundamentos tácticos: sistema ofensivo, sistema defensivo.
- Preparación física: general, específica.
- Reglamento de los deportes: interpretación, juzgamiento.

Actitudes/valores/normas

- Fomentar entre los participantes el juego limpio.
- Ser justo y legal en la aplicación del reglamento.
- Respetar las diferencias individuales.
- Valorar la participación individual y grupal.
- Motivar a los participantes al mejoramiento de su desempeño.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar demostraciones prácticas de las técnicas y tácticas individuales y colectivas.
- Observar y analizar sesiones de práctica deportiva.
- Conducir sesiones de entrenamiento aplicando el reglamento de cada deporte.
- Ejecutar ejercicios de preparación física general y especial en cada deporte.

ral y especial en cada deporte.

Criterios de evaluación

- Ejecuta programas de preparación física general y específica.
- Aplica técnicas individuales y colectivas en los diferentes deportes.
- Establece sistemas ofensivos y defensivos en los diferentes deportes.
- Interpreta y aplica el reglamento de los diferentes deportes.

Unidad de trabajo No. 8: *Entrenamiento de deportes de fuerza explosiva*

Objetivo: Ejecutar la programación del entrenamiento de deportes de fuerza explosiva.

(Tiempo estimado: 100 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir los fundamentos técnicos de los deportes de fuerza explosiva.
- Aplicar las técnicas y tácticas individuales y colectivas de los diferentes deportes.
- Demostrar los sistemas ofensivos y defensivos de los diferentes deportes.
- Conducir la preparación física general y específica de cada deporte.
- Interpretar y aplicar el reglamento de cada deporte.

Hechos/conceptos

- Deportes de fuerza explosiva: conceptualización, tipos, características, evolución histórica.
- Fundamentación técnica: técnica individual, táctica.
- Preparación física: general, específica.
- Competencia y reglamentación.

Actitudes/valores/normas

- Fomentar entre los participantes el juego limpio.
- Ser justo y legal en la aplicación del reglamento.
- Respetar las diferencias individuales.

- Valorar la participación individual y grupal.

- Motivar a los participantes al mejoramiento de su desempeño.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar demostraciones prácticas de las técnicas y tácticas individuales y colectivas.
- Observar y analizar sesiones de práctica deportiva.
- Conducir sesiones de entrenamiento aplicando el reglamento de cada deporte.
- Ejecutar ejercicios de preparación física general y especial en cada deporte.

Criterios de evaluación

- Ejecuta programas de preparación física general y específica.
- Aplica técnicas individuales y colectivas en los diferentes deportes.
- Establece sistemas ofensivos y defensivos en los diferentes deportes.
- Interpreta y aplica el reglamento de los diferentes deportes.

Unidad de trabajo No. 9: *Entrenamiento de deportes de combate*

Objetivo: Ejecutar la programación del entrenamiento de deportes de combate.

(Tiempo estimado: 40 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir los fundamentos técnicos de los deportes de combate.
- Aplicar las técnicas y tácticas individuales y colectivas de los diferentes deportes.
- Demostrar los sistemas ofensivos y defensivos de los diferentes deportes.
- Conducir la preparación física general y específica de cada deporte.
- Interpretar y aplicar el reglamento de cada deporte.

Hechos/conceptos

- Deportes de combate: conceptualización, tipos, características, evolución histórica.
- Fundamentación técnica: técnica individual, técnica ofensiva, técnica defensiva, táctica.
- Preparación física: general, específica.
- Competencia y reglamentación.

Actitudes/valores/normas

- Fomentar entre los participantes el juego limpio.
- Ser justo y legal en la aplicación del reglamento.
- Respetar las diferencias individuales.

- Valorar la participación individual y grupal.

- Motivar a los participantes al mejoramiento de su desempeño.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar demostraciones prácticas de las técnicas y tácticas individuales y colectivas.
- Observar y analizar sesiones de práctica deportiva.
- Conducir sesiones de entrenamiento aplicando el reglamento de cada deporte.
- Ejecutar ejercicios de preparación física general y especial en cada deporte.

Criterios de evaluación

- Ejecuta programas de preparación física general y específica.
- Aplica técnicas individuales y colectivas en los diferentes deportes.
- Establece sistemas ofensivos y defensivos en los diferentes deportes.
- Interpreta y aplica el reglamento de los diferentes deportes.

Unidad de trabajo No. 10: *Entrenamiento de deportes de arte y coordinación*

Objetivo: Ejecutar la programación del entrenamiento de deportes de arte y coordinación.

(Tiempo estimado: 60 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir los fundamentos técnicos de los deportes de arte y coordinación.
- Aplicar las técnicas y tácticas individuales y colectivas de los diferentes deportes.
- Conducir la preparación física general y específica de cada deporte.
- Interpretar y aplicar el reglamento de cada deporte.

Hechos/conceptos

- Deportes de arte y coordinación: conceptualización, tipos, características, evolución histórica.
- Fundamentación técnica: técnica individual, técnica para cada aparato y elemento, táctica.

- Preparación física: general y específica.

- Coordinación rítmica y musical.

- Competencia, reglamentación, puntuación.

Actitudes/valores/normas

- Fomentar entre los participantes el juego limpio.
- Ser justo y legal en la aplicación del reglamento.
- Respetar las diferencias individuales.
- Valorar la participación individual y grupal.
- Motivar a los participantes al mejoramiento de su desempeño.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.

- Realizar demostraciones prácticas de las técnicas y tácticas individuales y colectivas.
- Observar y analizar sesiones de práctica deportiva.
- Conducir sesiones de entrenamiento aplicando el reglamento de cada deporte.
- Ejecutar ejercicios de preparación física general y especial en cada deporte.

Criterios de evaluación

- Ejecuta programas de preparación física general y específica.
- Aplica técnicas individuales y colectivas en los diferentes deportes.
- Observa la coordinación rítmica y musical.
- Interpreta y aplica el reglamento de los diferentes deportes.

Unidad de trabajo No. 11: Evaluación de las cualidades físico-deportivas

Objetivo: Ejecutar sesiones de valoración del entrenamiento de los diversos deportes.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Reconocer los instrumentos de valoración y su estructura.
- Aplicar instrumentos de valoración en los diferentes deportes.
- Interpretar y graficar los resultados de la valoración.
- Elaborar informes de evaluación y reportes.

Hechos/conceptos

- Evaluación del entrenamiento deportivo: conceptualización, objetivo, principios, características.
- Instrumentos de valoración: códigos, baremos, gráficos estadísticos.
- Informes y reportes: importancia, estructura.

Actitudes/valores/normas

- Valorar el juego limpio.
- Respetar las diferencias individuales.
- Observar el reglamento de cada deporte.
- Valorar el esfuerzo individual y grupal.

