

	FORMATO MICROCURRÍCULO	ST-DOC-01-E-01-F01
		Versión 2
		04/07/2023

FORMATO MICROCURRÍCULO

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES, LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INFANTIL Y LICENCIATURA EN ESPAÑOL Y LENGUAS EXTRANJERAS

I. CICLO: PROFESIONAL

COMPONENTE: ELECTIVAS

II. IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA O EL MÓDULO	DEPORTES II	
CÓDIGO	EL425	
SEMESTRE	ELECTIVA	
N.º DE CRÉDITOS ACADÉMICOS	DOS	
MODALIDAD*	Presencial	X
	Presencial asistida por TIC	
	Virtual	
TIPO DE ASIGNATURA*	Teórica	
	Teórica-práctica	
	Práctica	X
DOCENTE(S)		
FECHA DE ACTUALIZACIÓN	2024-2	

*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

	FORMATO MICROCURRÍCULO	ST-DOC-01-E-01-F01
		Versión 2
		04/07/2023

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

	FORMATO MICROCURRÍCULO	ST-DOC-01-E-01-F01
		Versión 2
		04/07/2023

V. CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS	VI. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE
• Conceptualización de actividad física (AF), ejercicio físico (EF), deporte, inactividad física (IF) y comportamiento sedentario (CS). • Conceptualización del deporte individual. • Cuestionario de condiciones de salud (PAR-Q & YOU). • Componentes de la condición física para las habilidades motoras básicas de los deportes individuales. • Componentes de la condición física para la salud de los deportes individuales. • Capacidades coordinativas de los deportes individuales. • Deportes individuales y salud	Presentación de temáticas a trabajar con el apoyo de recursos tecnológicos. MI DIARIO DE LA SALUD (evaluación, sistematización, análisis y control individual del nivel de AF y CS) Asignación del liderazgo de diferentes actividades al interior del módulo. Socialización de las fortalezas y dificultades encontradas en las diferentes prácticas del módulo. Análisis y socialización de aspectos biomecánicos propios de las actividades Elaboración de informes que den cuenta del proceso de aprendizaje.

VII. EVALUACIÓN	
PORCENTAJE	ESTRATEGIAS
1er. (30%)	Elaboración de mi diario de la salud.
	Debates y talleres sobre el análisis de lecturas y videos propios del campo.
	Clases prácticas
2do. (30%)	Liderazgo de actividades propias de la clase. Elaboración de mi diario de la salud.
	Clases prácticas
	Debates y talleres sobre el análisis de lecturas y videos propios del campo.
3ro. (40%)	Liderazgo de actividades propias de la clase. Elaboración de mi diario de la salud.
	Clases prácticas
	Debates y talleres sobre el análisis de lecturas y videos propios del campo.

	FORMATO MICROCURRÍCULO	ST-DOC-01-E-01-F01
		Versión 2
		04/07/2023

VIII. BIBLIOGRAFÍA
ORGANIZACIÓN 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
Histórico de control de cambios		
Fecha de actualización	Descripción de la actualización del micro currículo realizado	Responsable
25/01/2024	Revisión de los contenidos y ajuste al nuevo formato de micro currículo suministrado por la Dirección de la Facultad de Ciencias de la Educación.	Manuel Alberto Riveros Medina
2024-2		