



**EDUCACIÓN**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



**Programa de Estudios de la Carrera Técnica**  
**Entrenamiento integral del atletismo de**  
**medio fondo y fondo**



**SERVICIOS 3**  
**CARRERA ESPECÍFICA**  
**ACUERDO 653**

# DIRECTORIO

Delfina Gómez Álvarez

**SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA**

Juan Pablo Arroyo Ortiz

**SUBSECRETARIO DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

Adriana Olvera López

**COORDINADORA SECTORIAL DE FORTALECIMIENTO ACADÉMICO**

Edgar González Sabin

**DIRECTOR GENERAL DEL BACHILLERATO TECNOLÓGICO DE EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN DEPORTIVA**

Rafael Sánchez Andrade

**DIRECTOR GENERAL DE EDUCACIÓN TECNOLÓGICA INDUSTRIAL Y DE SERVICIOS**

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA**

**Septiembre, 2021.**



# CRÉDITOS

## COMITÉ TÉCNICO DIRECTIVO DE LA FORMACIÓN PROFESIONAL

Adriana Olvera López / Coordinadora Sectorial de Fortalecimiento Académico

Rodrigo Castillo Aguilar / Director Académico y de Modelo Educativo del BTED

Luis Miguel Rodríguez Barquet / Director Académico e Innovación Educativa de la DGETI

## COORDINADORES DEL COMPONENTE DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Delia Carmina Tovar Vázquez / Directora de Innovación Educativa de la COSFAC

Karla Isaeth Díaz Pérez / Subdirectora de Proyecto Pedagógico e Innovación Educativa del BTED

Miguel Ángel Mendoza Castro / DGETI

## COORDINADOR DEL COMITÉ PEDAGÓGICO

Claudia Yasmín Alvarado Alquicira / BTED

María Luisa Torres Fragoso / DGETI

## PARTICIPANTES DEL COMITÉ DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE LA CARRERA DE TÉCNICO EN ENTRENAMIENTO INTEGRAL DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

Madaí Pérez Carrillo / BTED

Rodrigo Damián Merlo / BTED

Denisy Mariett Ramos Chacón / BTED

Kezia Valeria Morales Hernández / BTED

Cristina Medina Vences / BTED

Ana Fernanda Rangel Jaramillo / BTED

Abraham Karim González Loyola / BTED

## SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Primera edición, septiembre, 2021.

CLAVE DE LA CARRERA

**3101100004-21**



# PARTICIPACIÓN DEL SECTOR PRODUCTIVO



## **EQUIPO INTERDISCIPLINARIO DE ESPECIALISTAS**

Andrés Caloso Ruíz / UNEVE

Daniel Moncayo Cervantes / Centro Iberoamericano del Deporte

José Garis Zilli Zanatta / UNIVERSIDAD VERACRUZANA

Juan Inocente Hojas Domínguez / ISCF-CUBA

Nut Citlali Hernández Castro / ENED-CONADE

Omar Alejandro Beltrán Mártir / UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA

Héctor Luis Cristóbal Morales / UNAM

César Eduardo Ortega Elorza / UNAM

Miguel Gandi Valdés Dávila / UNAM

Francisco Javier Bautista de la Torre / UNAM

Enrique Leoncio Bravo López / ISCF-CUBA

José Benjamín Esparza Clemente / UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

# ÍNDICE

<b>PRESENTACIÓN</b>	6
<b>1 DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA CARRERA</b>	9
1.1 Estructura Curricular del Bachillerato Tecnológico	10
1.2 Justificación de la carrera	11
1.3 Perfil de egreso	13
1.4 Mapa de competencias profesionales de la carrera de Técnico en Entrenamiento integral del atletismo de medio fondo y fondo	15
1.5 Cambios principales en los programas de estudio	16
<b>2 MÓDULOS QUE INTEGRAN LA CARRERA</b>	
Módulo I - Implementa fundamentos de la práctica del atletismo de medio fondo y fondo	19
Módulo II - Implementa programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo	29
Módulo III - Asiste en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo	43
Módulo IV - Maneja grupos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo	54
Módulo V - Promociona la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo	63
Recursos didácticos de la carrera	73
<b>3 CONSIDERACIONES PARA DESARROLLAR LOS MÓDULOS EN LA FORMACIÓN PROFESIONAL</b>	79
3.1 Lineamientos metodológicos	80
3.2 Estrategia didáctica del Módulo I	83
Submódulo 2	

# PRESENTACIÓN

El Plan Nacional de Desarrollo (PND) 2019-2024 y del Programa Sectorial de Educación (PSE) 2020-2024 ofrece un nuevo subsistema educativo que busca atender a adolescentes y jóvenes con servicios educativos de nivel medio superior para una formación académica-deportiva.

La Ley General de Educación (LGE), publicada el 30 de septiembre de 2019, menciona en su artículo 5 que toda persona tiene derecho a la educación como un medio para adquirir, actualizar, completar y ampliar sus conocimientos, capacidades, habilidades y aptitudes que le permitan alcanzar su desarrollo personal y profesional iniciando así, un proceso permanente que contribuye a su bienestar integral y a la transformación de la sociedad; asimismo, en su artículo 18 establece que para cumplir con la orientación integral en la formación de las y los estudiantes dentro del Sistema Educativo Nacional es indispensable considerar algunos puntos relevantes: los conocimientos y habilidades motrices y creativas a través de la actividad física; la práctica del deporte y la educación física vinculadas con la salud; la cultura, la recreación y la convivencia en comunidad; y las habilidades socioemocionales, como el desarrollo de la imaginación y la creatividad de contenidos y formas de enseñanza-aprendizaje. Aspectos que habrán de lograrse a través del impulso de una pedagogía que parta del respeto a la diversidad de personas, la colaboración, el trabajo en equipo, la comunicación o el reconocimiento del aprendizaje informal, entre otras.

Los contenidos de los planes y programas de estudio de educación integral en el deporte como el presente, contemplan el fomento de la activación física, la práctica del deporte y la educación física; la promoción de estilos de vida saludables, la educación para la salud, el fomento de la igualdad de género para la construcción de una sociedad justa e igualitaria, y la educación socioemocional (artículo 30°, Ley General de Educación).

Se formarán técnicos integrales con enfoque deportivo que serán multiplicadores y promotores de sus disciplinas y los beneficios de éstas en la comunidad. Los centros educativos serán espacios de vinculación comunitaria donde se llevarán a cabo acciones en favor de la reconstrucción del tejido y desarrollo social. La práctica deportiva de tres disciplinas con gran tradición en el país será el eje medular de intervención.

Las y los egresados obtendrán habilidades que no sólo les permitirán profesionalizarse en el ámbito deportivo, continuar con su formación deportiva y/o académica, insertarse al mercado laboral, sino que también les formarán en el ámbito socio-afectivo y les dotará de herramientas para ser copartícipes en la transformación justa y pacífica de la sociedad mexicana.

El perfil común del bachiller se construye a partir de las once competencias genéricas, que se complementan con las profesionales y las disciplinares básicas y extendidas, las cuales favorecen la formación integral del estudiante para su mejor desarrollo social, comunitario, laboral y personal, desde la posición de la sustentabilidad, el humanismo y el pensamiento crítico.

En esta versión del programa de estudios se confirman, como eje principal de formación, las estrategias centradas en el aprendizaje y el enfoque de competencias tanto laborales como para la vida; con el fin de que se tengan los recursos metodológicos necesarios para elaborar y aplicar en el aula los módulos y submódulos.

La estrategia para realizar el diseño curricular de la presente carrera técnica fue la constitución de un equipo interdisciplinario, jugadores profesionales, científicos enfocados en la educación, y educadores del deporte y la educación física quienes tienen el perfil académico y la experiencia profesional adecuados para realizar este objetivo. Además de un Comité Interinstitucional de Formación Profesional Técnica, el cual tiene como propósito el desarrollo de la propuesta didáctica mediante la atención a las innovaciones pertinentes en el diseño de los programas de estudio, el despliegue de estrategias didácticas y la selección de materiales, herramientas y equipamiento, así como la capacitación técnica para cubrir el perfil profesional del personal docente que imparte las carreras técnicas. Estos programas de estudios se integran con tres apartados generales:

1. Descripción general de la carrera
2. Módulos que integran la carrera
3. Consideraciones pedagógicas para desarrollar los módulos de la formación profesional

Cada uno de los módulos que integran la carrera técnica tiene competencias profesionales valoradas y reconocidas en el mercado laboral, así como la identificación de los sitios de inserción, de acuerdo con el Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN 2018), además de la relación de las ocupaciones según el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO-2019), en las cuales el egresado podrá desarrollar sus competencias en el sector productivo.

En el desarrollo de los submódulos para la formación profesional se ofrece un despliegue de consideraciones pedagógicas y lineamientos metodológicos para que el docente haga su planeación específica y la concrete en la elaboración de las estrategias didácticas por submódulo, en las que tendrá que considerar sus condiciones regionales, situación del plantel, características e intereses del estudiante y sus propias habilidades docentes.

Dicha planeación deberá caracterizarse por ser dinámica y propiciar el trabajo colaborativo, pues responde a situaciones escolares, laborales y particulares del estudiante, y comparte el diseño con los docentes del mismo plantel, o incluso de la región, por medio de diversos mecanismos, como las academias. Esta propuesta de formación profesional refleja un ejemplo que podrán analizar y compartir los docentes para producir sus propias estrategias didácticas, correspondientes a las carreras técnicas que se ofrecen en su plantel.

La Coordinación Sectorial de Fortalecimiento Académico (COSFAC), de la Subsecretaría de Educación Media Superior (SEMS), funge como coordinadora técnica de estos trabajos; su contribución tiene como propósito articular los esfuerzos interinstitucionales de los BTED, para avanzar hacia esquemas cada vez más cercanos a la dinámica productiva.





## Descripción General de la Carrera

1



## 1.1. Estructura curricular del Bachillerato Tecnológico

(Acuerdo Secretarial 653)

Semestre 1	Semestre 2	Semestre 3	Semestre 4	Semestre 5	Semestre 6
Álgebra 4 horas	Geometría y Trigonometría 4 horas	Geometría Analítica 4 horas	Cálculo Diferencial 4 horas	Cálculo Integral 5 horas	Probabilidad y Estadística 5 horas
Inglés I 3 horas	Inglés II 3 horas	Inglés III 3 horas	Inglés IV 3 horas	Inglés V 5 horas	Temas de Filosofía 5 horas
Química I 4 horas	Química II 4 horas	Biología 4 horas	Física I 4 horas	Física II 4 horas	Asignatura propedéutica* (1-12)** 5 horas
Tecnologías de la Información y la Comunicación 3 horas	Lectura, Expresión Oral y Escrita II 4 horas	Ética 4 horas	Ecología 4 horas	Ciencia, Tecnología, Sociedad y Valores 4 horas	Asignatura propedéutica* (1-12)** 5 horas
Lógica 4 horas	<b>Módulo I</b> Implementa fundamentos de la práctica del atletismo de medio fondo y fondo  17 horas	<b>Módulo II</b> Implementa programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo  17 horas	<b>Módulo III</b> Asiste en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo  17 horas	<b>Módulo IV</b> Maneja grupos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo  12 horas	<b>Módulo V</b> Promociona la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo  12 horas
Lectura, Expresión Oral y Escrita I 4 horas					

### Áreas propedéuticas

Físico-matemática	Económico-administrativo	Químico-Biológica	Humanidades y ciencias sociales
1. Temas de Física 2. Dibujo Técnico 3. Matemáticas Aplicadas	4. Temas de Administración 5. Introducción a la Economía 6. Introducción al Derecho	7. Introducción a la Bioquímica 8. Temas de Biología Contemporánea 9. Temas de Ciencias de la Salud	10. Temas de Ciencias Sociales 11. Literatura 12. Historia

Componente de formación básica

Componente de formación propedéutica

Componente de formación profesional

\*Las asignaturas propedéuticas no tienen prerequisites de asignaturas o módulos previos.

\*Las asignaturas propedéuticas no están asociadas a módulos o carreras específicas del componente profesional.

\*\*El alumno cursará dos asignaturas del área propedéutica que elija.

Nota: Para las carreras que ofrece la DGCFT, solamente se desarrollarán los Módulos de Formación Profesional.

## 1.2 Justificación de la carrera

En el contexto regional y nacional la formación de Técnicos en Entrenamiento integral del atletismo de medio fondo y fondo es relevante porque ofrece las competencias profesionales orientadas a la dirección de atletas de medio fondo y fondo en entornos de promoción y formación, al estar capacitado para diseñar, integrar y realizar proyectos deportivos que promueven la formación integral y la práctica sistematizada del atletismo de medio fondo y fondo; orienta su labor en las áreas de promoción, iniciación y rendimiento deportivo, para la dirección técnica de equipos y/o deportistas que aprenden y desarrollan sus habilidades deportivas en atletismo de medio fondo y fondo; de modo que implementan sus conocimientos, habilidades y destrezas: técnicas, tácticas y tecnológicas de la enseñanza y la práctica del deporte. Debido a la modalidad bivalente del Bachillerato Tecnológico, el egresado puede, de igual manera, incorporarse a la educación superior.

El estudiante se caracteriza por su vocación de servicio comunitario y liderazgo deportivo, a partir de actitudes de compromiso, conciencia social, disciplina, respeto a las normas y trabajo colaborativo, para participar en acciones que promuevan la inclusión, la equidad, el respeto y la honestidad; y al tener aptitudes para promover relaciones de coparticipación con equipos interdisciplinarios, con humanismo, criterio, respeto a la autonomía y a la diversidad, para una comunidad pacífica y sin violencia; de modo que se adapta a las exigencias que implican su desempeño profesional técnico. A su vez, confía en sus capacidades y gestiona su autoaprendizaje mediante la actualización permanente de sus conocimientos, ponderando su sentido ético y profesional.

La carrera de Técnico en Entrenamiento integral del atletismo de medio fondo y fondo desarrolla en el estudiante las siguientes competencias profesionales: Implementa fundamentos del atletismo de medio fondo y fondo, implementa programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo, asiste en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo, maneja grupos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo y promociona la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo.

De igual forma contribuye al desarrollo de competencias genéricas en las que: se autodetermina y cuida de sí, se expresa y comunica, piensa crítica y reflexivamente, aprende de forma autónoma, trabaja en forma colaborativa y participa con responsabilidad en la sociedad. Así mismo, refuerza competencias disciplinares de los cinco campos señalados en el Marco Curricular Común: Comunicación, matemáticas, ciencias experimentales, ciencias sociales y humanidades. Además, retoma competencias de productividad y empleabilidad, cómo: trabajo en equipo, atención al proceso, comunicación efectiva, orientación al logro, adaptabilidad, planeación y organización, orientación a la mejora continua, atención al cliente, relaciones interpersonales y ética profesional.

Facilita al egresado su incorporación al mundo laboral en: escuelas, clubes, ligas, eventos y espacios dónde se realiza la práctica deportiva, como instructor deportivo, ayudante de entrenador o del preparador físico, técnico docente deportivo, entrenador en etapa de iniciación, promotor deportivo o en el desarrollo de procesos productivos independientes, de acuerdo con sus intereses profesionales y necesidades de su entorno social.

Para lograr las competencias el estudiante inicia la formación profesional, en el segundo semestre y la concluye en el sexto. Los primeros tres módulos de la carrera técnica tienen una duración de 272 horas cada uno, y los dos últimos de 192, un total de 1200 horas de formación profesional.

Cabe destacar que los módulos de formación profesional tienen carácter transdisciplinario, por cuanto corresponden con objetos y procesos de transformación que implica la integración de saberes de distintas disciplinas.

### 1.3 Perfil de egreso

La formación que ofrece la carrera de Técnico en Entrenamiento integral del atletismo de medio fondo y fondo permite al egresado, a través de la articulación de saberes de diversos campos, realizar actividades dirigidas a implementar fundamentos del atletismo de medio fondo y fondo, implementar programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo, asistir en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo, manejar equipos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo y promocionar la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo.

Durante el proceso de formación de los cinco módulos, el estudiante desarrollará o reforzará las siguientes competencias profesionales:

- Implementa fundamentos de la práctica del atletismo de medio fondo y fondo.
- Implementa programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo.
- Asiste en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo.
- Maneja grupos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo.
- Promociona la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo.

El egresado de la carrera de Técnico en Entrenamiento integral del atletismo de medio fondo y fondo está en posibilidades de demostrar las:

Competencias genéricas:

- Se conoce y se valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
- Es sensible al arte y participa en la apreciación e interpretación de sus expresiones en distintos géneros
- Elige y practica estilos de vida saludable.
- Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.
- Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.
- Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.
- Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
- Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.
- Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo.
- Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.
- Contribuye al desarrollo sustentable de manera crítica, con acciones responsables.

### 1.3 Perfil de egreso

Competencias disciplinares de los cinco campos:

- Comunicación
- Matemáticas
- Ciencias experimentales
- Ciencias sociales
- Humanidades

Competencias de Productividad y empleabilidad:

- Trabajo en equipo
- Atención al proceso
- Comunicación efectiva
- Orientación al logro
- Adaptabilidad
- Planeación y organización
- Orientación a la mejora continua
- Atención al cliente
- Relaciones interpersonales
- Ética profesional

Es importante recordar que, en este modelo educativo, el egresado de la educación media superior desarrolla las competencias genéricas a partir de la contribución de las competencias profesionales al componente de formación profesional, y no en forma aislada e individual, sino a través de una propuesta de formación integral, en un marco de diversidad.

