

## SILABO

### ASIGNATURA: TALLER DE ARTE Y DEPORTES

#### 1. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Nombre de la asignatura	: TALLER DE ARTE Y DEPORTES
1.2 Código de la asignatura	: EGAD-19105
1.3 Número de Créditos	: 02
1.4 Carácter de la asignatura	: Obligatorio
1.5 Semestre Académico	:
1.6 Ciclo académico	: I
1.7 Total de horas Semanales	: 04
1.7.1 Horas de teoría	: 00
1.7.2 Horas de práctica	: 04
1.8 Prerrequisito	: NINGUNO
1.9 Fecha de Inicio	:
1.10 Fecha de finalización	:
1.11 Total de Semanas	: 17 semanas
1.12 Docente responsable	:

#### 2. SUMILLA

La asignatura pertenece al área de formación de Estudios Generales, es de naturaleza teórica y práctica y tiene como propósito; desarrollar el ser con todas sus dimensiones biológicas psicológicas y sociales. Especialmente la corporeidad. Mediante el desarrollo de las capacidades matrices. Como aspecto operativo de la persona: ya que la motricidad es una dimensión del desarrollo humano que se implanta mediante la educación física., su desarrollo en Este nivel de estudios superiores debe de enmarcarse hacia los logros sistemáticos esenciales de sus capacidades y habilidades matrices. Mejorando el movimiento de la capacidad orgánica, procurando un funcionamiento eficiente de los sistemas corporales nervioso, cardio vascular, respiratorio, muscular y óseo. Contribuyendo de esta manera en su salud y bienestar de los estudiantes. Se Define y se mide la destreza en los diferentes deportes colectivos como son el Atletismo, Fútbol, Vóley, Básquet, Ajedrez y Gimnasia entre otro. La habilidad de cada uno de ellos es la ores& del rendimiento físico, así como una mayor riqueza de movimientos mediante su diversificación creativa preservando el desarrollo morfológico funcional de cada uno de ellos.

Organiza sus contenidos en las siguientes unidades de aprendizaje: I. ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y METODOLOGIA DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL VOLEY Y FUTSAL. II. EL VOLEY Y EL FUTSAL COMO PRÁCTICA DEPORTIVA IMPORTANTE PARA EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ. III. LAS ACTIVIDADES ARTISTICAS Y SU IMPORTANCIA EN SU FORMACION PROFESIONAL

### 3. COMPETENCIAS

Comprende y valora los fundamentos científicos del desarrollo de estilos de vida saludable y los aplica en su vida personal y profesional.

### 4. PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

#### I UNIDAD

#### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS DEL VOLEY Y FUTSAL

##### Capacidades:

Realiza y aplica las reglas del vóley y del futsal conociendo y mejorando su técnica deportiva.

Nº SEMANA	Nº SESIÓN	Nº HORAS	CONTENIDOS			% AVANCE
			CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
1	S1	2h 2h	<p>Introducción al Futsal. Familiarización Pruebas físicas de resistencia , fuerza, flexibilidad y agilidad</p> <p>Práctica dirigida de Futsal</p> <p>Trabajo de voleo. Lanzamiento de balón flexión y extensión de brazos y piernas. Estática y movimiento del cuerpo</p> <p>Practica dirigida de voleo</p>	<p>Se familiariza con la práctica del futsal y practica ejercicios físicos de resistencia y fuerza.</p> <p>Ejecuta la técnica de los fundamentos básicos del Voleibol y aplica las reglas en la conducción deportiva.</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas.</p>	6%
2	S2	2h 2h	<p>Reglas del futsal (FIFA). Trabajo grupal y trabajos físicos de resistencia aeróbica</p> <p>Práctica dirigida de Futsal.</p> <p>Técnica del antebrazo: Posiciones del cuerpo, cabeza, tronco, piernas, manos pies. Lanzamiento del balón y recepción</p> <p>Práctica dirigida de voleo</p>	<p>Planifica y ejecuta actividades físicas para desarrollar sus capacidades físicas condicionales</p> <p>Realiza trabajos físicos diversos para fortalecer su cuerpo</p>	<p>Reconoce la importancia de saber cómo se encuentra su condición física y mejora su resistencia y fuerza</p>	12%
3	S3	2h 2h	<p>Medidas del campo, áreas, líneas demarcatorias y para qué sirve. Peso de la pelota y medidas. Preparación física, resistencia, fuerza y flexibilidad</p> <p>Práctica dirigida de futsal</p> <p>Saque potencia y saque tenis. Practica en parejas frente al net, auto alzada, trabajo por repeticiones. Correcciones de la ejecución del saque, posición del cuerpo, salto, golpe al balón, ejecución de driles para el dominio y destreza del saque.</p> <p>Práctica dirigida de voleo</p>	<p>Conoce el campo de juego, el balón y su importancia para el buen juego.</p> <p>Toma decisiones tácticas y estratégicas dentro del desarrollo del juego especialmente en el saque dirigido con técnica.</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas</p>	18%

