



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

VICERRECTORADO ACADÉMICO

Programa de la Asignatura (Sílabo)



1. Datos Generales y Específicos:			
a) Código de la Asignatura:	3.8	b) Nombre de la Asignatura:	CULTURA FÍSICA
c) Facultad:	CIENCIAS ADMINISTRATIVAS	d) Carrera:	CIENCIAS ADMINISTRATIVAS
e) Nivel:	TERCER NIVEL "A"	f) Unidad de Organización Curricular:	FORMACIÓN HUMANA
g) Créditos:	4	h) Modalidad:	PRESENCIAL
i) Prerrequisitos:	NINGUNO	j) Horas:	128
k) Correquisitos:	NINGUNO	l) Docencia:	32 Prácticas: 32 Autónomas: 64
m) Elaborado por:	DR. PEDRO AZÚA GUILLÉN	n) Período Académico:	2017 - 2018 (1)
o) Docente responsable:	DR. PEDRO AZÚA GUILLÉN	p) Horario:	SABADOS 7:45 - 10:45

2. Caracterización de la Asignatura

La Educación Física, es una asignatura, dirigida a proporcionar a los estudiantes las directrices necesarias para que utilicen su tiempo libre a realizar actividades físicas, deportivas y recreativas. Mismas que le permita mejorar su capacidad física y su salud. Está programada de tal manera que proporcione los elementos necesarios de actividades motoras, recreativas y técnicas básicas de los deportes planificados.

Actualmente la niñez y juventud está pasando por un estado de sedentarismo alarmante, por la tecnología e invadidos por actividades y productos que agudizan cada día más las enfermedades no transmisibles (obesidad, presión arterial, depresión, osteoporosis, etc.). El programa está diseñado de tal manera, que se los motivará a la práctica de la educación Física, el deporte y la recreación intra y extra clase como medio de mejorar sus capacidades morfo funcionales, calidad de vida y ocupación del tiempo libre. El programa es generalmente práctico; también, se expondrán fundamentos teóricos de la actividad física, el deporte y su importancia en nuestro diario vivir.

3. Objetivo de la Carrera

Formar un profesional con una visión humanística y de justicia organizacional capaces de formar, dirigir, promover e impulsar procedimientos innovadores en organizaciones de cualquier tipo desde el punto de vista administrativo-financiero, con el fin de que éstas logren colocarse en altos niveles de competitividad con la calidad, la productividad y la eficiencia suficientes, para que tiendan a incorporarse exitosamente a los procesos de globalización económica, cultural y comercial.

4. Relación de la Asignatura con los resultados de aprendizaje de la carrera

Resultados de Aprendizaje de la Carrera		ALTA – MEDIA – BAJA	Al finalizar el periodo, el estudiante debe/podrá:
a)	Desarrollar actividades físicas y recreativas, orientadas al fortalecimiento de las capacidades condicionales y coordinativas como factor preponderante para el mejoramiento de su calidad de vida.	ALTA	Socializa y argumenta contenidos de Educación Física, Deportes y recreación y su importancia para una vida plena y saludable; así como su participación activa en actividades motoras y recreativas (reproductivas y productivas)
b)	Reconocer la importancia de la práctica de la actividad física y el deporte como medio integrador y como vía para el desarrollo de habilidades y destrezas propias de cada uno de los deportes.	ALTA	Elabora organizadores gráficos y socializa la génesis de los deportes y su importancia para la vida de una sociedad: así como su participación activa en actividades físicas, técnicas y juegos de conjunto, como medio integrador y de desarrollo de capacidades condicionales.

5. Contenidos Mínimos (Información de la Carrera)
Desarrollar actividades físicas y recreativas, orientadas al fortalecimiento de las capacidades condicionales y coordinativas como factor preponderante para el mejoramiento de su

6. Metodología (Modelo Educativo)
Desde la concepción del Modelo Educativo de la universidad, que está en proceso de construcción, la metodología que se trabajará en el proceso de enseñanza aprendizaje de la

7. Perfil del Docente (Información de la Carrera)
Dominio y comprensión de la disciplina

8. Estructura de la Asignatura			
Unidades Temáticas	Contenidos		
	Conocimientos	Habilidades	Actitudes/Valores
1 Importancia de la actividad física y la recreación como medio para el fortalecimiento de las posibilidades funcionales y capacidades condicionales: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.	Conoce la clasificación de la fuerza y sus particularidades; así como la importancia de los juegos deportivos, pre deportivos y populares.	Realiza un análisis crítico sobre el desarrollo estas capacidades (rapidez y resistencia).	Es ético en el momento de poner en práctica la actividad física.
2 Síntesis histórica de los deportes (Atletismo, Voleibol, Fútbol, Básquet, Gimnasia Artística, Defensa Personal y Natación)	Emplea un análisis crítico sobre la importancia de comenzar estas actividades deportivas en edades tempranas y su accionar en la vida cotidiana.	Diseña en organizadores gráficos las diferentes actividades físicas y técnicas de estas disciplinas deportivas.	Es cortés y respetuoso con sus maestros y compañeros.