- Motivar a los participantes al mejoramiento de su desempeño.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar talleres de análisis de la estructura de los instrumentos de valoración.
- Demostrar, mediante la observación de prácticas deportivas, la utilización de los instrumentos de valoración.
- Realizar ejercicios de evaluación del entrenamiento en diferentes deportes.
- Elaborar gráficos estadísticos e informes con los resultados de la valoración.

Criterios de evaluación

- Selecciona los instrumentos de valoración para cada deporte.
- Aplica los instrumentos de valoración siguiendo los procedimientos establecidos.
- Elabora informes y reportes con claridad, precisando los resultados alcanzados en el entrenamiento deportivo.

Módulo 4: EVENTOS Y COMPETENCIAS DEPORTIVAS

(Asociado a la Unidad de Competencia 4).

Objetivo del módulo formativo:

Participar en la organización y desarrollo de festivales, torneos y competencias deportivas, en las diferentes disciplinas individuales y colectivas.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los procedimientos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Gestión deportiva (10 horas pedagógicas)

UT 2: Congresillo técnico (20 horas pedagógicas)

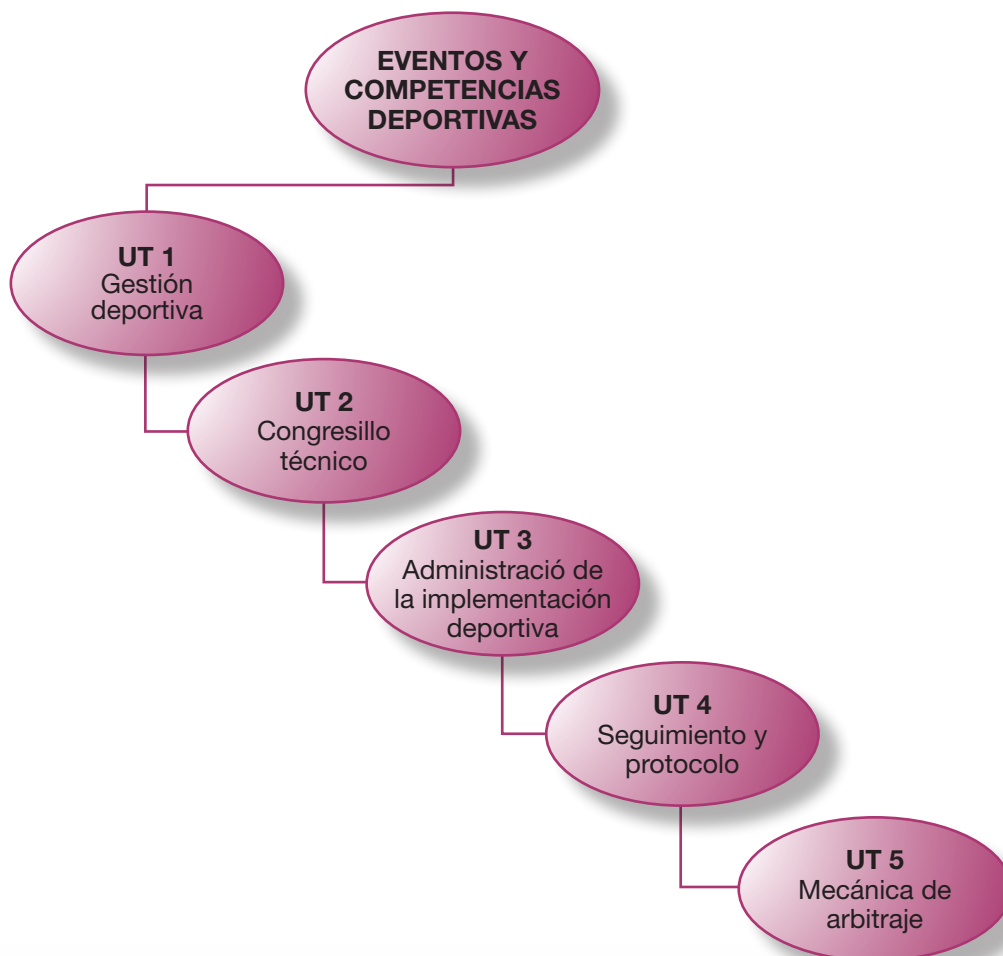
UT 3: Administración de la implementación deportiva (10 horas pedagógicas)

UT 4: Seguimiento y protocolo (10 horas pedagógicas)

UT 5: Mecánica de arbitraje (82 horas pedagógicas)

Duración total: 132 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



Unidad de trabajo No. 1: *Gestión deportiva*

Objetivo: Gestionar la utilización de escenarios deportivos y el apoyo necesario para el desarrollo de eventos y competencias.

(Tiempo estimado: 10 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los procedimientos de tramitación de autorizaciones para el uso de escenarios deportivos.
- Describir el proceso de verificación de las condiciones de los diferentes escenarios deportivos.
- Reconocer las entidades de apoyo y su función en el desarrollo de eventos y competencias deportivas.

Hechos/conceptos

- Festivales, torneos y competencias deportivas: conceptualización, importancia, características.
- Escenarios deportivos: criterios de selección, procedimientos de verificación.
- Organización y logística: importancia, entidades de apoyo, procedimientos.

Actitudes/valores/normas

- Mantener una relación cordial con el personal de las entidades de apoyo.
- Valorar la expresión correcta y la utilización de los términos deportivos adecuados.

- Ser responsable y detallista en la verificación de los escenarios deportivos y la logística requerida.

- Interesarse por cumplir las actividades de manera diligente.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar el proceso de verificación de las condiciones de los diferentes escenarios deportivos.
- Analizar el rol e importancia de las entidades de apoyo para la realización de eventos y competencias deportivas.
- Realizar ejercicios simulados de trámites ante las entidades de apoyo.

Criterios de evaluación

- Describe el procedimiento de tramitación de autorizaciones para el uso de escenarios deportivos.
- Reconoce los elementos a observar en el proceso de verificación de los escenarios deportivos.
- Identifica las entidades de apoyo para el desarrollo de eventos y competencias deportivas.

Unidad de trabajo No. 2: *Congresillo técnico*

Objetivo: Colaborar en la organización y desarrollo de congresillos técnicos.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir el proceso de organización de un congresillo técnico.
- Identificar a los actores de un congresillo técnico, sus roles y funciones.
- Identificar y clasificar la documentación inherente al congresillo técnico.
- Elaborar calendarios de competencia según las normas establecidas.
- Organizar sistemas de competencias según los requerimientos.

Hechos/conceptos

- Congreso técnico: importancia, características, actores, documentación, organización, desarrollo.
- Calendarios deportivos: importancia, tipos, modalidades.

