**PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL**

**FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE**

# IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

## IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del Programa de Formación:** Técnico en Ejecución de Programas Deportivos.
- **Código del Programa de Formación:** 664212
- **Nombre del Proyecto:** Apoyo en la ejecución de programas de actividad física y deporte para una empresa real o didáctica
- **Fase del Proyecto:** Evaluación.
- **Actividad de Proyecto:** Entregar la estructura de un club deportivo y los resultados del proceso de intervención a partir de la disciplina deportiva, individual o grupal elegida.
- **Competencia:**
  - Ejecución del plan de preparación técnico tácticos según la modalidad y el nivel de formación deportiva.
  - Manejar información de la situación de riesgo y diagnóstica del paciente en el momento de la entrega a la instancia requerida, según normatividad y protocolo.

- **Resultados de Aprendizaje Alcanzar:**
  - Presentar informes y hacer recomendaciones sobre el desarrollo de las actividades del plan de actividad física según lineamientos y políticas de la empresa.
- **Duración de la Guía 84 horas**

## 2. PRESENTACIÓN

Queridos aprendiz a través de las actividades de la guía que desarrollaremos se recocerá la importancia de la creación de un club deportivo, los pasos a seguir y la estructura que se debe establecer para lograr las metas propuestas traducido en mayores beneficios. Igualmente con los aprendizajes adquiridos estarán en la capacidad de proporcionar información veraz y oportuna de las situaciones de riesgo y diagnósticos de las diferentes lesiones que se dan en práctica laboral y el protocolo que se debe de realizar para lesión. Así mismo estarán en capacidad de identificar y analizar las estructuras básicas para un club deportivo, enfocado a lo recreativo, amateur o profesional. Podrán crear o diseñar sus propios planes de entrenamiento y aplicar una metodología que busque asegurar el éxito.

### 3.3 Actividades de apropiación del conocimiento (Conceptualización y Teorización).

#### 3.3.1. Estructurar un club deportivo para la práctica de una disciplina individual o de grupo, teniendo en cuenta las características de la población.

a. Organizar equipos de trabajo, máximo 4 personas. Consultar:

¿Qué es un club deportivo y cuál es el objetivo de éstos?

¿Cómo se clasificación los clubes deportivos?

¿Cómo se promocionan los clubes deportivos?

¿Cuáles son las etapas o los pasos para crear un club deportivo?

¿Cómo se planifican los planes trabajo o de entrenamiento de un club deportivo?

¿Cuáles son las dependencias que tiene un club deportivo?

Para desarrollar la actividad anterior, revise en la plataforma Zajuna en el botón Material de apoyo que se encuentra en la fase de Evaluación: “Manual para crear un club deportivo”.

Continúe la documentación revisando los siguientes enlaces:

- https://bit.ly/2zUf5yz
- https://bit.ly/2tdMCfH
- https://bit.ly/2LesiXi
- https://bit.ly/2mqdHtz
- https://bit.ly/2uuc82d

b. Organizados en grupos, llevar dos pliegos de papel bond, marcadores, cinta de enmascarar, revistas, tijeras, crayones o colores, para desarrollar dentro del ambiente de aprendizaje una wiki sobre la disciplina deportiva. Es importante revisar en YouTube qué es una wiki y cómo se construye ésta.

https://www.youtube.com/watch?v=1ovCHZE9K1w

Al finalizar la elaboración de la wiki, con su docente se socializan los conceptos construidos y se aprovecha para puntualizar o profundizar en cada uno de éstos.

c. De manera personal, estructure un mapa conceptual que recoja cada uno de los conceptos abordados en la consulta y presente a su docente para revisión y subir al drive Portafolio de evidencias en la carpeta de evidencias de la fase de evaluación.

#### 3.3.2. Presentar el informe de ejecución de la práctica de una disciplina individual o de grupo.

Realizar un club deportivo de cualquier disciplina deportiva requiere de una planeación muy detallada de modo que su ejecución sea todo un éxito en cuanto al alcance de los objetivos propuestos, esto se logra cuando la planeación es lo más exhaustiva posible. Para tener un acercamiento a lo que se requiere y realizar un club deportivo se refiere. Acompañados por el docente/instructor de cultura física los aprendices deben observar los siguientes videos.



