**CONTENIDOS PROGRAMATICOS**

**PROGRAMA: TECNICO LABORAL POR COMPETENCIAS EN ENTRENADOR Y RECREACIONISTA FÍSICO**

El Técnico en Entrenador y Recreacionista Físico estará en capacidad Planear y coordinar actividades de integración, deportivas, recreativas o atléticas, determinar equipos e implementos deportivos para el desarrollo de las actividades, demostrar e instruir sobre las actividades a realizar.

Instruir grupos o individuos en artes, artesanías y actividades similares para aprovechar el tiempo libre. Guiar o acompañar personas o grupos y aconsejar sobre las medidas y técnicas de seguridad requeridas en emergencias y el uso adecuado del equipo.

**OBJETIVOS DEL PROGRAMA**

-Organizar y dirigir excursiones, actividades recreativas, físicas, deportivas y de integración, instruyen y dirigen personas o grupos en sesiones de acondicionamiento físico, prácticas deportivas o recreativas y en estrategias de promoción de salud y bienestar.  están empleados por clubes deportivos, centros vacacionales y empresas que proveen servicios de recreación y entrenamiento.

-Formar técnicos capacitados para desarrollar procesos pedagógicos y disciplinares, atendiendo a las necesidades de los contextos en los que será capaz de aportar desde la recreación, el deporte, la recreación y el entrenamiento físico.

**DURACIÓN: 1000 Horas (Tres semestres)**

**PERFIL OCUPACIONAL**

El egresado de **la CORPORACION EDUCATIVA DE LOS ANDES**, está en la:

* Capacidad de organizar y dirigir excursiones, actividades recreativas, físicas, deportivas y de integración.
* Planificar, gestionar y desarrollar prácticas y actividades recreativas, lúdicas y/o festivas en las diferentes áreas y con los diferentes actores.
* Poseer herramientas para la construcción de vínculos interpersonales intersubjetivos, tanto en espacio personales, grupales y con el medio
* En el que se desarrolla.
* Capacidad de valorar a sus usuarios, interpretar sus necesidades, diseñar, programar y dirigir los diferentes planes de ejercicio que se requieren para alcanzar los objetivos propuestos de los usuarios con los que interactúa.
* Evaluar y sistematizar las experiencias.
* Reflexionar sobre las prácticas recreativas.
* Trabajar en equipo multi e interdisciplinarios.
* Contribuir al proceso de construcción del campo de conocimiento.
* Están empleados en clubes deportivos, centros vacacionales y empresas que proveen servicios de recreación y entretenimiento.

**El técnico en ENTRENADOR Y RECREACIONISTA FISICO** de la **CORPORACION EDUCATIVA DE LOS ANDES**, puede desempeñarse en los siguientes contextos:

* Dirigir programas de competencia o torneos comunitarios
* Dirigir programas de recreación o esparcimiento
* Participar en programas de actividad física en instituciones públicas y privadas
* Gestionar proyectos encaminados a la ejecución de actividad física.
* Desempeñarse como auxiliar en centros de rehabilitación física

**OCUPACIONES QUE EL EGRESADO PUEDE DESEMPEÑAR**

* Coordinador Eventos Deportivos
* Auxiliar de Entrenamiento Deportivo
* Auxiliar de Actividades de Recreación y Deporte
* Recreacionista

**PRIMER SEMESTRE**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **MODULOS** | **PRESENTACION** | **CREDITOS** | **INTENSIDAD HORARIA** |
| **ENTRENAMIENTO DEPORTIVO I** | El entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico destinado para estimular los procesos fisiológicos del organismo, favoreciendo el desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades físicas. Es un proceso complejo, pues los efectos del entrenamiento no son ni inmediatos ni duraderos. En este núcleo se verá los componentes de la carga y la relación al deporte. | **2** | **96 HORAS** |
| **EL JUEGO** | Un juego es la actividad que realiza uno o más jugadores, empleando su imaginación o herramientas para crear una situación con un número determinado de reglas, donde usualmente existen ganadores y perdedores con el fin de proporcionar entretenimiento o diversión, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa, pues en la mayoría de los casos funcionan estimulando habilidades prácticas y psicológicas. | **1** | **48 horas** |
| **INICIACIÓN AL DEPORTE Y LA RECREACIÓN** | En este núcleo temático se dará la introducción al deporte por medio del juego y la recreación, teniendo como eje central los juegos pre-deportivos, donde la actividad física será quien guíe este aprendizaje, optimizando la intervención para programar, organizar y desarrollar actividades que beneficien a la aprehensión de conocimiento técnico. | **1** | **48 horas** |
| **PEDAGOGÍA DEL DEPORTE** | Es la ciencia de la educación que se encarga de estudiar los procesos de instrucción y de formación integral de la personalidad del educando-deportista, a través del desarrollo de las capacidades físico-funcionales y cognitivas (intelectuales), además de las habilidades motrices deportivas, influyendo igualmente de manera positiva en la conducta social de éste. | **1** | **48 horas** |
| **DEPORTES INDIVIDUALES I**  **ATLETISMO Y SUS MODALIDADES** | Por deportes individuales se entiende aquellas prácticas o disciplinas deportivas que no requieren de acompañamiento para llevarse a cabo, es decir, que pueden realizarse en solitario.  En ellos el competidor no rivaliza con otros atletas o practicantes, sino consigo mismo: con sus tiempos registrados, con su trayectoria total o con su tiempo de aguante, o con otras capacidades personales de las que depende el deporte en cuestión. Se podrá realizar la valoración medición e interpretación de pruebas específicas de los deportes individuales. Además, de acondicionar el cuerpo por medio del ejercicio. | **2** | **96 horas** |

