

MARTES, 2 DE SEPTIEMBRE DE 2014 - BOC NÚM. 168

1.DISPOSICIONES GENERALES

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE

CVE-2014-12235 *Orden ECD/98/2014, de 25 de agosto, que establece el currículo de la materia optativa Entrenamiento Deportivo en las enseñanzas de Bachillerato y las condiciones para su impartición en la Comunidad Autónoma de Cantabria.*

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación establece que el Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos las capacidades que les permitan utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.

El Decreto 74/2008, de 31 de julio, por el que se establece el Currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Cantabria, determina que las materias optativas en el Bachillerato contribuirán a completar la formación del alumnado, profundizando en aspectos propios de la modalidad elegida o ampliando las perspectivas de la propia formación general, señalando que, en el marco de la planificación educativa, la Consejería de Educación podrá establecer otras materias optativas distintas de las que se recogen en el mencionado Decreto.

Los distintos proyectos que la Consejería de Educación, Cultura y Deporte lleva a cabo en torno al tratamiento global e integrador de la salud y la persona, con especial énfasis en el fomento de la actividad física y el deporte como medio para desarrollar hábitos de vida saludables, así como las acciones destinadas a favorecer la continuidad en los estudios de los alumnos de Educación Secundaria y Bachillerato que siguen programas de tecnificación deportiva, hacen necesario regular una materia optativa para esta etapa postobligatoria que permita integrar los fundamentos teóricos y el entrenamiento de la disciplina elegida por el alumno, con el fin de que los centros puedan incorporar las bases de la práctica deportiva al currículo de la etapa.

En virtud de lo anteriormente expuesto, en uso de las atribuciones contenidas en el artículo 10.9 del Decreto 74/2008, de 31 de julio, en la disposición final primera de dicho Decreto, y en el artículo 33.f) de la Ley 6/2002, de 10 de diciembre, de Régimen Jurídico del Gobierno y de la Administración de la Comunidad Autónoma de Cantabria,

DISPONGO

Artículo 1. Objeto y ámbito de aplicación.

1. La presente orden tiene por objeto establecer el currículo de la materia optativa Entrenamiento Deportivo en las enseñanzas de Bachillerato y las condiciones para su impartición en la Comunidad Autónoma de Cantabria.

2. El currículo de la materia optativa Entrenamiento Deportivo es el que se establece en el anexo.

Artículo 2. Condiciones para la impartición de la materia optativa Entrenamiento Deportivo.

1. La materia optativa Entrenamiento Deportivo podrá ser ofertada por los centros educativos que impartan las modalidades de Bachillerato de Ciencias y Tecnología, Bachillerato de Humanidades y Ciencias Sociales o Bachillerato de Artes.

2. Sin perjuicio de lo establecido en el apartado anterior, la materia optativa Entrenamiento Deportivo podrá ser ofertada por los centros en el primer curso de estas enseñanzas, en el segundo o en ambos cursos, aunque cada alumno sólo podrá cursarla en uno de ellos.

CVE-2014-12235

MARTES, 2 DE SEPTIEMBRE DE 2014 - BOC NÚM. 168

Artículo 3. Atribución docente.

La materia optativa Entrenamiento Deportivo será impartida por el profesorado que tenga atribuida docencia en la materia Educación Física.

DISPOSICIÓN DEROGATORIA ÚNICA

Derogación normativa

Quedan derogadas cuantas disposiciones de igual o inferior rango se opongan a lo dispuesto en esta orden.

DISPOSICIÓN FINAL PRIMERA

Aplicación de la orden

Se autoriza al titular de la Dirección General de Ordenación e Innovación Educativa para adoptar cuantas medidas sean precisas para la aplicación, desarrollo y ejecución de esta orden.

DISPOSICIÓN FINAL SEGUNDA

Entrada en vigor

La presente orden entrará en vigor el día siguiente al de su publicación en el Boletín Oficial de Cantabria.

Santander, 25 de agosto de 2014.
El consejero de Educación, Cultura y Deporte,
Miguel Ángel Serna Oliveira.

MARTES, 2 DE SEPTIEMBRE DE 2014 - BOC NÚM. 168

ANEXO

ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

La materia optativa Entrenamiento Deportivo tiene como objetivo ayudar a los alumnos deportistas a compatibilizar la práctica de la modalidad deportiva elegida por éstos con su formación académica, atendiendo a los aspectos educativos, deportivos y psicosociales de su desarrollo.

Para ello, la materia aborda aspectos directamente relacionados con la planificación de los programas de entrenamiento específicos para la práctica de diversas modalidades deportivas, además de profundizar en otros aspectos propios de Educación Física en la etapa de Bachillerato, como son los relacionados con la actividad física y la salud, y la aplicación de las tecnologías de la información a las ciencias de la actividad física y el deporte.

