

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA
MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

PROGRAMA SINTÉTICO

1.-Clave y nombre de la Unidad de Aprendizaje

FOD302 Teoría y Sistemas modernos del entrenamiento deportivo.

2.- Frecuencia Semanal: horas de trabajo presencial:

3.- Horas de trabajo extra aula por semana:

4.- Modalidad: Escolarizada No escolarizada Mixto

5.- Periodo académico: Semestral Trimestral Modular

6.- LGAC: Alto rendimiento deportivo

7.- Ubicación semestral:

8.- Área Curricular: Formación Profesionalizante Obligatoria I

9.- Créditos:

10.- Requisito:

11.- Fecha de elaboración:

12.- Fecha de la última actualización:

13.- Responsable (es) del diseño:

14.- Perfil de egreso vinculado a la Unidad de Aprendizaje:

Competencia específica de la orientación a la que pertenece la unidad de aprendizaje

Diseña y aplica programas de entrenamiento deportivo en los diferentes niveles organizativos, en instituciones públicas y privadas, para el logro de altos resultados deportivos, mediante modelos vanguardistas de planificación de la preparación del deportista.

15.- Competencias generales a que se vincula la Unidad de Aprendizaje:

Declaración de la competencia general vinculada a la unidad de aprendizaje	Evidencia
Utiliza los lenguajes lógico, formal, matemático, icónico, verbal y no verbal de acuerdo a su etapa de vida, para comprender, interpretar y expresar ideas, sentimientos, teorías y corrientes de pensamiento con un enfoque ecuménico.	Mapa conceptual
Maneja las tecnologías de la información y la comunicación como herramienta para el acceso a la información y su transformación en conocimiento, así como para el aprendizaje	Reporte por escrito Video
Emplea pensamiento lógico, crítico, creativo y propositivo para analizar fenómenos naturales y sociales que le permitan tomar decisiones pertinentes en su ámbito de influencia con responsabilidad social.	Lectura crítica
Utiliza un segundo idioma, preferentemente el inglés, con claridad y corrección para comunicarse en contextos cotidianos, académicos, profesionales y científicos.	Análisis de datos
Domina su lengua materna en forma oral y escrita con corrección, relevancia, oportunidad y	Reporte

ética adaptando su mensaje a la situación o contexto, para la transmisión de ideas y hallazgos científicos.	escrito Debate Panel Video
Interviene frente a los retos de la sociedad contemporánea en lo local y global con actitud crítica y compromiso humano, académico y profesional para contribuir a consolidar el bienestar general y el desarrollo sustentable.	Reporte por escrito
Logra la adaptabilidad que requieren los ambientes sociales y profesionales de incertidumbre de nuestra época para crear mejores condiciones de vida.	Análisis de caso

16.- Competencias específicas y nivel de dominio a que se vincula la unidad de aprendizaje:

Competencia Específica	Nivel I Inicial	Evidencia	Nivel II Básico	Evidencia	Nivel III Autónomo	Evidencia	Nivel IV Estratégico	Evidencia
Diseña y aplica programas de entrenamiento deportivo en los diferentes niveles organizativos, en instituciones públicas y privadas, para el logro de altos resultados deportivos	Identifica los sistemas de planificación del entrenamiento deportivo aplicables a los diferentes grupos técnicos metodológicos.	Mapa conceptual	Contrasta las ventajas y desventajas de los sistemas de planificación del entrenamiento deportivo.	Dinámica de grupo Exposición oral debate Análisis y localización de información	Valora desde una perspectiva sistémica los componentes más importantes de sistemas de planificación para los diferentes grupos técnicos metodológicos.	reporte escrito Análisis de caso Panel	Diseña un plan de entrenamiento en un macrociclo de preparación deportiva diferentes	Un plan de entrenamiento en un macrociclo de preparación de diferentes características, fundamentado en un sistema de planificación vigente

, mediante modelos vanguardistas de planificación de la preparación del deportista								
--	--	--	--	--	--	--	--	--

17.- Contenido de la Unidad:

- Sistemas de planificación y estructuración del entrenamiento deportivo vigentes.
- Ubicación de las capacidades en el plan de entrenamiento.
- Procesos de planeación, estructuración y control del entrenamiento deportivo.
- Aspectos direccionales de la preparación del deportista.

18.- Producto integrador de aprendizaje

Plan de entrenamiento por escrito reflejado en un macrociclo de preparación de diferentes características, fundamentado en un sistema de planificación vigente.

19.- Fuentes de apoyo y consulta:

Bibliografía

- Forteza de la Rosa, A. Entrenamiento deportivo, ciencia e innovación tecnológica. La Habana, Cuba. Editorial Científico-técnica. 2001.
- García Manso, J., Navarro, M., Ruiz, J. Bases teóricas del entrenamiento deportivo (principios y aplicaciones). Madrid, España. Editorial Gymnos. 1996.
- García Manso, J., Navarro, M., Ruiz, J. Planificación del entrenamiento deportivo. Madrid, España. Editorial Gymnos. 1996.
- Hohmann, A., Lames, M. Letzeier, M. Introducción a la ciencia del entrenamiento. España. Paidotribo. 2005.
- Hüter-becker, A., Schewe, H., Heipertz, W. Fisiología y teoría del entrenamiento. México. Paidotribo. 2006
- Lanier Soto, A. Metodología, planeación y control del entrenamiento deportivo. . Monterrey, México. Universidad Autónoma de Nuevo León. Facultad de Organización Deportiva. 2004.
- Martín, D., Carl, K., Lehner, K. Manual de metodología del entrenamiento deportivo. Barcelona, España. Editorial Paidotribo. 2001
- Matviev, L.P. Teoría general del entrenamiento deportivo. Barcelona, España. Paidotribo. 2001.
- Vasconcelos Raposo, A. Planificación y organización del entrenamiento deportivo. Barcelona, España. Paidotribo. 2005.
- Weineck, J. Entrenamiento total. Barcelona, España. Paidotribo. 2005.