

SILABO

1 INFORMACIÓN GENERAL SOBRE LA ASIGNATURA						
CÓDIGO ASIGNATURA	Escriba aquí		ASIGNATURA	Cultura Física	CARRERA(S)	Tronco Común
PERIODO ACADÉMICO	S1 abril - agosto 2018		NIVEL	Para-académica	MODALIDAD	Presencial
UNIDAD DE ORGANIZACIÓN CURRICULAR	Formación Básica		ORGANIZACIÓN DEL APRENDIZAJE	2	TOTAL DE CRÉDITOS	
DISTRIBUCIÓN DEL APRENDIZAJE (HORAS SEMANALES)	TEORÍA	2	LABORATORIO / PRACTICA	1	APRENDIZAJE AUTÓNOMO	
TUTORÍAS (HORAS SEMANALES)	PRESENCIALES	2	VIRTUALES	1	TOTAL DE HORAS (SEMESTRE)	32
PRE-REQUISITOS						
ASIGNATURA	CÓDIGO		ASIGNATURA	CÓDIGO		
Escriba aquí	Escriba aquí		Escriba aquí	Escriba aquí		
	Escriba aquí					
2 INFORMACIÓN ESPECÍFICA SOBRE LA ASIGNATURA						
DESCRIPCIÓN			CONTEXTUALIZACIÓN DENTRO DEL PLAN DE ESTUDIOS			
<p>La Cultura Física es importante porque permite estudiar sus tres campos como son: Educación Física, Deportes y Recreación, los mismos que al cumplir el proceso del interaprendizaje se desarrollará la parte cognitiva, psicomotriz y afectiva, teniendo como finalidad que el estudiante este en la capacidad de demostrar y potenciar las destrezas y mantener una buena condición de vida en la sociedad.</p>			<ul style="list-style-type: none"> •Mejora de la salud, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y como construcción social. Para ello, se buscará el desarrollo de los componentes de la actividad física, deporte y recreación, ante las prácticas que inciden negativamente sobre la salud. •La orientación instrumental del perfeccionamiento de habilidades (físicas, deportivas, recreativa y medios de la naturaleza) para el disfrute activo del tiempo libre. 			

SILABO

3 INFORMACIÓN ESPECÍFICA SOBRE LA ASIGNATURA

OBJETIVO GENERAL			OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo valorando los beneficios de la actividad física, deportiva y recreativa, para llevar una vida sana y combatir la obesidad y el sedentarismo enmarcado en el objetivo 3 del Plan Nacional del Buen Vivir.</p>			<ul style="list-style-type: none"> •Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida. •Elaborar y poner en práctica un programa de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial. •Organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas. •Resolver situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones y utilizando elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior. •Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural, demostrando actitudes que contribuyan a su conservación. •Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva. •Utilizar de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para reducir desequilibrios y tensiones producidas en la vida diaria.
COMPETENCIAS GENÉRICAS			COMPETENCIAS ESPECIFICAS
<p>1. .Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica 2.Responsabilidad social y compromiso ciudadano 3.Capacidad creativa 4. Capacidad de trabajo en equipo 5.Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad</p>			<p>1.1Tomar la práctica habitual de la Educación Física como sinónimo de Salud y buen vivir. 1.2.Consolidar la práctica de los valores éticos y morales mediante la aplicación racional de las actividades deportivas. 1.3.Comprender y aplicar la necesidad de administrar apropiadamente el tiempo libre y la recreación en diferentes Actividades del cotidiano vivir. 1.4.realizar y coordinar trabajos en equipo para un mejor desarrollo de la actividad deportiva y recreativa. 1.5.compartir y relacionarse con las diferentes culturas que existen en el ecuador</p>
METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA			
<input checked="" type="checkbox"/> Charlas magistrales <input checked="" type="checkbox"/> Debate <input type="checkbox"/> Diseño y prototipo <input checked="" type="checkbox"/> Evaluación final <input checked="" type="checkbox"/> Evaluación parcial <input checked="" type="checkbox"/> Exposiciones <input checked="" type="checkbox"/> Investigación bibliográfica <input type="checkbox"/> Lectura científica <input type="checkbox"/> Mesas de discusión <input checked="" type="checkbox"/> Participación <input type="checkbox"/> Prácticas de laboratorio <input checked="" type="checkbox"/> Proyecto de aula	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<p>Proyecto de investigación</p> <p>Redacción científica y técnica</p> <p>Salida de campo académica</p> <p>Talleres</p> <p>Tareas</p> <p>Trabajo de campo</p> <p>Trabajo grupal</p> <p>Trabajo individual</p> <p>Visitas</p> <p>---</p> <p>---</p> <p>---</p>	<p>Estrategias Metodológicas: Las siguientes estrategias van a ser consideradas en el desarrollo de la asignatura, de acuerdo a la metodología basada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En el aprendizaje colaborativo • En la solución de problemas • En el estudio de casos • En proyectos • En el desarrollo del pensamiento • En la crítica

SILABO

DOCENTE(S)					
NOMBRE	TITULO	ROL	EMAIL	OFICINA	HORARIOS ATENCIÓN
Geovanny Chávez Silva	Mgs. Cultura Física y Entrenamiento Deportivo	Docente de Cultura Física	Geovanny.chavez@ikiam.edu.ec	Docentes (A)	11:00 am 20:00 pm

