

**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**  
**PROGRAMA DE ASIGNATURA O MÓDULO DE CONTENIDOS**

<b>ASIGNATURA:</b> CULTURA FISICA	<b>NIVEL:</b> PRIMER NIVEL	<b>CRÉDITOS:</b> 2	<b>CÓDIGO:</b>
<b>DEPARTAMENTO:</b> DECEAC	<b>CARRERAS:</b> ING. AUTOMOTRIZ, ELECTRONICA, ELECTROMECHANICA, MECATRONICA, FINANZAS, COMERCIAL, SISTEMAS, HOTELERIA Y TURISMO.		
<b>UNIDADES DE COMPETENCIAS ESPECIFICAS QUE SE ARTICULAN:</b>			
<p><i>Interpreta el sistema de valores generales que caracterizan un profesional en la sociedad contemporánea.</i></p> <p><i>Interpreta y procesa información científica-técnica relacionada con la profesión y de proyección general para la vida.</i></p> <p><b>Aplica los conceptos y leyes fundamentales de las CC.BB., mediante la utilización de técnicas y procedimientos que permitan explicar los fenómenos naturales observando normas de conservación y respeto al medio ambiente con honestidad y responsabilidad.</b></p>			
<b>PRODUCTO INTEGRADOR DEL APRENDIZAJE: ( resultado máximo de todo el contenido de estudio)</b>			
-Actividades recreativas, integradoras, deportivas, físicas relacionadas con procesos, sustentados en el mejoramiento de la salud y de la calidad de vida de los estudiantes y de la sociedad.			

**A. SISTEMA DE CONTENIDOS Y PRODUCTOS DEL APRENDIZAJE POR UNIDADES DE ESTUDIO**

No.	UNIDADES DE ESTUDIO Y SUS CONTENIDOS	PRODUCTOS INTEGRADORES DEL APRENDIZAJE EN CADA UNIDAD Y TAREAS PRINCIPALES QUE LES DAN SOPORTE
1	Unidad 1: METODOS Y TECNICAS DE INTEGRACION GRUPAL  Juegos de Habilidad Juegos de fuerza Juegos de expresión corporal Juegos de distensión Juegos de destreza Juegos con deportes voley Juegos con deportes fútbol Juegos con deportes balonmano Juegos con deportes baloncesto	<u>Producto integrador de la unidad:(6)</u>  Ensayos prácticos y desarrollo de las personas donde se evidencie el proceso de integración.  <u>SISTEMA DE TAREAS</u>  Elabora una amplia variedad de actividades de integración grupales y que sean desarrollados por los mismos estudiantes.  Identifica y desarrolla, capacidades y destrezas físicas, deportivas y recreaciones, mediante técnicas de integración grupal.
2	Unidad 2: RECREACION Y TIEMPO LIBRE  Fundamentos teóricos Actividades físico- deportivas Actividades al aire libre Actividades lúdicas Actividades manuales Actividades artísticas Actividades sociales Actividades comunitarias Conclusiones	<u>Producto integrador de la unidad:</u> Practica de actividades de recreación con gran soltura, además gran poder organizacional de actividades de tipo recreativas con diferentes grupo humanos.  <u>SISTEMA DE TAREAS</u>  - Participa de un video de motivación y de emprendimiento  - Construye programas recreativos con instituciones sociales.  - Presenta informe sobre las actividades cumplidas en las instituciones sociales

		Presentar bitácora completa de las actividades y críticas personales de la actividad realizada.
3	Unidad 3: DESARROLLO DE ACTIVIDADES FISICAS Y TECNICAS	Producto integrador de la unidad: Mejora de la condición física, técnica deportiva, sustentados en la realización de actividades de sano esparcimiento, como deportes colectivos, torneo interno. <u>SISTEMA DE TAREAS</u> Desarrollo de capacidades físicas, flexibilidad, velocidad Mejora de los fundamentos técnicos-tácticos Participa en eventos deportivos competitivos internos
	Ejercicios de flexibilidad Ejercicios de Velocidad Ejercicios fundamentos técnicos con balón fútbol Ejercicios fundamentos técnicos con balón basket Torneo deportivos internos fútbol y basket	