- Sistemas de competencia: tipos, organización.

Actitudes/valores/normas

- Interesarse por cumplir las actividades de manera diligente.
- Ser responsable y meticuloso en el manejo de la documentación.
- Mantener una relación cordial con los participantes del congresillo técnico.
- Ser comprensivo con las intervenciones de los participantes.
- Mantener la equidad en la toma de decisiones.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar el proceso de organización y desarrollo de un congresillo técnico.
- Analizar los roles y funciones de los diferentes actores de un congresillo técnico.

- Realizar ejercicios de elaboración de calendarios de juegos.
- Analizar los sistemas de competencia de los diferentes deportes.
- Simular con los estudiantes la ejecución de un congresillo técnico.

Criterios de evaluación

- Identifica los pasos de la organización y desarrollo de un congresillo técnico.

- Clasifica y ordena la documentación según las normas establecidas.
- Identifica la estructura de los calendarios deportivos.
- Aplica las técnicas de organización de los sistemas de competencias.
- Cumple las actividades con responsabilidad y diligencia.

Unidad de trabajo No. 3: *Administración de la implementación deportiva*

Objetivo: Seleccionar y suministrar los equipos e implementos deportivos requeridos para el desarrollo de los diferentes eventos.

(Tiempo estimado: 10 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Seleccionar el equipamiento deportivo en función del evento a realizar.
- Determinar el tipo y cantidad de implementos a suministrar, en base a la planificación del evento a realizar.
- Verificar la disponibilidad y estado de funcionamiento del equipamiento e implementos deportivos requeridos.
- Elaborar inventarios y actas de entrega-recepción.

Hechos/conceptos

- Equipamiento deportivo: criterios de selección, características técnicas, complementos, uso, mantenimiento, normas de seguridad.
- Implementos deportivos: criterios de selección, características, mantenimiento.
- Suministro de equipos e implementos: inventarios, verificación del estado de funcionamiento, actas de entrega-recepción, responsabilidades de utilización, traslado.

Actitudes/valores/normas

- Aplicar las normas de seguridad en la manipulación del equipamiento e implementos deportivos.

- Responsabilizarse del cuidado y mantenimiento del equipamiento e implementos deportivos.
- Ser meticuloso en la elaboración de inventarios y actas de entrega-recepción.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar los criterios para determinar el tipo y cantidad de implementación requerida para los eventos deportivos.
- Demostrar la forma de manipular y dar mantenimiento al equipamiento e implementos deportivos.
- Realizar ejercicios de elaboración de inventarios y actas de entrega-recepción.

Criterios de evaluación

- La selección de la implementación deportiva se realiza con base en la planificación del evento.
- Verifica el estado de funcionamiento de la implementación a suministrar, siguiendo los procedimientos establecidos.
- Aplica las normas de seguridad en la manipulación del equipamiento e implementos deportivos.
- Elabora los inventarios y actas de entrega-recepción siguiendo las normas establecidas.

Unidad de trabajo No. 4: Seguimiento y protocolo

Objetivo: Realizar el seguimiento del proceso deportivo y organizar las actividades de protocolo.

(Tiempo estimado: 10 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Clasificar los registros de seguimiento del proceso deportivo.
- Reconocer los elementos de la programación de inauguración de los eventos deportivos.
- Describir los momentos de la ceremonia de reconocimiento y clausura de los eventos deportivos.

Hechos/conceptos

- Seguimiento del proceso deportivo: importancia, procedimiento, registros, reportes.
- Actividades de protocolo: inauguración, clausura y reconocimiento. Participantes, programación.
- Tipos de reconocimiento: características, usos convencionales.

Actitudes/valores/normas

- Valorar el trabajo metódico, organizado y realizado eficazmente.

- Actuar con ética y honestidad al presentar la información.
- Resaltar la importancia de la imagen personal.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar la forma de realizar el seguimiento del proceso deportivo y el uso de los instrumentos establecidos.
- Observar y comentar videos de ceremonias de inauguración, clausura y reconocimiento de eventos deportivos.
- Revisar programaciones de actos protocolarios de diferentes eventos deportivos.

Criterios de evaluación

- Los registros contienen toda la información requerida.
- Diferencia los tipos de ceremonias y sus características.
- Describe las actividades de protocolo, identificando las normas convencionales que se aplican.

Unidad de trabajo No. 5: Mecánica de arbitraje

Objetivo: Realizar la mecánica de arbitraje de diferentes deportes en eventos y competencias deportivas.

(Tiempo estimado: 82 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Reconocer las reglas de juego de los diferentes deportes.
- Dirigir encuentros de diferentes deportes.

Hechos/conceptos

- Filosofía del arbitraje: importancia, características.
- Reglas de los deportes: importancia, clasificación, interpretación, aplicación.
- Mecánica del arbitraje: importancia, procedimiento.

Actitudes/valores/normas

- Actuar con ética y honestidad.
- Ser oportuno en las decisiones.

- Guardar la equidad en situaciones adversas.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Analizar las reglas de los diferentes deportes.
- Observar y comentar videos de mecánica del arbitraje.
- Analizar ejemplos de situaciones de controversia en el arbitraje.
- Realizar prácticas de arbitraje de diferentes deportes.

Criterios de evaluación

- Interpreta las reglas de los diferentes deportes.
- Toma decisiones apegadas a las reglas establecidas.
- Demuestra imparcialidad en el proceso de arbitraje.

Módulo 5: BASES FISIOLÓGICAS DEL DEPORTE

(Módulo transversal).

Objetivo del módulo formativo:

Aplicar con responsabilidad los conocimientos de las bases fisiológicas en el desarrollo de la práctica deportiva.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los hechos/conceptos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Anatomía humana - parte 1 (35 horas pedagógicas)

UT 2: Biomecánica - parte 1 (35 horas pedagógicas)

UT 3: Anatomía humana - parte 2 (30 horas pedagógicas)

UT 4: Biomecánica - parte 2 (30 horas pedagógicas)

UT 5: Primeros auxilios - parte 1 (10 horas pedagógicas)

