

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA

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	: 04
	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 METODOLOGÍA 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 METODOLOGÍA 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,	puntualidad	53%

				circuitos básicos		
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 METODOLOGÍA 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.