



FEDERACION DE ACTIVIDADES SUBACUATICAS DE CASTILLA Y LEON

Registro Junta de Castilla y León: FCL-11 C.I.F.: G47081062



PLAN DE ESTUDIOS del BLOQUE COMUN

ÁREA DE FUNDAMENTOS BIOLÓGICOS

15 horas

M1 - Bases de anatomía humana.

- UD.1** - Bases de anatomía humana.
- UD.2** - El aparato locomotor.
- UD.3** - El aparato Cardiorespiratorio.

M2 - Fisiología humana básica.

- UD.1** - Bases elementales de la Fisiología humana.
- UD.2** - La fisiología en el entrenamiento.

ÁREA DEL COMPORTAMIENTO Y DEL APRENDIZAJE

10 horas

M3 - Introducción a la psicología evolutiva.

- UD.1** - Elementos básicos de la psicología del desarrollo
- UD.2** - La evolución de los intereses, personalidad, psicomotricidad e inteligencia.
- UD.3** - Relación con la iniciación y enseñanza deportiva..

M4 - Aprendizaje del acto motor.

- UD.1** - Factores del proceso de adquisición de las habilidades deportivas.

M5 - Aprendizaje y grupos deportivos. Características e influencias.

- UD.1** - Métodos y sistemas de enseñanza de las habilidades deportivas.
- UD.2** - Papel del técnico deportivo en la adquisición de destrezas

M6 - Evaluación de la enseñanza – aprendizaje de la actividad física

- UD.1** - El Aprendizaje y la Evaluación de la actividad física.

ÁREA DE TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

15 horas

M7 - El entrenamiento. Consideraciones básicas.

- UD.1** - Los elementos básicos del entrenamiento deportivo.
- UD.2** - Bases de la teoría de la adaptación al entrenamiento..

M8 - Objetivos y medios del entrenamiento. Consideraciones generales.

UD.1 - Cualidades físicas básicas en relación con el rendimiento deportivo.

UD.2 - Núcleos básicos de ejercicio y cualidades que desarrollan.

M9 - Sistemas básicos para el desarrollo de las cualidades físicas.

UD.1 - El Calentamiento. Funciones y Metodología.

UD.2 - Métodos básicos para el desarrollo de las cualidades físicas.

ÁREA DE ORGANIZACIÓN Y LEGISLACIÓN DEL DEPORTE

5 horas

M10 - La estructura y organización básica del deporte en España.

UD.1 - Organización deportiva del Estado y las Comunidades Autónomas

UD.2 - Organización deportiva en Castilla y León.

UD.3 - Competencias de las Administraciones Públicas.

UD.4 - Competencias de las Federaciones y Clubes deportivas.