Video 1: Como Crear un Club Deportivo

Video 2: Análisis de la estructura organizativa del club deportivo kriegers

En grupos de 4 aprendices, deben contestar y reflexionar sobre las preguntas que se presentan a continuación, escriba sus conclusiones en un párrafo para socializar con los compañeros a) Defina el conceptode club deportivo.

b) tipos de clubes deportivos

c) Reglamento o estatuto

d) Definición y Función

e) Constitución de la Asamblea

f) Reconocimiento Deportivo

g) Decreto Ley Nº 1 2 2 8 de Julio de 1.995

h) Cancelación del Reconocimiento

i) Acta de constitución

Con su equipo de trabajo conformado por máximo 4 integrantes, los aprendices deben de realizar un mapa mental donde se identifique cada uno de estos aspectos, este se realizara sobre los videos observados en la actividad anterior, el cual deben de subirlo al portafolio de evidencias que ese encuentra en el drive:

• Identificar las fases o etapas del proceso.

• Identificar recursos requeridos.

• Identificar el procedimiento de satisfacción del servicio.

• Contemplar las novedades que se presenten en el proceso.

Recuerden que todos los aprendices deben de subir las evidencias al drive y los grupos nombrarán

un relator que será quien exponga el mapa mental.

**3.3.3.** Reportar las lesiones presentadas durante al practica de una disciplina deportiva de grupo o individual y las acciones implementadas según los protocolo es de primer respondiente.

A partir de las disciplina deportiva individual o grupal socializada en la actividad interior (Presentar el informe de ejecución de la práctica de una disciplina individual o de grupo) los aprendices elaboran un manual de las lesiones más frecuente que se da en esta actividad física o deportiva. Este manual debe de tener los siguientes pasos.



- Lesión
- Causas

- Como tratarlo
- Como prevenirlo.
- Imagen de la lesión.

Este manual se debe utilizar herramientas ofimáticas o en línea, para realizar este manual debes de apoyarte en el libro “Manual lesiones deportivas” https://bit.ly/2L33Kkw

**• Ambiente Requerido**

Aulas institución educativa, aula de audiovisuales, Bibliotecas.

**• Materiales**

Video beam, equipos de cómputo.

Marcadores, cartulinas, hojas de block tamaño carta.

### 3.4. Actividades de transferencia del conocimiento

#### 3.4.1 Estructura de un club deportivo y los resultados del proceso de intervención a partir de la disciplina deportiva, individual o grupal elegida.

Estimados aprendices, diseñada la estructura del club deportivo y conociendo las necesidades de la población a intervenir en los equipos SENA establecidos y recogiendo todos los aprendizajes adquiridos durante sus fases de formación , presente la Estructura de un club deportivo con sus planes de entrenamiento y su organigrama teniendo en cuenta los siguientes aspectos tanto para el trabajo escrito como la socialización del club deportivo:

- Disciplina deportiva
- Tipo de club deportivo
- Nombre del club deportivo
- Objetivos generales y específicos
- Estructura u organigrama del club deportivo
- Plan de entrenamiento (microciclo, mesociclo, macrociclo)
- Marketing del club deportivo: comunicación y divulgación del club deportivo

**• Ambiente Requerido**

Aulas institución educativa, aula de audiovisuales, Bibliotecas.

**• Materiales**

Video beam, equipos de cómputo, impresora, cámara fotográfica.

Marcadores, cartulinas, hojas de block tamaño carta.

