

Ponente: Jarumi Guadalupe Rodríguez Anguiano

TEMA: juegos para el desarrollo de capacidades condicionales (fuerza, rapidez, resistencia y flexo-elasticidad)

Objetivo:

Al término de la asignatura el alumno será capaz de reconocer las variables que intervienen en el juego para el desarrollo de las capacidades condicionales de la rapidez, flexo-elasticidad, resistencia y fuerza de un deportista a lo largo de la estructura de entrenamiento con niños

TEMAS:

1. ¿Qué es el juego?
2. Diferentes conceptualizaciones de juego
3. Características del juego
4. Beneficios del juego
5. Tipos de juego
6. Tipos de participación en el juego
7. El juego como elemento de desarrollo de habilidades y capacidades
8. La rapidez en el entrenamiento infantil
9. Juegos para el desarrollo de la rapidez
10. La fuerza en el entrenamiento infantil
11. Juegos para el desarrollo de la fuerza
12. La resistencia en el entrenamiento infantil
13. Juegos para el desarrollo de la resistencia
14. La flexoelasticidad en el entrenamiento infantil
15. Estiramientos didácticos
16. La carga de entrenamiento en el juego

Actividades de aprendizaje

BAJO LA CONDUCCIÓN DE UN DOCENTE:

- Discusiones grupales sobre los temas.
- Exposición de casos prácticos.
- Preguntas guía

	■ Cuadros comparativos
De manera independiente:	<i>DE MANERA INDEPENDIENTE:</i> ■ Investigación bibliográfica y electrónica. ■ Lectura comentada de textos especializados. ■ Matriz de clasificación ■ Realización de tablas y reportes con base a la aplicación de la prueba de pruebas