



## Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación

### Departamento de Educación física, recreación y deportes

Tipo de actividad: Asignatura(EDF421)

Créditos: 5

Nombre: Escenario en Deporte .

Intensidad Horaria: 6 Horas semanales.

Requisitos: EDF411, EDF221, EDF222, EDF223, EDF224, EDF225.

Correquisitos:

#### Introducción

En la actualidad el deporte ha adquirido un papel preponderante en nuestra sociedad; en los países más “desarrollados” se invierten cantidades exorbitantes de dinero que buscan el reconocimiento mundial de una nación por sus gestas deportivas, o los beneficios sociales, económicos o de salud que la practica del mismo deporte ofrece. Sea cual fuere la intención, el deporte a creado alrededor de sí una serie de conocimientos que han ido cualificándolo, a partir de disciplinas como el entrenamiento deportivo, la administración deportiva, la psicología del deporte, la medicina deportiva, la biomecánica entre otras.

En nuestro medio el deporte debe ser reflexionado desde las posibilidades de desarrollo e intervención que con este se tienen, y hacia que tipo de deporte se quiere apuntar; en este sentido la Ley General del Deporte (Ley 181 de 1995), en su artículo 16, clasifica las formas como se debería desarrollar el deporte en Colombia, enunciándolo de la siguiente manera: DEPORTE FORMATIVO, DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO, DEPORTE UNIVERSITARIO, DEPORTE ASOCIADO, DEPORTE COMPETITIVO, DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO, DEPORTE AFICIONADO y DEPORTE PROFESIONAL:

Partiendo de lo anterior el Escenario en Deporte de la Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes de la universidad del Cauca, busca crear un espacio académico, donde los estudiantes, a través de la praxis, puedan formarse disciplinadamente y adquirir experiencia en la orientación de un deporte, encaminado desde la perspectiva del entrenamiento deportivo, que tenga en cuenta las necesidades de las poblaciones con las que se trabaje, en busca de aportarles más allá de los aspectos competitivos, los beneficios de la práctica de un deporte con sentido humano.

Por lo tanto en este Escenario es importante la proyección social a la comunidad, que se hará con los centros pilotos de Practica Escolar, Clubes Deportivos, Empresas, Asociaciones y Comunidades en general, en busca de generar planes

Tipo de Actividad: Asignatura Créditos: 5 por semestre

Nombre: Escenario en Deporte EDF421 Intensidad Horaria: 6 h.s.

Requisitos: Edf411, Edf221, Edf222, Edf223, Edf224, Edf225.

Co-requisitos:

Departamento: Educación Física, Recreación y Deporte

Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación

de entrenamiento adaptados a la población intervenida, a los cuales se les pueda hacer un seguimiento y modificaciones en busca de alcanzar mejorías en su rendimiento deportivo, periodo a periodo; en este proceso se tratara de incluir otras posibles poblaciones requeridas de procesos de intervención, de acuerdo a los intereses formativos del programa y la Unidad Temática, y en consonancia con los intereses de los estudiantes quienes propondrán grupos con los que se puedan adelantar practicas alrededor del deporte . Por otra parte se busca consolidar caminos formativos trasegados por los estudiantes desde las diferentes áreas de desempeño profesional; en este sentido el estudiante deberá poner en praxis todos los conocimientos adquiridos a lo largo de su formación profesional durante el Programa de Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes.

## Objetivo General

- Conocer sobre el entrenamiento deportivo, sus leyes básicas y la planificación desde el modelo de periodización, para crear planes pedagógicos de entrenamiento, acordes a la población intervenida desde el escenario, donde confluya el rendimiento físico, deportivo y de manera relevante el aspecto educativo.

## Objetivos específicos

- Llevar a la praxis los conocimientos adquiridos a lo largo de la formación profesional alrededor del deporte.
- Conocer y reflexionar sobre el deporte con el fin de aportar a la población intervenida del escenario en deporte adecuado a sus necesidades.
- Conocer los elementos generales que permitan organizar un evento deportivo con las poblaciones del escenario.
- Conocer sobre la organización deportiva, con relación a los aspectos mas relevantes de la ley 181 de 1995.

## Contenido

- Socialización del programa.
- El deporte: generalidades.
- Entrenamiento deportivo – ley de adaptación.
- Planes de entrenamiento – plan perspectivo.
- Estructura y planificación – planes anuales.
- Periodización del entrenamiento.
- Mesociclos.
- Microciclos.
- Sesiones de entrenamiento.
- Plan escrito.
- Metodología para elaborar una plan grafico.
- Plan operativo.
- Organización de eventos deportivos.

- Sistema nacional del deporte.
- Eventos deportivos internacionales.
- Eventos deportivos nacionales.

## Bibliografía

- Alta metodología carga, estructura y planificación. Forteza de la Rosa Armando. Komekt 1999.
- Direcciones del entrenamiento deportivo. Metodología de la preparación del deportista. Forteza de la Rosa Armando. Científico – técnica de la habana. 1999.
- El entrenamiento deportivo teoría y metodología. Platonov Nicolaievitch. Paidotribo 1993.
- Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones. Grosser Manfred, Starischka Stephan y Zimmermann Elke. Martinez Roca 1998.
- Planificación del entrenamiento deportivo. Garcia Manso Juan Manuel, Navarro Manuel y Ruiz Antonio. Gymnos 1996.
- Principios del entrenamiento deportivo. Frank Dick. Paidotribo.

