

CURS DE TÈCNIC ESPORTIU PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL. NIVELL I

CONTINGUTS

1.- Discapacitat Intel·lectual	30'
1.1 Concepte i tipus	
1.2 Etiologies e implicacions conductuals	

2.- Organització de l'esport adaptat	1 hora
2.1 Contextualització	30'
a. Federació Catalana ACELL	
b. Special Olympics	
c. Altres Entitats	
2.2 Modalitats esportives	30'
a. Federació Catalana ACELL	
b. Special Olympics	
c. Altres Entitats	

3.- Activitats física adaptada	2,30 hores
3.1 Concepte AF i AFA	30'
3.2 Evolució de l'esport adaptat	
3.3 Tipus d'activitat física	
Rehabilitació, terapèutics, competitiu, recreatiu	
3.4 Les activitats motrius	30'
Concepte	
Competència motriu	
3.5 Les adaptacions	1,30 hores
3.5.1 Adaptacions externes a l'activitat	
3.5.2 Adaptacions a l'activitat	
a. Espai	
b. Temps	
c. Material	
d. Relació amb els companys	
e. Suports	

4. L'Esport	1 hora
4.1 <i>Concepte</i>	
a. Diferents formes d'esport (objectius)	
b. Esport com a mitjà (social)	
c. Esport i activitat física	
4.2 <i>Contraindicacions esportives</i>	
Esport i contraindicacions específiques	
4.3 <i>Altres conceptes</i>	
Segregació, integració inclusió/normalització	

5. Fonaments	2 hores
5.1 <i>Fisiològics i implicacions</i>	30'
Beneficis i fonaments fisiològics de l'activitat física	
5.2 <i>Metodològics i didàctics</i>	1 hora
a. Diferència entre metodologia i didàctica	
b. Principis didàctics	
c. Procés ensenyament /aprenentatge	
d. La sessió i la unitat didàctica	
5.3 <i>Tècnics i entrenament</i>	30'
a. Principis de l'entrenament	
b. La càrrega física	
c. Avaluació i test de control	

6.-Els Esports (Federació ACELL)	1 hora
a. Generalitats	
b. Esports	
c. Tècnica i tàctica	
d. Mitjans d'entrenament i mètodes específics de treball	
e. Organització de les sessions i planificació específica	

Classes teòriques	7 hores
Classes pràctiques	1 hora