

## CURSO VIRTUAL SOBRE PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Dirigido a profesores y entrenadores de las diferentes modalidades deportivas que se practican en el departamento de Antioquia, estudiantes de Licenciatura en Educación Física, Profesional en Entrenamiento Deportivo, Profesional en Deportes y programas afines interesados en complementar su conocimiento en los diferentes modelos de planificación del entrenamiento deportivo.

<b>FECHA</b>	Del 3 al 22 de noviembre de 2021
<b>DURACIÓN</b>	32 horas
<b>HORARIO</b>	Lunes, miércoles y jueves de 5:00 a 8:00 p.m.
<b>OBJETIVO</b>	Aplicar los diferentes modelos de planificación del entrenamiento deportivo tanto tradicionales como contemporáneos para una aplicación acorde a las características específicas de cada deporte.
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer las características principales y ámbitos de aplicación de los diferentes modelos de planificación denominados tradicionales y contemporáneos.</li> <li>• Identificar las diferentes unidades intermedias de planificación que presentan cinco de los modelos contemporáneos de planificación del entrenamiento deportivo.</li> <li>• Reconocer las dinámicas de las cargas, que se aplican en los microciclos estructurados, la periodización táctica, los ATR, el modelamiento y los macrociclos integrados.</li> <li>• Aplicar los modelos de planificación de acuerdo a la caracterización de cada deporte.</li> </ul>
<b>ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS</b>	Se realizarán clases magistrales y talleres de aplicación de los diferentes modelos en los encuentros sincrónicos. La evaluación se hará por medio de foro y cuestionarios en la plataforma virtual Ude@.
<b>MODALIDAD</b>	Virtual
<b>CONTENIDOS</b>	<p><b>Módulo 1. Modelo tradicional de planificación del entrenamiento deportivo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptos generales para la planificación del entrenamiento deportivo.</li> <li>- Principios del entrenamiento deportivo</li> <li>- Características y aplicaciones del modelo tradicional</li> </ul> <p><b>Módulo 2. Modelos contemporáneos de planificación del entrenamiento deportivo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidades intermedias de planificación que presentan los modelos contemporáneos.</li> <li>- Dinámica de la carga en los diferentes modelos</li> <li>- Características y aplicaciones de los modelos contemporáneos.</li> </ul>
<b>PROFESORES</b>	Jhonnatan Patiño Lopera Sebastián Lugo Márquez

\*Información sujeta a cambios