## 1.4 Mapa de competencias profesionales de la carrera de Técnico en Entrenamiento integral del atletismo de medio fondo y fondo

### Módulo I

#### Implementa fundamentos de la práctica del atletismo de medio fondo y fondo

- Submódulo 1 - Aplica fundamentos normativos del atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 2 - Aplica fundamentos técnicos en el atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 3 - Aplica fundamentos tácticos en el atletismo de medio fondo y fondo

### Módulo II

#### Implementa programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo

- Submódulo 1 - Aplica programa de acondicionamiento físico del atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 2 - Aplica programa de alimentación saludable en atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 3 - Utiliza sistemas de valoración de capacidades físicas del atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 4 - Asiste a deportistas con lesiones durante la preparación física

### Módulo III

#### Asiste en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo

- Submódulo 1- Aplica secuencias metodológicas para la formación deportiva
- Submódulo 2- Aplica estrategias didácticas para la formación deportiva
- Submódulo 3- Implementa estrategias pedagógicas en la formación deportiva

### Módulo IV

#### Maneja grupos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo

- Submódulo 1 - Identifica el perfil del deportista infanto-juvenil en atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 2 - Organiza grupos infanto-juveniles de iniciación en atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 3 - Organiza entrenamiento de grupos infanto-juveniles en atletismo de medio fondo y fondo

### Módulo V

#### Promociona la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo

- Submódulo 1 - Difunde la práctica deportiva del atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 2 - Implementa proyectos escolares y comunitarios para promover la práctica del atletismo de medio fondo y fondo
- Submódulo 3 - Organiza eventos de promoción y fomento del atletismo de medio fondo y fondo

## 1.5 Cambios principales en los programas de estudio

### Contenido de los módulos

#### 1. Identificación de ocupaciones y sitios de inserción

Nuestro país presenta una amplia diversidad de procesos de producción, desde los que utilizan tecnología moderna, hasta sistemas tradicionales; este hecho contribuye a diversificar las ocupaciones, lo que hace difícil nombrarlas adecuadamente. Con el propósito de utilizar referentes nacionales que permitan ubicar y nombrar las diferentes ocupaciones y sitios de inserción laboral, los Comités Interinstitucionales de Formación Profesional decidieron utilizar los siguientes referentes:

##### **El Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO-2019)**

El SINCO es una herramienta fundamental para homologar la información ocupacional con la que cuenta actualmente la nación para satisfacer las necesidades de información de los diferentes sectores que conforman el aparato productivo nacional (empresarios, trabajadores y entidades gubernamentales), generando esfuerzos interinstitucionales provechosos para el mercado laboral, la productividad y competitividad del país.

##### **Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN-2018)**

El SCIAN clasifica las actividades económicas de México, Estados Unidos y Canadá. Es una clasificación que el INEGI utiliza en los proyectos de estadística económica. De esta manera se unifica toda la producción de estadística económica entre México, Estados Unidos y Canadá.

#### 2. Competencias / contenidos del módulo

Las competencias son los contenidos del módulo y se presentan de una forma integrada, es decir, se muestran como elemento de agrupamiento las competencias profesionales; en torno a ellas se articulan los submódulos. El propósito de presentarlas de esta manera es que el docente tenga una mirada general de los contenidos de todo el módulo. Las competencias / contenidos del módulo se clasifican en cuatro grupos:

##### **2.1 Competencias profesionales**

Las competencias profesionales describen una actividad que se realiza en un campo específico del quehacer laboral. Se puede observar en los contenidos que algunas competencias profesionales están presentes en diferentes submódulos, esto significa que debido a su complejidad se deben abordar transversalmente en el desarrollo del módulo a fin de que se desarrollen en su totalidad; asimismo se observa que otras competencias son específicas de un submódulo, esto significa que deben abordarse únicamente desde el submódulo referido.



## **2.2 Competencias disciplinares básicas sugeridas**

Competencias relacionadas con el Marco Curricular Común del Sistema Nacional de Bachillerato. No se pretende que se desarrollen explícitamente en el módulo. Se presentan como un requerimiento para el desarrollo de las competencias profesionales. Se sugiere que se aborden a través de un diagnóstico, a fin de que se compruebe si el estudiante las desarrolló en el componente de formación básica.

## **2.3 Competencias genéricas sugeridas**

Competencias relacionadas con el Marco Curricular Común del Bachillerato. Se presentan los atributos de las competencias genéricas que tienen mayor probabilidad de desarrollarse para contribuir a las competencias profesionales, por lo cual no son limitativas; usted puede seleccionar otros atributos que considere pertinentes. Estos atributos están incluidos en la redacción de las competencias profesionales, por lo que no deben desarrollarse explícitamente o por separado.

## **2.4 Competencias de empleabilidad sugeridas**

Competencias propuestas por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social que contribuyen al desarrollo de habilidades del estudiante para ingresar, mantenerse y desarrollarse en el campo laboral. Son viables, coherentes y pertinentes a los requerimientos del sector productivo y se desarrollan en las mismas competencias profesionales.

## **3. Estrategia de evaluación del aprendizaje**

Se presentan las competencias profesionales específicas o transversales por evaluar, su relación con los submódulos y el tipo de evidencia sugerida como resultado de la ejecución de la competencia profesional.

## **4. Fuentes de información**

Tradicionalmente, las fuentes de información se presentan al final de cada módulo sin una relación explícita con los contenidos. Esto dificulta su utilización. Como un elemento nuevo, en estos programas se presenta cada contenido con sus respectivas fuentes de información, a fin de que el docente ubique de manera concisa los elementos técnicos, tecnológicos, normativos o teóricos sugeridos.

## **5. Recursos didácticos**

Se presentan agrupados por equipos, herramientas, materiales y mobiliario, además de incluir su relación con cada módulo.

## **6. Estrategia didáctica sugerida**

Como ejemplo se presentan las estrategias didácticas por cada contenido del módulo I, a fin de que el docente pueda desarrollar las propias de acuerdo con su contexto. Las guías incluyen las actividades de cada fase; para cada una de ellas se describe el tipo de evidencia y el instrumento de evaluación, así como una propuesta de porcentaje de calificación.



Módulos que integran  
la carrera

2



# MÓDULO I

## Información General

### IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

272 horas

#### // SUBMÓDULO 1

Aplica fundamentos normativos del atletismo de medio fondo y fondo

64 horas

#### // SUBMÓDULO 2

Aplica fundamentos técnicos en el atletismo de medio fondo y fondo

128 horas

#### // SUBMÓDULO 3

Aplica fundamentos tácticos en el atletismo de medio fondo y fondo

80 horas

## OCUPACIONES DE ACUERDO AL SISTEMA NACIONAL DE CLASIFICACIÓN DE OCUPACIONES (SINCO 2019)

2562	Entrenadores deportivos y directores técnicos
2716	Instructores en educación física y deporte

## SITIOS DE INSERCIÓN DE ACUERDO AL SISTEMA DE CLASIFICACIÓN INDUSTRIAL DE AMÉRICA DEL NORTE (SCIÁN-2018)

61162	Escuelas de deporte
713992	Clubes o ligas de aficionados
71394	Clubes deportivos y centros de acondicionamiento físico

**IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**RESULTADO DE APRENDIZAJE**

Al finalizar el módulo el estudiante será capaz de:

- Implementar fundamentos de la práctica del atletismo de medio fondo y fondo
  - Aplicar fundamentos normativos del atletismo de medio fondo y fondo
  - Aplicar fundamentos técnicos en el atletismo de medio fondo y fondo
  - Aplicar fundamentos tácticos en el atletismo de medio fondo y fondo

**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
1	Identifica fundamentos generales del atletismo.	1, 2, 3	De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Valorando su funcionalidad. Tomando decisiones de forma autónoma.
2	Aplica reglamento.	1	De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Atendiendo normatividad oficial vigente. Tomando en cuenta el contexto de competencia. Organizando protocolo de premiación.
3	Identifica funciones del juez.	1	De acuerdo con obligaciones y responsabilidades del jueceo. Atendiendo normatividad oficial vigente. De acuerdo con las categorías y ramas. Tomando en cuenta el contexto de competencia.
4	Elabora convocatorias de competencias.	1	Considerando sus elementos. Considerando diferentes modalidades y pruebas. De acuerdo con las categorías y ramas. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Atendiendo normatividad oficial vigente.
5	Ejecuta técnicas deportivas	2	Considerando evolución de pruebas de atletismo. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). De acuerdo con las capacidades condicionales, coordinativas y coordinativas especiales. Atendiendo normatividad oficial vigente. De acuerdo con las categorías y ramas. Tomando en cuenta el contexto del entrenamiento.

**IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
6	Instruye en el proceso de ejecución de técnicas.	2	<p>De medio fondo y fondo</p> <p>Considerando fases de la carrera (impulsión, fase área o de vuelo, amortiguamiento y sostén)</p> <p>Considerando acción de tronco y brazos.</p> <p>Analizando gesto motor</p> <p>De acuerdo a las capacidades condicionales, coordinativas y coordinativas especiales.</p> <p>Identificando elementos de enseñanza progresiva</p> <p>Considerando etapas de preparación y perfeccionamiento de la técnica de la carrera.</p>
7	Realiza valoración de gesto motriz.	2, 3	<p>De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta).</p> <p>Atendiendo normatividad oficial vigente.</p> <p>Tomando en cuenta el contexto del entrenamiento.</p> <p>Considerando sistema de evaluación motriz (procesos y tipos).</p> <p>Tomando en cuenta pruebas físicas.</p>
8	Instruye en el proceso de ejecución táctica.	3	<p>Recomendando estrategias durante el entrenamiento y la competencia.</p> <p>Describiendo táctica de las carreras.</p> <p>Tomando en cuenta velocidad e intensidad.</p> <p>Considerando duración de las pruebas de pista.</p> <p>De acuerdo con clasificación general de carreras.</p> <p>De acuerdo con la salida en diferentes pruebas (1500, 3000, 5000 y 10000 metros, maratón)</p> <p>Orientación en carreras de medio fondo y fondo.</p> <p>Atendiendo normatividad oficial vigente.</p>
9	Realiza valoración de la ejecución técnica-táctica.	3	<p>De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta).</p> <p>Atendiendo normatividad oficial vigente.</p> <p>Tomando en cuenta el contexto de la práctica deportiva</p>

IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL MARCO CURRICULAR COMÚN

**DISCIPLINARES BÁSICAS SUGERIDAS**

Competencias que se requieren para desarrollar las profesionales. Se desarrollan desde el componente de formación básica.

M8. Interpreta tablas, gráficas, mapas, diagramas y textos con símbolos matemáticos y científicos.

CS10. Valora distintas prácticas sociales mediante el reconocimiento de sus significados dentro de un sistema cultural, con una actitud de respeto.

CE7. Hace explícitas las nociones científicas que sustentan los procesos para la solución de problemas cotidianos.

C3. Plantea supuestos sobre los fenómenos naturales y culturales de su entorno con base en la consulta de diversas fuentes.

H3. Realiza procesos de obtención, procesamiento, comunicación y uso de información fundamentados en la reflexión ética.

**GENÉRICAS SUGERIDAS**

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.

8.1 Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.

3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

10.3 Asume que el respeto de las diferencias es el principio de integración y convivencia en los contextos local, nacional e internacional.

7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

COMPETENCIAS DE PRODUCTIVIDAD Y EMPLEABILIDAD DE LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

TE5. Cumplir compromisos de trabajo en equipo.

AC5. Escuchar, informar con veracidad y saber a dónde dirigirlo.

CE3. Expresar sus ideas de forma verbal o escrita, teniendo en cuenta las características de su (s) interlocutor (es) y la situación dada.

EP8. Actuar responsablemente de acuerdo a las normas y disposiciones definidas en un espacio dado.

AD4. Utilizar los nuevos conocimientos en el trabajo diario.

EP2. Orientar su actuación al logro de objetivos.

IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

La evaluación se realiza con el propósito de evidenciar, en la formación del estudiante, el desarrollo de las competencias profesionales y genéricas de manera integral mediante un proceso continuo y dinámico, creando las condiciones en las que se aplican y articulan ambas competencias en distintos espacios de aprendizaje y desempeño profesional. En el contexto de la evaluación por competencias es necesario recuperar las evidencias de desempeño con diversos instrumentos de evaluación, como la guía de observación, bitácoras y registros anecdóticos, entre otros. Las evidencias por producto, con carpetas de trabajos, reportes, bitácoras y listas de cotejo, entre otras. Y las evidencias de conocimientos, con cuestionarios, resúmenes, mapas mentales y cuadros sinópticos, entre otras. Para lo cual se aplicará una serie de prácticas integradoras que arroje las evidencias y la presentación del portafolio.

ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
1	Identifica fundamentos generales del atletismo.	1, 2, 3	Considerando aprendizajes previos. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Valorando su funcionalidad. Realizando toma de decisiones.		La explicación y demostración de fundamentos generales.
2	Aplica reglamento.	1	De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Atendiendo normatividad oficial vigente. Tomando en cuenta el contexto de competencia. Organizando protocolo de premiación.		La aplicación del reglamento
3	Identifica funciones del juez.	1	De acuerdo con obligaciones y responsabilidades del jueceo. Atendiendo normatividad oficial vigente. De acuerdo con las categorías y ramas. Tomando en cuenta el contexto de competencia.		La interpretación y ejecución de funciones del juez

## IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
4	Elabora convocatorias de competencias.	1	Considerando sus elementos. Considerando diferentes modalidades y pruebas. De acuerdo con las categorías y ramas. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Atendiendo normatividad oficial vigente.	La convocatoria, elaborada.	
5	Ejecuta técnicas deportivas.	2	Considerando evolución de pruebas de atletismo. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). De acuerdo con las capacidades condicionales, coordinativas y coordinativas especiales. Atendiendo normatividad oficial vigente. De acuerdo con las categorías y ramas. Tomando en cuenta el contexto del entrenamiento.		La ejecución de técnicas deportivas.
6	Instruye en el proceso de ejecución de técnicas.	2	De medio fondo y fondo Considerando fases de la carrera (impulsión, fase aérea o de vuelo, amortiguamiento y sostén) Considerando acción de tronco y brazos. Analizando gesto motor De acuerdo a las capacidades condicionales, coordinativas y coordinativas especiales. Identificando elementos de enseñanza progresiva Considerando etapas de preparación y perfeccionamiento de la técnica de la carrera.		La explicación y demostración de técnicas.



**IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
7	Realiza valoración de gesto motriz.	2, 3	De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Atendiendo normatividad oficial vigente. Tomando en cuenta el contexto del entrenamiento. Considerando sistema de evaluación motriz (procesos y tipos). Tomando en cuenta pruebas físicas.		La valoración del gesto motriz.
8	Instruye en el proceso de ejecución táctica.	3	Recomendando estrategias durante el entrenamiento y la competencia. Describiendo táctica de las carreras. Tomando en cuenta velocidad e intensidad. Considerando duración de las pruebas de pista. De acuerdo con clasificación general de carreras. De acuerdo con la salida en diferentes pruebas (1500, 3000, 5000 y 10000 metros, maratón) Orientación en carreras de medio fondo y fondo. Atendiendo normatividad oficial vigente.		La explicación de estrategias durante el entrenamiento.
9	Realiza valoración de la ejecución técnica - táctica.	3	De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Atendiendo normatividad oficial vigente. Tomando en cuenta el contexto de la práctica deportiva.		La valoración de la ejecución técnica - táctica.