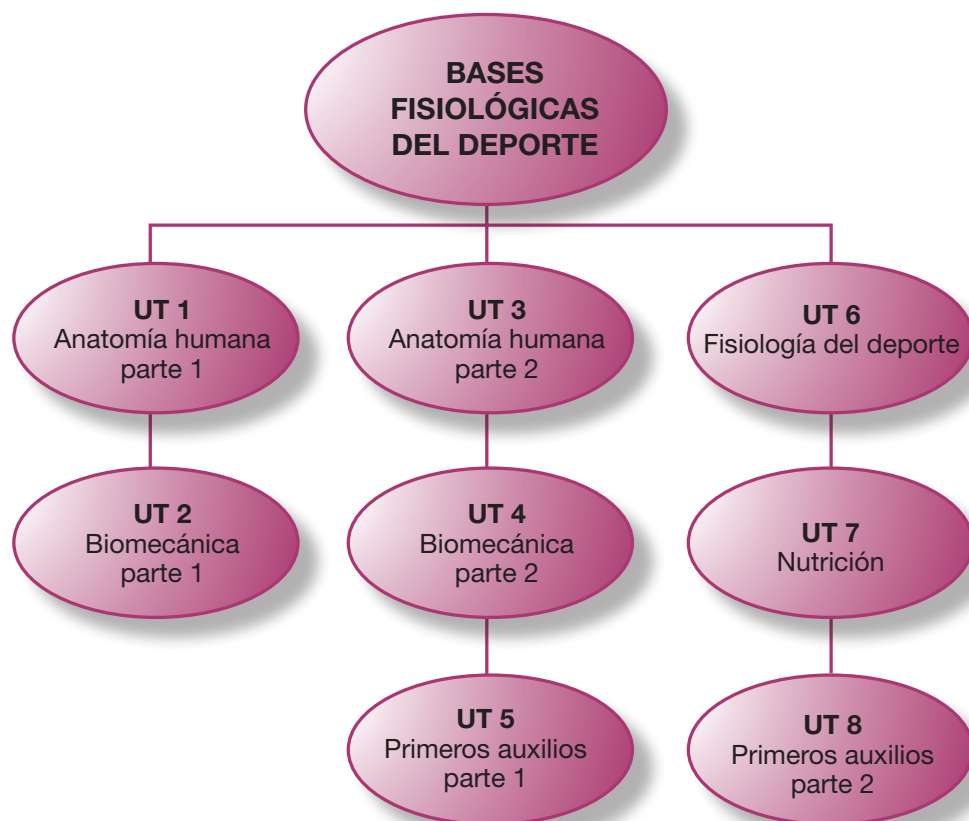
UT 6: Fisiología del deporte (38 horas pedagógicas)

UT 7: Nutrición (15 horas pedagógicas)

UT 8: Primeros auxilios - parte 2 (13 horas pedagógicas)

Duración total: 206 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



Unidad de trabajo No. 1: Anatomía humana - parte 1

Objetivo: Reconocer la anatomía humana en su conformación ósea y muscular, y su importancia en el desarrollo de actividades físicas y deportivas.

(Tiempo estimado: 35 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir los diferentes tipos de músculos y huesos del cuerpo humano.
- Relacionar las funciones de los músculos y huesos.

Hechos/conceptos

- Anatomía humana: concepto, bases generales.
- Esqueleto humano: estructura, tipos de huesos.
- Articulaciones: función, palancas.
- Musculatura: tipos de músculos, función.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de la anatomía humana.
- Cumplir los preceptos Hechos/conceptos de la anatomía humana.

- Actuar con responsabilidad en el desarrollo de actividades físicas y deportivas.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Explicar de manera teórico-práctica los conceptos y bases generales de la anatomía humana.
- Observar un esqueleto humano y reconocer sus componentes.
- Demostrar la función de los diferentes tipos de huesos y músculos.

Criterios de evaluación

- Identifica los diferentes tipos de huesos y músculos de la anatomía humana.
- Reconoce la función que cumplen las diferentes articulaciones y músculos.

Unidad de trabajo No. 2: Biomecánica - parte 1

Objetivo: Identificar y analizar la generación del movimiento en el cuerpo humano, para aplicarlo en actividades físicas y deportivas.

(Tiempo estimado: 35 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los puntos anatómicos de superficie.
- Describir los diferentes ángulos de movimiento.
- Relacionar las palancas y los ángulos de movimiento.
- Reconocer los diferentes gestos deportivos.

Hechos/conceptos

- Biomecánica (biofísica): conceptos, bases generales.
- Anatomía de superficie: descripción, importancia.
- Ángulos de movimiento: características.
- Palancas: tipos, importancia.
- Gestos deportivos: conceptualización, tipos, características.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de la capacidad de movimiento.

- Apreciar las aptitudes participativas.
- Reconocer el esfuerzo y dedicación de los participantes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar cómo se genera el movimiento en el cuerpo humano.
- Realizar prácticas de observación y análisis del movimiento.
- Realizar sesiones de aplicación del movimiento.
- Observar y analizar los diferentes gestos deportivos.

Criterios de evaluación

- Identifica los tipos de movimiento del cuerpo humano.
- Describe las características y principios de los movimientos.
- Relaciona las palancas y los ángulos de movimiento.
- Identifica los diferentes gestos deportivos.

Unidad de trabajo No. 3: Anatomía humana - parte 2

Objetivo: Reconocer los sistemas y aparatos de la anatomía humana y su importancia en el desarrollo de actividades físicas y deportivas.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los sistemas y aparatos del cuerpo humano.
- Describir la función de los diferentes aparatos y sistemas.

Hechos/conceptos

- Sistemas y aparatos del cuerpo humano: concepto, bases generales.
- Sistemas, aparatos y órganos: clasificación, localización y función.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de los aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Cumplir los preceptos Hechos/conceptos de los sistemas y aparatos.

- Actuar con responsabilidad en el desarrollo de actividades físicas y deportivas.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Explicar de manera teórico-práctica los conceptos y bases generales de los sistemas y aparatos.
- Observar la ubicación de los aparatos y sistemas.
- Explicar la función específica de los diferentes sistemas y aparatos.

Criterios de evaluación

- Identifica los diferentes tipos de aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Reconoce la función específica que cumplen los diferentes sistemas y aparatos.

Unidad de trabajo No. 4: Biomecánica - parte 2

Objetivo: Analizar el movimiento específico desarrollado en cada deporte, estableciendo la relación entre palancas y ángulos de movimiento.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los puntos anatómicos implicados en cada deporte específico.
- Describir los diferentes ángulos de movimiento según el tipo de deporte.
- Relacionar palancas y ángulos de movimiento en cada deporte específico.

Hechos/conceptos

- Movimientos específicos en los deportes: tipos, características.
- Acción y gesto específico según el deporte.
- Ángulos y palancas de movimiento en los diferentes deportes.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia del movimiento en cada deporte específico.
- Apremiar las aptitudes participativas.

- Reconocer el esfuerzo de los participantes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar cómo se genera el movimiento en cada deporte específico.
- Realizar prácticas de observación y análisis del movimiento.
- Realizar sesiones de aplicación de movimientos específicos.
- Observar y analizar los gestos deportivos específicos.

Criterios de evaluación

- Identifica los tipos de movimiento en cada deporte específico.
- Describe las características y principios de los movimientos en el deporte específico.
- Relaciona las palancas y los ángulos de movimiento en el deporte específico.
- Identifica los gestos específicos en cada deporte.

