



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Diseño Curricular Jurisdiccional



Fundamentación

La actual política educativa reconoce no sólo la validez de la Formación Superior Técnica, sino a los Institutos Superiores como ámbitos específicos de aplicación. También es espíritu de la jurisdicción provincial el mejoramiento de la calidad educativa para lograr la optimización de las competencias académicas, la adecuación al mercado laboral y la plena inserción social del sujeto pedagógico en la sociedad democrática.

A partir de las regulaciones normativas y de la adecuación con los fundamentos de la legislación y la política educativa vigente, se elaboró este proyecto de carrera de Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

No es exagerado afirmar que, como consecuencia de la transformación que han experimentado las sociedades contemporáneas, el deporte ha pasado a ser, desde finales del siglo XX y lo que transcurre del XXI, el fenómeno social más conocido universalmente, sobre todo por los medios de intervención que tiene y sus relaciones para con los diferentes grupos sociales. Son probadas sus influencias positivas tanto a nivel escolar, como en atletas de alta competición. En la más excelente escuela, como en aquellos barrios marginales, donde la educación no es un lujo, más de un grupo de riesgo, ha cambiado y/o mejorado su calidad de vida a través de las bondades de las actividades físico/deportivas. Por lo que, consolidar una comunidad científica de especialistas del entrenamiento deportivo que desarrollen elementos teórico-prácticos desde una formación pedagógica, y que contribuyan a la solución de problemas en el entrenamiento deportivo moderno, es un reto actual para cualquier sociedad de este mundo.

El Deporte, como expresión característica de la sociedad moderna, experimenta un cambio continuo, evoluciona de manera constante como lo hacen los diferentes campos del conocimiento. Siendo la expresión más sofisticada del movimiento humano, el deporte aglutina en torno, a los fundamentos de múltiples y variadas ciencias que, al interactuar en forma multidisciplinaria y con el apoyo de los avances tecnológicos, permiten que se desarrolle con altos niveles de precisión y eficiencia.

Frente al gran desarrollo del entrenamiento deportivo y las ciencias aplicadas al mismo, resulta de gran importancia cobrar conciencia del impacto social que tiene para los individuos la práctica de un deporte, ya sea a nivel formativo o competitivo. Sin embargo, es necesario enfatizar la trascendencia de la orientación de un profesional, que con conocimientos científicos y pedagógicos guíe la práctica deportiva, fundamentada siempre en el respeto total a los procesos de conocimiento y desarrollo del ser humano.

En el mundo actual el deporte constituye un fenómeno social que alcanza los ámbitos de lo individual y de lo particular. A los beneficios que proporciona en el nivel del desarrollo de las capacidades físicas y de la conservación de la salud, se suma su importancia en la conformación de la personalidad y en la formación de hábitos y actitudes positivas, así como en la provechosa y adecuada utilización del tiempo libre de los sujetos.

Desde esta perspectiva, es innegable el compromiso y la responsabilidad social que tienen las instituciones de Educación Superior de atender estas necesidades sociales, que se traducen en la impostergable tarea de formar recursos humanos que, con base en una sólida formación disciplinaria, se aboquen a la atención profesional de niños, jóvenes y adultos en el área de la práctica y el entrenamiento deportivo.

No cabe duda que la extensión de la práctica deportiva y la evolución de la demanda deportiva en sus diferentes modalidades y especialidades, sean o no competitivas, justifica la necesidad de regular las enseñanzas de formación de los técnicos deportivos en un marco educativo adecuado, y con la necesaria homogeneidad. Es que el avance de las ciencias sobre el deporte, acaecido con



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

mayor fuerza en las últimas dos décadas, obliga a presentar ante los grupos de formación a una persona capacitada.

A su vez, las peculiaridades formativas y las diferencias existentes entre las modalidades y, en su caso, especialidades deportivas, requieren que el régimen educativo que se adopte para estas enseñanzas admita tales características y proporcione la flexibilidad y la especificidad necesaria para atender las particularidades de un deporte altamente diversificado.

Las competencias de los **entrenadores deportivos** se orientan preferentemente a la enseñanza y al entrenamiento en una modalidad o especialidad deportiva y, por tanto, han tenido su principal campo de aplicación en las actuaciones profesionales que convergen en la competición reglada.

Es importante reconocer el valor de recursos humanos especializados para que las actividades deportivas cobren la altura que merecen en el ámbito de la educación no escolarizada. Por lo tanto, la formación de los entrenadores de hoy, capaces de comprender la influencia de la ciencia en los procesos de desarrollo deportivo, demanda una regeneración conceptual que propicie las condiciones de calidad y exigencia, acordes con las funciones y tareas que aquellos deben desempeñar.

Por otra parte, las prácticas deportivas, en ocasiones seguidas masivamente por los aficionados, implican a menudo situaciones de riesgo o de peligrosidad objetiva que exigen, además, los necesarios conocimientos sobre las actividades y su práctica.

Junto a los aspectos apuntados, hay que mencionar la mejora de las infraestructuras y el equipamiento deportivo producidos en los últimos años, que han permitido el desarrollo alcanzado por el deporte y han dado lugar a la expansión de un mercado de trabajo específico del sector, en el que se desenvuelve un numeroso e importante grupo de profesionales.

Observando que el artículo 7 de la Ley de Educación Técnico Profesional define como propósito del Nivel Superior desarrollar las trayectorias de profesionalización que garanticen a los alumnos y alumnas el acceso a una base de capacidades profesionales que les permitan su inserción en el mundo del trabajo, y que, las Tecnicaturas de Nivel Superior pertenecientes al campo de las ciencias sociales y humanísticas, tienen como propósito profundizar el desarrollo teórico, tecnológico y profesional es que se propone esta Tecnicatura atento a las necesidades sociales, culturales, educativas y deportivas de la región que demandan nuevas respuestas a la formación de recursos humanos que entiendan en la enseñanza y en la formación deportiva.

Justificación

El Instituto Superior de Formación Docente N° 810 es una institución reconocida tanto en la provincia del Chubut como en el ámbito nacional, por haber sido fundado como INEF (Instituto Nacional de Educación Física) con incumbencias específicas para formar recursos humanos para desempeñarse en el ámbito de la Educación Física, y para ofrecer capacitaciones en las manifestaciones relacionadas con la disciplina y el deporte.

La historia del Instituto data de 1983, creado bajo la dependencia del Ministerio de Educación y Justicia de la Nación, y específicamente en la entonces Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación. Bajo la misma administración, se aprueban los planes de estudios nivel terciario Profesorado de Educación Física y cuaternario Especialización en Entrenamiento Deportivo.

A partir de la transferencia de los servicios educativos a la órbita de la provincia del Chubut, y la modificación de los diseños curriculares la competencia profesional de los Profesores de Educación Física limita a los egresados al



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

ejercicio en el ámbito educativo (Resolución Ministerial N° 94/00 ME) a diferencia de los diseños anteriores (Resoluciones Ministeriales Nacionales 926/80 y 169/89) cuya incumbencia se extendía al entonces denominado ámbito no formal. Con la transferencia educativa desaparecen las carreras que ofrecía el Instituto Nacional del Deporte que formaba Técnicos y Entrenadores en deportes. Con las sucesivas modificaciones curriculares también se modificó la carga horaria del campo de la formación específica, resignando los contenidos abordados en las materias vinculadas al Entrenamiento Deportivo.

El Instituto continuó con su oferta formativa sustituyendo el entonces nivel cuaternario y la ausencia de materias específicas en la formación de grado, por capacitaciones que incluyeron el Entrenamiento Deportivo para dar respuesta a la constante demanda tanto de Profesores de Educación Física como Entrenadores que manifestaban su interés en las encuestas que se realizaban desde la Coordinación de Capacitación y Extensión.

Esta ininterrumpida labor formativa se ha realizado en diversas modalidades. A partir de la implementación de la Resolución N° 19/00 ME (Cátedra Abierta, que ofrece una apertura a los interesados en actualizarse académicamente ya sean graduados, docentes en servicio o futuros docentes) se pudo observar que la mayor inscripción de interesados se presentaba en el área curricular de Entrenamiento Deportivo, hecho que se reitera anualmente. Esta demanda produjo la implementación de distintas capacitaciones relacionadas al Entrenamiento.

