

1. Identificación da programación

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
	IES SÁNCHEZ CANTÓN	PONTEVEDRA	2023 – 2024

Ensinanza

Currículo	Ensinanzas	Título	Grao	Réxime
DECRETO 372/2003, do 16 de setembro	DEPORTIVAS (RÉXIME ESPECIAL)	TÉCNICO DEPORTIVO SUPERIOR EN FÚTBOL (1020 h)	SUPERIOR	PRESENCIAL

Módulo profesional

Código	Nome	Curso	Trimestre	Sesións semanais	Horas anuais	Sesións anuais
	ADESTRAMENTO DE ALTO RENDIMENTO	N3	1º-2º	2	40	48

Profesorado responsable

Elaboración	PEDRO VICENTE VILA
Impartición	PEDRO VICENTE VILA

2. Concreción do currículo en relación á súa adecuación ás características do ámbito produtivo

Competencias específicas do módulo (saber e saber facer):

- Describi-las características da planificación do adestramento en altitude.
- Dirixi-las diferentes fases do adestramento das calidades físicas e as perceptivo - motoras.
- Efectua-la programación dun adestramento en altura situando na planificación.
- Determina-los sistemas e os métodos de adestramento das calidades físicas no alto rendimento deportivo.
- Aplica-los métodos de planificación e control de adestramento das calidades físicas condicionais e as perceptivo-motoras nos deportistas de alto rendimento.
- Describi-los fenómenos de fatiga e sobreadestramento.
- Describi-la verificación necesaria para evita-los efectos da fatiga e do sobreadestramento nos deportistas de alto nivel

3. Relación de unidades didácticas que a integran, que contribuirán ao desenvolvemento do módulo profesional, xunto coa secuencia e o tempo asignado para o desenvolvemento de cada unha

UD	Título	Descrición	Duración (sesións)
1	BASES TEÓRICAS DO ADESTRAMENTO DEPORTIVO. O ADESTRAMENTO ESTRUCTURADO.	Conceptos básico sobre o estruturalismo. O adestramento estruturado como modelo de adestramento específico para os deportes de equipo de alto nivel.	4
2	PLANIFICACIÓN DO ADESTRAMENTO NOS DEPORTES DE EQUIPO	Estruturas temporais de planificación aplicadas o adestramento de alto rendemento nos deportes de equipo. A Planificación, a ciclización (o micro ciclo estruturado), a programación e o deseño de sesións e SSP.	4
3	O ADESTRAMENTO DA RESISTENCIA NOS DEPORTES DE EQUIPO	Metodoloxía de adestramento da resistencia aplicada os deportes de equipo.	8
4	O ADESTRAMENTO DA FORZA NOS DEPORTES DE EQUIPO	Metodoloxía de adestramento da forza a aplicada os deportes de equipo.	8
5	O ADESTRAMENTO DA ADM NOS DEPORTES DE EQUIPO	Metodoloxía de adestramento da ADM aplicada os deportes de equipo.	8
6	O ADESTRAMENTO DA VELOCIDADE NOS DEPORTES DE EQUIPO	Metodoloxía de adestramento da velocidade aplicada os deportes de equipo.	8
7	OS PROCESOS DE RECUPERACIÓN NO ADESTRAMENTO NOS DEPORTES DE EQUIPO	Concepto de recuperación. As demandas da competición nos deportes de equipo. Métodos e medios de recuperación fisiolóxica	4
8	O SOBREADESTRAMENTO NOS DEPORTES DE EQUIPO	Concepto de sobreadestramento. O sobreadestramento nos deportes de equipo. Detección dos estados de sobreadestramento.	4
TOTAL			

4. Metodoloxía

Baseada no aprendizaxe práctico e titorizado, con actividades que estimulen a investigación e o coñecemento segundo a aplicación do método científico, a resolución de problemas reais e a evolución fronte un aprendizaxe autónomo, autorregulado e con emprego de TIC.

Os traballos de investigación, os estudos de caso, a confección de apuntes, a elaboración de informes, os resumos, a construción mapas conceptuais, as buscas de información, a presentación de posters científicos, as actividades expositivas, a defensa de proxectos e os grupos de discusións serán as principais categorías de actividades a desenvolver durante as clases.

A lección maxistral e o desenvolvemento das prácticas de análise e execución axeitada do exercicio físico atendendo a aspectos mecánicos básicos completan a programación metodolóxica do módulo.