Unidad de trabajo No. 5: Primeros auxilios - parte 1

Objetivo: Reconocer las características de los principales accidentes, heridas, traumas y lesiones que ocurren en el deporte.

(Tiempo estimado: 10 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los accidentes, heridas, traumas y lesiones que ocurren en el deporte.
- Describir las características de las heridas y traumas.

Hechos/conceptos

- Los primeros auxilios: conceptos, importancia, bases generales.
- Accidentes, heridas, traumas y lesiones: tipos, identificación, causas.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de los primeros auxilios.

- Interesarse por la aplicación de las normas de seguridad en las sesiones de trabajo.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Analizar los principales accidentes, heridas, traumas y lesiones que ocurren en el deporte.
- Realizar prácticas de observación y análisis de las diferentes heridas y accidentes.
- Explicar la importancia de la prevención y los primeros auxilios.

Criterios de evaluación

- Identifica los principales accidentes, heridas, traumas y lesiones que ocurren en el deporte.
- Identifica las causas de los principales accidentes, heridas, traumas y lesiones.

Unidad de trabajo No. 6: Fisiología del deporte

Objetivo: Describir el proceso de interacción de los sistemas energéticos durante el ejercicio físico y su rendimiento.

(Tiempo estimado: 38 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir la fisiología del deporte.
- Describir la estructura y tipos de contracción muscular.
- Identificar los sistemas energéticos de la contracción muscular.
- Determinar el uso de los sistemas energéticos según la actividad.
- Clasificar los deportes de acuerdo a la bioenergética.

Hechos/conceptos

- Fisiología del deporte: concepto, bases generales, desarrollo.
- Bioenergética: concepto y estructura.
- Energía – ATP: adenosin trifosfato; fatiga y sobre-entrenamiento. Conceptos, características.
- Sistemas energéticos: anaeróbico, aeróbico.
- Sistema metabolismo del lactato: conceptos, importancia.
- Cualidades motoras básicas: tipos, características, importancia.
- Gasto energético en las diferentes actividades físicas.

- Consumo de oxígeno.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de la fisiología del deporte para el desempeño profesional.
- Mostrar interés por conocer más sobre el tema.
- Valorar el cuidado de la salud de los participantes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Explicar la fisiología del deporte con la ayuda de material audiovisual.
- Desarrollar clases demostrativas sobre la fisiología del ejercicio.
- Realizar sesiones de aplicación de la fisiología.
- Realizar prácticas de campo.

Criterios de evaluación

- Identifica los sistemas energéticos de la contracción muscular.
- Reconoce las cualidades motoras básicas.
- Reconoce la importancia de la aptitud física.
- Identifica la clasificación de los deportes según la bioenergética.

Unidad de trabajo No. 7: Nutrición

Objetivo: Identificar las normas básicas de la nutrición humana, para aplicarlas en el ejercicio de la actividad deportiva.

(Tiempo estimado: 15 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar el valor nutricional de los diferentes alimentos.
- Establecer la relación entre ejercicio, nutrición y rendimiento.

Hechos/conceptos

- Nutrición: concepto, valor nutricional de los alimentos.
- Guías alimentarias: importancia, aplicaciones.
- Hidratación y ayudas ergogénicas: importancia, criterios de selección.
- Relación entre nutrición, ejercicio y rendimiento.

Actitudes/valores/normas

- Propender al desarrollo de hábitos nutricionales.
- Mostrar predisposición a los cambios nutricionales para mejorar la salud y el rendimiento físico.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Explicar los conceptos referidos al tema de la unidad.
- Analizar el valor nutricional de los diferentes alimentos.
- Realizar prácticas de observación del manejo nutricional de los deportistas.

Criterios de evaluación

- Reconoce el valor nutricional de los diferentes alimentos.
- Identifica las necesidades nutricionales de los deportistas.
- Define guías básicas de alimentación para los deportistas.

Unidad de trabajo No. 8: Primeros auxilios - parte 2

Objetivo: Identificar los procesos y métodos de primeros auxilios, para aplicarlos en situaciones de emergencia que ocurran en el desarrollo de actividades físicas y deportivas.

(Tiempo estimado: 13 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Ejecutar los procedimientos de asistencia en accidentes, heridas y traumas.
- Ejecutar los procedimientos de atención de accidentes, heridas, traumas y lesiones.
- Aplicar las fases de reanimación básica.

Hechos/conceptos

- Asistencia de primeros auxilios: bases generales, métodos, procesos.
- Accidentes, heridas, traumas y lesiones: tipos, procedimientos de atención.
- Reanimación cardiorrespiratoria: importancia, procedimiento básico.

Actitudes/valores/normas

- Mostrar predisposición para ejecutar los procedimientos de primeros auxilios.
- Mostrar autocontrol en los eventos de primeros

auxilios que se presenten.

- Interesarse por precautelar la salud y vida de los participantes.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Explicar de manera teórico-práctica los procedimientos para atender accidentes, heridas, traumas y lesiones.
- Realizar prácticas simuladas de primeros auxilios, aplicadas a diferentes situaciones.
- Realizar simulaciones prácticas de reanimación.

Criterios de evaluación

- Identifica las heridas, traumas, accidentes y lesiones en forma adecuada.
- Realiza los procedimientos de primeros auxilios según las normas establecidas.
- Describe y aplica las fases de reanimación.

Módulo 6: PSICOLOGÍA APLICADA AL DEPORTE

(Módulo transversal).

Objetivo del módulo formativo:

Comprender los lineamientos generales de la psicología aplicada al deporte, para lograr un mejor desenvolvimiento de los beneficiarios, con responsabilidad social.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los hechos/conceptos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Psicología general (35 horas pedagógicas)

UT 2: Psicología educativa (20 horas pedagógicas)

UT 3: Inteligencia emocional (15 horas pedagógicas)

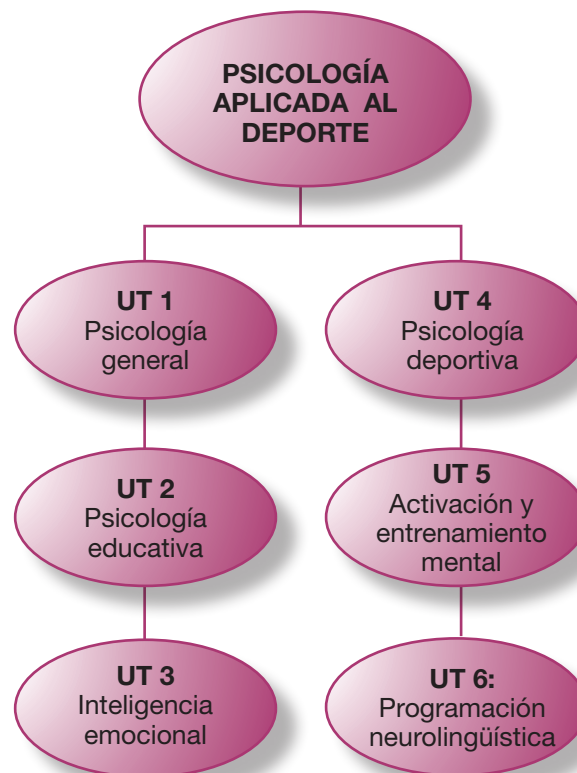
UT 4: Psicología deportiva (30 horas pedagógicas)

UT 5: Activación y entrenamiento mental (16 horas pedagógicas)

UT 6: Programación neurolingüística (20 horas pedagógicas)

Duración total: 136 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



Unidad de trabajo No. 1: Psicología general

Objetivo: Identificar los principios del comportamiento humano para aplicarlos en el trabajo con grupos de personas.