## 4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tome como referencia la técnica e instrumentos de evaluación citados en la guía de Desarrollo Curricular

| Evidencias de Aprendizaje | Criterios de Evaluación | Técnicas e Instrumentos de Evaluación |
|---|---|---|
| **Evidencias de Conocimiento :**<br><br>Presentación de prueba escrita sobre estructura de un club deportivo y procedimientos de las lesiones.<br><br>**Evidencias de Producto:**<br><br>Estructura de un club deportivo con sus planes de entrenamiento y su organigrama. | Presenta los resultados de las pruebas utilizando los formatos e informes establecidos.<br><br>Hace control y seguimiento de los recursos físicos y materiales requeridos en la ejecución del programa.<br><br>Atiende a persona que presenta cuerpos extraños en ojos, oído, nariz o garganta, previniendo complicaciones, según protocolos del primer respondiente.<br><br>Clasifica los diferentes tipos de mordeduras y picaduras, los signos y síntomas que producen y sus complicaciones según protocolos del primer respondiente.<br><br>Atiende a la persona que sufre picadura o mordedura según protocolos del primer respondiente. | **Técnica:** prueba de conocimientos<br><br>**Instrumento:** cuestionario<br><br>**Técnicas:** Valoración de Producto.<br><br>**Instrumento:** Lista de chequeo. |

## 5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

**Acondicionamiento físico:** El acondicionamiento físico es el proceso o entrenamiento mediante el cual se desarrollan en el individuo las capacidades y habilidades físicas necesarias para la salud y la actividad deportiva.

**Actividad física:** Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS).

**Actividad lúdica:** La actividad lúdica es un ejercicio que proporciona alegría, placer, gozo, satisfacción.

**Aprovechamiento del tiempo libre:** El aprovechamiento del tiempo libre es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación sicobiológica. (LEY 181 DE 1995).

**Aptitud física:** La aptitud física es la capacidad que tiene el organismo humano de efectuar diferentes actividades físicas en forma eficiente, retardando la aparición de la fatiga y disminuyendo el tiempo necesario para recuperarse.

**Calentamiento:** Se refiere a la parte inicial de cualquier tipo de ejercicio con el fin de preparar los músculos para el entrenamiento de manera suave y progresiva.

**Capacidades condicionales:** Son las capacidades que dependen de la estructura corporal y condiciones físicas generales de cada individuo, entre ellas se encuentran la velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación.

**Club deportivo:** Son organismos de derecho privado constituidos por afiliados mayoritariamente deportistas, para fomentar y patrocinar la práctica de un deporte o modalidad, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre en el municipio, e impulsar programas de interés público y social.

**Club:** Sociedad fundada por un grupo de personas con intereses comunes y dedicada a actividades de distinta naturaleza, principalmente recreativas, deportivas o culturales. (Real Academia Española de la Lengua, 2012)

**Coldeportes:** El Instituto Colombiano del Deporte, es la entidad gubernamental que regula el deporte en Colombia, esta entidad fue transformada mediante decreto número 4183 del 3 de noviembre de 2011 como Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre.

**Coordinación:** La coordinación es una capacidad física complementaria que permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico.

**Deporte aficionado:** Es aquel que no admite pago o indemnización alguna a favor de los jugadores o competidores distinto del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente.

**Deporte asociado:** Es el desarrollo por un conjunto de entidades de carácter privado organizadas jerárquicamente con el fin de desarrollar actividades y programas de deporte competitivo de orden municipal, departamental, nacional e internacional que tengan como objeto el alto rendimiento de los deportistas afiliados a ellas.

**Deporte competitivo:** Es el conjunto de certámenes, eventos y torneos, cuyo objetivo primordial es lograr un nivel técnico calificado. Su manejo corresponde a los organismos que conforman la estructura del deporte asociado.

**Deporte de alto rendimiento:** Es la práctica deportiva de organización y nivel superiores. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos.

**Deporte formativo:** Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.

**Deporte profesional:** Es el que admite como competidores a personas naturales bajo remuneración, de conformidad con las normas de la respectiva federación internacional.

**Deporte social comunitario:** Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida.

**Deporte universitario:** Es aquel que complementa la formación de los estudiantes de educación superior. Tiene lugar en los programas académicos y de bienestar universitario de las instituciones educativas definidas por la Ley 30 de 1992. Su regulación se hará en concordancia con las normas que rigen la educación superior.

