



**FORMATO MICROCURRÍCULO**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**I. CICLO: PROFESIONAL**

**COMPONENTE: DEPORTES**

**II. IDENTIFICACIÓN**

NOMBRE DE LA ASIGNATURA O EL MÓDULO	<b>DEPORTES II</b>	
CÓDIGO	EL425	
SEMESTRE	Electiva	
N.º DE CRÉDITOS ACADÉMICOS	2	
MODALIDAD*	Presencial	X
	Presencial asistida por TIC	
	Virtual	
TIPO DE ASIGNATURA*	Teórica	
	Teórica-práctica	
	Práctica	X
DOCENTE(S)		
FECHA DE ACTUALIZACIÓN		

\*Marque una X en la opción indicada

**I. JUSTIFICACIÓN**

Desde la perspectiva de formación planteada en el Proyecto Educativo de Programa (PEP), se propone una estructura curricular basada en ciclos y componentes que responden a la formación básica, humanista, profesional, optativa y electiva, con el fin de alcanzar una formación integral en las diferentes profesiones. Esta estructura desborda la formación netamente disciplinar y si se entiende como un proceso continuo, articulado e interdependiente, el componente de formación en electivas es una oportunidad para complementar la formación del profesional de la Universidad Libre, a través y en este caso, de la dimensión corporal, que “favorecen en el estudiante el reconocimiento de su propio cuerpo como instrumento de comunicación fundamental y básica en el desarrollo humano” (Facultad Ciencias de la Educación, 2017).





Motivos por los cuales no solo basa en contenidos procedimentales de los aspectos de percepción motora, sino que también incluye los aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognitivos como la proyección para la formación humana y profesional del estudiante. Los conceptos serán abordados desde los referentes básicos de los deportes recreativos, habilidades, destrezas, reglas, juegos y conceptos de cada uno de ellos con procesos didácticos y metodológicos. Brindando al estudiante Unilibrista un complemento a su formación profesional, en donde encuentre la importancia del desarrollo las capacidades físicas, coordinativas y técnicas propias de los deportes individuales y su aporte al desarrollo integral para generar hábitos saludables que permitan una mejor calidad de vida.

El espacio académico aporta los principios básicos de los deportes además de los referentes conceptuales del acondicionamiento físico, haciendo énfasis en diferentes métodos de desarrollo y evaluación de las capacidades físicas y coordinativas, calentamiento, ontogénesis motora, entre otros; de manera que esto conlleve a desarrollar una propuesta didáctica y metodológica teórico práctica con temas con enfoque deportivo que se puedan relacionar con una actividad física planificada.

**II. COMPETENCIAS**

Investigar e innovar en el desarrollo de la profesión y de la disciplina.

**III. RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL PROGRAMA**

R6. Genera y reproduce recursos, medios y alternativas de referencia y aplicación para la disciplina en atención al contexto.

**IV. METODOLOGÍA GENERAL**

**TRABAJO PRESENCIAL**

La clase se desarrolla de manera teórico / práctica, vinculando cada una de las temáticas, realizando didácticas lúdicas que permitan incentivar en los estudiantes hábitos de bienestar físico y mental que permitan mantener una mejor calidad de vida.

**TRABAJO INDEPENDIENTE**

- Consultas
- Talleres
- visualización de videos
- Tutoriales
- Exposiciones
- Plataforma Teams





- Aulas virtuales

V. CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS	VI. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptualización del deporte individual.</li> <li>• Cuestionario de condiciones de salud (PAR-Q &amp; YOU).</li> <li>• Habilidades motoras básicas de los deportes individuales.</li> <li>• Cualidades físicas de los deportes individuales.</li> <li>• Capacidades coordinativas de los deportes individuales.</li> <li>• Reglamentos de los deportes individuales.</li> <li>• Técnica de los deportes individuales.</li> </ul>	<p>Presentación de temáticas a trabajar con el apoyo de recursos tecnológicos.</p> <p>Asignación del liderazgo de diferentes actividades al interior del módulo.</p> <p>Socialización de las fortalezas y dificultades encontradas en las diferentes prácticas del módulo.</p> <p>Análisis y socialización de aspectos biomecánicos propios de las actividades</p> <p>Elaboración de informes que den cuenta del proceso de aprendizaje.</p>

VII. EVALUACIÓN	
PORCENTAJE	ESTRATEGIAS
1er. (30%)	Elaboración de material didáctico
	Debates y talleres sobre el análisis de lecturas y videos propios del campo.
	Clases prácticas





2do. (30%)	Liderazgo de actividades propias de la clase
	Clases prácticas
	Debates y talleres sobre el análisis de lecturas y videos propios del campo.
3ro. (40%)	Liderazgo de actividades propias de la clase
	Clases prácticas
	Debates y talleres sobre el análisis de lecturas y videos propios del campo.

**VIII. BIBLIOGRAFÍA**

ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD (2020). Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (2007). Manual de Consulta Para el Control y La Prescripción de Ejercicio.

Rubiano, O. (2017) Prescripción del ejercicio en personas aparentemente sanas. Edit. Kinesis.

George, J. (2008). Test y Pruebas Físicas. Edit. Paidotribo.

Palafox, L., & María, E. (2006). Manual de Fórmulas Antropométricas. Edit. Mc. Graw Hill.

Alba, L. (2005) Test Funcionales, Cineantropometría y Prescripción del Entrenamiento en el Deporte y la Actividad Física, Edit. Kinesis.

Martínez, E. (2002). Pruebas de Aptitud Física. Edit. Paidotribo.

George, D., fisher A., GARTH, R., & Vehrs P. (2007) Tests y Pruebas Físicas, Edit. Paidotribo.

Mejía, M. (S.f). Unidad de Producción de Conocimiento (UDPROCO), en Acondicionamiento Físico.

Granados, C. (2011) Documento técnico con los contenidos de direccionamiento pedagógico para la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación saludable y el fomento de ambientes 100% libres de humo de cigarrillo a través de la práctica regular de la actividad física cotidiana, dirigidos a los referentes de las entidades territoriales. República de Colombia. Ministerio de la Protección Social.

**DOCENTE**

**DIRECTOR DEL PROGRAMA**  
(SI APLICA)

**DECANO**





**UNIVERSIDAD LIBRE®**

Personería Jurídica No. 192 de 1946 de Mingobierno  
Nit.: 860.013.798-5



**centenario**  
EDUCANDO EN LIBERTAD PARA LA JUSTICIA Y LA PAZ

Histórico de control de cambios		
Fecha de actualización	Descripción de la actualización del micro currículo realizado	Responsable
26/07/2023	Revisión de los contenidos y ajuste al nuevo formato de micro currículo suministrado por la Dirección de la Facultad de Ciencias de la Educación.	Jaime Eduardo Alvarado