La elaboración de este proyecto que contempla la formación de recursos humanos y su adecuación tanto a los cambios sociales, como a la evolución del fenómeno deportivo de nuestro tiempo, atendiendo a la dinámica de la materia y al permanente avance que el mismo experimenta, responde – también – a la normativa vigente que regula la actividad física en el ámbito no escolarizado por ejemplo lo reglamentado por el Poder Ejecutivo Municipal de C.R. que establece en la ordenanza 5356:

“En todo Gimnasio, o locales destinados a impartir la enseñanza, práctica, o perfeccionamiento de la Educación Física, los Deportes, las Artes Marciales, el Yoga y demás actividades en el que se imparta la enseñanza de un Deporte o actividad afín, deberá supervisarse en forma presencial y permanente por una persona responsable que sea:

a) Profesor de Educación Física con título Nacional, Provincial o Privado, estos últimos homologados por la autoridad educativa provincial o Nacional para el ejercicio de la docencia.

b) Instructores o Entrenadores con títulos expedidos por la Secretaría de Deportes de la Nación o por la Dirección Nacional de Educación Física Deportes y Recreación, con planes de estudios no menores a 2 (dos) años.”

A modo de diagnóstico y para la elaboración del plan de esta carrera :

- Se consultó a instituciones terciarias y/o universitarias argentinas y extranjeras con planes afines con el objeto de adecuar de la manera más precisa los contenidos y las prácticas a las necesidades de nuestra población educativa.
- Se investigó el mercado laboral de los futuros egresados considerando la alta viabilidad de su inserción en el mundo del trabajo ante el vertiginoso crecimiento de instituciones deportivas y la demanda social del deporte y del discurso sobre él que se constata en nuestra sociedad.
- Se corroboró la escasez de profesionales con acreditación de saberes en la especialidad, tornando imprescindible la creación de una carrera que suture esta desarticulación entre saberes y acreditación.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

- Se analizaron las necesidades imprescindibles de recursos materiales sin los cuales no podrá dictarse esta carrera por su especificidad.

A partir de lo investigado se desprende que resulta imprescindible para garantizar la formación de Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo:

- Una estructura curricular actualizada a los nuevos escenarios socio culturales y a la realidad de las instituciones educativas.
- Docentes con formación teórica y ejercicio empírico en el entrenamiento deportivo, debidamente acreditados
- Recursos materiales concretos e instituciones deportivas adecuadas
- Concreta relación con entidades privadas y con organismos públicos con el objeto de desarrollar un activo circuito de pasantías en ámbitos reales y específicos.

Objetivos

Se propone esta nueva alternativa académica, que pretende garantizar un mejor servicio a la comunidad y responde a los siguientes objetivos:

- Formar y capacitar recursos humanos cualificados en Entrenamiento Deportivo, conforme a los requerimientos nacionales y regionales, atendiendo las vocaciones personales y recurriendo a los adelantos de las ciencias y las técnicas que resulten de interés para la comunidad, para su desempeño a nivel estatal y privado, de bienestar social y comunitario
- Orientar al estudiante sobre las metodologías para la comprensión, uso creativo y significativo de la información del entrenamiento deportivo en el contexto de las teorías, principios, técnicas, métodos y uso de la tecnología, la informática y la investigación en el deporte y su transferencia a la práctica.
- Desarrollar la actitud investigativa a través del entrenamiento frente a los procesos de formación deportiva, rendimiento deportivo y la salud preventiva del deportista y la comunidad.

Perfil Profesional

El Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo será una persona con alto sentido humanístico, ético y de responsabilidad social, capaz de diseñar y aplicar las metodologías propias del entrenamiento deportivo. De acuerdo con las competencias desarrolladas en la carrera, el egresado estará en capacidad de desempeñarse como:

- Orientador de procesos de enseñanza de los diferentes gestos Técnicos aprendidos.
- Asistente Técnico de selecciones deportivas según su disciplina deportiva.
- Facilitador en los procesos de preparación física de acuerdo con la modalidad deportiva.
- Podrá diseñar y aplicar programas de entrenamiento para diferentes grupos atendiendo sus características particulares.
- Sabrá analizar, evaluar, y diseñar ciclos de entrenamiento de acuerdo a necesidades fisiológicas, biomecánicas y específicas a una actividad o deporte respetando sus diferentes etapas (diagnóstico, programación, preparación, competencia, control y transición).



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

- Estará capacitado para seleccionar y utilizar apropiadamente materiales adecuados para cada tipo de actividad.

Perfil Formativo

El título de Técnico Superior en Entrenamiento certifica la adquisición de los conocimientos y de las competencias profesionales suficientes, para asumir sus responsabilidades de forma autónoma o en el seno de un organismo público o empresa privada.

El Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo está capacitado para planificar, ejecutar y evaluar procesos de formación en su correspondiente disciplina deportiva, para la iniciación, el desarrollo y perfeccionamiento deportivos de los sujetos y grupos con los que trabaja; y gestionar las múltiples y variadas interacciones que organizan y posibilitan las prácticas deportivas; en diferentes ámbitos laborales.

Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus funciones en la región son:

- En instituciones de Iniciación y Desarrollo Deportivo, Gimnasios; Equipos deportivos de mediano y alto nivel de competición, Centros de Recreación, Centros de Entrenamiento Gimnasios, Escuelas de Formación Deportiva, centros de rehabilitación social, desarrollando planes de entrenamiento deportivo
- En Entrenamiento personalizado

Requisitos Mínimos para el Funcionamiento

Los requisitos mínimos para el funcionamiento de la carrera son las condiciones institucionales básicas acordes al nivel superior – tanto en relación a su infraestructura como al modelo organizacional – y la existencia de dispositivos institucionales que favorecen la articulación con el ejercicio profesional.

Como toda Institución de Educación Superior de la provincia del Chubut, el ISFD 810 cuenta con un equipo directivo y además se previó la designación de un Coordinador de carrera (Docente especializado en Entrenamiento Deportivo).

El horario de funcionamiento de la Tecnicatura será el vespertino, turno que cuenta con personal de apoyo.

Los docentes que accederán al dictado de las unidades curriculares, deberán tener una titulación que se ajuste al anexo unificado de títulos vigente.

Equipamiento e Infraestructura

Teniendo en cuenta los criterios de la Práctica y el Perfil Profesional de este Técnico Superior se denota la importancia de contar con espacios físicos y el equipamiento necesario para que los alumnos puedan realizar sus prácticas con la frecuencia suficiente para apropiarse de un saber hacer que le permita comprender y actuar en situaciones educativas que contribuyan a la formación de las competencias profesionales

El ISFD N° 810 donde se implementará esta oferta de Tecnicatura Superior cuenta con los espacios físicos necesarios para el acceso, movilidad y de desarrollo de las diferentes asignaturas, ya sean aulas, gimnasios o cualquier otra institución adecuada.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Las instalaciones que se utilizarán están equipadas con los materiales didácticos, informáticos y equipamiento para poder realizar las actividades educativas que son necesarias para el abordaje de los contenidos y el logro de las expectativas.

Los espacios y equipamiento didáctico están ajustados en función de la cantidad de personas que utilizarán las instalaciones y todos cuentan con ventilación, evacuación, servicio contra incendios y demás, que indica la normativa legal vigente para este tipo de establecimientos.

El Instituto realizará convenios con otras las instituciones (Ente autárquico Comodoro Deportes, Municipalidad de Comodoro Rivadavia, etc.) que considere pertinente para el desarrollo de las prácticas profesionalizantes y con los espacios y equipamiento que la institución no posea en forma suficiente.

Campos de Desempeño

Los egresados de este programa podrán desempeñarse:

- En instituciones de Iniciación y Desarrollo Deportivo, Gimnasios; Equipos deportivos de mediano y alto nivel de competición, Centros de Recreación, Centros de Entrenamiento Gimnasios, Escuelas de Formación Deportiva, centros de rehabilitación social, desarrollando planes de entrenamiento deportivo
- En Entrenamiento personalizado

Diseño Curricular

Los **campos de formación** que estructuran el curriculum son¹:

El campo de la formación general, destinado a abordar los saberes que posibiliten el logro de competencias necesarias para participar activa, ética y reflexivamente en los diversos ámbitos de la vida socio-económica y sociocultural.

El campo de la formación de fundamento, destinado a abordar los saberes científicos, tecnológicos y socioculturales que otorgan sostén a los saberes propios del campo profesional.

El campo de la formación específica, dedicado a abordar los conocimientos y las competencias propias de cada campo profesional, así como la contextualización de los saberes desarrollados en la formación de fundamento.

El campo de las prácticas profesionalizantes, entendido en un doble registro:

- a) Posibilitar la **integración de los saberes** construidos en los diferentes campos de formación de la propuesta curricular, garantizando la articulación teoría-práctica mediante la participación de los estudiantes en situaciones concretas vinculadas a las actividades del profesional objeto de la formación.
- b) Promover **acciones concretas en el contexto territorial** al que pertenece la oferta, participando estratégicamente, desde la especificidad de su objeto de formación en el desarrollo político, económico y cultural del territorio donde se inscribe la oferta formativa.