**Deporte:** El deporte en general es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales. (LEY 181 DE 1995) Entre otras, las formas como se desarrolla el deporte son las siguientes:

**Dimayor :** La División Mayor del Fútbol Colombiano es la entidad dependiente de la Federación Colombiana de Fútbol encargada de administrar y reglamentar los torneos de fútbol profesional en Colombia: La Primera División (Primera A), la Segunda División (Primera B), la Supercopa de Colombia y la Copa Colombia, que reúne a las dos categorías.

**Dosificación deportiva:** La Dosificación es la fijación de la cantidad de las cargas que debe añadirse en cada etapa del proceso deportivo.

**Educación física:** La Educación Física es la disciplina cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos. (LEY 181 DE 1995)

**Ejercicio físico:** El ejercicio físico es una variedad de actividad física planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un objetivo relacionado con la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la aptitud física. (OMS)

**Empresa Multinacional (EMN):** Es aquella que dispone de unidades permanentes, bien sea de producción o bien de comercialización, en más de un país (NIETO, Ana y LLAMAZARES,Olegario, op.cit., pp. 241-242)

**Entrenamiento deportivo:** El entrenamiento deportivo es un proceso planificado y complejo que organiza cargas de trabajo progresivamente crecientes destinadas a estimular los procesos fisiológicos del organismo, favoreciendo el desarrollo de las diferentes capacidades y cualidades físicas, con el objetivo de promover y consolidar el rendimiento deportivo.

**Escuelas deportivas:** Las Escuelas Deportivas son un proyecto educativo, implementado como estrategia extraescolar con estructuras pedagógicas para la orientación, aprendizaje y practica de las actividades físicas, recreativas y enseñanza del deporte en las niñas y los niños en Colombia, buscando su desarrollo físico, cognitivo, motriz, socio-afectivo y psicosocial, mediante procesos pedagógicos y técnicos que le permitan la

incorporación progresiva a la práctica del deporte de manera progresiva, el mantenimiento y mejoramiento de la salud, la calidad de vida e incorporar a los jóvenes a la competencia y rendimiento. (COLDEPORTES)

**Espectáculo:** Cosa que se ofrece a la vista o a la contemplación intelectual y es capaz de atraer la atención y mover el ánimo infundiéndole deleite, asombro, dolor u otros afectos más o menos vivos o nobles. (Real Academia Española de la Lengua, 2012)

**Flexibilidad:** Es la capacidad de extensión máxima de un movimiento en una articulación determinada.

**Fuerza:** Es la capacidad que tiene el hombre para vencer o contrarrestar una resistencia externa através del esfuerzo muscular.

**Futbol:** Juego entre dos equipos de once jugadores cada uno, cuya finalidad es hacer entrar un balón por una portería conforme a reglas determinadas, de las que la más característica es que no puede ser tocado con las manos ni con los brazos. (Real Academia Española de la Lengua, 2012).

**Infraestructura:** "Conjunto de elementos o servicios que se consideran necesarios para la creación y funcionamiento de una organización cualquiera." (Real Academia Española de la Lengua, 2012)

**Juego:** El juego es una actividad recreativa que llevan a cabo los seres humanos con un objetivo de distracción y disfrute para la mente y el cuerpo. El juego es una de las herramientas principales a disposición de la educación para el aprendizaje de los niños.

**Jurisdicción:** "Poder que tienen los jueces y tribunales para juzgar y hacer ejecutar lo juzgado." (Real Academia Española de la Lengua, 2012)

**Liga deportiva:** Organismo de derecho privado, constituido como asociación o corporación sin ánimo de lucro, conformado por un mínimo de clubes deportivos y/o promotores establecido por Coldeportes, su jurisdicción es el nivel departamental y el distrito capital. (COLDEPORTES)

**Ludoteca:** La ludoteca es un espacio destinado para el encuentro de los niños en donde se utiliza el juego y el aprendizaje a través del mismo.

