

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

SILABO

1. DATOS INFORMATIVOS:

| | |
|-------------------------------|--------------------------------|
| 1.1 Nombre de la Asignatura | : EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTÍSTICA |
| 1.2 Código de la Asignatura | : EGCS - 105 |
| 1.3 Número de créditos | : 02 |
| 1.4 Carácter de la Asignatura | : Obligatorio |
| 1.5 Ciclo Académico | : I Semestre |
| 1.6 Total de horas | : |
| 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

Es una asignatura obligatoria que pertenece al Área de Estudios Generales. La asignatura es eminentemente práctica, se orienta a que los estudiantes conozcan y desarrollen su esquema y control corporal. Afiancen su lateralidad, respiración y relajación, así como la percepción y estructuración corporal.

Para ello se recurrirá a las actividades al aire libre, así como ejercicios individuales y colectivos, juegos simples, complejos, y secuencias de ejercicios a través de los diversos deportes, la danza y la recreación, lo que se especifica en el ciclo programado

3. COMPETENCIAS QUE EL ALUMNO HABRA LOGRADO

- Comprende el funcionamiento de todo su cuerpo e interioriza su imagen corporal, valora su salud y asume con responsabilidad y disciplina la mejora de sus capacidades físicas.
- Demuestra dominio corporal y utiliza sus habilidades motrices básicas.
- Participa en la práctica de actividades lúdicas, recreativas, deportivas y en el medio natural; valorando, las normas de convivencia, las prácticas lúdicas tradicionales y el cuidado de ambientes naturales, integrándose y cooperando con el grupo.

4. PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

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% |
| PRIMERA EVALUACIÓN PARCIAL | | | | | | 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 deportivos | solidaridad | 65% |
| SEGUNDA EVALUACIÓN PARCIAL | | | | | | 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% |
| TERCERA EVALUACIÓN PARCIAL | | | | | | 100 % |

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

- **EDUARDO GALAK y VALERIA VAREA.** Cuerpo y Educación Física, Editorial Biblos, Buenos Aires. 2013.
- **GALO SÁNCHEZ.** La Expresión Corporal en la Enseñanza Universitaria, Editorial Ediciones Universidad de Salamanca. 2012.