



Consejo de Educación  
Técnico Profesional  
Universidad del Trabajo del Uruguay

**PROGRAMA PLANEAMIENTO EDUCATIVO  
DEPARTAMENTO DE DISEÑO Y DESARROLLO CURRICULAR**

		<b>PROGRAMA</b>			
		<b>Código en SIPE</b>	<b>Descripción en SIPE</b>		
<b>TIPO DE CURSO</b>		050	Curso Técnico Terciario		
<b>PLAN</b>		2013	2013		
<b>SECTOR DE ESTUDIO</b>	<b>DE</b>	740	Deporte y Afines		
<b>ORIENTACIÓN</b>		25c	Deportes Náuticos		
<b>MODALIDAD</b>		---	Presencial		
<b>AÑO</b>		2	Segundo Año		
<b>TRAYECTO</b>		---	---		
<b>SEMESTRE</b>		4	Cuarto Semestre		
<b>MÓDULO</b>		---	---		
<b>ÁREA DE ASIGNATURA</b>		9285	Entrenamiento Deportivo		
<b>ASIGNATURA</b>		30810	Electiva Alto Rendimiento		
<b>CREDITOS EDUCATIVOS</b>		6			
<b>ESPACIO o COMPONENTE CURRICULAR</b>		---			
<b>MODALIDAD DE APROBACIÓN</b>		"Con derecho a Exoneración"			
<b>DURACIÓN DEL CURSO</b>		Horas totales: 64	Horas semanales: 4		Cantidad de semanas: 16
Fecha de Presentación: 11-11-2016	Nº Resolución del CETP	Exp. Nº	Res. Nº	Acta Nº	Fecha ___/___/___

## FUNDAMENTACIÓN

En el marco del desarrollo del curso técnico terciario en Deportes Náuticos, se incluyen aspectos vinculados a los procesos educativos, entendiendo que los objetivos planteados en el plan atienden aspectos de entrenamiento deportivo y de actividades de recreación.

Los deportes náuticos en nuestro país se han desarrollado desde tiempo atrás en diversos puntos, generando formas de practicar el deporte de organizar las instituciones y de desarrollar las actividades diarias. Cada institución, club u organización ha atendido desde los recursos disponibles su forma de pensar y desarrollar la práctica, lo que implica encontrarnos con formas de practicar el deporte diferenciales.

## OBJETIVOS

Con esta asignatura se busca la profundización del estudiante en un área del conocimiento en dependencia de los intereses personales del mismo.

## CONTENIDOS

### UNIDAD 1:

Aspectos fundamentales de la planificación deportiva.

La planificación estratégica del proceso de formación deportiva.

Modelos de planificación plurianual desde el deporte de base al alto rendimiento.

Periodización y ciclos típicos de la preparación del deportista de alto nivel.

### UNIDAD 2:

Modelos particulares de planificación por especialidad deportiva.

El control del proceso de entrenamiento deportivo.

Diseños particulares y sistemas actuales de planificación.

La planificación de la competencia.

## PROPUESTA METODOLOGICA

Las propuestas van a partir de las experiencias y conocimientos de los alumnos.

- Talleres teóricos y prácticos.
- Talleres conceptualizados y abiertos.
- Charlas.
- Material audio visual, sonoro.
- Actividades extra áulicas que incluyan trabajos domiciliarios coherentes con la propuesta metodológica.
- Elaboración sistemática de un trabajo en coordinación con la materia proyecto final.

## EVALUACIÓN

La evaluación se concebirá como un proceso educativo que fortalece el diálogo, la confianza y la reflexión.

La evaluación constará de trabajos individuales, donde se reflejen los contenidos abordados en la asignatura.

Así como un trabajo colectivo que busque el desarrollo de una propuesta práctica, que recoja los contenidos abordados en las asignaturas del curso, desde la práctica profesional en coordinación con la asignatura proyecto final.

## BIBLIOGRAFÍA

Lehnertz, Klaus, Carl Klaus, Martin Dietrich (2016). MANUAL DE METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, Buenos Aires. Paidotribo

Cristian Biosca (2001). Deportes náuticos. Madrid. Edimat.

Albert Batalla Flores, Paqui Martínez Galante (2002). Deportes individuales. Barcelona. INDE.

BOMPA, T.O. (2000) “Periodización del entrenamiento deportivo”. Barcelona: Paidotribo.

- MATVIEV, L. (1980), *Periodización del entrenamiento*. Bs As: Stadium.
- PLATONOV, V. (1994), *“El entrenamiento deportivo”*. Barcelona: Paidotribo.
- Álvarez, E. (2011) *El deporte de alto rendimiento*. Ministerio para el Poder Popular para el deporte, Caracas, DC.
- Carrasco, F. (2012) *El deporte de alto rendimiento en la UCLA*, Dirección de deportes, Barquisimeto.
- Nissinen, M. (2010) *Centros de alto rendimiento*. Alemania.
- Prieto del Moral, B. (2012) *El enfoque de atención integral del atleta de la Universidad Central de Venezuela*, Caracas, DC.