(Tiempo estimado: 35 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar leyes, doctrinas y principios de la conducta del ser humano.
- Identificar los elementos de la personalidad.
- Orientar a los beneficiarios hacia el éxito en los diferentes procesos.

Hechos/conceptos

- Psicología general: conceptos, importancia y métodos.
- Sensaciones, percepciones y pensamiento.
- Personalidad: temperamento, carácter, ambiente.
- Clasificación de la psicología
- Psicología evolutiva: problemas, intereses y necesidades. Clasificación, grupos etarios.

Actitudes/valores/normas

- Valorar la importancia de la psicología.

- Respetar los distintos comportamientos humanos.
- Respetar los distintos tipos de personalidad.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis de los temas de la unidad de trabajo.
- Aplicar los conceptos en prácticas grupales.
- Analizar las distintas personalidades en ejercicios grupales.

Criterios de evaluación

- Identifica la utilidad de las leyes, doctrinas y principios del comportamiento.
- Describe el proceso de aplicación de los conceptos de psicología general.
- Reconoce las distintas clases de personalidad.
- Orienta a los participantes hacia el logro.

Unidad de trabajo No. 2: Psicología educativa

Objetivo: Comprender los conceptos de la psicología educativa, para aplicarlos en la resolución de problemas en los distintos procesos de enseñanza.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar las técnicas e instrumentos aplicados en los distintos procesos de enseñanza.
- Evaluar y diagnosticar el proceso educativo.
- Emplear técnicas e instrumentos para los procesos de evaluación, diagnóstico e intervención.
- Intervenir y hacer seguimiento del proceso educativo.

Hechos/conceptos

- Psicología educativa: definición, funciones.
- Ámbitos de actuación de la psicología educativa: personal y socio-comunitario.
- Formación: psicología evolutiva y del ciclo vital, psicodiagnóstico aplicado a la educación, psicología del aprendizaje, psicología cognitiva, metodología aplicada a la psicología de la educación, intervención comunitaria.

Actitudes/valores/normas

- Valorar las modificaciones del entorno educativo.
- Manifestar capacidad de adaptación a nuevas

situaciones de aprendizaje.

- Sensibilizar a la comunidad en los procesos de aprendizaje.
- Valorar el esfuerzo del trabajo orientado al éxito.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis de los temas de la unidad de trabajo.
- Aplicar los conceptos en prácticas grupales.

Criterios de evaluación

- Identifica la utilidad de las técnicas e instrumentos de los distintos procesos de enseñanza.
- Describe la metodología de aplicación de los distintos procesos de enseñanza.
- Reconoce y aplica las distintas técnicas e instrumentos de evaluación, diagnóstico e intervención.
- Interviene en el seguimiento del proceso educativo.

Unidad de trabajo No. 3: *Inteligencia emocional*

Objetivo: Reconocer las técnicas de control emocional, para aplicarlas en el proceso deportivo.

(Tiempo estimado: 15 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los distintos tipos de emociones.
- Evaluar y reconocer los resultados de las emociones en la conducta humana.
- Emplear técnicas de control emocional.
- Reconocer las emociones durante el proceso deportivo.

Hechos/conceptos

- Las emociones: bases biológicas y fisiológicas.
- Consecuencias del descontrol emocional.
- Tipos de inteligencia.
- Técnicas de control emocional en el deporte.

Actitudes/valores/normas

- Controlar sus respuestas conductuales ante las emociones.
- Ser tolerante ante los comportamientos deportivos manifestados como respuesta a las emociones.

- Valorar la importancia de las emociones en la conducta deportiva.
- Manifestar confianza, seguridad y satisfacción en el control de las emociones.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis de los temas de la unidad de trabajo.
- Aplicar los conceptos de control emocional en prácticas realizadas en distintas situaciones.

Criterios de evaluación

- Identifica los distintos tipos de emociones.
- Evalúa y reconoce los resultados de las emociones en la conducta humana.
- Reconoce las emociones manifestadas durante el proceso deportivo.
- Emplea técnicas de control emocional en las actividades deportivas.

Unidad de trabajo No. 4: *Psicología deportiva*

Objetivo: Comprender los conceptos básicos de la psicología deportiva, para aplicarlos en el ámbito de la actividad física y el deporte.

(Tiempo estimado: 30 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir el campo de acción de la psicología deportiva.
- Evaluar y reconocer los distintos comportamientos deportivos.
- Reconocer los distintos fenómenos psicológicos en el deporte.
- Emplear técnicas de preparación en: motivación, atención, concentración, autoconfianza y cohesión grupal.
- Aplicar las técnicas de control psicológico.

Hechos/conceptos

- La psicología deportiva: definición, principios, historia.
- Ámbitos de aplicación de la psicología deportiva: actividad física, deporte.
- Fenómenos psicológicos en el deporte: motivación, atención, concentración, control emocional, autoconfianza, cohesión grupal.

- Técnicas de control psicológico en el deporte.

Actitudes/valores/normas

- Comprender las respuestas conductuales en la actividad física y la competencia.
- Percibir los comportamientos deportivos.
- Fomentar el compañerismo y la solidaridad grupal.
- Mantener el equilibrio psicológico ante la adversidad.
- Denotar fortaleza mental en la competencia.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis de los temas de la unidad de trabajo.
- Aplicar los conceptos de preparación psicológica en distintas situaciones competitivas.

Criterios de evaluación

- Identifica el campo de acción de la psicología deportiva.
- Reconoce los distintos comportamientos deportivos.
- Reconoce los distintos fenómenos psicológicos en el deporte.
- Emplea técnicas de preparación en: motivación, atención, concentración, autoconfianza y cohesión grupal.

Unidad de trabajo No. 5: Activación y entrenamiento mental

Objetivo: Comprender los estados mentales de las personas para mejorar el comportamiento deportivo y recreativo.