## IMPLEMENTA FUNDAMENTOS DE LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## FUENTES DE INFORMACIÓN

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
1	Identifica fundamentos generales del atletismo.	1, 2, 3	<p>-Ley general de cultura física y deporte. (2013, 7 junio).  <a href="https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/558c2c24-0b12-4676-ad90-8ab78086b184/ley_general_cultura_fideporte.pdf">https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/558c2c24-0b12-4676-ad90-8ab78086b184/ley_general_cultura_fideporte.pdf</a>.</p> <p>-Normatividad en deporte: una reespecificación etnometodológica. (2014). Normatividad en deporte: una reespecificación etnometodológica, 13–32.  <a href="https://www.researchgate.net/publication/271326594_Normatividad_en_deporte_una_reespecificacion_etnometodologica">https://www.researchgate.net/publication/271326594_Normatividad_en_deporte_una_reespecificacion_etnometodologica</a></p> <p>-Reglamento de competición y técnico, edición 2020. (2020, 1 enero).  <a href="https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf">https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf</a>.</p> <p>-Unidad De Formación De Personal De Administración Y Servicios. (2011, 1 octubre). Vicegerencia De Gestión Y Organización. <a href="https://elnousafareig.files.wordpress.com/2015/12/normativa-instalaciones-deportivas-y-esparcimiento.pdf">https://elnousafareig.files.wordpress.com/2015/12/normativa-instalaciones-deportivas-y-esparcimiento.pdf</a>.</p>
2	Aplica reglamento.	1	<p>-Ley general de cultura física y deporte. (2013, 7 junio).  <a href="https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/558c2c24-0b12-4676-ad90-8ab78086b184/ley_general_cultura_fideporte.pdf">https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/558c2c24-0b12-4676-ad90-8ab78086b184/ley_general_cultura_fideporte.pdf</a>.</p> <p>-Normatividad en deporte: una reespecificación etnometodológica. (2014). Normatividad en deporte: una reespecificación etnometodológica, 13–32.  <a href="https://www.researchgate.net/publication/271326594_Normatividad_en_deporte_una_reespecificacion_etnometodologica">https://www.researchgate.net/publication/271326594_Normatividad_en_deporte_una_reespecificacion_etnometodologica</a></p> <p>-Reglamento de competición y técnico, edición 2020. (2020, 1 enero).  <a href="https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf">https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf</a>.</p>
3	Identifica funciones del juez	1	<p>-Normatividad en deporte: una reespecificación etnometodológica. (2014). Normatividad en deporte: una reespecificación etnometodológica, 13–32.  <a href="https://www.researchgate.net/publication/271326594_Normatividad_en_deporte_una_reespecificacion_etnometodologica">https://www.researchgate.net/publication/271326594_Normatividad_en_deporte_una_reespecificacion_etnometodologica</a></p> <p>-Reglamento de competición y técnico, edición 2020. (2020, 1 enero).  <a href="https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf">https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf</a>.</p>
4	Elabora convocatorias de competencias.	1	<p>-Ley general de cultura física y deporte. (2013, 7 junio).  <a href="https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/558c2c24-0b12-4676-ad90-8ab78086b184/ley_general_cultura_fideporte.pdf">https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/558c2c24-0b12-4676-ad90-8ab78086b184/ley_general_cultura_fideporte.pdf</a>.</p> <p>-Reglamento de competición y técnico, edición 2020. (2020, 1 enero).  <a href="https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf">https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/reglamento_competicion2020_worldathleticsesp.pdf</a>.</p>

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
5	Ejecuta técnicas deportivas.	2	<p>-Campos Granell, J. (2013). Las Técnicas De Atletismo. Manual práctico de enseñanza, (Paidotribo ed., Vol. 1) [Libro electrónico]. Paidotribo.</p> <p>-Manfred Grosser, A. N. (1986). Técnicas de entrenamiento: teoría y práctica de los deportes (Martínez Roca ed., Vol. 1). Martínez Roca.</p> <p>-Ramos, O. (2003, noviembre). Técnica Deportiva. <a href="https://g-se.com/s/oscar%20m%20ramos">https://g-se.com/s/oscar%20m%20ramos</a>. <a href="https://g-se.com/s/oscar%20m%20ramos">https://g-se.com/s/oscar%20m%20ramos</a></p> <p>-Scarpín, J. A., Charadia, A., &amp; Valentino Barizza, R. (2014, 15 octubre). Guía del Entrenador de Atletismo. <a href="http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf">http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf</a>.</p>
6	Instruye en el proceso de ejecución de técnicas.	2	<p>-Tobar Ituyan, M. A. , &amp; Zurata Cuasquen, J. E. (2013). Guía Metodológica Para El Perfeccionamiento De La Técnica De La Carrera En Atletas Fondistas Del Club Trotahacheros Del Municipio De Tuquerres-nariño. Niversidad Del Valle Instituto De Educacion Y Pedagogia Area De Educación Física Y Deporte Santiago De Cali. <a href="https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/4823/cb-0480942.pdf?sequence=1">https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/4823/cb-0480942.pdf?sequence=1</a></p> <p>-Verkhoshansky, J. V. (2014). Sistema de Entrenamiento para Corredores de Medio Fondo. <i>Journal of Sport Strength Training Methodology</i>, 1(1).</p> <p>-Zapata Ruiz, G. L. G. (2019). Las carreras de medio fondo y fondo. <a href="https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2785/carreras.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2785/carreras.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>.</p>
7	Realiza valoración de gesto motriz.	2, 3	<p>-Campos Granell, J. (2013). Las Técnicas De Atletismo. Manual práctico de enseñanza, (Paidotribo ed., Vol. 1) [Libro electrónico]. Paidotribo.</p> <p>-García Forero, J. A.. (2000). De Cero Al Gesto. Proceso Metodológico Para Identificar Y Asimilar Las Diferentes Pruebas Atléticas Y El Atletismo (KINESIS ed., Vol. 1). KINESIS.</p> <p>-Scarpín, J. A., Charadia, A., &amp; Valentino Barizza, R. (2014, 15 octubre). Guía del Entrenador de Atletismo. <a href="http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf">http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf</a>.</p>

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
8	Instruye en el proceso de ejecución táctica.	3	<p>-García Forero, J. A.. (2000). De Cero Al Gesto. Proceso Metodológico Para Identificar Y Asimilar Las Diferentes Pruebas Atléticas Y El Atletismo (KINESIS ed., Vol. 1). KINESIS.</p> <p>-Scarpín, J. A., Charadía, A., &amp; Valentino Barizza, R. (2014, 15 octubre). Guía del Entrenador de Atletismo. <a href="http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf">http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf</a>.</p> <p>-Tobar Ituyan, M. A. , &amp; Zurata Cuasquen, J. E. (2013). Guía Metodológica Para El Perfeccionamiento De La Técnica De La Carrera En Atletas Fondistas Del Club Trotahacheros Del Municipio De Tuquerres-nariño. Niversidad Del Valle Instituto De Educacion Y Pedagogia Area De Educación Física Y Deporte Santiago De Cali. <a href="https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/4823/cb-0480942.pdf?sequence=1">https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/4823/cb-0480942.pdf?sequence=1</a></p> <p>-Verkhoshansky, J. V. (2014). Sistema de Entrenamiento para Corredores de Medio Fondo. Journal of Sport Strength Training Methodology, 1(1).</p> <p>-Zapata Ruiz, G. L. G. (2019). Las carreras de medio fondo y fondo. <a href="https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2785/carreras.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2785/carreras.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>.</p>
9	Realiza valoración de la ejecución técnica - táctica.	3	<p>-García Forero, J. A.. (2000). De Cero Al Gesto. Proceso Metodológico Para Identificar Y Asimilar Las Diferentes Pruebas Atléticas Y El Atletismo (KINESIS ed., Vol. 1). KINESIS.</p> <p>-Scarpín, J. A., Charadía, A., &amp; Valentino Barizza, R. (2014, 15 octubre). Guía del Entrenador de Atletismo. <a href="http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf">http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2015/05/manual-de-atletismo.pdf</a>.</p> <p>-Tobar Ituyan, M. A. , &amp; Zurata Cuasquen, J. E. (2013). Guía Metodológica Para El Perfeccionamiento De La Técnica De La Carrera En Atletas Fondistas Del Club Trotahacheros Del Municipio De Tuquerres-nariño. Niversidad Del Valle Instituto De Educacion Y Pedagogia Area De Educación Física Y Deporte Santiago De Cali. <a href="https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/4823/cb-0480942.pdf?sequence=1">https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/4823/cb-0480942.pdf?sequence=1</a></p> <p>-Verkhoshansky, J. V. (2014). Sistema de Entrenamiento para Corredores de Medio Fondo. Journal of Sport Strength Training Methodology, 1(1).</p> <p>-Zapata Ruiz, G. L. G. (2019). Las carreras de medio fondo y fondo. <a href="https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2785/carreras.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2785/carreras.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>.</p>

# MÓDULO II

## Información General

### IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

272 horas

#### // SUBMÓDULO 1

Aplica programa de acondicionamiento físico del atletismo de medio fondo y fondo  
80 horas

#### // SUBMÓDULO 2

Aplica programa de alimentación saludable en atletismo de medio fondo y fondo  
64 horas

#### // SUBMÓDULO 3

Utiliza sistemas de valoración de capacidades físicas del atletismo de medio fondo y fondo  
64 horas

#### // SUBMÓDULO 4

Asiste a deportistas con lesiones durante la preparación física  
64 horas

### OCUPACIONES DE ACUERDO AL SISTEMA NACIONAL DE CLASIFICACIÓN DE OCUPACIONES (SINCO 2019)

2562	Entrenadores deportivos y directores técnicos
2716	Instructores en educación física y deporte

### SITIOS DE INSERCIÓN DE ACUERDO AL SISTEMA DE CLASIFICACIÓN INDUSTRIAL DE AMÉRICA DEL NORTE (SCIAN-2018)

61162	Escuelas de deporte
713992	Clubes o ligas de aficionados
71394	Clubes deportivos y centros de acondicionamiento físico

IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

**RESULTADO DE APRENDIZAJE**

Al finalizar el módulo el estudiante será capaz de:

- Implementar programas de preparación física en atletismo de medio fondo y fondo
  - Aplicar programa de acondicionamiento físico del atletismo de medio fondo y fondo
  - Aplicar programa de alimentación saludable en atletismo de medio fondo y fondo
  - Utilizar sistemas de valoración de capacidades físicas del atletismo de medio fondo y fondo
  - Asistir a deportistas con lesiones durante la preparación física

**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
1	Guía al deportista en la ejecución de acciones motrices.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. Relacionando tipos de articulaciones con su función motriz. Considerando la anatomía humana. De acuerdo con la planimetría anatómica. Reconociendo la funcionalidad de los sentidos. Respetando la diversidad de seres humanos. Asumiendo la responsabilidad de su labor.
2	Ajusta acciones motrices del deportista.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. Diferenciando la estructura de segmentos del sistema esquelético implicados en los movimientos físicos. Considerando origen e inserción de los músculos. Diferenciando variaciones morfofuncionales del sistema músculo esquelético en el atletismo de medio fondo y fondo. Considerando la diversidad de las fibras musculares del cuerpo humano. Promoviendo prácticas deportivas saludables. Cuidando de sí mismo, la vida y su entorno.
3	Corrige ejecución de acciones motrices.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. Durante la activación física. Diferenciando la estructura y segmentos del sistema músculo-esquelético generador de movimiento. Considerando su estructura y función del sarcómero. Tomando en cuenta la importancia de la fascia y los reflejos musculares. Respetando la diversidad de seres humanos. Generando hábitos posturales durante el ejercicio.

**IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
4	Adapta carga física en la práctica del atletismo de medio fondo y fondo.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. De acuerdo a la capacidad cardiopulmonar. De acuerdo a características anatomofisiológicas del sistema cardiorrespiratorio. Considerando generalidades, estructura y función del corazón. Relacionando los órganos y sistemas del aparato digestivo. Considerando el estado nutricional de la persona. Relacionando el sistema de regulación y control de las actividades motoras durante la práctica. Considerando los mecanismos fisiológicos de regulación motora existentes en el organismo humano. Promoviendo prácticas deportivas saludables.
5	Guía al deportista sobre sus adaptaciones orgánico-funcionales.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. De acuerdo con su práctica del atletismo de medio fondo y fondo. De acuerdo a la carga de trabajo físico. Considerando los movimientos, sus intensidades y volúmenes, así como los efectos de las ayudas ergogénicas y el doping.
6	Orienta al deportista sobre sus hábitos alimenticios.	2	Considerando programa de alimentación saludable. Considerando programa de preparación física. Tomando en cuenta el metabolismo humano. Considerando los diferentes nutrientes que aporta cada alimento en el organismo humano. Considerando el contexto sociocultural.
7	Orienta al deportista sobre el funcionamiento de su metabolismo.	2	Considerando programa de alimentación saludable. Durante la práctica deportiva. Relacionando los procesos metabólicos básicos para la nutrición y el deporte. Tomando en cuenta las diferentes rutas metabólicas del organismo humano.

**IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
8	Realiza recomendaciones básicas de nutrición.	2	Considerando programa de alimentación saludable . Considerando programa de preparación física. Considerando fundamentos de la nutrición. De acuerdo al gasto metabólico de la persona. Considerando las características de una dieta saludable. Tomando en cuenta las recomendaciones actuales en el campo de la nutrición deportiva.
9	Aplica pruebas físicas y antropométricas básicas.	3	Considerando las exigencias de la disciplina. Considerando las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.
10	Aplica estadísticas de análisis deportivo.	3	Considerando la caracterización de la disciplina y del deportista. En el campo de juego del atletismo de medio fondo y fondo. Considerando nociones básicas de la sabermetría. Guiado por un/a especialista en el área técnico-táctica.
11	Aplica test físicos funcionales.	3	Utilizando medios técnicos y tecnológicos. Considerando los protocolos de medición de cada elemento. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.
12	Implementa protocolos de activación.	4	Considerando la sesión de entrenamiento y las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.
13	Implementa protocolos de vuelta a la calma.	4	Considerando la sesión de entrenamiento y las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.
14	Implementa protocolos de amplitud articular.	4	Considerando la sesión de entrenamiento y las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.
15	Aplica primeros auxilios al deportista.	4	En accidentes o lesiones deportivas comunes. Considerando los protocolos de atención y control hasta la llegada de los especialistas.



IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL MARCO CURRICULAR COMÚN

DISCIPLINARES BÁSICAS SUGERIDAS

Competencias que se requieren para desarrollar las profesionales. Se desarrollan desde el componente de formación básica.

M4. Argumenta la solución obtenida de un problema, con métodos numéricos, gráficos, analíticos o variacionales, mediante el lenguaje verbal matemático y el uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

CS4. Valora las diferencias sociales, políticas, económicas, étnicas, culturales y de género y las desigualdades que inducen.

CE13. Relaciona los niveles de organización química, biológica, física y ecológica de los sistemas vivos.

C12. Utiliza las tecnologías de la información y comunicación para investigar, resolver problemas, producir materiales y transmitir.

H2. Propone soluciones a problemas del entorno social y natural mediante procesos argumentativos, de diálogo, deliberación y consenso.

GENÉRICAS SUGERIDAS

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.

8.1 Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.

3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

10.3 Asume que el respeto de las diferencias es el principio de integración y convivencia en los contextos local, nacional e internacional.

7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

COMPETENCIAS DE PRODUCTIVIDAD Y EMPLEABILIDAD DE LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

TE5. Cumplir compromisos de trabajo en equipo.

AC5. Escuchar, informar con veracidad y saber a dónde dirigirlo.

CE3. Expresar sus ideas de forma verbal o escrita, teniendo en cuenta las características de su (s) interlocutor (es) y la situación dada.

EP8. Actuar responsablemente de acuerdo a las normas y disposiciones definidas en un espacio dado.

AD4. Utilizar los nuevos conocimientos en el trabajo diario.

EP2. Orientar su actuación al logro de objetivos.

IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

La evaluación se realiza con el propósito de evidenciar, en la formación del estudiante, el desarrollo de las competencias profesionales y genéricas de manera integral mediante un proceso continuo y dinámico, creando las condiciones en las que se aplican y articulan ambas competencias en distintos espacios de aprendizaje y desempeño profesional. En el contexto de la evaluación por competencias es necesario recuperar las evidencias de desempeño con diversos instrumentos de evaluación, como la guía de observación, bitácoras y registros anecdóticos, entre otros. Las evidencias por producto, con carpetas de trabajos, reportes, bitácoras y listas de cotejo, entre otras. Y las evidencias de conocimientos, con cuestionarios, resúmenes, mapas mentales y cuadros sinópticos, entre otras. Para lo cual se aplicará una serie de prácticas integradoras que arroje las evidencias y la presentación del portafolio.

ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
1	Guía al deportista en la ejecución de acciones motrices.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. Relacionando tipos de articulaciones con su función motriz. Considerando la anatomía humana. De acuerdo con la planimetría anatómica. Reconociendo la funcionalidad de los sentidos. Respetando la diversidad de seres humanos. Asumiendo la responsabilidad de su labor.	La tabla de ejecución de movimientos y su explicación, elaborada.	El acompañamiento y orientación de los ejercicios sugeridos de acuerdo con la tabla.
2	Ajusta acciones motrices del deportista.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. Diferenciando la estructura de segmentos del sistema esquelético implicados en los movimientos físicos. Considerando origen e inserción de los músculos. Diferenciando variaciones morfofuncionales del sistema músculo esquelético en el atletismo de medio fondo y fondo. Considerando la diversidad de las fibras musculares de las personas. Promoviendo prácticas deportivas saludables. Cuidando de sí mismo, la vida y su entorno.		La valoración, acompañamiento y ajuste de los movimientos físicos.

IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
3	Corrige ejecución de acciones motrices.	1	<p>Considerando programa de acondicionamiento físico. Durante la activación física.</p> <p>Diferenciando la estructura y segmentos del sistema músculo-esquelético generador de movimiento.</p> <p>Considerando su estructura y función del sarcómero. Tomando en cuenta la importancia de la fascia y los reflejos musculares.</p> <p>Respetando la diversidad de seres humanos.</p> <p>Generando hábitos posturales durante el ejercicio.</p>		La orientación conforme a estándares de movimiento.
4	Adapta carga física en la práctica del atletismo de medio fondo y fondo.	1	<p>Considerando programa de acondicionamiento físico. De acuerdo a la capacidad cardiopulmonar.</p> <p>De acuerdo a características anatomofisiológicas del sistema cardiorrespiratorio.</p> <p>Considerando generalidades, estructura y función del corazón.</p> <p>Relacionando los órganos y sistemas del aparato digestivo.</p> <p>Considerando el estado nutricional de la persona.</p> <p>Relacionando el sistema de regulación y control de las actividades motoras durante la práctica.</p> <p>Considerando los mecanismos fisiológicos de regulación motora existentes en el organismo humano.</p> <p>Promoviendo prácticas deportivas saludables.</p>		La dosificación de las cargas atendiendo particularidades de sujetos.

**IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
5	Guía al deportista sobre sus adaptaciones orgánico-funcionales.	1	Considerando programa de acondicionamiento físico. De acuerdo con su práctica del atletismo de medio fondo y fondo. De acuerdo a la carga de trabajo físico. Considerando los movimientos, sus intensidades y volúmenes, así como los efectos de las ayudas ergogénicas y el doping.	Los ejemplos de orgánico-funcionales en ejercicios aprendidos, en un video tutorial, elaborado.	
6	Orienta al deportista sobre su consumo alimenticio.	2	Considerando programa de alimentación saludable. Considerando programa de preparación física. Tomando en cuenta el metabolismo del cuerpo humano. Considerando los diferentes nutrientes que aporta cada alimento en el organismo humano. Considerando el contexto sociocultural.	El diario del consumo alimenticio con recomendaciones basadas en un programa, elaborado.	
7	Orienta al deportista sobre el funcionamiento de su metabolismo.	2	Considerando programa de alimentación saludable. Durante la práctica deportiva. Relacionando los procesos metabólicos básicos para la nutrición y el deporte. Tomando en cuenta las diferentes rutas metabólicas del organismo humano.		La orientación a un deportista sobre el funcionamiento de su metabolismo.
8	Realiza recomendaciones básicas de nutrición.	2	Considerando programa de alimentación saludable. Considerando programa de preparación física. Considerando fundamentos de la nutrición. De acuerdo al gasto metabólico de la persona. Considerando las características de una dieta saludable. Tomando en cuenta las recomendaciones actuales en el campo de la nutrición deportiva.	Las recomendaciones básicas de nutrición para una persona deportista, en un tríptico,, realizadas.	

**IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
9	Aplica pruebas físicas y antropométricas básicas.	3	Considerando las exigencias de la disciplina. Considerando las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.	El informe de aplicación de pruebas físicas y antropométricas básicas acorde en el deporte practicado, aplicadas.	
10	Aplica estadísticas de análisis deportivo.	3	Considerando la caracterización de la disciplina y del deportista. En el campo de juego del atletismo de medio fondo y fondo. Considerando nociones básicas de la sabermetría. Guiado por un/a especialista en el área técnico-táctica.		La ejecución de protocolos de medición técnica-táctica.
11	Aplica test físicos funcionales.	3	Utilizando medios técnicos y tecnológicos. Considerando los protocolos de medición de cada elemento. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.	El diagnóstico del rendimiento físico-funcional con base en test, aplicados.	
12	Implementa protocolos de activación.	4	Considerando la sesión de entrenamiento y las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.	La implementación con la explicación de los principales protocolos de activación con un deportista acorde a sus particularidades, implementado.	
13	Implementa protocolos de vuelta a la calma.	4	Considerando la sesión de entrenamiento y las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.	Los principales protocolos de vuelta a la calma acorde al deporte practicado, en un tríptico, implementado.	La ejecución de protocolos de vuelta a la calma.

## ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
14	Implementa protocolos de amplitud articular.	4	Considerando la sesión de entrenamiento y las particularidades del deportista. Guiado por un/a especialista en el área de preparación física.		La ejecución de protocolos de amplitud articular.
15	Aplica primeros auxilios al deportista.	4	En accidentes o lesiones deportivas comunes. Considerando los protocolos de atención y control hasta la llegada de los especialistas.		La aplicación de primeros auxilios en al menos 3 deportistas.

IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

FUENTES DE INFORMACIÓN

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
1	Guía al deportista en la ejecución de acciones motrices.	1	-Drake, R. L., Vogl, W. y Mitchell, A. (2007). Anatomías para estudiantes Gray (1.a ed.). Elsevier. -Latarjet, M., y Ruiz, L. (2018). Anatomía humana 2 tomos (5.a ed.). Panamericana. -Richard, L. D. (2020). Gray. Anatomía para estudiantes (4.a ed.). Elsevier. -Thibodeau, P. (2018). Estructura y Función Del Cuerpo Humano (15.a ed.). Elsevier.
2	Ajusta acciones motrices del deportista.	1	-Kapandji, A. I. (2012). Fisiología Articular (6ª. ed.) . Médica Panamericana. -León, S., Calero, S., & Chávez, E. (2016). Morfología funcional y biomecánica deportiva (1.a ed.). Sangolquí.
3	Corrige ejecución de acciones motrices.	1	-Rouvière, H., y Delmas, A. (2005). Anatomía Humana. Descriptiva, Topográfica y Funcional: Miembros. Tomo 3 (11.a ed.). Elsevier. -Thibodeau, P. (2018). Estructura y Función Del Cuerpo Humano (15.a ed.). Elsevier. -Totora, G., y Derrickson, B. (2018). Principios de Anatomía y Fisiología (15.a ed.). Médica Panamericana.
4	Adapta carga física en la práctica del atletismo de medio fondo y fondo.	1	-Anthony, C. P. y Thibodeau, G. A. (1983). Anatomía y Fisiología (10.a ed.). McGraw-Hill. -Córdova, A., Ferrer, R., & Muñoz, M. E. (1994). Compendio de fisiología para ciencias de la salud. McGraw-Hill. -Crafts, R. (1989). Anatomía Humana Funcional. Limusa. -Gosling, J., Harris, P. F., Humpherson, J. R., Whitmore, I. y Willan, P. L. (1994). Anatomía humana. Texto y atlas en color (2.a ed.). Elsevier. -Jacob, S. (1990). Anatomía y Fisiología Humana. Guanabara Koogan. -Kamina, P. (1997). Anatomía General. Panamericana. -Latarjet, M., y Ruiz, L. (2018). Anatomía humana 2 tomos (5.a ed.). Panamericana. -O'Rahilly, G. (2001). Anatomía de Gardner (5.a ed.). McGraw-Hill. -Palastanga, N., & Soames, R. (2011). Anatomy and Human Movement (6.a ed.). Elsevier. -Peate, I., y Muralitharan, N. (2019). Anatomía y Fisiología para Enfermeras (1.a ed.). Manual Moderno. -Richard, L. D. (2020). Gray. Anatomía para estudiantes (4.a ed.). Elsevier.

## IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## FUENTES DE INFORMACIÓN

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
5	Guía al deportista sobre sus adaptaciones orgánico-funcionales.	1	<p>-Álvarez-Aguilar, Pablo. (2015). Efectos agudos del ejercicio en la presión arterial. Implicaciones terapéuticas en pacientes hipertensos. Acta Médica Costarricense, Octubre-Diciembre, 163-171. <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=43442281002">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=43442281002</a></p> <p>-Bonilla, J. F. (2005). Respuesta hematológica al ejercicio. Revista Ciencias de la Salud, julio-diciembre, 206-216. <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56230209">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56230209</a></p> <p>-Carazo, P. (2013). Respuestas y adaptaciones fisiológicas al entrenamiento de TaeKwonDo. Una revisión sistemática. Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, 11(2), 1-19. <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442042965005">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442042965005</a></p> <p>-Gómez, E., González, Marco A. y Ochoa, C. D. (2004). Fundamentos de Fisiología: Implicaciones cardiovasculares del Endotelio. Medicina U.P.B., Sin mes, 49-59. <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=159026102004">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=159026102004</a></p>
6	Orienta al deportista sobre su consumo alimenticio.	2	<p>-Kerksick, C. M., Arent, S., Schoenfeld, B. J., Stout, J. R., Campbell, B., Wilborn, C. D., y Antonio, J. (2017). International society of sports nutrition position stand: nutrient timing. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 14, 33. <a href="https://doi.org/10.1186/s12970-017-0189-4">https://doi.org/10.1186/s12970-017-0189-4</a></p>
7	Orienta al deportista sobre el funcionamiento de su metabolismo.	2	<p>-Kerksick, C. M., Arent, S., Schoenfeld, B. J., Stout, J. R., Campbell, B., Wilborn, C. D., y Antonio, J. (2017). International society of sports nutrition position stand: nutrient timing. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 14, 33. <a href="https://doi.org/10.1186/s12970-017-0189-4">https://doi.org/10.1186/s12970-017-0189-4</a></p>
8	Realiza recomendaciones básicas de nutrición.	2	<p>-Kerksick, C. M., Arent, S., Schoenfeld, B. J., Stout, J. R., Campbell, B., Wilborn, C. D., y Antonio, J. (2017). International society of sports nutrition position stand: nutrient timing. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 14, 33. <a href="https://doi.org/10.1186/s12970-017-0189-4">https://doi.org/10.1186/s12970-017-0189-4</a></p>



## IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## FUENTES DE INFORMACIÓN

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
9	Aplica pruebas físicas y antropométricas básicas.	3	-Kemper, H. C. G. & Verschuur, R. (1985). Motor performance fitness tests in Kemper Growth, health and Fitness of Teenagers. S Karger. -Krahenbuhl, G.S., Skinner, J.S, & Kohrt, W. M. (1985). Developmental aspects of maximal aerobic power in children. Exerc Sport. -MacMahon, B. (1973). Age at menarche, United States. Vital and Health Statistics, Series, 11 (133). -Malina, R. M. (1983). Menarche in athletes: A synthesis and hypothesis. Ann Hum Biol.
10	Aplica estadísticas de análisis deportivo.	3	-Fleisig, G., Barrentina, S., Escamilla, R. y Andrews, J. R. (1996). Biomechanics of Overhand Throwing with Implications for Injuries. Sport Medicine, 21(6), 421-437. -Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy 22(5). DOI: <a href="https://www.jospt.org/doi/10.2519/jospt.1995.22.5.193">https://www.jospt.org/doi/10.2519/jospt.1995.22.5.193</a> -Kapandji, A. I. (2012). Fisiología Articular (6ª. ed.) . Médica Panamericana.
11	Aplica test físicos funcionales.	3	-Dorticós F. y colectivo de autores (2010). Selección y desarrollo de talentos deportivos. Una propuesta para el ámbito escolar. Instituto Tecnológico de Sonora. -Pila, H. (2015). Talentos deportivos: Detección, Orientación y Desarrollo. Universidad Miguel de Cervantes. Chile.
12	Implementa protocolos de activación.	4	-Powers, S. K. y Howley, E. T. (2000). Exercise Physiology: Theory and application to fitness Pradet, M. (1999). La preparación física. INDE. 1ra. Edición. Madrid.
13	Implementa protocolos de vuelta a la calma.	4	-Powers, S. K. y Howley, E. T. (2000). Exercise Physiology: Theory and application to fitness. Pradet, M. (1999). La preparación física. INDE. 1ra. Edición. Madrid.

## IMPLEMENTA PROGRAMAS DE PREPARACIÓN FÍSICA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## FUENTES DE INFORMACIÓN

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
14	Implementa protocolos de amplitud articular.	4	<p>-Powers, S. K. y Howley, E. T. (2000). Exercise Physiology: Theory and application to fitness</p> <p>-Pradet, M. (1999). La preparación física. INDE. 1ra. Edición. Madrid.</p>
15	Aplica primeros auxilios al deportista.	4	<p>-American Heart Association. (2016). Basic life support (BLS) provider manual. EE.UU: Amer Heart Assoc.</p> <p>-American Heart Association. (21 de octubre de 2020). CPR Guidelines Science &amp; Education Updates [Video] Youtube. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IO4rdC-fKsl">https://www.youtube.com/watch?v=IO4rdC-fKsl</a></p> <p>-Centro Internacional de Entrenamiento en urgencias y emergencias. (2006). Urgencias y emergencias en medicina deportiva. Cali: Salamandra</p> <p><a href="https://www.academia.edu/6860954/URGENCIAS_Y_EMERGENCIAS_EN_MEDICINA_DEPORTIVA_1">https://www.academia.edu/6860954/URGENCIAS_Y_EMERGENCIAS_EN_MEDICINA_DEPORTIVA_1</a></p> <p>--Landry, G. L., y Bernhardt, D. T. (2003). Essentials of primary care sports medicine. EE.UU: Human Kinetics.</p> <p>-Pino, P. (Clínica Alemana). (14 de mayo de 2013). Consejos imperdibles sobre Primeros Auxilios en Deportistas. [Video] Youtube. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YFjLSBZmb0s">https://www.youtube.com/watch?v=YFjLSBZmb0s</a></p> <p>-Ruiz, J. A. B. y Navarro, B. (2005). Prevención de lesiones y primeros auxilios en la educación física y el deporte. Sevilla: Wanceulen SL.</p> <p>-Sherry, E., y Wilson, S. F. (2002). Manual Oxford de medicina deportiva. Barcelona: Paidotribo.</p>

# MÓDULO III

## Información General

### ASISTE EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

272 horas

#### // SUBMÓDULO 1

Aplica secuencias metodológicas para la formación deportiva

96 horas

#### // SUBMÓDULO 2

Aplica estrategias didácticas para la formación deportiva

64 horas

#### // SUBMÓDULO 3

Implementa estrategias pedagógicas en la formación deportiva

112 horas

### OCUPACIONES DE ACUERDO AL SISTEMA NACIONAL DE CLASIFICACIÓN DE OCUPACIONES (SINCO 2019)

2562 Entrenadores deportivos y directores técnicos

2716 Instructores en educación física y deporte

### SITIOS DE INSERCIÓN DE ACUERDO AL SISTEMA DE CLASIFICACIÓN INDUSTRIAL DE AMÉRICA DEL NORTE (SCIAN-2018)

61162 Escuelas de deporte

713992 Clubes o ligas de aficionados

71394 Clubes deportivos y centros de acondicionamiento físico

**RESULTADO DE APRENDIZAJE**

Al finalizar el módulo el estudiante será capaz de:

- Asistir en la formación deportiva en atletismo de medio fondo y fondo
  - Aplicar secuencias metodológicas para la formación deportiva
  - Aplicar estrategias didácticas para la formación deportiva
  - Implementar estrategias pedagógicas en la formación deportiva

**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
1	Reconoce el estado biopsicoemocional del deportista.	1	Considerando los aspectos de la educación integral. Fortaleciendo el desarrollo de habilidades socioemocionales en el deportista. Guiando procesos biopsico-emocionales. Tomando en cuenta las diferentes áreas de relación en lo individual.
2	Reconoce el contexto sociocultural del sujeto integral.	1, 2, 3	Considerando diferentes perspectivas de construcción sociocultural del cuerpo y el género en el deporte. Orientación con el desmantelamiento del adultocentrismo y de prácticas autoritarias. Tomando en cuenta las diferentes áreas de relación en lo social. Considerando la estructura organizacional del deporte. Tomando en cuenta las implicaciones culturales y sociales de la práctica deportiva. Implementando una práctica deportiva contextualizada.
3	Selecciona temáticas de educación deportiva.	1	Considerando perspectivas de inclusión en la práctica deportiva. Tomando en cuenta la ética aplicada al deporte. Contemplando la formación en valores. Tomando en cuenta las diferentes áreas de relación. Reconociendo al deporte como una herramienta de transformación social.
4	Implementa estilos de enseñanza deportiva.	1	Considerando principios del juego justo y limpio. Considerando las características biopsico-emocionales, edad y estilo de aprendizaje de los deportistas. Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva. Respetando la autodeterminación y autonomía del deportista.

## COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
5	Implementa métodos de enseñanza y aprendizaje motor.	1, 2	<p>Tomando en cuenta métodos inductivo y deductivo.  Considerando estrategias de enseñanza.  Considerando principios del juego justo y limpio.  Considerando las características biopsicoemocionales, edad y estilo de aprendizaje de los deportistas.  Considerando la formación grupal.  Guiando la práctica deportiva con ejemplo.  Respetando la dignidad humana.  Considerando fundamentos didácticos de elementos técnicos del deporte.  De acuerdo con las categorías deportivas.</p>
6	Utiliza secuencias lógicas de habilidades técnicas del atletismo de medio fondo y fondo.	1	<p>Considerando las etapas y elementos anatómicos de diferentes movimientos corporales durante la práctica deportiva.  Guiando la práctica deportiva con ejemplo.  Respetando la dignidad humana.</p>
7	Diseña secuencias didácticas.	2	<p>Considerando su estructura, etapas y contenidos básicos.  Correlacionando con la estructura de las sesiones de entrenamiento.  Tomando en cuenta los elementos técnicos- tácticos del deporte.</p>
8	Adapta estrategias didácticas.	2	<p>Considerando elementos técnicos y aspectos teóricos del deporte.  Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva.  Considerando componentes lúdicos.  Tomando en cuenta la categoría y el contexto comunitario.  Valorando el uso del tiempo libre y recreativo.  Respetando la autodeterminación y la autonomía del deportista.</p>

## COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
9	Selecciona estrategias de resignificación de la práctica deportiva.	3	<p>Considerando el concepto universal del juego y los deportes. Orientación con los juegos olímpicos de la antigüedad. Identificando el desarrollo del deporte en diferentes culturas de la antigüedad. Considerando juegos precursores en diferentes etapas históricas y espacios geográficos. Valorando la práctica deportiva como un proceso cultural e histórico. Tomando en cuenta las tendencias sociales locales y comunitarias. Relacionando el contexto cultural del desarrollo del atletismo de medio fondo y fondo. Respetando las raíces culturales. Reconociendo las diferentes condiciones sociales.</p>
10	Implementa actividades educativas deportivas.	3	<p>Considerando la necesidad del deporte en la escuela y comunidad. Contemplando la formación en valores. Implementando fundamentos pedagógicos en la práctica del atletismo de medio fondo y fondo. Considerando la estructura y apartados de una estrategia pedagógica. Orientación en los procesos de entrenamiento y competencia. Tomando en cuenta las etapas de la trayectoria deportiva. Coparticipando en pro del beneficio social.</p>
11	Implementa estrategias de inclusión.	3	<p>Considerando diferentes propuestas de modelos educativos integrales en el deporte. Tomando en cuenta la práctica deportiva de la comunidad. Alineadas a la cultura de la paz y no violencia.</p>

ASISTE EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL MARCO CURRICULAR COMÚN

**DISCIPLINARES BÁSICAS SUGERIDAS**

Competencias que se requieren para desarrollar las profesionales. Se desarrollan desde el componente de formación básica.