5. Mínimos esixibles para alcanzar a avaliación positiva e os criterios de cualificación

1. Os alumnos/as teñen dereito a que o seu rendemento escolar se avalíe con plena obxectividade.
2. O proceso de avaliación será continuo o longo de todo o proceso formativo.
3. O alumnado que acumule un número de faltas sen xustificar superior o 10% da carga lectiva do modulo será apercibido da perda do dereito de avaliación continua. O alumnado que acumule un número de faltas sen xustificar superior o 20% da carga lectiva do módulo comunicaráse a perda do dereito de avaliación continua.
4. Terase en contas as circunstancias persoais e laborais dos alumnos/as na xustificación de faltas conforme o establecido no NOF do centro.
5. O alumno/a que perda o seu dereito a avaliación continua terá dereito a realizar unha proba de avaliación de final de módulo e unha proba de avaliación de final de ciclo a cal farase con anterioridade a avaliación final do módulo.
6. O alumno/a que esgotara as catro convocatorias máximas poderá solicitar á Consellería de Educación e Ordenación Universitaria unha convocatoria mais extraordinaria, sempre e cando se atope e xustifique documentalmente calquera das circunstancias que contempla a lexislación vixente (Doenza prolongada propia ou familiar, discapacidade, violencia de xénero ou circunstancia que condicione ou impida o desenvolvemento ordinario de estudos).
7. Como mínimo o alumno/a deberá ser capaz de acadar de xeito básico as seguintes competencias específicas do módulo:
 - Deseño e elaboracións de distintos modelos de planificación e programación do adestramento no alto rendemento.
 - Desenvolvemento dunha metodoloxía da forza, velocidade, resistencia e flexibilidade. Procedementos avanzados de adestramento. Controis e valoracións.
 - Aplicación dos medios máis axeitados para o sobreadestramento e a fatiga.
 - Modelos de planificación e programación do adestramento no alto rendemento deportivo.
 - Métodos de control e valoración do adestramento das calidades físicas e perceptivo-motoras.
 - Recuperación. Pautas e avaliación. Concepto de fatiga e recuperación. Medios de recuperación. Sobreadestramento
 - Preocupación pola correcta planificación dunha tempada deportiva na alta competición.
 - Esfuerzo na aplicación correcta dos métodos de recuperación.
8. A avaliación continua do módulo terá en conta:
 - a) O traballo do alumno/a (W); valorarase nunha escala 1 – 10 e suporá un 40 % da

cualificación final. Os traballos individuais serán os cuestionarios correspondentes as Unidades didácticas establecidas (1 cuestionario por unidade didáctica cunha ponderación un 20% na cualificación final)

- b) O aprendizaxe dos alumnos/as (L); valorarase nunha escala de 1 – 10 e suporá o 60 % da cualificación final. O instrumento de avaliación empregado será a realización de probas escritas de resposta curta e a análise dos exercicios físicos e técnicas deportivas. A cualificación deste apartado será a media ponderada das cualificacións obtidas en cada unha das probas realizadas.
- c) Traballo de planificación do proceso de adestramento – competición nun contexto de alto rendemento da modalidade deportiva. Valorarase a adecuación das estruturas temporais de adestramento o contexto da tempada, a selección adecuada de obxectivos, contidos, medios de adestramento ou niveis de aproximación en base o estado de forma e o control da carga de adestramento.

6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas

6.1 Procedemento para definir as actividades de recuperación

1. Durante o curso poderanse facer conforme o horario elaborado pola xefatura de estudos actividades de apoio, recuperación e avaliación para aqueles alumnos/as que non acadaran unha avaliación positiva na avaliación final do módulo.
2. As actividades de recuperación e apoio definiranse conforme os resultados obtidos polos alumnos/as na avaliación anterior e centraranse de xeito concreto nos erros e as dificultades mostradas.
3. O marxe do tratamento específico destas actividades manterase un enfoque global e integrador dos contidos científicos, tecnolóxicos e organizativos do módulo.
4. Aplicarase unha metodoloxía baseada na resolución de problemas, a investigación e o aprendizaxe práctico, coa realización de actividades expositivas, actividades guiadas, actividades que estimulen o aprendizaxe autónomo, autorregulado e co emprego de TIC.
5. Se fose necesario o comezo do período de actividades faríase unha proba de diagnose complementaria para determinar con maior precisión as necesidades de aprendizaxe dos alumnos/as.

6.2 Procedemento para definir a proba de avaliación na convocatoria extraordinaria

1. O alumno/a que perda o seu dereito a avaliación continua terá dereito a realizar unha proba final de módulo e unha proba final de ciclo a cal farase con anterioridade a avaliación final do módulo.
2. As probas final de módulo e final de ciclo deberán medir de xeito mínimo as capacidades terminais elementais asociadas á unidade de competencia asociada o módulo (Deseño de sesións de adestramento das capacidades físicas no eido dos deportes colectivos, coñecemento do paradigma estruturado de adestramento para os deportes de equipo,. Utilización de estruturas temporais de adestramento, manexo da optimización do estado de forma deportiva e aplicación de medios de recuperación no proceso de adestramento – competición).
3. A proba poderá conter preguntas de resposta corta e/ou resolución de supostos prácticos e para obter avaliación positiva na mesma o alumno/a deberá obter unha puntuación mínima de 5 nunha escala de 1 – 10.
4. A cualificación obtida polo alumno/a na proba extraordinaria será a súa cualificación final do módulo no curso.