(Tiempo estimado: 16 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar el campo de acción de la activación deportiva y el entrenamiento mental.
- Reconocer las manifestaciones del estrés y la ansiedad.
- Reconocer el estado de activación orientado al comportamiento deportivo de excelencia.
- Emplear técnicas y estrategias de preparación y entrenamiento mental.
- Fomentar el control de la activación.
- Mantener el equilibrio mental ante la adversidad.
- Reflejar fortaleza mental en la competencia.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones y análisis de los temas de la unidad de trabajo.
- Aplicar los conceptos de activación deportiva y entrenamiento mental en distintas situaciones competitivas.

Hechos/conceptos

- Activación: concepto, importancia.
- Estrés y ansiedad: conceptos, manifestaciones.
- Activación pre-competitiva, competitiva y pos-competitiva.
- Entrenamiento mental: concepto, metodología, estrategias.

Criterios de evaluación

- Identifica el campo de acción de la activación deportiva y el entrenamiento mental.
- Reconoce las manifestaciones del estrés y la ansiedad.
- Reconoce el estado de activación orientado al rendimiento deportivo de excelencia.
- Emplea técnicas de preparación y entrenamiento mental.

Actitudes/valores/normas

- Valorar el grado de activación en la competencia.
- Percibir el grado de estrés y ansiedad del deportista.

Unidad de trabajo No. 6: Programación neurolingüística

Objetivo: Comprender los conceptos básicos de la neurolingüística, para aplicarlos en el mejoramiento de la capacidad de comunicación.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar las diferentes formas de la comunicación.
- Describir los supuestos mentales.
- Reconocer las técnicas para mejorar la comunicación.
- Identificar las representaciones internas y los modelos mentales.
- Distinguir los sistemas representativos.
- Identificar el canal de acceso a la información mental.
- PNL: concepto, supuestos.
- Rapport, empatía y alineación: conceptos y características.
- Representaciones internas y modelos mentales.
- Sistemas representativos.
- Claves de acceso ocular.

Hechos/conceptos

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de la comunicación.
- Percibir los modelos mentales.

- Fomentar la calidad de comunicación.
- Valorar los modelos mentales.
- Sensibilizar sobre el poder de la palabra.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar exposiciones, talleres y demostraciones de los temas de la unidad de trabajo.
- Aplicar los conceptos de PNL en distintas situaciones.

Criterios de evaluación

- Identifica las formas de la comunicación.
- Reconoce los supuestos mentales.
- Reconoce las técnicas para mejorar la comunicación.
- Diferencia las representaciones internas y los modelos mentales.
- Distingue los sistemas representativos.
- Identifica el canal de acceso a la información mental.

Módulo 7: FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL - FOL

Objetivo del módulo formativo:

Conocer las leyes, reglamentos y normas de la administración y gestión deportiva, así como su situación socioeconómica y de inserción profesional, para aplicarlas con equidad, pertinencia y oportunidad.

Selección del tipo de contenido organizador:

Los hechos/conceptos.

Identificación y ordenación de las Unidades de Trabajo (UT):

UT 1: Legislación deportiva y laboral (18 horas pedagógicas)

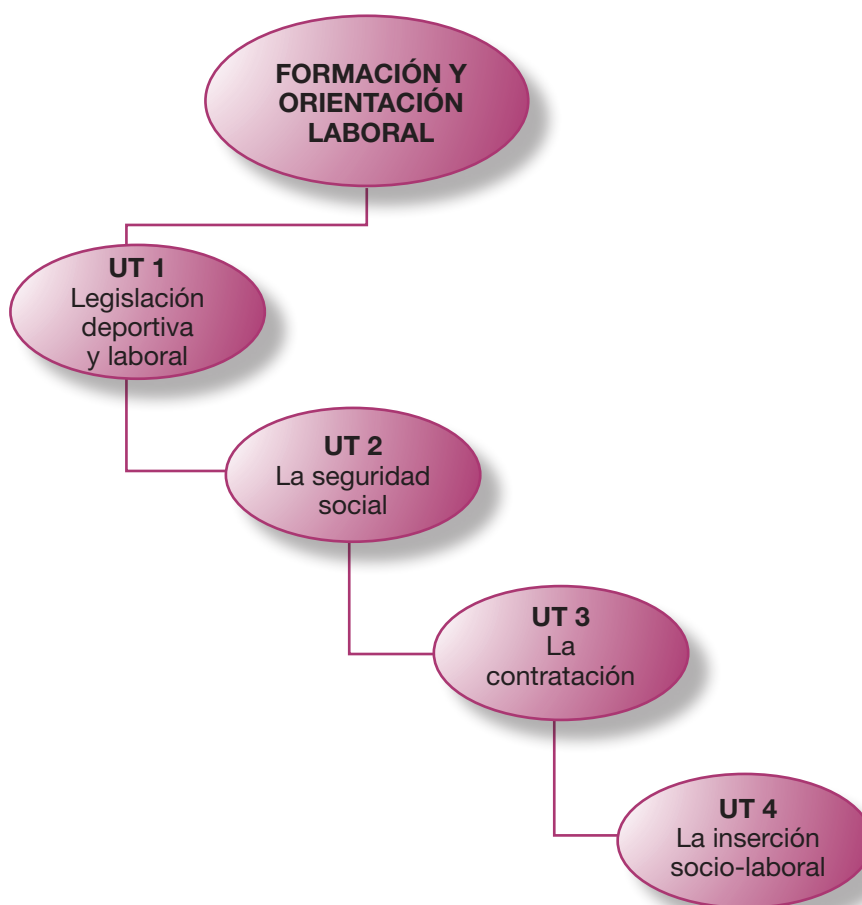
UT 2: La seguridad social (14 horas pedagógicas)

UT 3: La contratación (14 horas pedagógicas)

UT 4: La inserción socio-laboral (20 horas pedagógicas)

Duración total: 66 horas pedagógicas

RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO DEL MÓDULO Y CONEXIÓN ENTRE ELLAS



Unidad de trabajo No. 1: *Legislación deportiva y laboral*

Objetivo: Identificar las leyes y normas que regulan las relaciones laborales en el mundo del trabajo y los deportes.

(Tiempo estimado: 18 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir los deberes y derechos del trabajador en el campo laboral.
- Reconocer las normas y principios que rigen una relación laboral.
- Identificar las características del campo de acción laboral del promotor en recreación y deportes.

Hechos/conceptos

- El derecho laboral: concepto y fundamentos.
- Normas y principios generales del trabajo: conceptos, jerarquía en el Ecuador.
- Leyes especiales y convenios internacionales relativos al trabajo.
- La ley del deporte, educación física y recreación: el sistema deportivo y su funcionamiento.
- El ámbito laboral del promotor en recreación y deportes: descripción de funciones.