M8. Interpreta tablas, gráficas, mapas, diagramas y textos con símbolos matemáticos y científicos.	CS5. Establece la relación entre las dimensiones políticas, económicas, culturales y geográficas de un acontecimiento.
CE12. Decide sobre el cuidado de su salud a partir del conocimiento de su cuerpo, sus procesos vitales y el entorno al que pertenece.	C6. Argumenta un punto de vista en público de manera precisa, coherente y creativa.
H9. Valora las repercusiones de diversas corrientes de pensamiento en los sujetos, la sociedad y la cultura.	

**GENÉRICAS SUGERIDAS**

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.	8.1 Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.	10.3 Asume que el respeto de las diferencias es el principio de integración y convivencia en los contextos local, nacional e internacional.
7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.	11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

COMPETENCIAS DE PRODUCTIVIDAD Y EMPLEABILIDAD DE LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

TE5. Cumplir compromisos de trabajo en equipo.	AC5. Escuchar, informar con veracidad y saber a dónde dirigirlo.
CE3. Expresar sus ideas de forma verbal o escrita, teniendo en cuenta las características de su (s) interlocutor (es) y la situación dada.	EP8. Actuar responsablemente de acuerdo a las normas y disposiciones definidas en un espacio dado.
AD4. Utilizar los nuevos conocimientos en el trabajo diario.	EP2. Orientar su actuación al logro de objetivos.

ASISTE EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA EN ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

La evaluación se realiza con el propósito de evidenciar, en la formación del estudiante, el desarrollo de las competencias profesionales y genéricas de manera integral mediante un proceso continuo y dinámico, creando las condiciones en las que se aplican y articulan ambas competencias en distintos espacios de aprendizaje y desempeño profesional. En el contexto de la evaluación por competencias es necesario recuperar las evidencias de desempeño con diversos instrumentos de evaluación, como la guía de observación, bitácoras y registros anecdóticos, entre otros. Las evidencias por producto, con carpetas de trabajos, reportes, bitácoras y listas de cotejo, entre otras. Y las evidencias de conocimientos, con cuestionarios, resúmenes, mapas mentales y cuadros sinópticos, entre otras. Para lo cual se aplicará una serie de prácticas integradoras que arroje las evidencias y la presentación del portafolio.

ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
1	Reconoce el estado biopsicoemocional del deportista.	1	Considerando los aspectos de la educación integral. Fortaleciendo el desarrollo de habilidades socioemocionales en el deportista. Guiando procesos biopsico-emocionales. Tomando en cuenta las diferentes áreas de relación en lo individual.	Los principales perfiles biopsicoemocionales del deportista que logró reconocer entre sus compañeros, en un ensayo, elaborado.	
2	Reconoce el contexto sociocultural del sujeto integral.	1, 2, 3	Considerando diferentes perspectivas de construcción sociocultural del cuerpo y el género en el deporte. Orientación con el desmantelamiento del adultocentrismo y de prácticas autoritarias. Tomando en cuenta las diferentes áreas de relación en lo social. Considerando la estructura organizacional del deporte. Tomando en cuenta las implicaciones culturales y sociales de la práctica deportiva. Implementando una práctica deportiva contextualizada.	El diagnóstico sobre el contexto sociocultural del deportista, elaborado.	



No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
3	Selecciona temáticas de educación deportiva.	1	Considerando perspectivas de inclusión en la práctica deportiva. Tomando en cuenta la ética aplicada al deporte. Contemplando la formación en valores. Tomando en cuenta las diferentes áreas de relación. Reconociendo al deporte como una herramienta de transformación social.	La conferencia de un tema sobre educación deportiva actual, seleccionada.	
4	Implementa estilos de enseñanza deportiva.	1	Considerando principios del juego justo y limpio. Considerando las características biopsicoemocionales, edad y estilo de aprendizaje de los deportistas. Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva. Respetando la autodeterminación y autonomía del deportista.	El collage con las imágenes de las diferentes fases de un estilo de enseñanza deportiva, elaborado.	La ejecución de estilos de enseñanza deportiva.
5	Implementa métodos de enseñanza y aprendizaje motor.	1, 2	Tomando en cuenta métodos inductivo y deductivo. Considerando estrategias de enseñanza. Considerando principios del juego justo y limpio. Considerando las características biopsicoemocionales, edad y estilo de aprendizaje de los deportistas. Considerando la formación grupal. Guiando la práctica deportiva con ejemplo. Respetando la dignidad humana. Considerando fundamentos didácticos de elementos técnicos del deporte. De acuerdo con las categorías deportivas.		La realización de clase muestra en equipo.

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
6	Utiliza secuencias lógicas de habilidades técnicas del atletismo de medio fondo y fondo.	1	Considerando las etapas y elementos anatómicos de diferentes movimientos corporales durante la práctica deportiva. Guiando la práctica deportiva con ejemplo. Respetando la dignidad humana.		La ejecución de secuencias lógicas de habilidades técnicas del atletismo de medio fondo y fondo.
7	Diseña secuencias didácticas.	2	Considerando su estructura, etapas y contenidos básicos. Correlacionando con la estructura de las sesiones de entrenamiento. Tomando en cuenta los elementos técnicos- tácticos del deporte. Incluyendo el trabajo con el cuerpo y las emociones. Recuperando una perspectiva pedagógica crítica y humanista.	Las secuencias didácticas, en un documento con al menos cinco, diseñadas.	
8	Adapta estrategias didácticas.	2	Considerando elementos técnicos y aspectos teóricos del deporte. Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva. Considerando componentes lúdicos. Tomando en cuenta la categoría y el contexto comunitario. Valorando el uso del tiempo libre y recreativo. Respetando la autodeterminación y la autonomía del deportista. Recuperando una perspectiva pedagógica crítica y humanista.	Las estrategias didácticas en un documento con al menos cinco, adaptadas.	La ejecución de las estrategias didácticas adaptadas.
9	Selecciona estrategias de resignificación de la práctica deportiva.	3	Considerando el concepto universal del juego y los deportes. Orientación con los juegos olímpicos de la antigüedad. Identificando el desarrollo del deporte en diferentes culturas de la antigüedad. Considerando juegos precursores en diferentes etapas históricas y espacios geográficos. Valorando la práctica deportiva como un proceso cultural e histórico. Tomando en cuenta las tendencias sociales locales y comunitarias. Relacionando el contexto cultural del desarrollo del atletismo de medio fondo y fondo. Respetando las raíces culturales. Reconociendo las diferentes condiciones sociales.	Las estrategias de resignificación acorde con una época histórica elegida, en un tríptico, seleccionadas.	

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
10	Implementa actividades educativas deportivas.	3	<p>Considerando la necesidad del deporte en la escuela y comunidad.</p> <p>Contemplando la formación en valores.</p> <p>Implementando fundamentos pedagógicos en la práctica del atletismo de medio fondo y fondo.</p> <p>Considerando la estructura y apartados de una estrategia pedagógica.</p> <p>Orientación en los procesos de entrenamiento y competencia.</p> <p>Tomando en cuenta las etapas de la trayectoria deportiva.</p> <p>Coparticipando en pro del beneficio social.</p> <p>Incluyendo el trabajo con el cuerpo y las emociones.</p> <p>Recuperando una perspectiva pedagógica crítica y humanista</p>	Las actividades de educación deportiva, diseñadas.	La implementación de las actividades de educación deportiva.
11	Implementa estrategias de inclusión.	3	<p>Considerando diferentes propuestas de modelos educativos integrales en el deporte.</p> <p>Tomando en cuenta la práctica deportiva de la comunidad.</p> <p>Alineadas a la cultura de la paz y no violencia.</p>	Las estrategias de inclusión en el deporte en un videoclip, registradas.	

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
1	Reconoce el estado biopsicoemocional del deportista.	1	-Casassus, J. (2007). La educación del ser emocional. Cuarto propio. -Damasio, A. (1994). El error de Descartes. La razón de las emociones. Andres Bello. -Mar, P. (2007). Contacto: sí mismo y entorno. Una forma de acercarse al medio ambiente. Horizontes, 29, 93–112. -Weineck, J. (2001). Salud, ejercicio y deporte. Traducción al español. Paidotribo, 6-16.
2	Reconoce el contexto sociocultural del sujeto integral.	1, 2, 3	-Abbagnano, N. y Visalberghi, A. (2012). Historia de la pedagogía (23ª ed). Fondo de Cultura Económica, 709. -Altuve, E. (2019). Deporte, Globalización y Política. Kinesis. -Garraus, K. y Galobart, R. (2018). Historia del Deporte. 100. Hitos, Mitos y Anécdotas del Deporte. Galobart. -Vázquez, B. (coordinador). (2001). Bases educativas de la actividad física y el deporte. Síntesis, 398. -Mandell, R. D. (s.f.). Historia Cultural del Deporte. Bellaterra. -Yus, R.R. (2001). Educación integral. Una educación holística para el siglo XXI. Desclée De Brouwer.
3	Selecciona temáticas de educación deportiva.	1	-Braun, H. (1980). Pedagogía. Educación y formación en el deporte. Educación física y deporte, 2. Universidad de Antioquia-Instituto de ciencias del deporte. -Escámez, S.J. (1991). Actitudes en educación. Dykinson, 525-539. -López, F. F.(2011). Ética y deporte en el siglo XXI. Una introducción. Académica Española, 168. -Moreno, G. H. (2011). La noción de 'tecnologías de género' como herramienta conceptual en el estudio del deporte. Punto Género, 1, 41–62.
4	Implementa estilos de enseñanza deportiva.	1	-Aquino, F. y Zapata, O. (1982). Psicopedagogía de la educación motriz en la juventud. Trillas. -Cerezo, V. (2014). Modelos de enseñanza y Aprendizaje Deportivo, Antología[tesis de maestría en - Ciencias del Deporte]. ENED. -Martens, Rainer. (2002). El entrenador de éxito. Paidotribo. -Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la Educación Física. INDE, Barcelona.
5	Implementa métodos de enseñanza y aprendizaje motor.	1, 2	-Amoroso, C. (2017). Reflexiones sobre la Didáctica de la Educación Física. De las tres Lagunas. -Aquino, F. y Zapata, O. (1982). Psicopedagogía de la educación motriz en la juventud. Trillas. -González, C. (2010). Didáctica de la Educación Física. Formación del Profesorado. Grao. -Pila, A. (1988). Educación físico deportiva, enseñanza-aprendizaje. Didáctica. -Sánchez, F. (2002). Didáctica de la Educación Física. Prentice Hall. -Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la Educación Física. INDE, Barcelona.
6	Utiliza secuencias lógicas de habilidades técnicas del atletismo de medio fondo y fondo.	1	-Aquino, F. y Zapata, O. (1982). Psicopedagogía de la educación motriz en la juventud. Trillas. -Cerezo, V. (2014). Modelos de enseñanza y Aprendizaje Deportivo, Antología[tesis de maestría en Ciencias del Deporte]. ENED. -Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la Educación Física. INDE, Barcelona.

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
7	Diseña secuencias didácticas.	2	-Gonzaga, W. (2005). Las estrategias didácticas en la formación del docente de primaria. Revista Actualidades investigativas en educación, 5. -González, C. (2010). Didáctica de la Educación Física. Formación del Profesorado. Grao. -Pila, A. (1988). Educación físico deportiva, enseñanza-aprendizaje. Didáctica.
8	Adapta estrategias didácticas.	2	-Amoroso, C. (2017). Reflexiones sobre la Didáctica de la Educación Física. De las tres Lagunas. -Gonzaga, W. (2005). Las estrategias didácticas en la formación del docente de primaria. Revista Actualidades investigativas en educación, 5. -González, C. (2010). Didáctica de la Educación Física. Formación del Profesorado. Grao.
9	Selecciona estrategias de resignificación de la práctica deportiva.	3	-Azpiazu, J. A. (2019). Una Historia de la Pelota. Txertoa. -Elias, N. Y Dunning, E. (2014). Deporte y Ocio en el Proceso de la Civilización. Fondo de Cultura Económica. -Esquivel, R. (2019). Historia de las actividades físicas y el deporte en la literatura. De la comunidad primitiva a la modernidad. Universidad de Huelva. -Rodríguez, J. (2008). Historia del Deporte. INDE. -Salvador, J.L. (2004). El Deporte en Occidente Historia, Cultura y Política. Cátedra. -Salvador, J.L. (2009). Deporte En Occidente: Grecia, Roma, Bizancio. Cátedra.
10	Implementa actividades educativas deportivas.	3	-Abbagnano, N. y Visalberghi, A. (2012). Historia de la pedagogía (23ª ed). Fondo de Cultura Económica, 709. -López, A. (2003). El proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física. Deporte. -López, A. (2003). Teoría y Metodología de Educación Física. Deporte. -Joyce, G. (2002). Modelos de Enseñanza. Gedisa. -Meiner, K. (1977). El desarrollo motor desde el nacimiento hasta la vejez. En su: Didáctica del Movimiento. Orbe. -Yus, R.R. (2001). Educación integral. Una educación holística para el siglo XXI. Desclée De Brouwer.
11	Implementa estrategias de inclusión.	3	-Brubacher, J. W. (2002). Cómo ser un Docente Reflexivo: La construcción de una cultura de la indagación en las escuelas. Gedisa. -Short, K. G. (1999). El aprendizaje a través de la indagación: docentes y alumnos diseñan el currículo. Gedisa. -Yus, R.R. (2001). Educación integral. Una educación holística para el siglo XXI. Desclée De Brouwer.

# MÓDULO IV

## Información General

### MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

192 horas

#### // SUBMÓDULO 1

Identifica el perfil del deportista infanto-juvenil en atletismo de medio fondo y fondo

64 horas

#### // SUBMÓDULO 2

Organiza grupos infanto-juveniles de iniciación en atletismo de medio fondo y fondo

64 horas

#### // SUBMÓDULO 3

Organiza entrenamiento de grupos infanto-juveniles en atletismo de medio fondo y fondo

64 horas

### OCUPACIONES DE ACUERDO AL SISTEMA NACIONAL DE CLASIFICACIÓN DE OCUPACIONES (SINCO 2019)

2562 Entrenadores deportivos y directores técnicos

2716 Instructores en educación física y deporte

### SITIOS DE INSERCIÓN DE ACUERDO AL SISTEMA DE CLASIFICACIÓN INDUSTRIAL DE AMÉRICA DEL NORTE (SCIAN-2018)

61162 Escuelas de deporte

713992 Clubes o ligas de aficionados

71394 Clubes deportivos y centros de acondicionamiento físico

**MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**RESULTADO DE APRENDIZAJE**

Al finalizar el módulo el estudiante será capaz de:

- Manejar grupos infanto-juveniles de iniciación en el atletismo de medio fondo y fondo
  - Identificar el perfil del deportista infanto-juvenil en atletismo de medio fondo y fondo
  - Organizar grupos infanto-juveniles de iniciación en atletismo de medio fondo y fondo
  - Organizar entrenamiento de grupos infanto-juveniles en atletismo de medio fondo y fondo

**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
1	Reconoce elementos del perfil deportivo.	1	Considerando los diferentes contextos y regiones del país. Tomando en cuenta los equipos fundadores. Tomando en cuenta los campeones nacionales e internacionales. Relacionando los espacios de oferta deportiva a partir de la organización del atletismo de medio fondo y fondo en México. Considerando los que tienen participación o enlace con organizaciones internacionales. Tomando en cuenta el contexto regional y estatal.
2	Identifica a deportistas.	1	Considerando los espacios o competencias en donde destacaron. Tomando en cuenta sus historias y características. De acuerdo con su categoría y habilidades técnicas-tácticas. Observando características biopsicosociales.
3	Selecciona deportistas amateurs en atletismo de medio fondo y fondo.	1	Identificando factores de selección de deportistas amateurs. De acuerdo con las fases, indicadores y factores de rendimiento en etapa inicial. Aplicando estrategias de selección e iniciación en la comunidad. De acuerdo con diferentes métodos de selección. Considerando las características morfológicas y habilidades de deportistas.
4	Aplica modelo de sesión de entrenamiento inicial.	2	Considerando modelos de planificación y organización del entrenamiento. Considerando métodos como componentes del proceso de enseñanza y aprendizaje. Tomando en cuenta la estructura convencional de planificación del entrenamiento. Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva. Participando de forma activa en equipos.
5	Integra equipo deportivo.	2	Con estrategias de integración de equipos. Considerando diferentes modelos y técnicas. Con base en el respeto e igualdad ante la apertura y contacto con las emociones. Tomando en cuenta la presentación de cada persona. Tomando en cuenta los elementos del proceso de enseñanza y aprendizaje. Creando un ambiente de trabajo grupal. Respetando la autodeterminación y autonomía del deportista. Participando de forma activa en equipos.

**MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
6	Fomenta trabajo en equipo.	2	<p>Con estrategias de desarrollo de habilidades socioemocionales.                      Con estrategias de comunicación asertiva.                      De acuerdo a las características biopsicosociales de deportistas.                      Considerando diferentes teorías de las emociones.                      De acuerdo con diferentes disciplinas o campos de conocimiento.                      Considerando diferentes modelos y técnicas.                      Con base en el respeto e igualdad ante la apertura y contacto con las emociones.                      Tomando en cuenta los elementos del proceso de enseñanza y aprendizaje.                      Considerando diferentes tipos, canales y medios de comunicación.                      Tomando en cuenta las etapas y componentes de la asertividad.                      Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva.                      Respetando la autodeterminación y autonomía del deportista.                      Participando de forma activa en equipos.</p>
7	Identifica variables del crecimiento y desarrollo.	3	<p>Considerando el comportamiento de la talla y el peso durante el crecimiento en ambos sexos.                      Considerando el comportamiento de la masa muscular, ósea y adiposa durante el crecimiento en ambos sexos.                      Tomando en cuenta la influencia hormonal en el crecimiento y desarrollo infanto-juvenil.                      Diferenciando los aspectos que demarcan la maduración orgánica.                      Considerando los estadios Evolutivos de Tanner.                      Tomando en cuenta marcadores para la determinación de la edad biológica.                      Valorando las implicaciones de las competencias en edades biológicas distintas.                      Respetando la diversidad de seres humanos.                      Respetando la dignidad humana.</p>
8	Identifica comportamiento madurativo del metabolismo.	3	<p>Considerando los cambios en el metabolismo de los glúcidos.                      Tomando en cuenta los cambios en la capacidad de consumir oxígeno.                      Tomando en cuenta los cambios enzimáticos del metabolismo humano.                      Cuidando de sí mismo, la vida y su entorno.</p>
9	Selecciona tipos de entrenamiento.	3	<p>De acuerdo con la posibilidad adaptativa del organismo de deportistas.                      Acordes a las capacidades físicas del deportista.                      Considerando el contexto.                      Tomando en cuenta recursos humanos, materiales y financieros.                      Considerando el entrenamiento de las diferentes capacidades físicas en la población infanto-juvenil.                      Tomando decisiones acordes a información veraz.</p>



MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL MARCO CURRICULAR COMÚN

**DISCIPLINARES BÁSICAS SUGERIDAS**

Competencias que se requieren para desarrollar las profesionales. Se desarrollan desde el componente de formación básica.

M3. Explica e interpreta los resultados obtenidos mediante procedimientos matemáticos y lo contrasta con modelos establecidos o situaciones reales.

CS1. Identifica el conocimiento social y humanista como una construcción en constante transformación.

CE4. Obtiene, registra y sistematiza la información para responder a preguntas de carácter científico, consultando fuentes relevantes y realizando experimentos pertinentes.

C1. Identifica, ordena e interpreta las ideas, datos y conceptos explícitos e implícitos en un texto, considerando el contexto en el que se generó y en el que se recibe.

H8. Reconoce los elementos teóricos y metodológicos de diversas corrientes de pensamiento.

**GENÉRICAS SUGERIDAS**

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.

8.1 Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.

3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

10.3 Asume que el respeto de las diferencias es el principio de integración y convivencia en los contextos local, nacional e internacional.

7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

COMPETENCIAS DE PRODUCTIVIDAD Y EMPLEABILIDAD DE LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

TE5. Cumplir compromisos de trabajo en equipo.

AC5. Escuchar, informar con veracidad y saber a dónde dirigirlo.

CE3. Expresar sus ideas de forma verbal o escrita, teniendo en cuenta las características de su (s) interlocutor (es) y la situación dada.

EP8. Actuar responsablemente de acuerdo a las normas y disposiciones definidas en un espacio dado.

AD4. Utilizar los nuevos conocimientos en el trabajo diario.

EP2. Orientar su actuación al logro de objetivos.

MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

La evaluación se realiza con el propósito de evidenciar, en la formación del estudiante, el desarrollo de las competencias profesionales y genéricas de manera integral mediante un proceso continuo y dinámico, creando las condiciones en las que se aplican y articulan ambas competencias en distintos espacios de aprendizaje y desempeño profesional. En el contexto de la evaluación por competencias es necesario recuperar las evidencias de desempeño con diversos instrumentos de evaluación, como la guía de observación, bitácoras y registros anecdóticos, entre otros. Las evidencias por producto, con carpetas de trabajos, reportes, bitácoras y listas de cotejo, entre otras. Y las evidencias de conocimientos, con cuestionarios, resúmenes, mapas mentales y cuadros sinópticos, entre otras. Para lo cual se aplicará una serie de prácticas integradoras que arroje las evidencias y la presentación del portafolio.

ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
1	Reconoce elementos del perfil deportivo.	1	Considerando los diferentes contextos y regiones del país. Tomando en cuenta los campeones nacionales e internacionales. Relacionando los espacios de oferta deportiva a partir de la organización del atletismo de medio fondo y fondo en México. Considerando las que tienen participación o enlace con organizaciones internacionales. Tomando en cuenta el contexto regional y estatal.	Los principales perfiles deportivos en un periódico mural, redactados.	
2	Identifica a deportistas.	1	Considerando los espacios o competencias en donde destacaron. Tomando en cuenta sus historias y características. De acuerdo con su categoría y habilidades técnicas-tácticas. Observando características biopsicosociales.	El reporte de deportistas identificados en una etapa histórica elegida, a través de una historieta, elaborada.	
3	Selecciona deportistas amateurs en atletismo de medio fondo y fondo.	1	Identificando factores de selección de deportistas amateurs. De acuerdo con las fases, indicadores y factores de rendimiento en etapa inicial. Aplicando estrategias de selección e iniciación en la comunidad. De acuerdo con diferentes métodos de selección. Considerando las característica morfológicas y habilidades de deportistas.	Las principales herramientas de selección de deportistas amateurs en atletismo de medio fondo y fondo, redactadas.	

**MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
4	Aplica modelo de sesión de entrenamiento inicial.	2	<p>Considerando modelos de planificación y organización del entrenamiento.</p> <p>Considerando métodos como componentes del proceso de enseñanza y aprendizaje.</p> <p>Tomando en cuenta la estructura convencional de planificación del entrenamiento.</p> <p>Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva.</p> <p>Participando de forma activa en equipos.</p>		La ejecución de un modelo de sesión de entrenamiento inicial con su grupo escolar.
5	Integra equipo deportivo.	2	<p>Con estrategias de integración de equipos.</p> <p>Considerando diferentes modelos y técnicas.</p> <p>Con base en el respeto e igualdad ante la apertura y contacto con las emociones.</p> <p>Tomando en cuenta la presentación de cada persona.</p> <p>Tomando en cuenta los elementos del proceso de enseñanza y aprendizaje.</p> <p>Creando un ambiente de trabajo grupal.</p> <p>Respetando la autodeterminación y autonomía del deportista.</p> <p>Participando de forma activa en equipos.</p>	La secuencia fotográfica donde se muestran al menos tres estrategias de integración, realizada.	
6	Fomenta trabajo en equipo.	2	<p>Con estrategias de desarrollo de habilidades socioemocionales.</p> <p>Con estrategias de comunicación asertiva.</p> <p>De acuerdo a las características biopsicosociales de deportistas.</p> <p>Considerando diferentes teorías de las emociones.</p> <p>De acuerdo con diferentes disciplinas o campos de conocimiento.</p> <p>Considerando diferentes modelos y técnicas.</p> <p>Con base en el respeto e igualdad ante la apertura y contacto con las emociones.</p> <p>Tomando en cuenta los elementos del proceso de enseñanza y aprendizaje.</p> <p>Considerando diferentes tipos, canales y medios de comunicación.</p>	Las estrategias de comunicación asertiva, a través de un video, realizadas.	

**MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**

**ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
6	Fomenta trabajo en equipo.	2	Tomando en cuenta las etapas y componentes de la asertividad. Dirigiendo con respeto y empatía la práctica deportiva. Respetando la autodeterminación y autonomía del deportista. Participando de forma activa en equipos.		
7	Identifica variables del crecimiento y desarrollo.	3	Considerando el comportamiento de la talla y el peso durante el crecimiento en ambos sexos. Considerando el comportamiento de la masa muscular, ósea y adiposa durante el crecimiento en ambos sexos. Tomando en cuenta la influencia hormonal en el crecimiento y desarrollo infanto-juvenil. Diferenciando los aspectos que demarcan la maduración orgánica. Considerando los estadios evolutivos de Tanner. Tomando en cuenta marcadores para la determinación de la edad biológica. Valorando las implicaciones de las competencias en edades biológicas distintas. Respetando la diversidad de seres humanos. Respetando la dignidad humana.	Las variables del crecimiento y desarrollo, en una línea del tiempo, identificadas.	
8	Identifica comportamiento madurativo del metabolismo.	3	Considerando los cambios en el metabolismo de los glúcidos. Tomando en cuenta los cambios en la capacidad de consumir oxígeno. Tomando en cuenta los cambios los enzimáticos del metabolismo humano. Cuidando de sí mismo, la vida y su entorno.	El comportamiento madurativo del metabolismo, en un cartel informativo, identificado.	
9	Selecciona tipos de entrenamiento.	3	De acuerdo con la posibilidad adaptativa del organismo de deportistas. Acordes a las capacidades físicas del deportista. Considerando el contexto. Tomando en cuenta recursos humanos, materiales y financieros. Considerando el entrenamiento de las diferentes capacidades físicas en la población infanto-juvenil. Tomando decisiones acordes a información veraz.	Los tipos de entrenamiento recomendados para la población infanto-juvenil, en una infografía, elaborada.	

## MANEJA EQUIPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## FUENTES DE INFORMACIÓN

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
1	Reconoce elementos del perfil deportivo.	1	<p>-Comisión Nacional del Deporte, (CONADE). Sobre los deportes más practicados en México. <a href="http://www.conade.gob.mx">www.conade.gob.mx</a></p> <p>-Rivera, E. (1999). México, en sus regiones socioculturales deportivas. En Contratexto. Revista de la Facultad de Ciencias de la Comunicación de la Universidad de Lima,12.</p> <p>-Torres, M. L. y Molina, M. (2007). La educación física deportiva: significados y corrientes. Escuela Superior de Educación Física. Grupo Ideograma Editores.</p> <p>-Zamora, G. A. (2001). El deporte en la ciudad de México (1896-1911). Revista del Colegio de San Luis. <a href="https://revista.colsan.edu.mx/index.php/COLSAN/article/view/707">https://revista.colsan.edu.mx/index.php/COLSAN/article/view/707</a>.</p> <p>-[Páginas oficiales del atletismo de medio fondo y fondo]</p>
2	Identifica a deportistas.	1	<p>-Bourdieu, P. (1990). ¿Cómo se puede ser deportista?. Grijalbo.</p> <p>-Puig, N. y Heinemann, K. (1992). El deporte en la perspectiva del año 2000. Revista de Sociología. Universidad Autónoma de Barcelona.</p> <p>-[Páginas oficiales del atletismo de medio fondo y fondo]</p>
3	Selecciona deportistas amateurs en atletismo de medio fondo y fondo.	1	<p>-Dorticós, F. y Colectivo de autores. (2010). Selección y desarrollo de talentos deportivos. Una propuesta para el ámbito escolar. Instituto Tecnológico de Sonora.</p> <p>-Bompa, T. (1987). La selección de atletas con talento. RED.</p> <p>-Forteza, A y Ranzola, A. (1988). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. Científico-Técnica.</p> <p>-García, J.M., Navarro, M. y Ruíz, J.A. (1996). Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte. Evaluación de la condición física. Gymnos.</p> <p>-García-Manso, J. M.(1995). Situación actual del entrenamiento deportivo. En novedades del entrenamiento deportivo. Escuela Canaria del Deporte.</p> <p>-Navarro, F. (1995). Evolución de las capacidades físicas y su entrenamiento. Master de ARD.</p> <p>-Pila, H. (2015). Talentos deportivos: Detección, Orientación y Desarrollo. Universidad Miguel e Cervantes.</p>

**MANEJA GRUPOS INFANTO-JUVENILES DE INICIACIÓN EN EL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**

**FUENTES DE INFORMACIÓN**

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
4	Aplica modelo de sesión de entrenamiento inicial.	2	-Berger, J. y Minov, H. (1990). El macrociclo en la teoría del entrenamiento. RED. -Bompa, T. (1993). Periodization of strength: The new wave in strength training. Orietta Calcina. -Bompa, T. (s.f). Theory and methodologic of training. The key to athletic performance. -Harre, D. (1995). Teoría del entrenamiento deportivo. Stadium.
5	Integra equipo deportivo.	2	-Beavin Bavelas, J. y Watzlawick, P. (1996). Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas. HBREDR & HBREDR. -Casassus, J. (2007). La educación del ser emocional. Cuarto propio.
6	Fomenta trabajo en equipo.	2	-Beavin Bavelas, J. y Watzlawick, P. (1996). Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas. HBREDr & HBREDr. -Casassus, J. (2007). La educación del ser emocional. Cuarto propio. -Goleman, D. P. (1999). La inteligencia emocional (25th ed.). Vergara. -Muñoz, P.M. (2013). Emociones, sentimientos y necesidades. Una aproximación humanista (3ªed).Castellanos impresión, 175.
7	Identifica variables del crecimiento y desarrollo.	3	-Beunen, G.P., Ostyn, M. &Renson R. (1976). Skeletal maturation and physical fitness of girl aged 12 through 16. Hermes. -Haubenstricker, J.L. & Seefeldt, V. D. (1986). Acquisition of motor skills during childhood. American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance. Reston. -Malina, R. M. (1988).Biological maturity status of young athletes. Young Athletes: Biological, Psychological, and Educational Perspectives. Human Kinetics Publishers. -Malina, R. M., Bouchard, C. (1991). Growth, maturation, and physical activity. Human Kinetics Publishers.
8	Identifica comportamiento madurativo del metabolismo.	3	-Malina, R.M. (1990). Research on secular trends in auxology. Anthropol Anz, 48 (209).
9	Selecciona tipos de entrenamiento.	3	-Faigenbaum, A., Lloyd, R. & Oliver, J. (2019). Essentials of Youth Fitness. Human Kinetics Publishers.

# MÓDULO V

## Información General

<p align="center"><b>PROMOCIONA LA PRÁCTICA COMUNITARIA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO</b></p> <p align="right">192 horas</p>	<p><b>// SUBMÓDULO 1</b></p> <p>Difunde la práctica deportiva del atletismo de medio fondo y fondo 64 horas</p>
	<p><b>// SUBMÓDULO 2</b></p> <p>Implementa proyectos escolares y comunitarios para promover la práctica del atletismo de medio fondo y fondo 64 horas</p>
	<p><b>// SUBMÓDULO 3</b></p> <p>Organiza eventos de promoción y fomento del atletismo de medio fondo y fondo 64 horas</p>

### OCUPACIONES DE ACUERDO AL SISTEMA NACIONAL DE CLASIFICACIÓN DE OCUPACIONES (SINCO 2019)

2562	Entrenadores deportivos y directores técnicos
2716	Instructores en educación física y deporte

### SITIOS DE INSERCIÓN DE ACUERDO AL SISTEMA DE CLASIFICACIÓN INDUSTRIAL DE AMÉRICA DEL NORTE (SCIAN-2018)

61162	Escuelas de deporte
713992	Clubes o ligas de aficionados
71394	Clubes deportivos y centros de acondicionamiento físico
7113	Promotores de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares
711320	Promotores de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares que no cuentan con instalaciones para presentarlos

**PROMOCIONA LA PRÁCTICA COMUNITARIA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO**
**RESULTADO DE APRENDIZAJE**

Al finalizar el módulo el estudiante será capaz de:

- Promocionar la práctica comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo
  - Difundir la práctica deportiva del atletismo de medio fondo y fondo
  - Implementar proyectos escolares y comunitarios para promover la práctica del atletismo de medio fondo y fondo
  - Organizar eventos de promoción y fomento del atletismo de medio fondo y fondo

**COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR**

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
1	Identifica actividades físico-culturales.	1	Considerando el desarrollo de la cultura física de la región. Considerando diferentes expresiones culturales. De acuerdo con la normatividad vigente y la política deportiva. Respetando las raíces culturales.
2	Implementa estrategias de difusión deportiva.	1	Contemplando la práctica de deportes tradicionales. De acuerdo con los beneficios del atletismo de medio fondo y fondo en el entorno social. Tomando en cuenta la historia y dinámica del contexto regional. Considerando factores sociales, políticos y económicos en el desarrollo regional. Tomando en cuenta el papel de los medios de comunicación. De acuerdo con la normatividad vigente y la política deportiva. Respetando las raíces culturales de la comunidad. Respetando la esencia de la cultura deportiva mexicana.
3	Participa en proyectos de difusión deportiva.	1	Considerando tipo de proyecto: de cultura física, deporte o recreación. Considerando características de la población. Considerando el objetivo del proyecto: de masificación o de profesionalización deportiva. Considerando la diferencia conceptual entre deporte, cultura física, juego y recreación. Considerando la estructura y organización del deporte en México. De acuerdo con leyes, reglamentos y políticas deportivas. Tomando en cuenta el género y el deporte adaptado. Tomando en cuenta debates actuales en torno al deporte.
4	Identifica problemas y necesidades de la comunidad.	2	Considerando implicaciones sociopolíticas del deporte. Tomando en cuenta el diagnóstico de la situación de la comunidad a impactar. Reconociendo las condiciones sociales de la comunidad.