**Mercado:** "Sitio público destinado permanentemente, o en días señalados, para vender, comprar o permutar bienes o servicios." (Real Academia Española de la Lengua, 2012)

**Modelo:** Arquetipo o punto de referencia para imitarlo o reproducirlo. (Real Academia Española de

la Lengua, 2012)

**Movimiento:** Desplazamiento de algún segmento corporal realizado por una contracción muscular la cual es provocada por una conducción nerviosa.

**Patrocinar:** "Apoyar o financiar una actividad frecuentemente con fines publicitarios." (Real Academia Española de la Lengua, 2012).

**Plantel:** "Establecimiento, lugar o reunión de gente, en que se forman personas hábiles o capaces en algún ramo del saber, profesión, ejercicio, etc." (Real Academia Española de la Lengua, 2012)



**Publicidad:** "Divulgación de noticias o anuncios de carácter comercial para atraer a posibles compradores, espectadores, usuarios, etc."(Real Academia Española de la Lengua, 2012)

**Recreación:** La recreación es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento. (LEY 181 DE 1995)

**Resistencia:** Es capacidad física y psíquica de soportar la fatiga frente a esfuerzos relativamente largos y su capacidad de recuperación rápida después de dichos esfuerzos.

**Velocidad:** La velocidad es la capacidad del hombre de realizar acciones motrices en el menor tiempo posible.

## 6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

Como crear un club deportivo


• El deporte en el ser humano, (2015). Modelos para crear un club deportivo. Recuperado de: https://bit.ly/2zUf5yz

• Instituto Municipal del Deporte y La Recreación de Armenia (2015). Conformación de un club deportivo Recuperado de: https://bit.ly/2tdMCfH

• Estatuto comité de directivos (2016). Estatutos de un club deportivo Recuperado de :https://bit.ly/2LesiXi

• Centro deportivo (2010). Descripción de cargos Recuperado de: https://bit.ly/2mqdHtz

• Club deportivo Cicona negra (2013). Organigrama Recuperado de: https://bit.ly/2uuc82d

• Manual lesiones deportivas (2014). Recuperado de https://bit.ly/2L33Kkw Videos.

• Juan Pedro Monzú García (2016).Como Crear un Club Deportivo Recuperado de: Como Crear un Club Deportivo.

• Club deportivo kriegers (2017). Análisis de la estructura organizativa del club deportivo kriegers Recuperado de: Análisis de la estructura organizativa del club deportivo kriegers

• Tecnología capacítate para el empleo (2016). Primer respondiente o primeros auxilios Recuperado de: https://bit.ly/2NLEPir

• Docere Capacitación (2016). Como crear una WIKI Recuperado de: https://bit.ly/2uSyQkO

## 7. CONTROL DEL DOCUMENTO

| | Nombre | Cargo | Dependencia | Fecha |
|---|---|---|---|---|
| Autor (es) | Jonathan Velasco | Instructor | Articulación con la media | Noviembre 15 de 2016. |
| | Deybis Palacios | Instructor | Articulación con la media | Noviembre 15 de 2016. |
| | Ana Murillo | Formadora de ins.<br>CGTS | Articulación con la media | Noviembre 15 de 2016. |
| | Manuel Monroy | Instructor | Articulación con la media | Noviembre 15 de 2016. |
| | Nombre | Cargo | Dependencia | Fecha |
| Autor (es) | | | | |

## 7. CONTROL DEL DOCUMENTO

| | Nombre | Cargo | Dependencia | Fecha |
|---|---|---|---|---|
| **Autor (es)** | Instructores Programa de Articulación. Revisado por: Eliana Hleap Eliana C. Hleap Formadora | Instructores ejecución de programas deportivos, Programa de Articulación. | Centro de Gestión Tecnológica de Servicios. | **Agosto 2018.** |

## 8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

| | Nombre | Cargo | Dependencia | Fecha | Razón del Cambio |
|---|---|---|---|---|---|
| **Autor (es)** | | | | | |