4	S4	2h 2h	<p>El pase y recepción del balón en movimiento. Clases de recepción. Trabajos de ataque y defensa. El desmarque y marcación</p> <p>Práctica dirigida de fútbol</p> <p>Recepción de saque, conceptos de la recepción del saque, posición del cuerpo, puntos a tener en cuenta en la recepción, recepción del saque desde todas las posiciones, driles de práctica</p> <p>Práctica dirigida de voleo</p>	<p>Ejecuta la técnica de los fundamentos básicos del fútbol y aplica las reglas en la conducción deportiva.</p> <p>Toma decisiones táctica-estratégicas dentro del desarrollo del juego en la técnica del saque, la recepción y el armado.</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas</p>	24%
5	S5	2h 2h	<p>Movimientos, desplazamientos, cambios de dirección, cambios de velocidad, parada en un tiempo, fintas, giros, cortinas, bloqueos y reboteo</p> <p>Práctica dirigida de fútbol</p> <p>Técnicas de ataque y defensa. técnica del pase armado, posición básica para el armado, posiciones del cuerpo, desplazamientos, armado adelante y atrás (de espaldas), driles</p> <p>Práctica dirigida de voleo</p>	<p>Ejecuta la técnica de los fundamentos básicos del fútbol y aplica las reglas en la conducción deportiva.</p> <p>Toma decisiones táctica-estratégicas dentro del desarrollo del juego para un buen armado y ataque desde diversas posiciones.</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas</p>	29%
6	<b>PRIMERA EVALUACIÓN PARCIAL</b>					35%

## II UNIDAD

### EL VOLEY Y EL FUTSAL COMO PRÁCTICA DEPORTIVA IMPORTANTE PARA EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ

#### Capacidades:

Alcanzar el mayor nivel de resistencia y condición física.

Realiza y aplica las reglas del futsal y del vóley

N° SEMANA	N° SESIÓN	N° HORAS	CONTENIDOS			% AVANCE
			CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
7	S6	2h 2h	<p>Dribling, pases cortos y largos, recepción y entrega. Dominios con todas las partes del cuerpo. Fundamentos del remate y saque</p> <p>Tiros al arco, penales, cabeceo, tiros libres.</p> <p>Practica dirigida de futsal</p> <p>Tipos de levantada, trayectoria alta o baja de un balón en armada, driles, recepción de balón para un buen armado, ejercicios para mejorar la técnica.</p> <p>Práctica dirigida de voleo</p>	<p>Ejecuta el dominio de pases cortos y largos con la técnica aprendida mejorando su práctica.</p> <p>Ejecuta la técnica de los fundamentos básicos del Voleibol en la levantada, armado y ataque desde diversas posiciones.</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas</p>	41%
8	S7	2h 2h	<p>Trabajo individual teórica, trabajo de defensa, trabajo de ataque, trabajo de equilibrio, trabajo en cuadrado, trabajo en rombo.</p> <p>Práctica dirigida de futsal</p> <p>El ataque, técnica básica - posición inicial, ataques de posiciones 4, 3 y 2, ataque de zaguero, corrección y perfeccionamiento del ataque</p> <p>Práctica dirigida de voleo</p>	<p>Realiza trabajo individual de defensa, ataque, dribleo mejorando su práctica</p> <p>Ejecuta la técnica de los fundamentos básicos del Voleibol en la levantada, armado y ataque desde diversas posiciones</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas</p>	47%
9	S8	2h 2h	<p>Fundamentos del pase, control del balón</p> <p>Trabajos de ataque y defensa</p> <p>Práctica dirigida de futsal</p> <p>Técnicas del bloqueo, lateral, frente a la red, corriendo en diagonal, corrección de postura de brazos y manos, corrección de postura del cuerpo en el aire y la caída, bloque en parejas con la net baja. aumentando la altura gradualmente, corrección de faltas comunes</p>	<p>Ejecuta el dominio de pases cortos y largos con la técnica aprendida mejorando su práctica.</p> <p>Ejecuta la técnica de los fundamentos básicos del Voleibol en el bloqueo individual y en parejas, practica saltos a la altura de la net para mejorar su técnica.</p>	<p>Adopta actitudes de solidaridad, respeto y colaboración con sus compañeros en la práctica de actividades físico deportivas</p>	53%