**SEGUNDO SEMESTRE**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **MODULOS** | **CARACTERISTICAS** | **CREDITOS** | **INTENSIDAD**  **HORARIA** |
| **ENTRENAMIENTO DEPORTIVO II** | El entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico destinado a estimular los procesos fisiológicos del organismo, favoreciendo el desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades físicas. Es un proceso complejo, pues los efectos del entrenamiento no son ni inmediatos ni duraderos. En este núcleo se verá planeación deportiva, fundamentación técnica y táctica, tipos y características del entrenamiento. | **1** | **48 HORAS** |
| **FISIOLOGÍA DEL DEPORTE** | La medicina deportiva es la especialidad médica que estudia la aptitud para la práctica del deporte, trabajando la prevención como el tratamiento de patologías derivadas de la práctica deportiva. Así pues, esta especialidad se encarga del cuidado, asesoramiento, diagnóstico y tratamiento necesarios para practicar deporte de forma segura. Primero auxilios. | **1** | **48 HORAS** |
| **DEPORTES INDIVIDUALES II**  **(GIMNASIA)** | Por deportes individuales se entiende aquellas prácticas o disciplinas deportivas que no requieren de acompañamiento para llevarse a cabo, es decir, que pueden realizarse en solitario.  En ellos el competidor no rivaliza con otros atletas o practicantes, sino consigo mismo: con sus tiempos registrados, con su trayectoria total o con su tiempo de aguante, o con otras capacidades personales de las que depende el deporte en cuestión. En este núcleo temático, además, deberán ver las posibilidades del cuerpo y el perfeccionamiento y potenciación de las habilidades por medio de la gimnasia. | **2** | **96 HORAS** |
| **DEPORTES GRUPALES I**  **(FUTBOL Y BALONCESTO)** | Los deportes colectivos son aquellos que se practican entre equipos opuestos, donde los jugadores interactúan entre ellos de manera simultánea para alcanzar un objetivo. Este, normalmente, involucra a los miembros de un equipo para mover una pelota u objeto similar de acuerdo con un conjunto de reglas definidas y preestablecidas, con el fin de sumar puntos. | **2** | **96 HORAS** |
| **RENDIMIENTO DEPORTIVO** | El rendimiento en el deporte se puede definir como la relación entre los medios que se utilizan para conseguir un objetivo deportivo y el resultado que se obtiene con ellos. Está estrechamente relacionado con la eficiencia y la capacidad de obtener los mejores resultados con el menor uso de recursos posible.  Utilización y manejo de herramientas antropométricas, relaciones de capacidad y condición y talleres prácticos en mejoramiento de marcas (Teórico) | **1** | **48 HORAS** |

**TERCER SEMESTRE**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **MODULOS** | **CARACTERISTICAS** | **CREDITOS** | **INTENSIDAD HORARIA** |
| **DEPORTES GRUPALES II**  **(VOLEYBOL, FUTBOL DE SALA, BALÓN MAN, RUGBY)** | Los deportes colectivos son aquellos que se practican entre equipos opuestos, donde los jugadores interactúan entre ellos de manera simultánea para alcanzar un objetivo. Este, normalmente, involucra a los miembros de un equipo para mover una pelota u objeto similar de acuerdo con un conjunto de reglas definidas y preestablecidas, con el fin de sumar puntos. | **2** | **96 HORAS** |
| **ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE** | Esta rama de la nutrición que engloba la dieta de los deportistas tiene como objetivo principal optimizar el rendimiento del entrenamiento físico, así como también acelerar la recuperación tras el desgaste físico.  En este núcleo se verán las relaciones de nutrientes para los deportes; además, de biotipos de cuerpo, alimentación saludable, consumas y gastos calóricos. | **1** | **48 HORAS** |
| **MEJORAMIENTO DE TIEMPOS Y MARCAS**  **OPTIIMIZACIÓN TÉCNICA/TÁCTICA** | Aplicación y experimentación de tiempo y marcas, mejoramiento de técnicas y tácticas grupales. | **1** | **48 HORAS** |
| **LOGÍSTICA DEPORTIVA** | La logística hace referencia al conjunto de medios necesarios que se deben llevar a cabo para alcanzar un objetivo, en este caso hablamos del desarrollo exitoso de un evento deportivo de cualquier tipo de índole. | **1** | **48 HORAS** |
| **TRABAJO DE GRADO** | Práctica Formativa de fortalecimiento de las competencias adquiridas en el programa, propias de los Técnicos Laborales | **1** | **96 HORAS** |

**TOTAL HORAS:** 1000 **TOTAL CRÉDITOS**: 21