El diseño curricular que se propone presenta en su estructura los cuatro (4) campos de formación: El campo de la formación general, El campo de la formación de fundamento, El campo de la formación específica y El campo de las prácticas profesionalizantes. La consideración de estos campos responde a la propuesta realizada por el Consejo Federal Educación en la Resolución CFE N° 151/11

¹ Resolución CFE 151/11 – Anexo I



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Aparece de este modo un lineamiento claro para la organización de los contenidos, procurando favorecer la adquisición de distintos saberes y competencias por parte de los alumnos. Aquellos son identificados como específicos de uno o más campos de conocimientos y son seleccionados como importantes para una determinada formación técnica o profesional; tratándose en este caso del Entrenamiento Deportivo.

Los saberes serán abordados de manera articulada vinculando teoría y práctica, desde la concepción de que la “teoría está implicada en la práctica”, lo cual supone dejar de lado la tradicional concepción de que la “teoría baja a la práctica”. A su vez, el tratamiento intra e interdisciplinario, permitirá la doble mirada que hace a la especificidad del contenido o los problemas a resolver, sin descuidar la complejidad y abarcabilidad de los mismos, como también de las situaciones en que se abordan. El saber pensar, saber hacer y saber ser, se integrarán de acuerdo al área de formación pero, más allá de ésta, se integrarán en la carrera toda.

El Plan de Estudios que se propone, se concreta en su pertenencia y pertinencia con el Entrenamiento Deportivo, Campo de la Formación Específica, siendo por la misma, que el futuro Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo definirá también su identidad como tal. No obstante, se intenta también dar gran importancia al Campo de la Formación de Fundamento, toda vez que se pretende alcanzar un Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo, capaz de realizar lecturas e intervenciones adecuadas en la realidad en que le toque actuar, para lo cual se aspira a formar un analista del entrenamiento deportivo. De este modo deberá comprender los entrecruzamientos de múltiples factores que influirán o determinarán sus intervenciones según los distintos contextos. Por otro lado, se asume la importancia de vertebrar la carrera en función del Campo de las Prácticas Profesionalizantes, el cual comienza desde 1º Año, en un intento de toma de contacto con la realidad, insertándose paulatinamente en el Sistema Deportivo interactuando con deportistas de diversas edades o categorías y enfrentando realidades progresivamente complejas. Finalmente, caben señalar las dimensiones que se plantean desde el Campo de la Formación General como algo que impregna totalmente la formación técnica deseada, enriqueciéndola y humanizando las prácticas; esto implica abordar la transversalidad, asumiendo al Entrenamiento Deportivo como un bien cultural y como una práctica social



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Unidad curricular	Carga horaria (en hs cátedra)		Régimen de cursado	Formato	Campo	Carga horaria por Campo (en hs cátedra)
	Semanal	Total				
Lectura, comprensión y producción de textos y docs.	3	48	Cuatrimestral	Taller	CFG	
T.I.C	3	48	Cuatrimestral	Taller	CFG	
Problemática Sociocultural y del conocimiento	3	48	Cuatrimestral	Seminario	CFG	
EDI II	3	48	Cuatrimestral	Taller	CFG	
Inglés Técnico	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFG	256
Anatomía Funcional	4	64	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Bioquímica	4	64	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Crecimiento y desarrollo	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFF	
Fisiología aplicada I	5	80	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Fisiología aplicada II	5	80	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Biomecánica	4	64	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Psicología de la actividad física y el deporte	4	64	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Nutrición deportiva	4	64	Cuatrimestral	Materia	CFF	
Elaboración y desarrollo de proyectos en Contexto	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFF	
Lesiones y primeros auxilios	3	48	Cuatrimestral	Materia	CFF	
EDI III	3	48	Cuatrimestral	Taller	CFF	704
Fundamentos y manifestaciones básicas de la motricidad	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Iniciación deportiva	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Entrenamiento I	4	128	Anual	Taller	CFE	
Enseñanza de la técnica	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Evaluación funcional	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Entrenamiento II	4	128	Anual	Taller	CFE	
EDI I	3	48	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Estrategia y táctica deportiva	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Estructura básica de los deportes	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	
Entrenamiento III	5	160	Anual	Taller	CFE	
Estadística aplicada	4	64	Cuatrimestral	Taller	CFE	912
Prácticas de la Integración	6	192	Anual	Práctica	CPP	
Práctica de la Especialización	6	192	Anual	Práctica	CPP	
Práctica Profesional	9	288	Anual	Práctica	CPP	672



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
 ANEXO I

Duración Total	
Horas cátedra	Horas reloj
2544	1696

Peso relativo de los campos		
Campo	Total de horas	% sobre la carga horaria total
Campo de la Formación General	256 (horas cátedra)	10 %
Campo de la Formación de los Fundamentos	704 (horas cátedra)	28 %
Campo de la Formación Específica	912 (horas cátedra)	36 %
Campo de las Prácticas Profesionalizantes	672 (horas cátedra)	26 %

Cuadro de Correlatividades

PARA CURSAR	DEBE TENER REGULARIZADO	DEBE TENER APROBADO
Fisiología aplicada I	Anatomía funcional	
Iniciación deportiva	Crecimiento y desarrollo	
Fisiología aplicada II	Fisiología aplicada I	
Nutrición deportiva	Bioquímica	
Lesiones y 1ros. Auxilios	Anatomía funcional	
Entrenamiento II	Entrenamiento I	
Práctica de la especialización	Práctica de la integración	
Elaboración de proyectos		Lectura, comprensión y producción de textos y docs TIC
Entrenamiento III	Entrenamiento II	
Práctica profesional	Práctica de la especialización	



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
 ANEXO I

Tecnicatura Superior en Entrenamiento Deportivo						
	PRIMER AÑO		SEGUNDO AÑO		TERCER AÑO	
	1º C	2º C	1º C	2º C	1º C	2º C
Campo de la Formación General	Lectura, comprensión y producción de textos y documentos 3 hs	TIC 3 hs		Problemática Sociocultural y del Conocimiento 3 hs	EDI II 3 hs	Inglés Técnico 4 hs
Campo de la Formación de los Fundamentos	Anatomía Funcional 4 hs	Fisiología Aplicada I 5 hs	Fisiología Aplicada II 5 hs	Psicología de la Actividad Física y el Deporte 4 hs	Elaboración y desarrollo de proyectos en Contexto 4 hs	EDI III 3 hs
	Bioquímica 4 hs		Biomecánica 4 hs	Nutrición Deportiva 4 hs	Lesiones y primeros auxilios 3 hs	
	Crecimiento y Desarrollo 4 hs					
Campo de la Formación Específica	Fundamentos y manifestaciones básicas de la motricidad 4 hs	Iniciación Deportiva 4 hs	Enseñanza de la Técnica 4 hs	Evaluación funcional 4 hs	Estrategia y táctica deportiva 4 hs	Estructura básica de los deportes 4 hs
	Entrenamiento I 4 hs		Entrenamiento II 4 hs		Entrenamiento III 5 hs	
			EDI I 3 hs			Estadística aplicada 4 hs
Campo de las prácticas profesionalizantes	Prácticas de la Integración 6 hs		Práctica de la Especialización 6 hs		Práctica Profesional 9 hs	



CAMPO DE LA FORMACIÓN GENERAL

LECTURA, COMPRENSIÓN Y PRODUCCIÓN DE TEXTOS Y DOCUMENTOS

Primer Año

1er. Cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Desde este espacio se pretende introducir al alumno en la problemática de los procesos de estudio, de presentación de trabajos prácticos y de la elaboración de proyectos.

Los/as alumnos/as que ingresan al nivel superior deben familiarizarse con la práctica discursiva de producción y circulación del saber académico y esta es responsabilidad del Instituto Formador.

Leer en la educación superior implica una búsqueda y elaboración por parte del lector. Esto requiere que se oriente la lectura hacia ciertos fines, se contemple la aplicabilidad del conocimiento adquirido, se confronten posturas provenientes de diversas fuentes, se aclare, amplíe o complemente la información que se lee en un texto a partir de la consulta de otros.

Escuchar en este nivel es una actividad compleja y muy activa, que implica comprender textos académicos, retenerlos y registrarlos por escrito, junto con las evaluaciones sobre lo escuchado. Por otra parte, expresarse oralmente implica apropiarse de los géneros discursivos de las disciplinas de estudio, organizar el pensamiento de acuerdo con la lógica disciplinar, dar cuenta de lo aprendido y de los procesos realizados, incorporar el léxico preciso de la disciplina, los conceptos.