			Práctica dirigida de voleo			
10	S9	2h 2h	El carnaval, características, coreografía. Conocimiento de danzas sureñas (puno) y su denominación como capital folklórica.  Ensayo de coreografía mix.  Exposición de textos y ejercicios vocálicos y entonación de voz.  Práctica de exposición oral	Practica los pasos básicos y ensaya una pequeña coreografía para representar.  Diserta utilizando un lenguaje suave y adecuado	Responsabilidad, cooperación y creatividad en los temas tratados	70%
11	S10	2h 2h	Clases, Codificaciones, Desplazamiento en línea, Formas y figuras coreográficas  Ensayo dirigido  Desplazamiento en el escenario, seguridad y confianza para la exposición  Práctica de oratoria	Practica los pasos básicos y ensaya una pequeña coreografía para representar.  Domina la mirada la postura corporal, los gestos y ademanes al disertar frente al público.	Responsabilidad, cooperación y creatividad en los temas tratados	78%
12	S11	2h 2h	Ensayo de coreografía mix, pasos, movimientos, fuerza y uniformidad  Práctica dirigida  La improvisación en el discurso, formas de dirigirse al público, el saludo y la motivación.  Práctica de oratoria	Practica los pasos básicos y ensaya una pequeña coreografía para representar.  Conocer las funciones de un Maestro de Ceremonia	Responsabilidad, cooperación y creatividad en los temas tratados	82%
13	SEGUNDA EVALUACION PARCIAL					

### III UNIDAD

## LAS ACTIVIDADES ARTISTICAS Y SU IMPORTANCIA EN SU FORMACIÓN PROFESIONAL

### Capacidades:

Mejora su capacidad de expresión oral y vence el miedo a hablar en público.

N° SEMANA	N° SESIÓN	N° HORAS	CONTENIDOS			% AVANCE
			CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
14	S13	2h 2h	Ensayo de coreografía mix, pasos, movimientos, fuerza y uniformidad  Práctica dirigida  Reforzamiento de prácticas de vocalización y dicción en discursos elaborados.  Práctica de oratoria	Practica los pasos básicos y ensaya una pequeña coreografía para representar.  Aplica las técnicas de relajación, tensión Realiza ejercicios de Impostación Vocal.	Responsabilidad, cooperación y creatividad en los temas tratados	88%
15	S14	2h 2h	Ensayo de coreografía mix, pasos, movimientos, fuerza y uniformidad  Práctica dirigida	Practica los pasos básicos y ensaya una pequeña coreografía para representar.	Responsabilidad, cooperación y creatividad en los temas tratados	94%
16	S15	2h 2h	Reforzamiento de prácticas de vocalización y dicción en discursos improvisados  Práctica de oratoria.	Aplica las técnicas de relajación, tensión Realiza ejercicios de Impostación Vocal.	Responsabilidad, cooperación y creatividad en los temas tratados.	
17		TERCERA EVALUACION				100%
		EXAMEN COMPLEMENTARIO				

### 5. METODOLOGIA 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. MATERIALES EDUCATIVOS

- Ropa deportiva
- Balones
- Conos
- Platos
- Picas
- Escalera pliométrica

## 7. SISTEMA DE EVALUACIÓN

### • REQUISITOS DE APROBACIÓN:

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

La nota promedio del ciclo será el resultado de la siguiente ecuación:

**TA:** Promedio de tareas académica

**EP1 :** 1ra evaluación parcial

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

**EP2:** 2da evaluación parcial

**EF:** Evaluación final

**NF :** Nota final

## 8. BIBLIOGRAFÍA

- Educacion fisica deportiva: agosto, pila teleña.
- Gimnasia-deporte-juego: j. dieckert- f. kreiss- h. meusel (editorial kapelusz).
- Maurice, pieron.(2000).didácticas de las actividades físicas y deportivas. ediune.
- Fernández, ángela.(2000). método musical.p.g. méxico.
- Miguel angel cornejo – la oratoria como practica de éxito.