Actitudes/valores/normas

- Mantener buenas relaciones interpersonales en el trabajo.
- Ser respetuoso y tolerante.

- Respetar las leyes y normas del sector laboral para evitar situaciones conflictivas.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Explicar la importancia y características del derecho laboral.
- Realizar talleres de análisis de las normas, leyes y reglamentos.
- Demostrar en supuestos prácticos la aplicación de normas, leyes y reglamentos.
- Identificar y analizar las características del ámbito laboral del promotor en recreación y deportes.

Criterios de evaluación

- Describe el concepto de derecho laboral y sus fundamentos.
- Reconoce las normas y principios que rigen una relación laboral.
- Identifica la estructura del sistema deportivo nacional.
- Reconoce la esfera laboral del promotor en recreación y deportes.

Unidad de trabajo No. 2: *La seguridad social*

Objetivo: Identificar la importancia de la seguridad social y la misión del IESS y sus prestaciones, para hacer uso adecuado de los beneficios, según las normas establecidas.

(Tiempo estimado: 14 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Describir el proceso de afiliación al IESS y las prestaciones que brinda.
- Describir el procedimiento para conseguir el seguro de riesgos del IESS.
- Analizar las causas y consecuencias de la mora patronal.

Hechos/conceptos

- El seguro social ecuatoriano: finalidad y características.
- El IESS: misión, estructura y prestaciones.
- La afiliación: derechos, obligaciones y regímenes.
- El seguro general obligatorio: definiciones y clasificación. El principio de universalidad.

- El seguro de riesgos del IESS: definición, clases y cobertura.
- La mora patronal: definición e implicaciones.

Actitudes/valores/normas

- Reconocer la importancia de la seguridad social.
- Valorar las prestaciones que brinda el IESS.
- Ser responsable en las aportaciones al seguro social.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar trabajos de investigación sobre los temas de la unidad.
- Realizar talleres de análisis de la misión del IESS, su estructura y prestaciones.

- Describir el proceso de afiliación al seguro social y los beneficios del seguro general obligatorio.
- Identificar los diferentes campos de protección y responsabilidad del seguro de riesgos del IESS.
- Explicar las causas y consecuencias en el incumplimiento de pago de los aportes.

Criterios de evaluación

- Reconoce la importancia del seguro social.

- Describe la misión del IESS y sus prestaciones.
- Identifica los beneficios del seguro general obligatorio.
- Describe los niveles de protección y compromiso del seguro de riesgos del IESS.
- Reconoce los orígenes y efectos de la falta de pago de los aportes.

Unidad de trabajo No. 3: La contratación

Objetivo: Identificar la estructura de un contrato de trabajo, las responsabilidades que asumen las partes y las condiciones para su ejecución, suspensión y extinción.

(Tiempo estimado: 14 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Reconocer las modalidades de contratos, sus características y las causas de suspensión o extinción
- Identificar la estructura salarial de los trabajadores.
- Identificar las normas que regulan las relaciones laborales entre patrono y trabajador.
- Identificar los casos de modificación y suspensión de la relación laboral.

Hechos/conceptos

- La contratación: concepto, modalidades y características. Suspensión y extinción del contrato de trabajo.
- El salario: concepto, componentes, tiempo y descanso retribuido.
- Las relaciones laborales: definición, normas, casos de modificación y suspensión.

Actitudes/valores/normas

- Asumir con responsabilidad los acuerdos y

- compromisos hechos en el campo laboral.
- Ser flexible y adaptarse a los cambios en el contexto laboral.
- Respetar las leyes y normas del sector laboral para evitar situaciones conflictivas.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Analizar y conceptualizar la contratación desde el punto de vista legal.
- Elaborar un ejemplo de contrato donde se reconozcan y analicen las cláusulas.
- Describir la estructura salarial y forma de cálculo.
- Analizar casos simulados de modificación o suspensión de contratos.

Criterios de evaluación

- Establece la importancia de los elementos constitutivos de un contrato.
- Identifica los componentes del salario.
- Describe las causas para la modificación o finalización del contrato laboral.

Unidad de trabajo No. 4: La inserción socio-laboral

Objetivo: Distinguir los ámbitos de inserción socio-laboral del promotor en recreación y deportes, para generar oportunidades de bienestar económico-social.

(Tiempo estimado: 20 horas pedagógicas)

Procedimientos

- Identificar los potenciales ámbitos laborales para el promotor en recreación y deportes.
- Describir las ventajas y desventajas del trabajo en relación de dependencia y por cuenta propia.
- Identificar las carreras de nivel superior afines al deporte y la recreación, como opción de profesionalización.

Hechos/conceptos

- El campo laboral: concepto y características.
- Fuentes laborales para el promotor en recreación y deportes: públicas, privadas, locales, seccionales, nacionales.
- Organizaciones deportivas: nacionales, provinciales, locales.
- Clubes deportivos: conceptualización, carac-

terísticas, estatuto, reglamento, requisitos, tipos, estructura, documentos habilitantes.

- Gimnasios, Spa, centros recreacionales: características.
- El trabajo en relación de dependencia: características, regímenes de trabajo, normativa. La entrevista de trabajo.
- El trabajo por cuenta propia: el emprendimiento recreativo-deportivo.
- Estudios superiores en el campo deportivo: Importancia, carreras, instituciones que las imparten, requisitos de admisión.

Actitudes/valores/normas

- Interesarse por conocer las oportunidades de trabajo o continuación de estudios superiores.
- Valorar el trabajo por cuenta propia como forma de auto sustento laboral.
- Cooperar en el equipo de trabajo con actitud tolerante y receptiva ante las opiniones de los demás.
- Ser metódico, organizado y responsable.

Actividades de enseñanza y aprendizaje

- Realizar un inventario de organismos y organizaciones vinculadas al deporte y la recreación.
- Realizar visitas de observación a organismos, instituciones y clubes deportivos.
- Explicar lo que es el mercado laboral y los posibles ámbitos laborales para el promotor en recreación y deportes.
- Analizar las características del entorno laboral en relación de dependencia y del trabajo por cuenta propia.
- Revisar información referida a carreras de nivel superior afines al deporte y la recreación, sus requisitos e instituciones que las ofertan.

Criterios de evaluación

- Identifica las características del mercado laboral para el promotor en recreación y deportes.
- Reconoce las diferencias en las modalidades de trabajo: en relación de dependencia y por cuenta propia.
- Identifica las oportunidades de continuación de estudios superiores.

Ministerio de Educación
Transformar la educación, misión de todos.

www.educacion.gob.ec



Información: 1800 33 82 22 o info@educacion.gob.ec