## PROMOCIONA LA PRÁCTICA COMUNITARIA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

## COMPETENCIAS / CONTENIDOS POR DESARROLLAR

No.	PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES
5	Diseña proyectos escolares y comunitarios.	2	De acuerdo con los elementos y etapas del tipo de proyecto. Considerando características de la población. Considerando la estructura y organización de la región. De acuerdo con leyes, reglamentos y políticas deportivas. Tomando en cuenta el género y el deporte adaptado. Tomando en cuenta debates actuales en torno al deporte.
6	Ejecuta proyectos escolares y comunitarios.	2	Considerando características de la población. Considerando la estructura y organización de la región. De acuerdo con leyes, reglamentos y políticas deportivas. Tomando en cuenta el género y el deporte adaptado. Tomando en cuenta debates actuales en torno al deporte. Preparando técnicas e instrumentos para el trabajo de campo. Considerando diferentes técnicas de investigación escolar. Respetando la participación libre e informada de la comunidad. Utilizando diferentes programas para sistematizar información.
7	Realiza estudio de viabilidad.	3	Asegurando la vinculación social. Considerando sus características. De acuerdo con su estructura y reglamentación vigente. Promoviendo las relaciones humanas desde la diversidad cultural.
8	Elabora proyecto deportivo comunitario.	3	Considerando diferentes metodologías. A partir de líneas de investigación y el diagnóstico de la comunidad. Tomando en cuenta la organización escolar para el servicio comunitario. Orientación con la definición del campo de acción. Tomando en cuenta la construcción social. De acuerdo con la cultura de paz y no violencia.
9	Gestiona la logística y operación del evento deportivo.	3	Considerando diferentes estrategias deportivas. Tomando en cuenta el control, seguimiento y evaluación del proyecto. Asegurando la mejora de la convivencia en la comunidad. Corresponsabilizándose con las relaciones comunitarias. Consolidando el tejido social de las comunidades.

PROMOCIONA LA PRÁCTICA COMUNITARIA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL MARCO CURRICULAR COMÚN

**DISCIPLINARES BÁSICAS SUGERIDAS**

Competencias que se requieren para desarrollar las profesionales. Se desarrollan desde el componente de formación básica.

M5. Analiza las relaciones entre dos o más variables de un proceso social o natural para determinar o estimar su comportamiento.

CS3. Interpreta su realidad social a partir de los procesos históricos locales, nacionales e internacionales que la han configurado.

CE5. Contrasta los resultados obtenidos en una investigación o experimento con hipótesis previas y comunica sus conclusiones.

C5. Expresa ideas y conceptos en composiciones coherentes y creativas, con introducciones, desarrollo y conclusiones claras.

H11. Promueve el patrimonio histórico-cultural de su comunidad para reconocer la identidad del México actual.

**GENÉRICAS SUGERIDAS**

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.

8.1 Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.

3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

10.3 Asume que el respeto de las diferencias es el principio de integración y convivencia en los contextos local, nacional e internacional.

7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

COMPETENCIAS DE PRODUCTIVIDAD Y EMPLEABILIDAD DE LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

Estos atributos están incluidos en las competencias profesionales; por lo tanto no se deben desarrollar por separado.

TE5. Cumplir compromisos de trabajo en equipo.

AC5. Escuchar, informar con veracidad y saber a dónde dirigirlo.

CE3. Expresar sus ideas de forma verbal o escrita, teniendo en cuenta las características de su (s) interlocutor (es) y la situación dada.

EP8. Actuar responsablemente de acuerdo a las normas y disposiciones definidas en un espacio dado.

AD4. Utilizar los nuevos conocimientos en el trabajo diario.

EP2. Orientar su actuación al logro de objetivos.

PROMOCIONA LA PRÁCTICA COMUNITARIA DEL ATLETISMO DE MEDIO FONDO Y FONDO

La evaluación se realiza con el propósito de evidenciar, en la formación del estudiante, el desarrollo de las competencias profesionales y genéricas de manera integral mediante un proceso continuo y dinámico, creando las condiciones en las que se aplican y articulan ambas competencias en distintos espacios de aprendizaje y desempeño profesional. En el contexto de la evaluación por competencias es necesario recuperar las evidencias de desempeño con diversos instrumentos de evaluación, como la guía de observación, bitácoras y registros anecdóticos, entre otros. Las evidencias por producto, con carpetas de trabajos, reportes, bitácoras y listas de cotejo, entre otras. Y las evidencias de conocimientos, con cuestionarios, resúmenes, mapas mentales y cuadros sinópticos, entre otras. Para lo cual se aplicará una serie de prácticas integradoras que arroje las evidencias y la presentación del portafolio.

ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
1	Identifica actividades físico-culturales.	1	Considerando el desarrollo de la cultura física de la región. Considerando diferentes expresiones culturales. De acuerdo con la normatividad vigente y la política deportiva. Respetando las raíces culturales.	Las actividades físico-culturales, en un collage, identificadas.	
2	Implementa estrategias de difusión deportiva.	1	Contemplando la práctica de deportes tradicionales. De acuerdo con los beneficios del atletismo de medio fondo y fondo en el entorno social. Tomando en cuenta la historia y dinámica del contexto regional. Considerando factores sociales, políticos y económicos en el desarrollo regional. Tomando en cuenta el papel de los medios de comunicación. De acuerdo con la normatividad vigente y la política deportiva. Respetando las raíces culturales de la comunidad. Respetando la esencia de la cultura deportiva mexicana.	El cartel de invitación a un evento deportivo con una lista de los espacios de difusión, diseñado.	

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
3	Participa en proyectos de difusión deportiva.	1	<p>Considerando tipo de proyecto: de cultura física, deporte o recreación.</p> <p>Considerando características de la población.</p> <p>Considerando el objetivo del proyecto: de masificación o de profesionalización deportiva.</p> <p>Considerando la diferencia conceptual entre deporte, cultura física, juego y recreación.</p> <p>Considerando la estructura y organización del deporte en México.</p> <p>De acuerdo con leyes, reglamentos y políticas deportivas.</p> <p>Tomando en cuenta el género y el deporte adaptado.</p> <p>Tomando en cuenta debates actuales en torno al deporte.</p>	La línea de tiempo de la política deportiva en el país, elaborada.	La participación en proyectos deportivos de la comunidad aledaña
4	Identifica problemas y necesidades de la comunidad.	2	<p>Considerando implicaciones sociopolíticas del deporte.</p> <p>Tomando en cuenta el diagnóstico de la situación de la comunidad a impactar.</p> <p>Reconociendo las condiciones sociales de la comunidad.</p>	El diagnóstico de problemáticas de la comunidad elegida, elaborado.	
5	Diseña proyectos escolares y comunitarios.	2	<p>De acuerdo con los elementos y etapas del tipo de proyecto.</p> <p>Considerando características de la población.</p> <p>Considerando la estructura y organización de la región.</p> <p>De acuerdo con leyes, reglamentos y políticas deportivas.</p> <p>Tomando en cuenta el género y el deporte adaptado.</p> <p>Tomando en cuenta debates actuales en torno al deporte.</p>	El diseño de un proyecto escolar, elaborado.	

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	SITUACIONES	PRODUCTO	DESEMPEÑO
6	Ejecuta proyectos escolares y comunitarios.	2	Considerando características de la población. Considerando la estructura y organización de la región. De acuerdo con leyes, reglamentos y políticas deportivas. Tomando en cuenta el género y el deporte adaptado. Tomando en cuenta debates actuales en torno al deporte. Preparando técnicas e instrumentos para el trabajo de campo. Considerando diferentes técnicas de investigación escolar. Respetando la participación libre e informada de la comunidad. Utilizando diferentes programas para sistematizar información.		La ejecución de proyectos escolares y comunitarios.
7	Realiza estudio de viabilidad.	3	Asegurando la vinculación social. Considerando sus características. De acuerdo con su estructura y reglamentación vigente. Promoviendo las relaciones humanas desde la diversidad cultural.	El estudio de viabilidad realizado en función de su proyecto diseñado, elaborado.	
8	Elabora proyecto de evento deportivo comunitario.	3	Considerando diferentes metodologías. A partir de líneas de investigación y el diagnóstico de la comunidad. Tomando en cuenta la organización escolar para el servicio comunitario. Orientación con la definición del campo de acción. Tomando en cuenta la construcción social. De acuerdo con la cultura de paz y no violencia.	El proyecto de evento deportivo comunitario, elaborado.	
9	Gestiona la logística y operación del evento deportivo.	3	Considerando diferentes estrategias deportivas. Tomando en cuenta el control, seguimiento y evaluación del proyecto. Asegurando la mejora de la convivencia en la comunidad. Coresponsabilizándose con las relaciones comunitarias. Consolidando el tejido social de las comunidades.		La ejecución del evento deportivo.

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
1	Identifica actividades físico-culturales.	1	<p>-Chávez, M. (2006). La introducción de la educación física en México: Representaciones sobre el género y el cuerpo, 1882-1928 (tesis de maestría). El Colegio de San Luis. Elías, N. y Dunning. E. (1992). Deporte y Ocio en el Proceso de la Civilización. Fondo de Cultura Económica.</p> <p>-Esparza, D. (2019). Historia y deporte: la necesidad de estudiar génesis de deportes. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, Volumen XV – Año XV, No 56.</p> <p>-Ferreiro, T. A. (2006). Desarrollo de la educación física y el deporte en México en el siglo XX (1889-2000). Tomo 1. México: Comité Olímpico Mexicano.</p>
2	Implementa estrategias de difusión deportiva.	1	<p>-Archetti, E. (2002). La pista, el potrero y el ring. Las patrias del deporte argentino. Fondo de Cultura Económica.</p> <p>-Azipazu, J. A. (2019). Una Historia de la Pelota. Txertoa.</p> <p>-Bourdieu, P. (1993). Deporte y Clase Social, en Materiales de sociología del deporte, Genealogía del Poder. La Piqueta.</p> <p>-Chávez, M. (2006). La introducción de la educación física en México: Representaciones sobre el género y el cuerpo, 1882-1928 (tesis de maestría). El Colegio de San Luis.</p> <p>-Collado, M. (1987). La burguesía mexicana. El emporio Braniff y su participación política, 1865-1920. Siglo XXI.</p> <p>-Peñaloza, P. A. (1996). El discurso social del deporte y la cultura física en México. México.</p> <p>-Mena, J. (1996). El Deporte Social como fundamento de la legislación sobre el deporte en México. Tesis de licenciatura. México: UNAM-Facultad de Derecho.</p> <p>-Moreno E., H. M. (2011a) "La noción de 'tecnologías de género' como herramienta conceptual en el estudio del deporte". [En:] Revista Punto Género. Nº1, abril, pp. 41-62.</p> <p>-Peñaloza, P. A. (1996). El discurso social del deporte y la cultura física en México. México.</p>

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
3	Participa en proyectos de difusión deportiva.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bourdieu, P. (1990). ¿Cómo se puede ser deportista?. Grijalbo.</li> <li>-Comisión Nacional del Deporte, (CONADE). Sobre los deportes más practicados en México. <a href="http://www.conade.gob.mx">www.conade.gob.mx</a></li> <li>-Contratexto. Revista de la Facultad de Ciencias de la Comunicación de la Universidad de Lima,12.</li> <li>-Esquivel, R. (2019). Historia de las actividades físicas y el deporte en la literatura. De la comunidad primitiva a la modernidad. Universidad de Huelva.</li> <li>-Peñaloza, P. A. (1996). El discurso social del deporte y la cultura física en México. México.</li> <li>-Rivera, E. (1999). México, en sus regiones socioculturales deportivas.</li> </ul>
4	Identifica problemas y necesidades de la comunidad.	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bernal, C. (2013). Fundamentos de investigación. Pearson.</li> <li>-Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte. (2014). CONADES. Recuperado 2021 de, <a href="http://www.conade.gob.mx">www.conade.gob.mx</a></li> <li>-Heinemann, K. (2003). Introducción a la metodología de la investigación empírica, en las ciencias del deporte. Paidotribo.</li> <li>-Hernández, S. (2014). Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill.</li> <li>-Hernández, S., Zapata, R. y Mendoza, C. (s.f). Metodología de la Investigación para Bachillerato. Mc Graw Hill.</li> </ul>
5	Diseña proyectos escolares con eje en la promoción comunitaria del atletismo de medio fondo y fondo.	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Bernal, C. (2013). Fundamentos de investigación. Pearson.</li> <li>-Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte. (2014). CONADES. Recuperado 2021 de, <a href="http://www.conade.gob.mx">www.conade.gob.mx</a></li> <li>-Heinemann, K. (2003). Introducción a la metodología de la investigación empírica, en las ciencias del deporte. Paidotribo.</li> <li>-Hernández, S. (2014). Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill.</li> <li>-Hernández, S., Zapata, R. y Mendoza, C. (s.f). Metodología de la Investigación para Bachillerato. Mc Graw Hill.</li> </ul>

No.	COMPETENCIAS PROFESIONALES	SUBMÓDULO	REFERENCIAS
6	Diseña proyectos escolares y comunitarios.	2	<p>-Bernal, C. (2013). Fundamentos de investigación. Pearson.</p> <p>-Heinemann, K. (2003). Introducción a la metodología de la investigación empírica, en las ciencias del deporte. Paidotribo.</p> <p>-Hernández, S. (2014). Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill.</p> <p>-Hernández, S., Zapata, R. y Mendoza, C. (s.f). Metodología de la Investigación para Bachillerato. Mc Graw Hill.</p> <p>-Nuñez, M.J. (2017). Los métodos mixtos en la investigación en educación: hacia un uso reflexivo. Cuadernos de Pesquisa.</p> <p>-Padua, J. (2018). Técnicas de investigación aplicadas a las ciencias sociales. Fondo de Cultura Económica.</p>
7	Realiza estudio de viabilidad.	3	<p>-Hernández, S. (2014). Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill.</p> <p>-Hernández, S., Zapata, R. y Mendoza, C. (s.f). Metodología de la Investigación para Bachillerato. Mc Graw Hill.</p>
8	Elabora proyecto deportivo comunitario.	3	<p>-Arias, H. (1995). La Comunidad y su estudio. Pueblo y Educación.</p> <p>-González –Mora, G.C. (2005). Aprender a vivir y a convivir. Científica – Técnica.</p> <p>-Hernández, S. (2014). Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill.</p> <p>-Hernández, S., Zapata, R. y Mendoza, C. (s.f). Metodología de la Investigación para Bachillerato. Mc Graw Hill.</p>
9	Gestiona la logística y operación del evento deportivo.	3	<p>-Arias, H. (1995). La Comunidad y su estudio. Pueblo y Educación.</p> <p>-González –Mora, G.C. (2005). Aprender a vivir y a convivir. Científica – Técnica.</p> <p>-Hernández, S., Zapata, R. y Mendoza, C. (s.f). Metodología de la Investigación para Bachillerato. Mc Graw Hill.</p>



NOMBRE Y DESCRIPCIÓN TÉCNICA	EQUIPOS	MÓDULOS
Caminadora de velocidad		I, II, III, IV y V
Set de barras curvas y rectas con rack		I, II, III, IV y V
Barra olímpica		I, II, III, IV y V
Barra hexagonal olímpica		I, II, III, IV y V
Disco bumper hi temp por par o set		I, II, III, IV y V
Set de competencia		I, II, III, IV y V
Set de pesa rusa básica		I, II, III, IV y V
Máquina de balance y control		I, II, III, IV y V
Rack de peso libre		I, II, III, IV y V
Abductor		I, II, III, IV y V
Prensa 45 Grados		I, II, III, IV y V
Multi press para pecho y hombro		I, II, III, IV y V
Trineo de entrenamiento		I, II, III, IV y V
Predicador		I, II, III, IV y V
Escalera de Agilidad		I, II, III, IV y V
Barra romana olímpica		I, II, III, IV y V
Balón de estabilidad		I, II, III, IV y V
Bicicleta de montaña		I, II, III, IV y V
Plataforma de saltos		I, II, III, IV y V