Contenidos: Oración, texto y discurso. La oralidad y la escritura, sus notas diferenciales. Lengua oral y lengua escrita. Prototipos textuales (tipos discursivos): argumentación, descripción, narración, exposición. Tipos textuales: exposición oral y escrita, debate: resumen, síntesis oral y escrita, informe, solicitud; artículo de opinión. Observación, análisis y reconocimiento de diversas secuencias discursivas en los tipos textuales mencionados. Estrategias de comprensión lectora. Producción de textos (Flower y Hayes)

Variedades lingüísticas y su adecuación a diferentes contextos de uso. La norma estándar y la variedad prestigiosa regional: su respectivo ámbito específico.

Nociones de corrección y adecuación. Normativa: pauta formales para la presentación de trabajos escritos. Uso de signos de puntuación. Reglas de acentuación. Concordancia Uso de pronombres relativos.

Nociones de gramática textual: mecanismos de cohesión textual, con especial hincapié en el fenómeno de la referencia.

TECNOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN

Primer año

Segundo Cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Las tecnologías de la información y la comunicación, tales como los teléfonos celulares, las tablets, las computadoras, la televisión, etc. Han pasado a ocupar un lugar relevante en los procesos educativos de los últimos 30 años.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

La introducción de las TIC abre una nueva perspectiva vinculada a la posibilidad de cubrir necesidades del proceso de enseñanza y aprendizaje, no sólo desde el campo tecnológico sino desde el pedagógico. La integración de las TIC alcanza una innovación pedagógica más que un proyecto tecnológico, ayuda a aprender y enseñar de manera más significativa.

Contenidos: Acceso y uso de la información. Taller de herramientas. Definir la necesidad de información. Conocer donde y cómo se puede acceder a los distintos tipos de información. Gestión, Análisis y Evaluación de la Información.

Evaluar la información. Entender la utilidad de la información. Analizar la información con espíritu crítico y reflexivo. Organización, Planificación y Comunicación Escrita.

Fundamentos y conceptos básicos de cómo estructurar un trabajo.

Plagios. Derechos de propiedad intelectual y Derecho Informático. Corrección en el uso de la tipología textual. Textos electrónicos.

Organización, Planificación y Representación de Datos Espaciales y Estadísticos.

Fundamentos y conceptos básicos de cómo estructurar la información alfanumérica y espacial del trabajo. Introducción a las Tecnologías de la Información Geográfica y la producción de mapas. Introducción a SIG con Google Earth. Comunicación y Transferencia de los Trabajos. Habilidades básicas de comunicación y transferencia de los resultados obtenidos de forma apropiada.

Elaboración de material expositivo (presentaciones PowerPoint, póster, videos, diagramas de flujo, etc) para la presentación en público de los trabajos.

PROBLEMÁTICA SOCIOCULTURAL Y DEL CONOCIMIENTO

Segundo Año

Segundo Cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Seminario

Procura examinar, con sentido crítico, la relación existente entre los modos subjetivos de conocer y los momentos históricos que operan de contexto para ciertas experiencias y relaciones sociales. Supone revisar temáticas como la producción de conocimientos y subjetividades, el análisis cultural, la multiplicidad de las relaciones del poder y la diversidad de las prácticas hegemónicas. Recuperar el significado de lo socio cultural en la formación superior es un desafío. El desafío de la Educación, en los tiempos que vivimos, es plantear la necesidad de una renovación en las estrategias educativas que desarrolle competencias en los futuros técnicos. Así los conocimientos, habilidades, valores, aptitudes y actitudes para el protagonismo de los sujetos en la sociedad pueden hacerse efectivo. Esta sociedad que día a día transitamos se reviste en los últimos años de características tales como, el pluralismo, el incesante progreso científico, la configuración política económica de la globalización y su consecuente cultura.

Contenidos: Los Cambios Socio – Culturales En El Inicio Del Siglo XXI. Los grandes procesos de transformación del mundo y de América Latina: Recuperación de la democracia. Quiebre de la bipolaridad en el mundo. Profundización de la segmentación social. La revolución científico – tecnológica. Globalización de la cultura. La búsqueda de lo personal. El medio ambiente. El Protagonismo juvenil. Los cambios en la estructuración de la familia. La Cultura y la Sociedad: Precisiones conceptuales. La cultura y la identidad. Escenarios y Actores Contemporáneos. La Posmodernidad y la Modernidad: Características



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

esenciales. Planteos axiológicos y Paradigmas. Políticas Internacionales – alcances e influencias: Globalización. Mundialización. Grandes conflictos contemporáneos:

Del Conocimiento a Los Valores. Realidad y conocimiento: Los contextos del conocimiento.

Modos de relación con la realidad. La relación sujeto objeto. La problemática del conocimiento: .La producción del conocimiento. Las formas del saber. La Ciencia y la Tecnología y su incidencia en la formación técnica superior.

EDI II

Tercer año

Primer cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Espacio de definición institucional con el objetivo de profundizar las características y el perfil particular del técnico superior en entrenamiento deportivo.

Los contenidos surgirán de la planificación conjunta de todos los integrantes de la comunidad educativa y que guardarán relación explícita y fundamentada con los contenidos de la carrera de Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Se promoverá la vinculación de la institución educativa con su entorno socio-económico cultural definiendo los contenidos y metodología del EDI de acuerdo con las demandas regionales.

El EDI se constituirá en un espacio facilitador de la currícula en su conjunto.

INGLÉS TÉCNICO

Tercer año

Segundo Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Las posibilidades de acceder al conocimiento se ven altamente incrementadas cuando el involucrado domina otra lengua, además de la materna. La mayoría de la documentación de divulgación, de los trabajos de investigación, y sobre todo del rendimiento deportivo a nivel mundial se ofrece en idioma inglés. Muchos términos de esa lengua (coaching, fitness, endurance, etc.) han sido aceptados por la Real Academia Española y son parte de la semántica propia de esta especialidad.

La materia tiene real importancia dentro de la currícula porque permite al futuro técnico en entrenamiento deportivo acceder a fuentes de información de su interés, conociendo y evaluando literatura técnica pertinente publicada en lengua inglesa. A su vez, amplía su horizonte de conocimientos al investigar y satisfacer sus expectativas en relación con desarrollos tecnológicos en el área, intercambiar experiencias y dar a conocer sus trabajos de investigación y creación.

Contenidos: Conceptos básicos de la comprensión lectora. Lecto-comprensión: Técnicas y herramientas de trabajo. El diccionario bilingüe. Cuadros de estrategias. Frases sustantivas: Su formación y análisis. Traducción. Las técnicas de la comprensión lectora. ¿Cómo leer el inglés técnico y científico entendiéndolo? La oración simple: orden lógico. Formas afirmativa, negativa e interrogativa. Artículos. Formas plurales y singulares. Verbo "to be".

De la oración simple a la compleja. Verbos "to be" y "to have". Multimedia. Dealing with multimedia. Preposiciones y adverbios de lugar. Palabras interrogativas.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Términos referenciales. Verbo “to have” Uso de la voz pasiva en textos técnicos. Computer System Configurations. Presente Simple. Voz Pasiva con verbos regulares e irregulares.

Objetos y sus cualidades. Adjetivos. How INTERNET infrastructure works. Imperativo. Adjetivo calificativo: posición. Comparación de adjetivos. Acciones en el pasado. Tiempos verbales. Viruses. Zip for Windows (WinZip). Pasado Simple. Presente Perfecto. Futuro.

Campos semánticos. Familias de palabras. Lecto-comprensión y análisis de textos varios.

Abreviaturas. Formación de palabras.

CAMPO DE LA FORMACIÓN DE FUNDAMENTOS



ANATOMÍA FUNCIONAL

Primer Año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

Modalidad: Materia

La anatomía es la ciencia de las estructuras del cuerpo, la que describe y muestra su organización, la que expone su disposición recíproca en las diferentes regiones y la que indica las relaciones que tienen las formas y sus funciones. Como todo análisis y descripción de esta ciencia, el estudio del cuerpo humano puede realizarse desde puntos de vista distintos, que tienden a la evolución de nuestros conocimientos y sus aplicaciones. Actualmente el tratamiento de los contenidos de este espacio curricular debe ofrecer al estudiante de primer año de la tecnicatura, sobre todo siendo un principiante en el abordaje de esta ciencia, no solamente enseñanzas respecto a la organización del cuerpo humano, sino también, evidentemente, respecto a las funciones realizadas por los diferentes órganos que lo componen.

Se buscará veracidad, exactitud y facilidad didáctica en el abordaje de esta ciencia, en donde se dará prueba de que el conocimiento del cuerpo humano en el individuo vivo es todavía más importante y necesario del que se obtiene del estudio aislado de las preparaciones anatómicas, siendo este último fundamento una razón imperiosa de confrontar y volcar los contenidos vertidos en esta unidad temática a las necesidades reales que presenta la práctica del entrenador.