9. Desarrollo de la Asignatura									
RESULTADO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD: como vía para el desarrollo de habilidades y destrezas propias de cada uno de los deportes.									
Sesión	U.1 Fecha	Contenidos	Horas			T. Autónomo	Actividades de Docencia		Mecanismos de evaluación
			Docencia	Prácticas			Experimentación y Aprendizajes	Trabajo Autónomo	
1.1	Semana 1	Diagnóstico, socialización y encuadre de la asignatura conjuntamente con el grupo estudiantil.	4		4		Diseño de un acta de acuerdo que representa los compromisos docente-estudiante en relación de la asignatura.	Mensaje central de reflexiones axiológicas	Prueba de diagnóstico
1.2	Semana 2	Conceptos - definiciones - e importancia de la actividad física y la recreación en los diferentes periodos etarios	4		4		Resolución de problemas o casos.	Lectura, de documentos sobre la actividad física	
1.3	Semana 3	Calentamiento general y especial y ejercicios de coordinación	8	8	8		Proyectos de integración de saberes	Resolución de problemas concretos de la profesión, mediante situaciones problemáticas.	Lecciones orales. Trabajo grupal. Exposiciones individuales. Informes escritos. Portafolio. Puntualidad. Respeto. Actuación en clases. Examen escrito
1.4	Semana 4	Resistencia aeróbica y anaeróbica.	8	8	8		Clases en línea en tiempo sincrónico	Talleres	
1.5	Semana 5	Fuerza: iso-métrica, pliométrica, aniso tónica y aniso métrica (escápula humeral, lumbo-abdominal y coxofemoral)	8	8	8		Construcción de modelos y prototipos, Orientación para estudios de caso	Trabajos de observación dirigida, Exposiciones.	
Total...			32	24	32	RECURSOS DIDÁCTICOS: Vídeos, documentales, sala audiovisual y laptops.			

RESULTADO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD: como vía para el desarrollo de habilidades y destrezas propias de cada uno de los deportes.									
Sesión	U.2 Fecha	Contenidos	Horas			T. Autónomo	Actividades de Docencia		Mecanismos de evaluación
			Docencia	Prácticas			Experimentación y Aprendizajes	Trabajo Autónomo	
2.1	Semana 1	Síntesis histórica de los deportes Diagnóstico de fundamentos teóricos: Atletismo, Baloncesto, voleibol, fútbol, Gimnasia Artística, Natación y Defensa Personal.	8		8		Resolución de problemas o casos. Orientación para estudios de caso	Resolución de problemas concretos de la profesión, trabajos,	



2.2	Semana 2	Atletismo: Pruebas de pista y pruebas de campo Baloncesto: dribling, pases, lanzamiento, entradas y juego. Voleibol: voleo, recepción, saque y juego fútbol	4	8	4	Docencia en escenarios laborales	Construcción de modelos y prototipos,	Trabajos de observación dirigida,	Análisis y comprensión de materiales bibliográficos y documentales, tanto analógicos como digitales.	Lecciones orales. Trabajo grupal. Exposiciones individuales. Informes escritos. Portafolio. Puntualidad. Respeto. Actuación en clases. Examen escrito
2.3	Semana 3	Natación: Cambio de respiración, flotación prono y supino, desplazamiento prono y supino. Gimnasia Artística: Roles, vertical de cabeza y manos, ½ luna, etc. Defensa personal: Técnica de puños y patadas, defensas bajas, medias y altas.	8	8	8	Proyectos de integración de saberes	Proyectos de integración de saberes	Talleres	elaboración individual de ensayos	
Total...			20	16	20	RECURSOS DIDÁCTICOS: Vídeos, documentales, sala audiovisual y laptops.				

Teóricas	Prácticas	T. Autónomo
52	24	52
Total		

10. Escenarios de Aprendizaje			
Aula de clase	Escenarios experimentales o laboratorios	Escenarios Laborales	Otros
Talleres	Escenarios virtuales o simulación	Auditorios	Especificar:
			Nuevo

11. Criterios Normativos de Evaluación de Asignatura (Diagnóstica, Formativa y Sumativa)			
MODALIDAD	PONDERACIÓN	Mecanismos de Evaluación	Sesiones
Actividades varias en clase	20%	Lección oral, puntualidad, respeto y actuación en clases	1
Trabajo Autónomo	20%	Trabajo grupal, exposiciones y ensayo	4
Prácticas de aplicación y experimentación	30%	Investigación formativa y portafolio	2
Evaluación Primer parcial	30%	Evaluación escrita	2

1. Parcial

Actividades varias en clase	20%	Lección oral, puntualidad, respeto, actuación en clases	1
Trabajo Autónomo	20%	Trabajo grupal y exposiciones	4
Prácticas de aplicación y experimentación	30%	Demostraciones activas y portafolio 2	2
Evaluación Final	30%	Evaluación escrita	2

2. Parcial

2.3 a 3.3

12. Bibliografía Básica y Complementaria

a) Básica	Autor	Año	Código	Nombre del Libro	Capítulo	Unidad
				• Guimaraes Rodríguez Ton inho. El Entrenamiento Deportivo: Capacidades. Edit. Magisterio, Bogotá. 1 999		
b) Complementaria						
c) Web						

<https://www.google.com/search?q=historia+del+atletismo+a+nivel+mundial+pdf&ie=utf-8&oe=utf-8>
<https://www.google.com/search?q=BASQUETPDF&ie=utf-8&oe=utf-8#q=BASQUET+PDF&spell=1>
<https://www.google.com/search?q=VOLEIBOLPDF&ie=utf-8&oe=utf-8#q=VOLEIBOL+PDF&spell=1>
<https://www.google.com/search?q=NATACI%C3%93NPDF&ie=utf-8&oe=utf-8>

13. Revisión y Aprobación

Dr. Pedro Azúa G. Docente	Ing. Rubén Mero Comisión Académica	Fecha:
------------------------------	---------------------------------------	--------

Mayo 03 - 2017

Fecha:

Dr. Pedro Quijije A.
Decanato/Coord. de Carrera