Los contenidos de la materia se organizan en cuatro bloques, dirigidos al desarrollo de distintos aspectos del entrenamiento deportivo. En el primer bloque se agrupan los contenidos de carácter general relacionados con la actividad física, el ocio y la salud. El segundo bloque de contenidos se ocupa del acondicionamiento físico y de los principios del entrenamiento deportivo. Por su parte, el tercer bloque está dedicado en su integridad al desarrollo práctico de los fundamentos adquiridos en el bloque anterior y a la profundización de la prevención de las lesiones deportivas y su tratamiento. Finalmente, en el cuarto bloque de contenidos se fomentará el desarrollo de la competencia digital en relación con las salidas profesionales que la actividad física y el entrenamiento deportivo ofrecen a los alumnos.

El enfoque metodológico de la materia optativa Entrenamiento Deportivo será de carácter práctico de tal modo que el alumno integre mediante su aplicación los conceptos propios de la materia en el diseño de actividades que desarrollen su autonomía, valorando la actividad física regular como medio para mejorar la salud y como alternativa para organizar y ocupar el tiempo de ocio.

Objetivos

La enseñanza de la materia Entrenamiento Deportivo tendrá como objetivo el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Conocer el propio cuerpo, analizando los cambios y adaptaciones que el movimiento y la actividad física producen en el funcionamiento de sus órganos y sistemas.
2. Identificar las capacidades físicas generales y las específicamente relacionadas con el deporte practicado, aplicando periódicamente instrumentos para su valoración y desarrollo en función de las características personales del alumno.
3. Comprender los aspectos fundamentales de la teoría del entrenamiento y conocer los aspectos que intervienen en la planificación de la actividad física y en la elaboración del plan personal de entrenamiento.
4. Llevar a la práctica el plan personal de entrenamiento y comprobar las mejoras conseguidas como consecuencia de su aplicación.
5. Conocer las pautas básicas de prevención y rehabilitación de las lesiones más frecuentes consecuencia de la práctica de las diferentes modalidades deportivas.
6. Aprender técnicas para el control de las tensiones producidas por la práctica del deporte de alto rendimiento.

MARTES, 2 DE SEPTIEMBRE DE 2014 - BOC NÚM. 168

7. Conocer los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios específicos del deporte practicado.
8. Reconocer y analizar los valores que aportan el deporte y la actividad física para incorporarlos como posible alternativa académica o profesional.

Contenidos

Bloque 1: Contenidos generales.

1. Conceptos básicos relacionados con la actividad física, el ocio y la salud. Distinción entre salud y ausencia de enfermedad, actividad física y deporte, y ocio y trabajo, etc.
2. Bases anatómicas y funcionales básicas del cuerpo humano.
3. Hábitos alimenticios y su influencia en la salud.
4. Consecuencias negativas que para la salud puede tener una práctica inadecuada.
5. Consideración social e institucional del deporte recreativo frente al deporte profesional.

Bloque 2: El Acondicionamiento físico.

1. Relación entre salud, calidad de vida y acondicionamiento físico.
2. Evolución del concepto de condición física y de la práctica del acondicionamiento físico (mantenimiento, alto rendimiento, salud, ocio y recreación). El entrenamiento deportivo.
3. Interpretación de los principios de la teoría del entrenamiento.
4. Profundización en el reconocimiento de las capacidades físicas condicionales.
5. Conocimiento y ejecución de los sistemas, métodos y medios del entrenamiento: proceso de Tecnificación Deportiva.
6. Utilización de la planificación y programación deportiva con conocimiento de las estructuras temporales.
7. Aplicación de los tests y pruebas de campo como instrumento de evaluación para el seguimiento del plan de entrenamiento.

Bloque 3: Planificación y puesta en práctica de la actividad física saludable.

1. Reconocimiento de la importancia de la higiene y la salud para la calidad de vida.
2. Importancia del conocimiento de la nutrición y su relación con la condición física y la mejora del rendimiento deportivo.
3. El entrenamiento invisible como favorecedor de la mejora de la condición física.
4. Programas de acondicionamiento físico atendiendo a aspectos diferenciales. Seguimiento y reconocimiento de su plan y programa personal de acondicionamiento físico y deportivo, atendiendo al principio de FITTPV (frecuencia, intensidad, tiempo, tipo de actividad, progresión y variedad).
5. Conocimiento de las actividades físicas como recurso para la potenciación de la salud. Actitud crítica ante el estudio, el análisis y las consecuencias del dopaje.
6. Valoración del conocimiento de la naturaleza y del origen de las lesiones deportivas más frecuentes: su estudio, prevención y actuación inmediata.
7. Ejemplificación de ejercicios contraindicados y de control postural, y su aplicación a los programas de mejora del acondicionamiento físico. Valoración de la importancia de su conocimiento como prevención de accidentes y lesiones deportivas.
8. Aprendizaje y utilización de técnicas de primera intervención ante lesiones durante la práctica deportiva. Pautas generales de actuación, uso del frío y conocimiento del masaje para reducir la tensión y rigidez muscular.
9. Aceptación y obediencia de las normas de prevención en las prácticas de riesgo.