Contenidos: El Origen de la Vida. Una introducción a la Biología y Ciencias acompañantes. El Big Bang y lo que sucedió en millones de años hasta llegar al más evolucionado de los Mamíferos: el Humano. La teoría de los Endosimbiontes y los Niveles de Organización: Atómico-molecular, Celular, Tisular, Orgánico, y Sistémico.

Células: Componentes: Membrana celular. Citoplasma. Cito-esqueleto. Organelas membranosas y No membranosas. Mitocondrias.

Gránulos de Glucógeno. Liposomas. Importancia en el Entrenamiento.

Núcleo celular. ADN.ARN. Cromosomas y la Herencia. La programación de la



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Síntesis de Proteínas. La Apoptosis (muerte celular programada) y su demora entrenando.

Tejidos: Su clasificación embrionaria en los cuatro básicos: Epiteliales, Conectivos-Mesodérmicos, Muscular y Nervioso. Sus diferencias Histológicas.

Las Barreras (epiteliales) Naturales y la protección corporal. La capa Subcutánea Lipídica y sus implicancias en el deporte. El tejido sanguíneo y la Inmunidad.

Tejidos que conforman el Sistema Locomotor: Cartilaginoso, Óseo, Conjuntivo y Muscular.

Tejido Nervioso y la conformación de órganos y Sistema Nervioso.

BIOQUÍMICA

Primer año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

La Bioquímica constituye la gran plataforma de los programas actuales de formación de espacios relacionados con las Ciencias Biológicas. El objetivo es conocer los conceptos básicos estructurales de los compuestos inorgánicos, orgánicos y los efectos que tienen los grupos funcionales en la composición de las macromoléculas que transitan en el organismo. Así como la función de los elementos químicos de la materia viva y las estructuras completas de los compuestos biológicos y su comportamiento durante las reacciones metabólicas. El estudio de estas interrelaciones metabólicas nos permiten entender los cambios que a nivel molecular se presentan en un ser vivo.

Contenidos: Estructura del átomo: protones, electrones, neutrones - Enlace Químico - Enlace Iónico - Enlace Covalente - Moléculas Polares y Apolares - Componentes Inorgánicos - Ácidos y Bases - Componentes Orgánicos - Alcanos-Alquenos-Alcoholes-Aldehídos – Cetonas - Aminas.

FISIOLOGÍA APLICADA I

Primer año

Segundo cuatrimestre – 5 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

La totalidad de los tejidos y células se comunican entre sí, resulta verdaderamente notable, que todos los sistemas corporales funcionan en conjunto. Aunque estemos en estado de reposo, nuestro cuerpo está fisiológicamente muy activo. Imaginemos entonces lo mucho más activo que nuestros sistemas corporales están cuando llevamos a cabo movimientos importantes. Los músculos activos requieren más nutrientes, más oxígeno, más actividad metabólica y por lo tanto más eliminación de productos de desecho. El rendimiento en el ejercicio y en la actividad mental, está determinado en gran medida por la capacidad del individuo para generar energía. Esta capacidad está íntimamente relacionada con los nutrientes consumidos en la dieta y los sistemas metabólicos y fisiológicos de provisión y utilización energéticos. Para facilitar la comprensión de los sucesos fisiológicos hallados durante el ejercicio físico se han incluido ciertos conocimientos básicos de fisiología aplicada. Al elegir el material se intentó cubrir las necesidades del estudiante de la Tecnicatura teniendo en cuenta el nivel en que se encuentran. Esta cátedra se orienta especialmente a los mecanismos reguladores durante la actividad física. El objetivo es contribuir, sobre la base de los conocimientos desarrollados en el curso, con el rendimiento del cuerpo y sus



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

reacciones a la actividad física. En resumen, esta cátedra proporcionará a los estudiantes de la Tecnicatura los fundamentos para que consideren a la actividad física como un medio para el mantenimiento de la salud y el mejoramiento del rendimiento deportivo, encontrando respuestas a las necesidades de los involucrados.

Contenidos: Sistema Cardio Respiratorio: Pulmones – Corazón – Vasos Sanguíneos – Sangre – Sistema de Energía: Sistema Anaeróbico Aláctico – Sistema Anaeróbico Aláctico – Sistema Aeróbico.

CRECIMIENTO Y DESARROLLO

Primer Año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Los niños no son simplemente una versión pequeña de los adultos. Tienen necesidades y capacidades muy específicas. Uno de los mayores problemas del deporte juvenil es la falta de conocimiento por parte del entrenador, incluso de los padres con respecto al crecimiento y el desarrollo de los niños. Este desconocimiento resulta en expectativas demasiado elevadas respecto de los niños y muchas veces esta es la causa principal de las deserciones en el deporte.

Un buen entrenador debe conocer los cambios que se producen desde la niñez hasta la edad adulta y de esta manera optimizar los programas de entrenamiento de manera que sean más apropiados a las necesidades de los deportistas.

En este espacio se suministrará toda la información necesaria para que los egresados actúen sobre bases ciertas y con conocimiento suficiente para fundamentar las actividades seleccionadas y las cargas de trabajo prescriptas.

Contenidos: Fases de Crecimiento – Desarrollo Físico: Formas de Crecimiento – Cambios de Tamaño – Cambios en las Proporciones – Crecimiento Acelerado – Diferencias entre niños y niñas – Desarrollo temprano y atrasado – Estructura del cuerpo – Los niños y el ejercicio.

FISIOLOGÍA APLICADA II

Segundo Año

Primer Cuatrimestre – 5 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

La totalidad de los tejidos y células se comunican entre sí, resulta verdaderamente notable, que todos los sistemas corporales funcionan en conjunto. Aunque estemos en estado de reposo, nuestro cuerpo está fisiológicamente muy activo. Imaginemos entonces lo mucho más activo que nuestros sistemas corporales están cuando llevamos a cabo movimientos importantes. Los músculos activos requieren más nutrientes, más oxígeno, más actividad metabólica y por lo tanto más eliminación de productos de desecho. El rendimiento en el ejercicio y en la actividad mental, está determinado en gran medida por la capacidad del individuo para generar energía. Esta capacidad está íntimamente relacionada con los nutrientes consumidos en la dieta y los sistemas metabólicos y fisiológicos de provisión y utilización energéticos. Para facilitar la comprensión de los sucesos fisiológicos hallados durante el ejercicio físico se han incluido ciertos conocimientos básicos de fisiología aplicada.



Contenidos:

Hormonas y Enzimas – Sistema Nervioso: Cerebro – Cerebelo – Médula – Nervios – Sinápsis – Sistema Digestivo: Boca –Esófago – Estomago – Intestino Delgado – Intestino Grueso – Ano. Composición Corporal: Componentes – Diferencias entre los individuos – Cinenantropometría básica.

BIOMECÁNICA

Segundo año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

La Biomecánica es la ciencia que estudia la relación entre las estructuras biológicas que componen al ser humano en relación el movimiento y el medio ambiente, basándose en los principios y las leyes físicas y mecánicas; La biomecánica analiza el origen del movimiento global y analítico del ser Humano. Nos permite a través de su estudio responder como se ha producido un movimiento, que lo originó, que estructuras lo regulan, que fuerzas actúan para generarlo, y cómo interactúan estas para controlarlo y detenerlo. A su vez nos permite incursionar en la mecánica de las lesiones y que reacciones tienen las estructuras orgánicas internas ante una fuerza aplicada y que cantidad y calidad de energía es necesaria para generar mantener, refrenar y detener el movimiento. Otorga al Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo las bases científicas para llevar a cabo el análisis del movimiento normal y patológico y para la implementación de técnicas de educación y reeducación.

Contenidos: Estática: Masa – Fuerza – Centro de Gravedad – Equilibrio
Cinemática: Movimiento – Tipos de Movimiento – Espacio – Tiempo – Velocidad Lineal – Aceleración Lineal – Velocidad Angular – Aceleración Angular – Dinámica: De las traslaciones - Leyes de Newton – Cantidad de Movimiento – Dinámica de las Rotaciones: Momento de Inercia – Momento de Fuerza – Momento Angular – Energía: Cinética – Potencial – Transferencia de energía – Encadenamiento de la energía.

PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

Segundo año

Segundo cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

Es tan importante que el entrenador ayude a los individuos a desarrollar su forma de pensar y de actuar, sus “habilidades mentales”, como sus habilidades físicas. En este espacio se introducirán algunos de los factores más importantes que influyen sobre las actuaciones y se analizará como estos factores se pueden controlar por medio del entrenamiento de la psiquis.

