



**UNIVERSIDAD PERUANA DEL CENTRO**  
**FACULTAD DE ADMINISTRACION DE EMPRESAS**  
**ESCUELA PROFESIONAL**

## **SILABO**

**ASIGNATURA:**  
**EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTISTICA**  
**Semestre Académico 2016-1**

### **1. DATOS INFORMATIVOS:**

1.1	Nombre de la Asignatura	: Educación física y Artística
1.2	Código de la Asignatura	: EGAD-106
1.3	Número de créditos	: 02
1.4	Carácter de la Asignatura	: Obligatorio
1.5	Ciclo Académico	: I Semestre
1.6	Total de horas	: 2
	1.6.1. Horas de teoría	: 00
	1.6.2. Horas de práctica	: 04
1.7	Prerrequisito	: Ninguno
1.8	Total de Semanas	: 17 semanas

### **2. SUMILLA**

- La asignatura es obligatoria y de naturaleza teórica y práctica; pertenece al área de Estudios Generales. La asignatura de Educación Física y Artística, es un instrumento de la pedagogía que ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio – sico – social tiene como determinante la conservación de una buena salud y el desarrollo de la inteligencia artística del alumno, realizar ajustes pertinentes las reacciones y comportamiento en su mundo externo, para afrontar el futuro con una actitud positiva, respetando solidarizando como valorar su mundo interno.  
Para lograr tal propósito la asignatura abarca los siguientes contenidos generales. I acondicionamiento físico y metodología de la enseñanza de los fundamentos del vóley. II acondicionamiento físico y metodología de la enseñanza de los fundamentos del fustal. III Acondicionamiento físico y metodología de la enseñanza de los fundamentos del básquet.

### **3. OBJETIVOS:**

- Desarrollar las cualidades artísticas del alumno y su capacidad creativa orientada a su carrera profesional.
- Lograr un equilibrio entre conocimientos y el desarrollo de actividades físicas y creativas.

### **4. PROGRAMACIÓN ACADEMICA** (Distribuido en 3 unidades y 17 semanas)

## I UNIDAD

### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y METODOLOGIA DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL VOLEY

**Capacidades:**

- Alcanzar el mayor nivel de resistencia y condición física.
- Realiza y aplica las reglas del voley.

N° SEMANA	N° SESION	N° HORAS	CONTENIDOS			% AVANCE
			CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
1	1°	04	Familiarización con el balón	Mediante driles de iniciación	Puntualidad	6%
2	2°	04	Recepción	Mediante Juegos pre deportivos	Puntualidad	12%
3	3°	04	voleo	Manejo de balón en sus diferentes formas	Puntualidad	18%
4	4°	04	saque	Driles de fundamentos	Respeto	24%
5	5°	04	Sistema de juego	Posiciones en el campo, variantes	Solidaridad	29%
6	<b>PRIMERA EVALUACIÓN PARCIAL</b>					35%

## II UNIDAD

### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y METODOLOGIA DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL FUTSAL

**Capacidades:**

- Alcanzar el mayor nivel de resistencia y condición física.
- Realiza y aplica las reglas del futsal.

N° SEMANA	N° SESION	N° HORAS	CONTENIDOS			% AVANCE
			CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
7	7°	04	Desarrollo de la capacidad, resistencia y la coordinación	Desplazamiento y Trabajos de coordinación en la escalera pliométrica	puntualidad	41%
8	8°	04	Fundamentos y reglas básicas del futbol	Conoce y ejecuta mediante juegos pre-deportivos los fundamentos principales del futbol	puntualidad	47%
9	9°	04	Fundamentos del pase, control del balón	Fundamentos del pase mediante, circuitos básicos	puntualidad	53%
10	10°	04	Fundamentos del remate y saque	Trabajos individuales y grupales	respeto	59%
11	11°	04	El desmarque	Mediante Juegos pre	solidaridad	65%

				deportivos		
12	<b>SEGUNDA EVALUACIÓN PARCIAL</b>					71%

### III UNIDAD

#### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y METODOLOGIA DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL BASQUET

**Capacidades:**

- Alcanzar el mayor nivel de resistencia y condición física.
- Realiza y aplica las reglas del básquet.

N° SEMANA	N° SESION	N° HORAS	CONTENIDOS			% AVANCE
			CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
13	13°	04	Acondicionamiento Físico y coordinación	Trotes lentos, rápidos , trabajo en la escalera de coordinación.	Puntualidad	76%
14	14°	04	El Dribling	Manejo de balón en todas sus formas utilizando los fundamentos del dribling	Puntualidad	82%
15	15°	04	El Pase	Driles de entrenamiento ampliando todos los fundamentos y práctica de juego con corrección de errores.	Respeto	88%
16	16°	04	El Tiro	Fundamentos del tiro en todas sus formas	Solidaridad	94%
17	<b>TERCERA EVALUACIÓN PARCIAL</b>					<b>100 %</b>

#### 5. METODOLOGÍA Y/O ESTRATEGIAS DIDACTICAS

- **Métodos:**
  - ✓ Método activo
  - ✓ Método Deductivo
  - ✓ Método Inductivo
  - ✓ Método Expositivo.
- **Técnicas:**
  - ✓ Técnicas Individuales.
  - ✓ Técnicas Grupales.
- **Estrategias:**
  - ✓ Experimentación de las actividades.
  - ✓ Presentación de driles de trabajo.

#### 6. RECURSOS MATERIALES

- Ropa deportiva
- Balones
- Conos
- Platos
- Picas

- Escalera pliométrica

## 7. EVALUACION

- REQUISITOS DE APROBACIÓN:

- ✓ Asistencia obligatoria a clases prácticas en un mínimo del 70%
- ✓ Obtener nota final 10.5

TA: Promedio de tareas académica

EP :1ra evaluación parcial

EP: 2da evaluación parcial

EF: 3ra evaluación parcial

NF : Nota final

$$NF = \frac{\overline{TA} + EP1 + EP2 + EF}{4}$$

## 8. BIBLIOGRAFIA

- Jean Le Bouch 2002 EL MOVIMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA PERSONA Edi. Paidotribo
  - Cide 2001 LA COMUNICACIÓN CORPORAL (MED-PERU)
- Maurice Pieron 2000 DIDACTICAS DE LAS ACTIVIDADES FISICAS Y DEPORTIVAS.