**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSE FAUSTINO SANCHEZ CARRION**

**FACULTAD DE EDUCACION**

**ESCUELA ACADEMICA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**SILABO POR COMPETENCIA**

**CURSO: INTRODUCCIÓN A LA EDUCACIÓN FÍSICA**

**DOCENTE: Dr. MIGUEL ROJAS CABRERA**

**I.- DATOS GENERALES.**

**LINEA DE CARRERA:** Educación Física y Psicomotricidad.

**CURSO:** Introducción a la Educación Física.

**CODIGO:** 108

**HORAS :** 4 H

**CICLO:** I

**II.- SUMILLA Y DESCRIPCIÓN DEL CURSO.**

Concientizar al estudiante sobre la influencia de los ejercicios físicos como disciplina que a través de la realización de movimientos corporales logra perfeccionar, controlar y mantener la salud física y mental del ser humano.

**III.- CAPACIDADES AL FINALIZAR EL CURSO.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDACTICA** | **NOMBRE DE LA UNIDAD DIDACTICA**  | **SEMANAS** |
| Reconocer la influencia de la educación física en el desarrollo de los procesos educativos en el entorno escolar. |  Aspectos conceptuales de la educación física.Importancia y funciones de la educación física. | 1 - 23 - 4 |
|  | Medios para el desarrollo de la educación física. | 5 - 7 |
|  | Educación física como medio de salud. | 8 - 12 |
|  | Educación física como medio recreativo. | 13 - 16 |

**IV.- INDICADORES DE CAPACIDADES AL FINALIZAR EL CURSO.**

|  |  |
| --- | --- |
| **N°** | **INDICADORES DE CAPACIDADES AL FINALIZAR EL CURSO** |
| **1** | Mide el desarrollo psicomotor de los niños. |
| **2** | Dosifica una clase de educación física |
| **3** | Evalúa estado físico y de salud. |

**V.- DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDACTICAS.**

**CAPACIDAD DE LA UNIDAD.**

Reconocer la influencia de la educación física en el desarrollo de los procesos educativos en el entorno escolar.

Semana 1-2 Aspectos conceptuales de la educación física.

Semana 3 – 4 Importancia y funciones de la educación física.

|  |
| --- |
| CONTENIDOS CONCEPTUALES: La educación física y sus funciones. |
| CONTENIDOS PROCEDIMENTALES. Evaluación del desarrollo motor. |
| CONTENIDOS ACTITUDINALES. Evalúa la psicomotricidad. |
| ESTRATEGIA DIDACTICA : Investigativa.

|  |
| --- |
| INDICADOR DE LOGRO: Evalúa la psicomotricidad  |

 |

Semana 5 – 7 Medios para el desarrollo de la educación física.

|  |
| --- |
| CONTENIDOS CONCEPTUALES: La clase de Educación Física |
| CONTENIDOS PROCEDIMENTALES. Indices cualitativos de la clase de educación física. |
| CONTENIDOS ACTITUDINALES. Evalúa la clase de educación física. |
| ESTRATEGIA DIDACTICA : Investigativa.

|  |
| --- |
| INDICADOR DE LOGRO: Evalúa la clase de educación física. |

 |

Semana 8 – 13 Educación física como medio de salud.

Semana 9 – 13 Educación física como medio recreativo

|  |
| --- |
| CONTENIDOS CONCEPTUALES: Factores de riesgos del sedentarismo |
| CONTENIDOS PROCEDIMENTALES. Indices de crecimiento y desarrollo. |
| CONTENIDOS ACTITUDINALES. Evalúa estado de salud. |
| ESTRATEGIA DIDACTICA : Investigativa.

|  |
| --- |
| INDICADOR DE LOGRO: Evalúa el desarrollo físico. |

 |

**EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDACTICA.**

|  |
| --- |
| **Evidencia de Conocimiento Evidencia de Producto Evidencia de desempeño** |
|  **Test Resultados Observación** |

**VI.- MATERIALES EDUCATIVOS Y OTROS RECURSOS DIACTICOS.**

Pizarra.

Plumones.

Data.

Computadora.

Hoja Bonk.

Balanza.

Cinta métrica.

Tallímetro.

MEDIOS ESCRITOS: Textos.

MEDIOS VISUALES Y ELECTRÓNICOS: Internet.

MEDIOS INFORMÁTICOS: Aula virtual.

**VII.- EVALUACIÓN.**

**Entrega de trabajos extraclases.**

# 1 .- Evaluación Psicomotriz.

# 2 .- Indices Cualitativos de una Clase de Educación Física.

# 3.- Evaluación del estado de salud.

EVIDENCIA DE CONOCIMIENTO: TEST

EVIDENCIA DE DESEMPEÑO: OBSERVACIÓN.

EVIDENCIA DE PRODUCTO: RESULTADOS.

**VIII.- BIBLIOGRAFIA Y REFERENCIA WEB.**

**UNIDAD DIDACTICA I.-**

Introducción a la Educación Física. Educación física y deporte, M monografía.com/trabajo.

**UNIDAD DIDACTICA II**

Psicomotricidad. https:nes.m.wikipedia,org miki) psicomotricidad.

**UNIDAD DIDACTICA III.**

La clase de educación física. [www.unesco.org)field)havana)pdf](http://www.unesco.org)field)havana)pdf).

**UNIDAD DIDACTICA IV**

Evaluación de la condición física, Sanitas. [www.sanitas.es](http://www.sanitas.es)) deporte-alimentación.

**IX.- PROBLEMAS QUE EL ESTUIANTE RESOLVERA AL FINALIZAR EL CURSO.**

|  |
| --- |
| **PROBLEMA ACCION METRICA VINCULANTE ACCION** |

¿Poseen desarrollo Mide peso corporal Nivel de desarrollo

del aparato psico- Mide talla psicomotor

motor los niños de Mide circunferencias

5 años ? Evalúa actuaciones

¿Se ejecutan método- Cronómetro Determina los índices

lógicamente las clases Calculo de valor cualitativos de la clase

de Educación física en de educación física

la UNJFSC ?

¿Poseen un buen estado peso indicadores

De salud físico corporal los talla cineantropo-

Estudiantes de la carrera % grasa métrico

De educación física de la MCA

UNJFSC?