MARTES, 2 DE SEPTIEMBRE DE 2014 - BOC NÚM. 168

10. Experimentación y explicación de las nuevas tendencias en el ámbito de la actividad física y el deporte.

11. Perfeccionamiento de los fundamentos técnicos y principios tácticos de deportes practicados.

Bloque 4: Investigación. Salidas profesionales en el campo de la actividad física y el entrenamiento deportivo.

1. Análisis y valoración de los resultados de investigaciones relacionadas con el campo de las ciencias de la actividad física y el deporte.

2. Autonomía en la búsqueda de información relacionada con las ciencias de la actividad física y el deporte.

3. Aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación a las ciencias de la actividad física y el deporte.

4. Conocimiento y valoración de las salidas profesionales en el campo de la actividad física y del entrenamiento.

Criterios de evaluación

1. Identificar y comprender la estructura y funcionamiento del cuerpo humano, analizando los fenómenos básicos de adaptación del organismo al ejercicio físico.

Con este criterio se evalúa la capacidad de los alumnos para identificar las partes y funciones principales de los diferentes aparatos y sistemas que componen el cuerpo humano, así como su capacidad para explicar y analizar las principales adaptaciones fisiológicas que se producen durante el ejercicio físico.

2. Comprender y valorar la importancia de la alimentación como fuente de salud.

Con este criterio se comprueba si los alumnos son capaces de elaborar una dieta saludable y equilibrada y de reflexionar de forma crítica sobre los problemas sociales y personales relacionados con la alimentación.

3. Identificar las pautas básicas de higiene y vida saludables de manera que se tengan en cuenta para establecer planes de entrenamiento que respeten la salud.

Este criterio tiene como objeto comprobar que los alumnos reconozcan, valoren y pongan en práctica los conocimientos mínimos necesarios en relación con los hábitos saludables, en especial la nutrición, la higiene y el entrenamiento invisible, además de constatar que conocen y valoran que las prácticas higiénico-saludables conllevan un efecto positivo e inmediato que revierte en la mejora de la condición física y en consecuencia, en su calidad de vida.

4. Evaluar, mediante las pruebas de campo y los test correspondientes, el nivel inicial, la evolución y el nivel final de la condición física dentro del plan de entrenamiento.

Este criterio busca constatar que los alumnos son capaces de utilizar correctamente los protocolos de tests y pruebas de campo para conocer su nivel de condición física inicial, así como para comprobar el grado de desarrollo que va alcanzando durante la aplicación del plan de entrenamiento..

5. Conocer detalladamente su plan de entrenamiento de la condición física orientada a la mejora del rendimiento deportivo y de su salud.

Con este criterio se evalúa si los alumnos son capaces de reconocer su plan de entrenamiento justificándolo e identificando los principios del mismo, las leyes de la adaptación que éste debe cumplir, las capacidades físicas condicionales y coordinativas para la mejora de la salud y calidad de vida, los métodos y medios de entrenamiento que mejor se ajustan a sus necesidades y a su entorno, así como todas las variables que afectan de una u otra forma al rendimiento físico.

6. Ejecutar la planificación del entrenamiento diseñada para el incremento y desarrollo de la condición física.

MARTES, 2 DE SEPTIEMBRE DE 2014 - BOC NÚM. 168

Con este criterio se pretende comprobar si los alumnos, tras el diseño del plan de entrenamiento, son capaces de llevar a la práctica su planificación, siendo partícipes de la verificación de que los sistemas, métodos y medios de entrenamiento utilizados se ajustan a sus necesidades y a las posibilidades de su entorno.

7. Reconocer las posibles lesiones que se puedan producir en la práctica de la actividad física, el entrenamiento y las competiciones y saber aplicar las normas básicas de actuación ante estas circunstancias.

Con este criterio se pretende comprobar si los alumnos son capaces de identificar las posibles lesiones que se puedan producir durante la práctica deportiva, y aplicar el protocolo de actuación inmediato hasta la intervención médica especializada.

8. Dominar los diferentes fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos de los deportes practicados.

Este criterio permite conocer si los alumnos son capaces de utilizar los conocimientos tácticos, técnicos y reglamentarios del deporte en el que se han especializado para mejorar su rendimiento y resultados deportivos.

9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como medio para obtener información relacionada con los conocimientos tratados en el ámbito de la condición física.

Con este criterio se evalúa que los alumnos son capaces de usar las tecnologías de la información y la comunicación, para compilar, seleccionar, transformar y transmitir, todos aquellos datos y contenidos vinculados con el entrenamiento y la condición física, mediante informes o presentaciones, expresándose con el vocabulario propio de la materia.

10. Analizar y estudiar las posibilidades laborales en torno a la actividad física en el mercado profesional actual.

Este criterio evalúa si los alumnos son capaces de identificar, tras un adecuado análisis, las posibles salidas profesionales relacionadas con la condición física y, por consiguiente, con la actividad física en sí misma, indagando en la situación del mercado laboral, de tal manera que le sirva para averiguar y reconocer sus posibilidades futuras respecto a su formación académica y al campo profesional de su interés.

2014/12235

CVE-2014-12235