Una vez que se consiga una comprensión y un dominio de cómo se pueden aplicar y desarrollar estas habilidades será evidente que los beneficios se extenderán más allá del mundo del deporte. Estas habilidades son de gran utilidad para entrenadores y deportistas en la vida cotidiana. No son solamente una forma de evitar o recuperarse de malos momentos, también que juegan un papel importantísimo en la organización eficaz de la práctica, el entrenamiento y la competencia para que los procesos transcurran en forma correcta.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Contenidos: Personalidad – Motivación – Establecimiento de Objetivos: Aceptables – Dificultad – Objetivos para medir el éxito – Como registrar los objetivos – Control Emocional – Comunicación – Desarrollo de habilidades de comunicación: Como obtener la atención de los deportistas – Como utilizar la voz – Desarrollo de las habilidades verbales – Desarrollo de las habilidades auditivas – Como mantener la credibilidad.

NUTRICIÓN DEPORTIVA

Segundo año

Segundo cuatrimestre – 4 horas - cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

Este espacio curricular aborda a la nutrición por su implicancia en los procesos de salud y rendimiento de los deportistas y por su vinculación con la realidad nutricional y calidad de vida de la población.

Es de importancia al abordar el tema integrar el enfoque antropológico y social, teniendo en cuenta que en la población subyacen creencias / saberes y actitudes, influencias ambientales y conocimientos que configuran hábitos alimentarios y prácticas diversas que impactan en la salud y en el rendimiento deportivo.

La Nutrición Deportiva, impulsada por el fenómeno deportivo de alto rendimiento moderno, ha dejado de ser una práctica especulativa para ser un área del conocimiento que cuenta actualmente con numerosos estudios e investigaciones que comprueban su importancia, además de orientar los procedimientos que los profesionales deben adoptar. Los recientes descubrimientos comprueban que una dieta adecuada proporciona la optimización del rendimiento deportivo, y también nos permite elegir una conducta alimentaria (nutricional) más adecuada a los diferentes tipos de actividad física y deporte, sea en el ámbito recreativo o profesional.

Contenidos: La Nutrición – Nutrición: Concepto – Principios alimentarios y nutritivos. Leyes de alimentación. Concepto de energía, metabolismo y gasto energético. ALIMENTOS Valor nutritivo. Micronutrientes y macronutrientes: Fuentes. Funciones. Digestión. Absorción y metabolismo. Los alimentos: Funciones. Grupos de alimentos. Hábitos alimentarios. Manejo, preparación y conservación. NUTRICIÓN. Requerimientos nutricionales en las distintas etapas del ciclo vital, en el embarazo y la lactancia. La leche materna: composición, ventajas del amamantamiento.

ELABORACIÓN Y DESARROLLO DE PROYECTOS EN CONTEXTO

Tercer año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD. Taller

Dentro de un marco general que aporta nuestra sociedad a cada institución, nos interesa trabajar con algunos aspectos que el contexto nos propone, precisamente por temáticas originadas dentro del contexto socio-político-económico-cultural, y del contexto científico-tecnológico. En dicho marco se producen una gran cantidad de situaciones problemáticas reales, que son el combustible ideal para el desarrollo de los contenidos del espacio. Con este aporte, se incentivará a que los alumnos elaboren y construyan productos, procesos o sistemas, que brinden una solución real a dichas problemáticas. Por ello, el eje conceptual del trabajo en este espacio es el diseño, desarrollo, construcción y evaluación de un producto, proceso o sistema, bajo el encuadre de Proyecto Formativo.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Este eje conceptual, responde, entre otras, a la competencia de la modalidad: “transferir y adaptar conocimientos que tiendan a solucionar situaciones reales, en el marco de los procesos productivos, de gestión y desarrollo de proyectos, en el contexto socio-político-económico-cultural”.

Con el planteo de este eje conceptual, se busca desarrollar capacidades de análisis y resolución de las situaciones reales de problemáticas del tipo mencionado, dentro del área, que nos permitan el planteo y realización de un análisis y evaluación de las distintas opciones posibles, para dar solución a los problemas planteados.

Contenidos:

Definición y componentes del proyecto de investigación/intervención. Estrategias y diseños de investigación. Elementos de la propuesta de investigación/intervención. Fases de la elaboración del trabajo. Contenidos de los Proyectos.

LESIONES Y PRIMEROS AUXILIOS

Tercer año

Primer Cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Materia

Concientizar que la prevención de accidentes es el primer paso del Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo. Fomentar la toma de conciencia sobre la necesidad de conocer los PRIMEROS AUXILIOS. Generar una reflexión grupal en relación al hecho de que “los primeros auxilios salvan vidas.” Preparar al futuro entrenador, por considerar su rol como de referencia social, técnica y psicológicamente para prestar PRIMEROS AUXILIOS. Prepararlo para asumir responsablemente la situación, proceder con seriedad, conocer los riesgos de complicaciones y procurar con actitud de liderazgo el rápido traslado de la víctima al centro asistencial más cercano. Desarrollar competencias propias que permitan un accionar pronto y acertado frente a diversos tipos de accidentes. Evitar trastornos mayores por desconocimiento o inseguridad.

Contenidos: Prevención a través de la Habilidad – Prevención a través de una buena Condición Física: Fuerza – Resistencia – Flexibilidad – Prevención a través de la Nutrición – Prevención a través del Calentamiento – Prevención a través del control del medioambiente: Equipamiento – Superficies – Indumentaria – Prevención a través del Tratamiento Precoz: Etapas en el cuidado de una lesión – Cuidado de las lesiones del tejido blando – Factores que afectan la recuperación – Lesiones del Tejido blando: Tobillo – Rehabilitación de Lesiones – Desarrollo de programas de manejo de lesiones – Actividades para deportistas lesionados: Entrenamiento en el agua – Ciclismo – Caminatas – Sobrecarga – Estiramiento y relajación.

EDI III

Tercer año

Segundo cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Espacio de definición institucional con el objetivo de profundizar las características y el perfil particular del técnico superior en entrenamiento deportivo.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Los contenidos surgirán de la planificación conjunta de todos los integrantes de la comunidad educativa y que guardarán relación explícita y fundamentada con los contenidos de la carrera de Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Se promoverá la vinculación de la institución educativa con su entorno socio-económico cultural definiendo los contenidos y metodología del EDI de acuerdo con las demandas regionales.

El EDI se constituirá en un espacio facilitador de la currícula en su conjunto.

CAMPO DE LA FORMACIÓN ESPECÍFICA



FUNDAMENTOS Y MANIFESTACIONES BASICAS DE LA MOTRICIDAD

Primer año

Primer cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

La dimensión conceptual de la motricidad contempla al hombre en su totalidad, desde su dimensión cultural, social, volitiva, afectiva, intelectual y por ende motriz. Este hombre, dueño de sí mismo, se encuentra dentro de un proceso témporo – espacial y en un marco social que lo comprende. Por lo tanto, la motricidad humana desde esta posición requiere de una mirada interdisciplinaria para interpretar con mayor rigor la problemática motriz de cada sujeto desde su construcción histórica inmerso en una diversidad de contextos y en la búsqueda de ser dueño de sí mismo. Desde este espacio se pretende que el alumno desarrolle un aprendizaje crítico contextualizado, en el que aprenda a estar en su cuerpo en lugar de trabajar sobre él desde el exterior, acordando con el aporte socio-crítico de Alison Dewar; que intenta sentar bases en el desarrollo de formas corpóreas de educación física en las que además los alumnos y profesores se comprometan. Se entiende también, que la motricidad es una actividad muscular regida por el sistema nervioso (Dassen – Fustinoni). A partir de esto es necesario analizar los mecanismos neurológicos que se ponen en funcionamiento para permitir lo muscular.

Contenidos: Acto motor. Desarrollo en diferentes etapas de la vida: los aspectos cognitivos, biológicos y sociales de los sujetos en estudio, Relación con la genética. Influencias de las interrelaciones con el medio. Desarrollo de las capacidades y habilidades del sujeto. Marcos conceptuales que caracterizan el desarrollo de la motricidad. Habilidades y capacidades motoras: las relaciones básicas de las mismas en las diferentes etapas de la vida. Diseño de propuestas sencillas para cada etapa evolutiva.

INICIACIÓN DEPORTIVA

Primer año

Segundo Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Se entiende que el deportista puede comenzar su práctica, desde edades muy tempranas, donde el organismo aún no está preparado para la asimilación del contenido de las cargas que exige el entrenamiento deportivo y que debe



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

transcurrir el tiempo necesario para que se establezcan estos mecanismos, ese tiempo se denomina: *iniciación deportiva*, debemos aclarar que no siempre el deportista que comienza la práctica es niño de edad temprana, puede ser un adolescente, joven o adulto, en este caso el principio se debe cumplir en la formación técnica y con más flexibilidad en el resto de las preparaciones.

