

**Seminario de Formación sobre Educación Artística y Deportiva  
Formación Deportiva – MÓDULO 3 11– 15 de Mayo de 2009  
Actividad Física y Deporte**

La finalidad de este tercer Seminario es complementar la información y el trabajo realizado en el primer y segundo seminarios sobre actividad física deportiva en contextos de encierro. Los objetivos formativos son los siguientes:

- Formular un proyecto de implementación deportiva basado en el análisis de la población penitenciaria en función de las posibilidades del contexto (espacio de trabajo, recursos económicos, régimen penitenciario, etc).
- Identificar con los participantes las peculiaridades de cada contexto en los cuales trabajan (centro de jóvenes, centros penales de adultos, hombres, mujeres...) promoviendo el desarrollo de una actividad física y deportiva ajustada a las necesidades de la población interna.
- Reconocer e identificar los conflictos acaecidos de nuestra labor profesional como equipo de tratamiento en el entorno penitenciario, analizando las habilidades comunicativas y actitudes para su correcta gestión.
- Describir los fundamentos teóricos y prácticos del Voleibol y deportes de implemento (de raqueta) adaptado al contexto de encierro.
- Analizar y profundizar en los elementos básicos de la condición física, el ejercicio físico y el deporte para la salud.
- Describir y analizar las actividades físicas del tiempo libre en el contexto social salvadoreño
- Formular los elementos básicos de la planificación y programación deportiva en el marco de la actividad física y los equipamientos deportivos

## AGENDA DETALLADA

### Lunes 11 de Mayo de 2009

- |                      |  |
|----------------------|--|
| <b>08:30 – 09:00</b> | Presentación de los formadores.  |
| <b>09:00 – 10:15</b> | Valoración del módulo 2  |
| <b>10:15 – 11:15</b> | Presentación del módulo 3: Monográfico de “condición física para la salud”, “introducción al Voleibol”, “gestión de conflictos en contextos de encierro”, “ocio y tiempo libre deportivo”, “planificación y gestión de actividades deportivas”.<br><br>Los alumnos responden a cuestionario inicial para valorar conocimientos (20’) |
| <b>11:15 – 11:25</b> | Pausa Café   |
| <b>11:25 – 12:10</b> | Exposición de los alumnos a resto de grupo. Puesta en común de los conocimientos iniciales   |
| <b>12:15 – 13:00</b> | Teoría y aplicación de los deportes colectivos en los centros penitenciarios: Voleibol y deportes de implemento  |
| <b>13:00 – 14:00</b> | Almuerzo   |
| <b>14:00 – 15:15</b> | Aplicación práctica voleibol mediante el juego.  |
| <b>15:15 – 15:45</b> | Pausa café   |
| <b>15:45 – 17:00</b> | Bases de la condición física para la salud. Beneficios del ejercicio físico. El trastorno metabólico   |

## Martes 12 de Mayo de 2009

- |                      |   |
|----------------------|---|
| <b>08:30 – 9:00</b>  | Valoración, preguntas y debate sobre contenidos día anterior.   |
| <b>09:00 – 11:15</b> | Ocio y tiempo libre; análisis de los elementos del sistema deportivo. Ideología, actividad física y salud.      |
| <b>11:15 – 11:25</b> | Pausa Café  |
| <b>11:25 – 13:00</b> | Teoría y aplicación de los deportes colectivos en los centros penitenciarios: Voleibol y deportes de implemento |
| <b>13:00 – 14:00</b> | Almuerzo  |
| <b>14:00 – 15:15</b> | Aplicación práctica deportes con implemento mediante el juego.  |
| <b>15:15 – 15:45</b> | Pausa café  |
| <b>15:45 – 17:00</b> | Aplicación práctica de la condición física para la salud en los trastornos locomotores.                         |

## Miércoles 13 de Mayo de 2009

- |                      |   |
|----------------------|---|
| <b>8:30 – 9:00</b>   | Valoración, preguntas y debate sobre contenidos día anterior.   |
| <b>09:00 – 11:15</b> | La planificación y gestión de las actividades de tiempo libre.<br>Adaptación al sistema penitenciario |
| <b>11:15 – 11:25</b> | Pausa Café  |

<b>11:25 – 13:00</b>	Ejercicio físico para la salud.
<b>13:00 – 14:00</b>	Almuerzo
<b>14:00 – 15:15</b>	Aplicación práctica voleibol mediante el juego.
<b>15:15 – 15:45</b>	Pausa café
<b>15:45 – 17:00</b>	Aplicación práctica de la condición física para la salud en los trastornos metabólicos.

### **Jueves 14 de Mayo de 2009**

<b>08:30 – 9:00</b>	Valoración, preguntas y debate sobre contenidos día anterior.
<b>09:00 – 11:15</b>	Los conflictos interpersonales en el contexto profesional; habilidades comunicativas y actitudes profesionales delante de los conflictos.
<b>11:15 – 11:25</b>	Pausa Café
<b>11:25 – 13:00</b>	Diseño y confección de actividades físicas para la salud y su adaptación en el contexto de encierro.
<b>13:00 – 14:00</b>	Almuerzo
<b>14:00 – 15:15</b>	Aplicación práctica deportes de implemento mediante el juego.
<b>15:15 – 15:45</b>	Pausa café
<b>15:45 – 17:00</b>	Exposición de las sesiones de los alumnos adaptadas al contexto de encierro

## Viernes 15 de Mayo de 2009

- |                      |  |
|----------------------|--|
| <b>08:30 – 9:00</b>  | Valoración, preguntas y debate sobre contenidos día anterior.                |
| <b>09:00 – 11:15</b> | Evaluación grupal sobre contenidos de planificación y gestión deportiva.     |
| <b>11:15 – 11:25</b> | Pausa Café   |
| <b>11:25 – 13:00</b> | Exposición de las sesiones de los alumnos adaptadas al contexto de encierro. |
| <b>13:00 – 14:00</b> | Almuerzo   |
| <b>14:00 – 17:00</b> | Seguimiento de las actividades físico-deportivas en un centro penitenciario. |