**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**SÍLABO DE METODOLOGIA DEL DEPORTE DE COMBATE**

**I. INFORMACIÓN GENERAL**

1.1. Departamento Académico : Ciencias de la Educación Tecnología Educativa.

* 1. EAP : Educación Física y Deporte.

1.3. Especialidades : Educación Física y Deporte.

1.4. Profesor : Palacios Serna, Raúl.

1.5. Asignatura : Deporte de Combate.

1.6. Prerrequisito : Especialización deportiva.

* 1. Código : 907

1.8. Área curricular : Deportes.

1.9. Horas : 2T - 2 P

1.10. Créditos : 03

1.11. Ciclo – Semestre : IX - 2017-I

1.12. Correo Electrónico : raulpalaciosserna@gmail.com

1.13 Celular : 956248028-RPC (Claro).

**II. SUMILLA**

Se abordará en orden teórico la práctica y reglamentación de los deportes de combate, boxeo, judo, lucha y esgrima en sus diferentes modalidades.

1. **OBJETIVOS O COMPETENCIAS GENERALES.**

Brindar al ESTUDIANTE todo un fundamento teórico metodológico que le permite desarrollar su actuación profesional logrando aplicar y evaluar las actividades de carácter competitivo de los deportes de combate.

1. **CONTENIDOS CURRICULARES TRANSVERSALES.**
   1. Investigación interdisciplinaria.
   2. Educación intelectual y desarrollo personal.
   3. Identidad sociocultural y conciencia ecológica.

**V. UNIDADES**

**UNIDAD I:** CONCEPTOS GENERALES DEL DEPORTE DE COMBATE.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CAPACIDADES** | **CONTENIDOS** | **SEMANA** | **SESIONES** |
| 1. Reconoce y aplica los conceptos generales del deporte del combate. | 1.1. Conceptos de deporte de combate.  1.2. Conocimiento metodológico de los deportes | 1 | 1. y 2 |
| . | * 1. Organización de los deportes.   2. Deporte de combate y arte marciales.   3. Clasificación de los deportes. | 2 | 3 y 4 |
|  | * 1. Deporte de combate olímpico. | 3 | 5 y 6 |
|  | * 1. Deporte de combate no olímpico. | 4 | 7 y 8 |

**UNIDAD II. .-** LOS DEPORTES DE COMBATE. FUNDAMENTOS METODOLOGICOS DE SU SELECCIÓN Y PREPARACIÓN.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CAPACIDADES** | **CONTENIDOS** | **SEMANA** | **SESIONES** |
| 2. Conoce las particularidades metodológicas de los deportes de combate. | 2.1. Deportes Combate | 5 | 9 y 10 |
|  | 2.2. Programación deportiva. | 6 | 11 y 12 |
|  | 2.3. Preparación deportiva de los deportes de combate | 7 | 13 y 14 |
| 2. Se comprueba las capacidades. | 2.4 Primer parcial. | 8 | 15 y 16 |

**UNIDAD III:** TEORIA Y METODOLOGIA DE LA PREPARACION EN EL TAEKWONDO

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CAPACIDADES** | **CONTENIDOS** | **SEMANA** | **SESIONES** |
| 3.1. Conoce los fundamentos del deporte de Taekwondo. | 3.1. Taekwondo como deporte. | 9 | 17 y 18 |
|  | 3.2. Fundamentos del entrenamiento de la fuerza. | 10 | 19 y 20 |
|  | 3.3. Fundamentos del entrenamiento de la resistencia. | 11 | 21 y 22 |
|  | 3.4. Fundamentos del entrenamiento de la velocidad. | 12 | 23 y 24 |
|  | 3.5. Fundamentos del entrenamiento de la flexibilidad. | 13 | 25 y 26 |

**UNIDAD IV:** FUNDAMENTOS TEORICOS DE LA PREPARACION TECNICA, TÁCTICA Y PSICOLOGICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CAPACIDADES** | **CONTENIDOS** | **SEMANA** | **SESIONES** |
| 4.1. Conoce los fundamentos teóricos de la preparación técnica, táctica y psicológica. | 4.1. Preparación técnica en el taekwondo. | 14 | 27 y 28 |
|  | 4.2. Fundamentos teóricos de la preparación táctica. | 15 | 29 y 30 |
|  | 4.3. Preparación psicológica. | 16 | 31 y 32 |
|  | 4.4. Fundamentos de la planificación deportiva. | 17 | 33 y 34 |
| Evaluación final | | | |

**VI. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

3.2.1. Procedimiento didáctico.

Estrategias:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PROCEDIMIENTOS:** | **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE** | **INTERROGANTES O PROBLEMAS PRIORITARIOS.** |
| 1. AUTOAPRENDIZAJE E INTERAPRENDIZAJE | 1.1. Desarrollo de la técnica y táctica deportiva 1.2.Reglamentación deportiva | 1.1. La participación colectiva- |
| 2. AUTOAPRENDIZAJE -E INTERAPRENDIZAJE  Investigación, recopilación de datos | 2.1. Análisis e Interpretación de información  2.2. Recogida de información | 2.1.Investigación |
| 1. APRENDIZAJE DIRIGIDO. Talleres y exposiciones | 3.1. Tratamiento de contenidos. | 3.1. La importancia de la información y el conocimiento del deporte. |
| 4.AUTOAPRENDIZAJE- E INTERAPRENDIZAJE  Exposición | 4.1. Exposición de tema | 4.1. Expresión oral |

**VII. MEDIOS Y MATERIALES EDUCATIVOS.**

* Pizarra
* Multimedia
* Fichas
* Separatas.

**VIII. SISTEMA DE EVALUACIÓN.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CRITERIOS** | **INDICADORES** | **INSTRUMENTOS** |
| * Identifica los aspectos metodológicos de los deportes de combate. * Recolecta información de los deportes de combate. * Realiza exposición de los deportes de combate. * Realiza la redacción del trabajo a exponer * Reconocer la metodología de los deportes de combate. | * Identifica los aspectos metodológicos de los deportes de combate. * Recolecta información de los deportes de combate. * Realiza exposición de los deportes de combate. * Realiza la redacción del trabajo a exponer * Reconocer la metodología de los deportes de combate. | * Materiales y Fichas. |

**IX. BIBLIOGRAFÍA**

* Matveév, L. Fundamentos del entrenamiento deportivo, Moscú, editorial Raduga, 1973.
* Forteza de la Rosa, A. Bases metodológicas del entrenamiento deportivo La Habana, Editorial Científico-Técnica, 1976.
* Hermann Reeder – Gabriele Fischer. Aprendizaje Deportivo Metodologia – Didactica. Edit. Martinez Roca S.A. Barcelona 1990.
* Hans Eberspacher. Entrenamiento Mental. Edit. Inde – España 1995.
* Forteza de la Rosa, A. Entrenar para ganar: metodología del entrenamiento deportivo
* MsC. Pedro E. Gómez Castañeda. Asesor de la Selección Mexicana de Taekwondo y Consultor de Alto Rendimiento.

**Huacho, del 2017**

**LIC. PALACIOS SERNA, RAUL EDUARDO**

Profesor de Asignatura