Durante la iniciación deportiva, cada deporte, en dependencia de sus características, expone una edad ideal para el comienzo de la práctica y a vez un modelo ideal del deportista o talento deportivo, la tarea fundamental de esta fase, es la *formación básica* del atleta que garantice un desarrollo más prolongado y eficiente del nivel de rendimiento y en donde cada preparación establece su objetivo particular:

Contenidos: Preparación técnica: Formación de habilidades y destrezas en la ejecución de los movimientos técnicos del deporte. Preparación táctica: Reconocimiento de variantes técnicas en función del desempeño táctico durante la actividad competitiva.

Preparación física: Crear las bases para el desarrollo físico específico del deporte, mediante fundamentos generales. Preparación psicológica: mecanismos que garantizan la formación del carácter y la conducta deportiva.

Preparación teórica: Conocimientos del deporte en cuestión, normas y reglas de entrenamientos y competencias.

Conceptos básicos, definiciones y enfoques del Proceso de enseñanza-aprendizaje en la Iniciación, Orientaciones del Deporte en edades tempranas.

ENTRENAMIENTO I

Primer año

Anual – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

La teoría y metodología del entrenamiento deportivo ha llegado al final de la etapa empírica de su formación -pasando naturalmente para la etapa de las ciencias aplicadas. Su desarrollo actual se basa en el fundamento científico objetivo, corrigiendo los errores del pasado y las diferentes especulaciones y teorías, usando los hechos y las suposiciones dudosas.

La etapa contemporánea de desarrollo del deporte posee ciertas características que ejercen una gran influencia en la organización de la preparación y del entrenamiento de los deportistas, determinando para el entrenador nuevas tareas y exigencias más complejas, las cuales estimulan la búsqueda de formas muchas veces diferentes de las tradicionales en lo que concierne a la organización del proceso de entrenamiento.

Contenidos: Entrenamiento: Definición – El proceso del Entrenamiento: Diagnóstico. Planificación. Preparación. Competencia. Transición. Control. Los Principios del Entrenamiento con relación a la Adaptación – El Síndrome General de Adaptación – Adaptaciones Elementales y Especiales – Adaptaciones Morfológicas y Metabólicas – Principios para Iniciar la Adaptación: Individualidad – Carga Efectiva – Recuperación Principios para Asegurar la Adaptación: Progresión – Continuidad – División en Etapas – Principios para Direccionar la Adaptación: Adecuación – Direccionalidad – Alternancia.

La Magnitud de las Cargas de Entrenamiento: Volumen – Intensidad – Frecuencia – Densidad. Rendimiento: Definición. Variables: Condición Física – Condición Técnica – Condición Táctica – Condición Psíquica – Condiciones Básicas (Salud y



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Aptitud) – Condiciones del Medio Ambiente. Teoría de Sistemas: Sistemas Abiertos y Cerrados – La retroalimentación: Tipos (Interna – Externa) – (Inmediata – Cercana – Media – Lejana).

La Fuerza – Definición – Tipos: Enfoque Biológico. Enfoque Deportivo. Enfoque según los parámetros de la carga. Limitantes de la Fuerza: Musculares (Tipos de Fibra – Sección Transversal – Disposición de las fibras – Factores intermusculares – Viscosidad y Temperatura – Ph – Extensión Previa). Neurales (Inervación – Velocidad de Contracción – Coordinación Intramuscular – Mecanismos Inhibitorios). Limitantes Hormonales (Testosterona – Hormona del Crecimiento – Insulina – Somatomedinas). Limitantes Anatómicas (Masa Corporal – Sistema Óseo). Limitantes Psíquicas (Motivación). Limitantes Hereditarias (Edad y Sexo). Limitantes Externas (Línea de Tracción). Limitantes del Proceso de Aprendizaje (Técnica). Evaluación – Características del Proceso – Tipos de Evaluación – Evaluación de la Fuerza Máxima. Evaluación de la Fuerza Explosiva. Evaluación de la Fuerza Rápida. Evaluación de la Fuerza Resistencia. Áreas de Trabajo de la Fuerza: Fuerza Máxima - Fuerza Hipertrófica - Fuerza Potencia - Fuerza Explosiva - Fuerza Rápida - Fuerza Resistencia. Métodos de entrenamiento para la Fuerza Máxima: Isotónico Concéntrico Máximo – Isotónico Excéntrico – Isométrico. Métodos para la Fuerza Hipertrófica. Soviético – Repeticiones Progresivas. Métodos para la Fuerza Potencia: Isotónico Concéntrico de Potencia. Métodos para la Fuerza Explosiva: Explosivo Dinámico-Isotónico Concéntrico Explosivo – Explosivo Balístico – Pliométrico.

ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA

Segundo año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD. Taller

Una de las funciones del entrenador es la de ser “docente”, los entrenadores deben saber enseñar a los deportistas las habilidades técnicas del deporte.

¿Cómo se evoluciona desde un grado de principiante, que realiza las acciones sin seguridad ni precisión, a ser un deportista de elite que las ejecuta con habilidad y eficacia? Si el Técnico Superior en entrenamiento Deportivo comprende cuáles son los elementos que influyen en este proceso, estará en condiciones de enseñar los aspectos técnicos a cualquier edad y nivel de ejecución.

Contenidos:

Identificación de las Habilidades Sencillas y Complejas.

Diferentes fases que componen el proceso de enseñanza - aprendizaje.

Métodos más adecuados para cada tipo de habilidad.

Programación de una Unidad de Enseñanza de Habilidades Técnicas.

Manejo de los diferentes tipos de retroalimentación.

EVALUACIÓN FUNCIONAL

Segundo año

Segundo cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Hoy por hoy, prescribir ejercicios a cualquier tipo de población, sea en busca de la salud o el rendimiento deportivo, sin poder conocer o establecer el punto de



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

partida, resulta complejo. La Evaluación Funcional es medir la resultante de diversa variables de carácter biológico, psicológico y social que hacen a la esencia de todo entrenamiento, ya sea individualizado como colectivo.

Contenidos:

Qué Evaluar.

Cómo evaluar: Test de Campo y Laboratorio – Directos e Indirectos.

Con qué evaluar.

Pruebas de Valoración de la Resistencia.

Pruebas de Valoración de la Fuerza.

Pruebas de Valoración de la Velocidad.

Pruebas de Valoración de la Flexibilidad.

ENTRENAMIENTO II

Segundo año

Anual – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

La teoría y metodología del entrenamiento deportivo ha llegado al final de la etapa empírica de su formación -pasando naturalmente para la etapa de las ciencias aplicadas. Su desarrollo actual se basa en el fundamento científico objetivo, corrigiendo los errores del pasado y las diferentes especulaciones y teorías, usando los hechos y las suposiciones dudosas.

La etapa contemporánea de desarrollo del deporte posee ciertas características que ejercen una gran influencia en la organización de la preparación y del entrenamiento de los deportistas, determinando para el entrenador nuevas tareas y exigencias más complejas, las cuales estimulan la búsqueda de formas muchas veces diferentes de las tradicionales en lo que concierne a la organización del proceso de entrenamiento.

Contenidos: La Resistencia: Definición – Tipos (Resistencia de Corta Duración – Resistencia de Media Duración – Resistencia de Larga Duración) – Limitantes de los distintos tipos de Resistencia – Evaluación – Desarrollo – Métodos de entrenamiento: Continuo (Uniforme – Progresivo – Variado – Jugado o Fartlek) – Fraccionados de Corta Duración – De Media Duración – De Larga Duración – La Resistencia de Fuerza Específica de cada tipo de Resistencia. La Velocidad: Definición – Tipos (Velocidad Cíclica y Acíclica) Subtipos (Velocidad de Reacción – Velocidad de Aceleración – Velocidad Máxima – Velocidad Prolongada) – Limitantes de la Velocidad (Factores Nerviosos – Factores Musculares – Factores Hereditarios – Factores Psíquicos – Factores del Aprendizaje. Evaluación de los distintos tipos de velocidad. Métodos para la Velocidad de Reacción Aceleración (Fuerza Máxima – Fuerza Explosiva – Fuerza Específica de Aceleración) – Métodos para la Velocidad Máxima (Frecuenciación – Elasticidad) – Métodos para la Velocidad Prolongada (Potencia Lactacida – Capacidad Lactacida).

Flexibilidad: Definición – La Movilidad Articular – La Extensibilidad Muscular – Tipos (Estática – Dinámica / Activa – Pasiva) – Limitantes: Anatómicas – Musculares – Neurofisiológicas – Hereditarias – Psíquicos – Externos) – Evaluación – Métodos de entrenamiento.