7. Procedemento sobre o seguimento da programación e a avaliación da propia práctica docente

1. Faranse reunións de departamento periódicas para o seguimento da programación didáctica do módulo.
2. Na reunión farase unha valoración xeral das actividades de ensino – aprendizaxe realizadas ata o momento, especialmente no que afecta o tempo que precisan para o seu correcto desenvolvemento, a metodoloxía empregada, os resultados de avaliación obtidos e as oportunas medidas de axuste que se propoñen para a mellora da práctica docente.
3. O remate do curso e con anterioridade ó 30 de xuño, farase unha memoria cos datos xerais do curso e unha relación propostas concretas e xustificadas de mellora para o vindeiro curso, especialmente no que afecta as instalacións, os recursos, as actividades, a metodoloxía, a avaliación e a temporalización dos contidos.

8. Medidas de atención á diversidade

8.1 Procedemento para a realización da avaliación inicial

1. TEMPORALIZACIÓN: A xuntanza de avaliación inicial farase despois de un mes a partir do comezo do curso.
2. OBXECTIVOS:

- a) Coñecer as características, capacidades e formación previa dos alumnos/as.
- b) Orientar e situar o alumnado en relación co perfil profesional correspondente.

3. METODOLOXÍA:

1. O titor/a do curso aportará información relevante sobre aspectos que incidan no proceso educativo dos alumnos/as. Entre outras fontes, a información poderá obterse de :

- a) Os informes individualizados de avaliación da etapa anteriormente cursada, de ser o caso.
- b) Os estudos académicos ou das ensinanzas de formación profesional inicial ou para o emprego previamente realizados.
- c) O alumnado matriculado sen titulación académica de acceso.
- d) Os informes ou ditames específicos do alumnado discapacitado ou con necesidades educativas especiais que poida haber no grupo.
- e) A experiencia profesional previa.
- f) A matrícula condicional do alumnado estranxeiro.
- g) A observación do alumnado e as actividades realizadas nas primeiras semanas do curso.

2. O tratado na sesión de avaliación inicial e os acordos que adopte o equipo docente nela recolleranse nunha acta, da cal se entregará copia na xefatura de estudos, incluíndo especialmente aqueles que teñan que ver con aspectos de flexibilización na duración das ensinanzas.

3. Esta avaliación inicial en ningún caso comportará cualificación para o alumnado.

8.2 Medidas de reforzo educativo para o alumnado que non responda globalmente aos obxectivos programados

1. No caso de alumnos/as con necesidades educativas especiais:

- a) Adaptación das condicións de accesibilidade ó centro.
- b) Adaptación dos recursos de apoio.
- c) Flexibilización para cursar o módulo cunha temporalización distinta á establecida con carácter xeral (require autorización administrativa).

2. No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe:

- a) Actividades de reforzo individualizadas.

- b) Favorecer un método de aprendizaxe baseado na práctica, experiencia e investigación a partir de intereses dos alumnos/as, estudos de caso e o emprego de recursos TIC.
- c) Deseño de probas de avaliación en coherencia cos métodos propostos.

8.3 Medidas educativas ante situación de ensino semipresencial ou non presencial.

No caso de ter que recurrir ao ensino semipresencial ou non presencial implementaranse as medidas oportunas por medio da aula virtual moodle do centro educativo. Neste módulo profesional poden manterse sen alteración os obxectivos, contidos e criterios de avaliación a aplicar no caso de calquera das dúas devanditas casuísticas. As sesións de desenvolvemento de contidos conceptuais desenvolvidas mediante metodoloxía de lección maxistral desenvolveranse por medio de videoconferencia utilizando a plataforma Cisco Webex, con tal motivo o alumnado será formado no uso da mesma con anterioridade. As sesións de tipo procedimental en caso de ensino semipresencial manteranse , e no caso de ensino non presencial desenvolveranse actividades lectivas (Deseño de exercicios, análise de exercicios, execución de exercicios, programacións de adestramento, aplicacións de medio e métodos de adestramento) por medio de recursos telemáticos implementados dende a aula virtual. No caso das probas de avaliación teórica ou teórico – práctica desenvolveranse os cuestionarios de cada unidade didáctica, os traballos de avaliación, a grabación de videos de adestramento ou os exames de proba obxectiva tipo test por medio dos recursos telemáticos incluídos no moodle.

9. Aspectos transversais

9.1 Actividades complementarias e extraescolares

1. Práctica de valoración da forza mediante encoder lineal e plataforma de forzas.
2. Práctica de avaliación da ADM a través da valoración artromuscular.
3. Práctica de adestramento da forza mediante dispositivos isoinerciais (yoyo squat e versa pulley).

10. Bibliografía recomendada

Seirul - lo , F. (2017). El Entrenamiento en los Deportes de Equipo. Mastercede. Barcelona.