NOMBRE Y DESCRIPCIÓN TÉCNICA	MÓDULOS
EQUIPOS	
Bicicleta de aire	I, II, III, IV y V
Bicicleta de spinning	I, II, III, IV y V
Banco de pecho	I, II, III, IV y V
Espalderas suecas	I, II, III, IV y V
Pelota de balance.	I, II, III, IV y V
Analizador de la composición corporal por bioimpedancia	I, II, III, IV y V
Kit Antropométrico	I, II, III, IV y V
Kit reloj de muñeca- Banda para evaluar frecuencia cardiaca	I, II, III, IV y V
Equipo de fotocélulas	I, II, III, IV y V
Equipo encoder horizontal con reel	I, II, III, IV y V
Equipo encoder con Reel lineal /vertical.	I, II, III, IV y V
Celda de Carga	I, II, III, IV y V
Medidor de Lactato	I, II, III, IV y V
Monitor multiparametros plus	I, II, III, IV y V
Electroestimulador portatil	I, II, III, IV y V
Segmómetro de envergadura	I, II, III, IV y V
Analizador maestro de VO2	I, II, III, IV y V

NOMBRE Y DESCRIPCIÓN TÉCNICA	EQUIPOS	MÓDULOS
Oxímetro		I, II, III, IV y V
Cronómetro		I, II, III, IV y V
Masajeador con aire de pierna		I, II, III, IV y V
Equipo de Magnetoterapia		I, II, III, IV y V
Laser terapéutico		I, II, III, IV y V

## HERRAMIENTAS

Banco antropométrico	I, II, III, IV y V
Plataforma de fuerza	I, II, III, IV y V
Silbato deportivo	I, II, III, IV y V
Pelota de pilates	I, II, III, IV y V
Banco pliométrico	I, II, III, IV y V
Trampolín redondo	I, II, III, IV y V
Bandas de Resistencia	I, II, III, IV y V
Kit ligas de resistencia	I, II, III, IV y V
Costales de fuerza de 5 hasta 25 kgs	I, II, III, IV y V
Cuerda de bateo	I, II, III, IV y V
Cinturón Ruso	I, II, III, IV y V
Pistola masajeadora	I, II, III, IV y V
Asiento masajeador para espalda y cuello	I, II, III, IV y V
Masajeador de pie	I, II, III, IV y V
Kit de conos de entrenamiento	I, II, III, IV y V
Colchonetas	I, II, III, IV y V
Tapetes de yoga	I, II, III, IV y V
Set de conos con bastón	I, II, III, IV y V
Tiras reactivas para lactometro	I, II, III, IV y V
Báscula mecánica con estadímetro	I, II, III, IV y V
Modelo de esqueleto humano	I, II, III, IV y V
Modelos anatómicos del cuerpo humano	I, II, III, IV y V

NOMBRE Y DESCRIPCIÓN TÉCNICA	MÓDULOS
<b>MOBILIARIO</b>	
Lockers	I, II, III, IV y V
Bancas	I, II, III, IV y V
Vestidor	I, II, III, IV y V
Estantes	I, II, III, IV y V
Mesas	I, II, III, IV y V
Sillas	I, II, III, IV y V
<b>SOFTWARE</b>	
Kinovea Pro	I, II, III, IV y V
Dartfish	I, II, III, IV y V
Zoom Video Communications	I, II, III, IV y V
Moodle	I, II, III, IV y V
Microsoft 365	I, II, III, IV y V

NOMBRE Y DESCRIPCIÓN TÉCNICA	MÓDULOS
<b>MATERIAL</b>	
Par collares para barras olímpicas	I, II, III, IV y V
Botiquín de primeros auxilios	I, II, III, IV y V
Rodillo masajeador	I, II, III, IV y V
Compresa (cojín caliente)	I, II, III, IV y V
Compresa (cojín fría)	I, II, III, IV y V
Juego de férulas semirrígidas	I, II, III, IV y V
Kit de inmovilización. Aditamentos para camilla	I, II, III, IV y V
Camilla rígida para primeros auxilios	I, II, III, IV y V
Vendas	I, II, III, IV y V
Paliacates de algodón	I, II, III, IV y V
Estabilizadores de fuerza	I, II, III, IV y V



Consideraciones  
para desarrollar  
los módulos  
en la formación  
profesional

3



### ANÁLISIS DEL PROGRAMA DE ESTUDIO

Mediante el análisis del programa de estudios de cada módulo, usted podrá establecer su planeación y definir las estrategias de formación en el taller, laboratorio o aula, que favorezcan el desarrollo de las competencias profesionales, genéricas y de productividad y empleabilidad a través de los momentos de apertura, desarrollo y cierre, de acuerdo con las condiciones regionales, situación del plantel y características de los estudiantes.

#### Consideraciones pedagógicas

- Analice el resultado de aprendizaje del módulo, para que identifique lo que se espera que el estudiante logre al finalizarlo.
- Analice las competencias profesionales en el apartado de contenidos. Observe que algunas de ellas son transversales a dos o más submódulos. Esto significa que el contenido deberá desarrollarse tomando en cuenta las características propias de cada submódulo.
- Observe que las competencias genéricas y las competencias de productividad y empleabilidad sugeridas del módulo están incluidas en la redacción de las competencias profesionales. Esto significa que no deben desarrollarse por separado, ya que son parte de un todo. Para su selección se consideraron los atributos de las competencias genéricas y las competencias de productividad y empleabilidad que tienen mayor probabilidad de desarrollarse para contribuir a las competencias profesionales, por lo cual no son limitativas, usted puede seleccionar otros atributos que considere pertinentes.
- Las competencias disciplinares básicas sugeridas son requisitos para desarrollar las competencias profesionales, por lo cual no se desarrollan explícitamente. Deben ser consideradas en la fase de apertura a través de un diagnóstico, a fin de comprobar si el estudiante las desarrolló en el componente de formación básica.
- Analice en el apartado de estrategia de evaluación del aprendizaje los productos o desempeños sugeridos a fin de determinar en la estrategia didáctica que usted elabore, las evidencias de la formación de las competencias profesionales.
- Analice la estrategia didáctica sugerida, en la que se presentan las actividades de apertura, desarrollo y cierre relacionadas con el tipo de evaluación (autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación), la evidencia (conocimiento, desempeño o producto), el instrumento que recopila la evidencia y su ponderación. A fin de determinar estos elementos en la estrategia didáctica que usted elabore.



### ELABORACIÓN DE LA ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Mediante el análisis de la información de la carrera y de las competencias por cada módulo, usted podrá elaborar una propuesta de co-diseño curricular con la planeación de actividades y aspectos didácticos, de acuerdo con los contextos, necesidades e intereses de los estudiantes, que les permita ejercer sus competencias en su vida académica, laboral y personal, y que sus logros se reflejen en las producciones individuales y en equipo, en un ambiente de cooperación.

#### ESTRATEGIA DIDÁCTICA DEL SUBMÓDULO POR DESARROLLAR

#### FASE DE APERTURA

La fase de apertura permite explorar y recuperar los saberes previos e intereses del estudiante, así como los aspectos del contexto relevantes para su formación integral. Al explicitar estos hallazgos en forma continua, es factible reorientar o afinar las estrategias didácticas centradas en el aprendizaje, los recursos didácticos y el proceso de evaluación del aprendizaje, entre otros aspectos seleccionados.

#### Consideraciones pedagógicas

- Recuperación de experiencias, saberes y preconcepciones de los estudiantes, para crear el o los tipos de andamios de aprendizaje que se requerirán, acordes a sus diferencias y necesidades, para que a partir de ellos adquieran nuevas experiencias y competencias.
- Reconocimiento de competencias por experiencia o formación, por medio de un diagnóstico, con fines de certificación académica y posible acreditación del submódulo.
- Integración grupal para co-crear escenarios y ambientes propicios para generar aprendizajes significativos.
- Mirada general del estudio, ejercitación y evaluación de las competencias profesionales y genéricas.

#### FASE DE DESARROLLO

La fase de desarrollo permite crear escenarios de aprendizaje y ambientes de colaboración para la construcción y reconstrucción del pensamiento a partir de la realidad y el aprovechamiento de apoyos didácticos, para la apropiación o reforzamiento de conocimientos, habilidades y actitudes, así como para crear situaciones que permitan valorar las competencias profesionales y genéricas del estudiante, en contextos escolares y de la comunidad.

#### Consideraciones pedagógicas

- Co-creación de escenarios y ambientes de aprendizaje y cooperación, mediante la aplicación de estrategias, métodos, técnicas y actividades centradas en el aprendizaje, como aprendizaje basado en problemas (ABP), método de casos, método de proyectos, visitas al sector productivo, simulaciones o juegos, uso de TIC, investigaciones y mapas o redes mentales, entre otras, para favorecer la generación, apropiación y aplicación de competencias profesionales y genéricas en diversos contextos desde la articulación de aspectos cognitivos, bio-psico-sociales y de trascendencia del estudiante.

### ELABORACIÓN DE LA ESTRATEGIA DIDÁCTICA

- Fortalecimiento de ambientes de cooperación y colaboración en el aula y fuera de ella, a partir del desarrollo de trabajo individual, en equipo y grupal.
- Integración y ejercitación de competencias y experiencias para aplicarlas, en situaciones reales o parecidas, al ámbito laboral.
- Aplicación de evaluación continua para verificar y retroalimentar el desempeño del estudiante, de forma oportuna y pertinente.
- Recuperación de evidencias de desempeño, producto y conocimiento, para la integración del portafolio de evidencias.

#### FASE DE CIERRE

La fase de cierre propone la elaboración de síntesis, conclusiones y reflexiones argumentativas que, entre otros aspectos, permiten advertir los avances o resultados del aprendizaje en el estudiante y, con ello, la situación en que se encuentra, con la posibilidad de identificar los factores que promovieron u obstaculizaron su proceso de formación.

#### Consideraciones pedagógicas

- Verificar el logro de las competencias profesionales y genéricas planteadas en el submódulo, y permitir la retroalimentación o reorientación, si el estudiante lo requiere o solicita.
- Verificar el desempeño del propio docente, así como el empleo de estrategias, materiales didácticos y de otros aspectos que considere necesarios.
- Verificar el portafolio de evidencias del estudiante.

**SUBMÓDULO 2. Aplica fundamentos técnicos del atletismo de medio fondo y fondo– 128 horas // 5 horas**

**COMPETENCIAS PROFESIONALES**

**SITUACIONES**

Identifica fundamentos generales del atletismo.	Considerando aprendizajes previos. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). Valorando su funcionalidad. Realizando toma de decisiones.
Ejecuta técnicas.	Considerando evolución de pruebas de atletismo. De acuerdo al tipo de pruebas (de pista; de campo; de ruta). De acuerdo con las capacidades condicionales, coordinativas y coordinativas especiales. Atendiendo normatividad oficial vigente. De acuerdo con las categorías y ramas. Tomando en cuenta el contexto del entrenamiento.

**COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL MARCO CURRICULAR COMÚN**

**DISCIPLINARES BÁSICAS SUGERIDAS**

M8. Interpreta tablas, gráficas, mapas, diagramas y textos con símbolos matemáticos y científicos.

CE7. Hace explícitas las nociones científicas que sustentan los procesos para la solución de problemas cotidianos.

H3. Realiza procesos de obtención, procesamiento, comunicación y uso de información fundamentados en la reflexión ética.

**GENÉRICAS SUGERIDAS**

CE7. Hace explícitas las nociones científicas que sustentan los procesos para la solución de problemas cotidianos.

11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

**COMPETENCIAS DE PRODUCTIVIDAD Y EMPLEABILIDAD DE LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL**

CE7. Hace explícitas las nociones científicas que sustentan los procesos para la solución de problemas cotidianos.

11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

### ESTRATEGIA DIDÁCTICA SUGERIDA

// **SUBMÓDULO 2** Aplica fundamentos técnicos del atletismo de medio fondo y fondo– 128 horas // 5 horas

Apertura	Tipo de evaluación	Evidencia / Instrumento	Ponderación
<p>El docente explica en el aula a los estudiantes los objetivos de la clase, responde sus dudas y escucha sus comentarios.</p> <p>Les platica qué es el atletismo y su clasificación. Junto con los estudiantes recuperan, a grandes rasgos, todas las áreas en las que el atletismo se desarrolla.</p> <p>Observan videos, previamente seleccionados por el docente, de la ejecución de cada una de estas áreas, y a manera de reforzamiento, les enseña diferentes técnicas de deportistas profesionales.</p>	-	-	-
<p>El estudiante se familiariza con los gestos técnicos del atletismo, comenta lo que observa, lo que llama su atención, plantea sus dudas e inquietudes y expresa cómo lo vincula con su propia forma de correr</p>	Autoevaluación	C: Participación del alumno / Lista de cotejo	15%

Desarrollo	Tipo de evaluación	Evidencia / Instrumento	Ponderación
<p>El docente se traslada con los alumnos al campo les explica en qué consiste y que ejecutarán el ABC de las pruebas de atletismo:</p> <p>A= Movimientos de elevación de piernas a media altura. B= Combinación entre la coordinación del tren superior y el inferior ejecutando la técnica. C= Ejecución del gesto técnico a máxima velocidad.</p>	-	-	-

// **SUBMÓDULO 2** Aplica fundamentos técnicos del atletismo de medio fondo y fondo– 128 horas // 5 horas

Desarrollo	Tipo de evaluación	Evidencia / Instrumento	Ponderación
<p>El docente da las indicaciones para iniciar con un calentamiento músculo esquelético y junto con los alumnos las ejecutan.</p> <p>Durante el calentamiento, el docente señala aspectos positivos de su ejecución y hace correcciones sobre la adecuada manera de realizarlo.</p>	Heteroevaluación	D: Participación del alumno / Guía de observación	10%
<p>El docente demuestra las técnicas de atletismo en general, que se utilizan en cada prueba (retomando los videos previos).</p> <p>Los estudiantes van ejecutando por imitación los movimientos del docente.</p> <p>El docente hace intervenciones técnicas sobre la correcta ejecución motriz.</p>	Heteroevaluación	D: Participación del alumno / Guía de observación	5%
<p>El docente dividirá al grupo en equipos de cinco integrantes para ejecutar las técnicas del ABC.</p> <p>Los ejercicios de cada parte del ABC se realizarán en un circuito de ida y vuelta aumentando el grado de dificultad, la coordinación técnica, la distancia y la superficie de ejecución, también se utilizarán diferentes materiales como: conos, vallas, platos, etc.</p>	-	-	-

## ESTRATEGIA DIDÁCTICA SUGERIDA

// SUBMÓDULO 2 Aplica fundamentos técnicos del atletismo de medio fondo y fondo– 128 horas // 5 horas

Desarrollo	Tipo de evaluación	Evidencia / Instrumento	Ponderación
<p>La mitad del equipo realizará el ABC del atletismo mientras la otra mitad tendrá el rol de observador e identificará y señalará aciertos y errores de la correcta ejecución. Después cambiarán roles.</p> <p>Cada que hay una pausa de cambio de actividades el docente hará una demostración de lo que el equipo tiene que ejecutar en la siguiente.</p> <p>El docente interviene en cada equipo, escucha los comentarios de los compañeros observadores, reforzará lo que ellos señalan y fortalecerá el conocimiento de la ejecución. Periódicamente formará nuevos equipos para que todos observen la ejecución de todos.</p>	<p>Coevaluación Heteroevaluación</p>	<p>D: Participación del alumno / Guía de observación</p>	<p>50%</p>

## ESTRATEGIA DIDÁCTICA SUGERIDA

// SUBMÓDULO 2 Aplica fundamentos técnicos del atletismo de medio fondo y fondo– 128 horas // 5 horas

Cierre	Tipo de evaluación	Evidencia / Instrumento	Ponderación
<p>Para cerrar la sesión el docente indicará:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar un trote regenerativo durante cinco minutos.</li> <li>2. Reunirse en un círculo y realizar estiramientos estáticos-pasivos.</li> <li>3. Que se coloquen (sienten, acuesten, boca arriba o boca abajo) en una posición que le sea a cada quien mas cómoda y hagan respiraciones profundas en un proceso de vuelta a la calma.</li> </ol> <p>Juntos, docente y estudiantes, hacen un resumen y reflexiones sobre lo visto en las sesiones, expresando sensaciones, emociones y actitudes tomando en cuenta los niveles de dificultad de las técnicas.</p> <p>Los estudiantes, fuera de clase, realizarán la bitácora por escrito de cada clase, en ella describirán cada ejecución del gesto técnico del ABC y la entregarán la siguiente sesión.</p>	<p>Autoevaluación Heteroevaluación</p>	<p>D: Participación del alumno / Portafolio de evidencia</p>	<p>20%</p>



## **Secretaría de Educación Pública**

Subsecretaría de Educación Media Superior  
Coordinación Sectorial de Fortalecimiento Académico  
Dirección General del Bachillerato Tecnológico de  
Educación y Promoción Deportiva

Septiembre, 2021.