## **B. PROYECCIÓN METODOLÓGICA Y ORGANIZATIVA PARA EL DESARROLLO DEL PROGRAMA**

*Se desarrollarán las fases del ciclo experiencias, es decir partiendo de la experiencia, luego hacia la reflexión, posteriormente a la conceptualización y finalmente aplicamos, cerrando el ciclo con una nueva experiencia, que implica el dominio del nuevo conocimiento adquirido*

Fundamentalmente se empleará consultas en Internet de diferentes temáticas, y libros de relacionados al área

Se coordinara con instituciones de tipo social para realizar las actividades de recreación y tiempo libre

**DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO TOTAL DEL PROGRAMA:** *(se indica que las unidades de contenidos deben tener un mínimo de 20 horas clases y un máximo de 30)*

TOTAL HORAS	CONFERENCIAS ORIENTADORAS DEL CONTENIDO	CLASES PRÁCTICAS	PRÁCTICAS BIBLIOTECA	DEBATES	CLASES EXPOSITIVAS ALUMNOS	CLASES EVALUACIÓN
36	6	22		02		6

## **C. ESTRATEGIA GENERAL DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

TÉCNICAS QUE SE EMPLEARÁN PARA EVALUAR	ESTANDARES DE CALIDAD <i>(expresan el nivel de salida que deben demostrar los estudiantes, se redactan a partir de las exigencias de las unidades de competencias)</i>	INDICADORES OPERATIVOS <i>(son la evidencias, los resultados concretos del aprendizaje que deben demostrar los estudiantes)</i>
<b>Trabajos prácticos</b>  <b>Informes de consultas bibliográficas</b>  <b>Participación clases</b>	Prepara dinámicas de integración grupal, participación, planificación, organización, conocimiento.  Diseña eventos de tipo recreativo, con instituciones sociales educativo  Desarrolla capacidades físicas y técnicas de los deportes colectivos, en base a procedimientos de ejercicios físicos técnicos.	Vivencia con sus compañeros las dinámicas preparadas por él.  Realiza eventos recreativos con todo el grupo dirigido a centros educativos especiales, tercera edad.  Realiza satisfactoriamente 2 test físicos y 2 test técnicos.

**D 1. LIBROS DE TEXTOS BÁSICOS**

TITULO	AUTOR	AÑO	IDIOMA	EDITORIAL
DINAMICAS DE GRUPO	MATIAS, Sales.	2005	ESPAÑOL	UCh
ACTIVIDADES RECREATIVAS	INCARBONE ,Oscar	2006	ESPAÑOL	STADIUM
FUTBOL BASE	HANS, Jorg	2005	ESPAÑOL	PAIDOTRIBO
1250 EJERCICIOS Y JUEGOS EN BALONCESTO	OLIVERA BETRAN, Javier	2004	ESPAÑOL	PAIDOTRIBO
MANEJO EFECTIVO DE UN GRUPO	CAZARES, Yolanda	2004	ESPAÑOL	TRILLAS

**D 2. LECTURAS PRINCIPALES QUE SE ORIENTAN REALIZAR**

LIBROS – REVISTAS – SITIOS WEB	TEMÁTICA DE LA LECTURA	PÁGINAS Y OTROS DETALLES
Acompañamiento del trabajo grupal	Definiciones, el estudio, la lectura, esquemas mentales	<a href="http://www.monografias.com">www.monografias.com</a>
Revistas especializadas	Técnicas grupales	<a href="http://www.redinter.org">www.redinter.org</a>
Entrenadores de fútbol	Ejercicios de fútbol	<a href="http://www.entrenadores.info">www.entrenadores.info</a>

Elaborado:

Lic. Edison D. Cabezas M.  
DOCENTE ESPE-L