EDI I



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Segundo año

Primer cuatrimestre – 3 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

Espacio de definición institucional con el objetivo de profundizar las características y el perfil particular del Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Los contenidos surgirán de la planificación conjunta de todos los integrantes de la comunidad educativa y que guardarán relación explícita y fundamentada con los contenidos de la carrera de Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Se promoverá la vinculación de la institución educativa con su entorno socio-económico cultural definiendo los contenidos y metodología del EDI de acuerdo con las demandas regionales.

El EDI se constituirá en un espacio facilitador de la currícula en su conjunto.

ESTRATEGIA Y TÁCTICA DEPORTIVA

Tercer año

Primer Cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD. Taller

La táctica y la estrategia deportiva constituyen el elemento vertebrador de la competición deportiva. Son conceptos que se utilizan para abordar, comprender y explicar el desarrollo de cualquier evento deportivo. Sin embargo, la comprensión de estos términos no resulta fácil, ya que tienen un significado diferente para cada deporte, para cada escuela deportiva e incluso para cada técnico. Hemos de reconocer que no hay unanimidad sobre el significado de estos conceptos y muy a menudo se utilizan de forma poco precisa. En algunos deportes se mezclan y se confunden los conceptos de táctica y estrategia, en otros no se utiliza el término estrategia o el de táctica, o bien se reservan para actividades muy concretas de la actividad deportiva.

Para cada deporte, y en ocasiones para cada entrenador o deportista, estos términos tienen un significado claro, pero no suele coincidir con el de otros deportes y/o entrenadores. Por tanto, la utilización de estos conceptos conlleva imprecisiones, inexactitudes y es a menudo fuente de confusión.

Contenidos:

La Táctica y La Estrategia: Definición – Características – Ejemplos.

La Táctica: La Ofensiva y la Defensiva. El ataque: Jugador con pelota – jugador sin pelota. La defensa. – Avanzar – Mantener el control – No recibir anotaciones – No permitir el avance – Recuperar el control – Simbologías clásicas.

La Estrategia: ¿Con qué contamos? ¿A quién nos enfrentamos? ¿En qué condiciones se realiza la competencia?

La Táctica y la Estrategia en los diferentes deportes.

ESTRUCTURA BÁSICA DE LOS DEPORTES

Tercer año

Segundo cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Desde la óptica del conocimiento que debe poseer un Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo para poder efectuar el diagnóstico previo a la elaboración de los programas de preparación física, es necesario conocer mínimamente la “lógica” de cada uno de los deportes. Esta lógica está determinada, básicamente, por cuatro aspectos:

Contenidos: La historia del deporte, la reglamentación, la mecánica de los gestos fundamentales y la cualidad física prevalente. Deportes de mayor difusión local, regional y nacional. Forma de abordarlos desde la preparación física, técnica y táctica.

ENTRENAMIENTO III

Tercer año

Anual – 5 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

El taller se ocupará de los aspectos generales de los procesos de *entrenamiento* encaminados a la mejora del rendimiento *deportivo*, básicos para un futuro Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo

Contenidos:

Programación del entrenamiento: División en Etapas: Unidad – Sesión – Ciclo Diario – Microciclo – Mesociclo – Macrociclo. Dinámica de las cargas: Tipos: Regulares – Acentuadas – Concentradas. Modelos de Planificación: Estructura Clásica – Estructura Prototipo – Acentuación Sucesiva – Macrociclo Integrado – Estructura de Bloques – Estructura AIT.

La Preparación General: Características, duración, actividades.

La Preparación Específica: Características, duración, actividades.

La Puesta en Práctica de los programas.

Programación de sesiones y microciclos para distintos tipos de deportes, para distintas etapas, y para distintos casos individuales.

ESTADÍSTICA APLICADA

Tercer año

Segundo cuatrimestre – 4 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Taller

La aplicación de la Estadística al entrenamiento es importante puesto que brinda conocimientos necesarios para la optimización de la profesión.

Por otra parte ayuda a sistematizar, resumir e interpretar observaciones que resulten útiles para obtener la mejor información. Asimismo introduce la idea de azar y el método inferencial.

También es útil ya que permite conocer si los datos apoyan afirmaciones, o bien si el tratamiento dado a los datos, por ejemplo, en trabajos científicos publicados, es el adecuado.

En síntesis el conocimiento de las herramientas que proporciona la Estadística es útil para el alumno que observa, lee, evalúa, investiga, valida e infiere.



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

Contenidos: Análisis de datos en la actividad física y el deporte. Organización y representación de datos. Distribución de frecuencias: elementos. Representaciones gráficas de uso frecuente. Convenciones respecto a las representaciones. Sesgos en las representaciones. Medidas de posición y de tendencia central. Centiles o percentiles. Otros cuantiles: Cuartiles. Equivalencia entre las medidas de posición. Baremos basados en centiles. Medidas de Tendencia Central. Concepto y definición. La media aritmética y sus propiedades. La mediana. La moda. Elección de una medida de tendencia central.

Cálculos básicos con el Excel y Medidas de Tendencia Central. Medidas de Variación.

Concepto de variación o dispersión. Cuantificación de la variación: varianza y desviación típica. Cálculo y propiedades de la varianza. Otros índices de variación. Puntuaciones típicas. Cálculo de la varianza y la desviación típica con Excel

CAMPO DE LA PRÁCTICA PROFESIONALIZANTE



PRÁCTICAS DE INTEGRACIÓN

Primer año

Anual – 6 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Práctica

Desde este espacio se posibilitará la integración de los saberes construidos en los diferentes campos de formación de la propuesta curricular, garantizando la articulación teoría-práctica mediante la participación de los estudiantes en situaciones concretas vinculadas a las actividades del Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Se promoverán acciones concretas en el contexto territorial participando estratégicamente, desde la especificidad de su objeto de formación en el desarrollo político, económico y cultural del territorio.

Los beneficios de incluir el Programa de Prácticas de Integración en esta Tecnicatura, son:

- Relacionarse con el mundo laboral
- Aplicar los conocimientos adquiridos en el aula.
- Incluirse en la bolsa de trabajo de la organización en la que se realiza la práctica, para una posible contratación posterior.

PRÁCTICAS DE LA ESPECIALIZACIÓN

Segundo año

Anual – 6 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Práctica

Desde este espacio se posibilitará la integración de los saberes construidos en los diferentes campos de formación de la propuesta curricular, garantizando la articulación teoría-práctica mediante la participación de los estudiantes en



TECNICATURA SUPERIOR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
ANEXO I

situaciones concretas vinculadas a las actividades del Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Se promoverán acciones concretas en el contexto territorial participando estratégicamente, desde la especificidad de su objeto de formación en el desarrollo político, económico y cultural del territorio.

Este será el espacio donde el futuro Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo construya y plasme la capacidad pedagógica de programar, organizar y llevar a cabo sus experiencias prácticas.

PRÁCTICA PROFESIONAL

Tercer año

Anual – 9 horas cátedras semanales

MODALIDAD: Práctica

Desde este espacio se posibilitará la integración de los saberes construidos en los diferentes campos de formación de la propuesta curricular, garantizando la articulación teoría-práctica mediante la participación de los estudiantes en situaciones concretas vinculadas a las actividades del Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo.

Se promoverán acciones concretas en el contexto territorial participando estratégicamente, desde la especificidad de su objeto de formación en el desarrollo político, económico y cultural del territorio.

La práctica profesional docente del Técnico Superior en Entrenamiento Deportivo, desde los referentes anteriores, se rige por el siguiente objetivo general:

Generar un proceso de construcción de la labor docente como actividad profesional que contribuya a la formación de un profesional investigador, integrando los saberes que guían la actividad en el espacio, es decir, el académico, el ideológico y el saber experiencial, mediante el desarrollo de procesos de innovación e investigación en el ámbito deportivo.

Bajo los anteriores criterios se establecen los siguientes núcleos problemáticos que orientan la PP:

1. ¿Cómo sensibilizar al futuro entrenador, frente al compromiso de formar ciudadanos integrales, conscientes de su contribución al desarrollo deportivo del país, mediante la consolidación de valores culturales, sociales, económicos, éticos, científicos y tecnológicos?
2. ¿Qué tipo de orientaciones teóricas y metodológicas fundamentan la construcción y desarrollo de un currículo del entrenamiento deportivo?
3. ¿Cómo diseñar y desarrollar unidades didácticas con sus respectivos materiales de apoyo que reflejen e involucren los saberes propios de la didáctica del entrenamiento?
4. ¿Cómo diseñar y aplicar instrumentos que permitan identificar los diferentes tipos de aprendizaje de los estudiantes?
5. ¿Cómo desarrollar un proceso de seguimiento y control de la labor educativa y que instrumentos se pueden utilizar para tal fin?
6. ¿Cómo se desarrolla y evalúa una innovación educativa orientada por preceptos teóricos propios de la pedagogía del entrenamiento?