



Universidad Autónoma de Zacatecas

“Francisco García Salinas” Unidad Académica de Cultura

Programa Académico: Licenciatura en Cultura Física y Deporte	Plan de estudios: 2018
Unidad Didáctica: Planeación metodológica del deporte especializado	Clave de la UDI: 7PLMDE
Créditos: 8	Eje curricular: Técnico Deportivo
Semestre: Octavo	Responsables: M. E. F. Omar Neftalí Ortiz Medina
Horas Semana Teoría: 4	Horas Semana Práctica:
UDI's precedentes:	UDI's subsecuentes:

Competencia de la UDI:	Describir, adaptar, diseñar y desarrollar el carácter científico de la Teoría y Metodología y su condición de Pedagogía de la Práctica Deportiva de competencia, presupone profundizar en un análisis que permita encontrar cuál es su objeto de estudio, así como su campo de acción, es decir, el contenido, amplitud y límites que ese objeto de estudio comprende. Esto requiere determinar el grado de desarrollo alcanzado en una etapa de competencia que se ha planificado, pero también los vínculos y relaciones establecidos entre las ciencias aplicadas al deporte.
-------------------------------	--

Unidades de competencia	1. Planificación, programación y periodización del entrenamiento deportivo 1.1. La planificación deportiva 1.2. Rendimiento deportivo y principios 1.3. Paso de la planificación
	2. Ciclos de entrenamiento 2.1. Macrociclo 2.2. Mesociclos 2.3. Microciclo 2.4. Endociclo y micociclo
	3. Modelos de Periodización. 3.1. Tradicional 3.2. ATR 3.3. Bloques

	<p>4. Forma deportiva</p> <p>4.1 Desarrollo – Adquisición</p> <p>4.2 Estabilidad relativa</p> <p>4.3 Pérdida parcial</p> <p>4.4 Corto y largo plazo</p> <p>4.5 Puesta a punto</p>
--	--

Estrategias de enseñanza y aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar temas
	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar fichas o evidencias de lectura (mapas conceptuales, preguntas o actividades libre diseñadas por los estudiantes)
	<ul style="list-style-type: none"> • Exponer información o temáticas asignadas a alumnos y apoyo docente.
	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividades generales de aprendizaje- enseñanza: análisis, trabajo individual o grupal

Recursos y materiales empleados	<ul style="list-style-type: none"> • Pintarrón presentaciones PowerPoint, Proyección de imágenes
	<ul style="list-style-type: none"> • Libros, revistas.
	<ul style="list-style-type: none"> • Videos
	<ul style="list-style-type: none"> • Uso de aulas virtuales o espacios en físico.
	<ul style="list-style-type: none"> • Plataformas o herramientas online (Classroom, Moodle genially, canvas, etc.)

Bibliografía:

- Harre, D., et al, Teoría del Entrenamiento Deportivo, Cuba, Científico-Técnica, 1983.
- Harre, D., et al, Teoría del Entrenamiento Deportivo, Argentina, Stadium, 1987.
- Grosser, M., et al., Alto Rendimiento Deportivo Planificación y Desarrollo, México, Martínez-Roca, 1991.
- Forteza, A. y Ranzola, A., R., Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo, Cuba, Científico-Técnica, 1988.
- Matveyev, L.P., El Proceso del Entrenamiento Deportivo, Argentina, Stadium, 1989.
- Matveyev, L.P., Fundamentos del Entrenamiento Deportivo, URSS, Ráduga-Moscú, 1983.
- Lanier, A. S., et al, Fundamentos de la Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, Cuba, 1985.