4 INFORMACIÓN ESPECÍFICA SOBRE LA ASIGNATURA

SISTEMA DE EVALUACIÓN				
PARCIAL	COMPONENTE	PORCENTAJE (%)	PUNTUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
PRIMERA EVALUACIÓN (APRENDIZAJE COLABORATIVO)	APRENDIZAJE ASISTIDO POR EL PROFESOR	70	7	Practica
	PRACTICA DE APLICACIÓN Y EXPERIMENTACIÓN	20	2	Teórica
	COMPONENTE DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO	10	1	Teórica
TOTAL PRIMERA EVALUACIÓN PARCIAL		100	10	
SEGUNDA EVALUACIÓN (APRENDIZAJE INDIVIDUAL)	APRENDIZAJE ASISTIDO POR EL PROFESOR	70	7	Practica
	PRACTICA DE APLICACIÓN Y EXPERIMENTACIÓN	20	2	Teórica
	COMPONENTE DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO	10	1	Teórica
TOTAL SEGUNDA EVALUACIÓN PARCIAL		100	100	
EVALUACIÓN FINAL				
TOTAL		100	10	
FUENTES DE CONSULTA / REFERENCIA				
Detalle	Tipo de bibliografía	Tipo de recurso	Ubicación	

SILABO

	Básica	Libro	
			<ol style="list-style-type: none"> 1. ADOLESCENCIA Y DEPORTE PROPUESTAS PARA UN OCIO SALUDABLE 2. AL RESCATE DE TU NUEVO YO CONSEJO DE MOTIVACION Y NUTRICION 3. DEPORTE EN CANCHA MULTIFUNCIONAL VALONCESTO VOLEIBOL FUTBOL 4. EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO CAPACIDADES FISICAS 5. EL SISTEMA, LA TACTICA Y LOS JUGADORES 6. FISILOGIA DEL DEPORTE Y EL EJERCICIO 5ED. 7. FUTBOL INICIACION Y ALTO RENDIMIENTO, LA PREPARACIÓN FISICA 8. FUTBOL PEDAGOGIA Y DIDACTICA 9. PRESCRIPCION DEL EJERCICIO, UNA GUIA PARA RECOMENDAR 10. PRIMEROS AUXILIOS EN LA FAMILIA 11. JUEGOS Y RECREACION 12. LA RECREACION Y LOS JUEGOS 13. LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACION FISICA 14. EL LIBRO DEL CORREDOR 15. PREPARACION FISICA PARA EL FUTBOL 16. LA CAMINATA: CAMPO TRAVIESA, PEDESTRE Y MARATON 17. DIDACTICA DE LA EDUCACION FISICA
Ecuador, M. d. (2015). Currículo de Educación Física para la Educación Básica y Bachillerato	Complementaria	Página Web	<ol style="list-style-type: none"> 1. http://www.actividadfisica.net/actividad-fisica-definicion-actividad-fisica.html 2. http://edufisicayrecreacion.blogspot.com/p/test-fisicos.html 3. http://www.efdeportes.com/efd214/actividad-fisica-y-rendimiento-academico.htm 4. http://www.efdeportes.com/efd196/la-educacion-fisica-en-el-ecuador.htm 5. http://elatletismo.galeon.com/enlaces1656323.html 6. http://www.efdeportes.com/efd31/valores.htm 7. http://definicion.de/recreacion/ 8. http://www.oveleta.com/index.php/el-deporte-de-orientacion 9. http://www.efdeportes.com/efd149/que-entender-por-ciencias-de-la-cultura-fisica-y-el-deporte.htm 10. https://www.youtube.com/watch?v=8gqt1FpiHb4 11. https://www.youtube.com/watch?v=5K0pm2G1vr8 12. http://repositorio.uta.edu.ec/ispui/handle/123456789/17234 13. http://nutricionysalud.org.es/ 14. https://es.wikibooks.org/wiki/Excursionismo 15. http://www.iaveriana.edu.co/cuadrantephi/pdfs/8.pdf 16. https://www.cambiatufisico.com/metodo-tabata/ 17. http://entrenamientofuncional.net/que-es-el-entrenamiento-funcional/ 18. http://testfisicos.galeon.com/testfisicos.htm

SILABO

N°	FECHA	UNIDAD #1: ACTIVIDAD FISICA Y MOVIMIENTOS NATURALES	N° de Horas 16	TEMA	SESIÓN	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS Y/O ACADÉMICOS	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	BIBLIOGRAFÍA
1	Semana 1	UNIDAD #1:	2	Presentación del silabo	-Teoría	Conocer la manera como se va a trabajar en todo el semestre y manera de calificar diferentes parámetros mediante el silabo	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34
2	Semana 2	UNIDAD #1:	2	Exposiciones sobre la actividad física deportiva y recreativa como una mejor calidad de vida	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Aplicar la práctica habitual de la Educación Física como sinónimo de Salud y buen vivir	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34
3	Semana 3	UNIDAD #1:	2	Test Físico deportivo	- Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Evaluar mediante pruebas físicas el rendimiento de los estudiantes de cultura física para el trabajo que se realizara durante todo el semestre y comparar el nivel fisico en que se encuentran.	Convencionales Tecnológicas	-Lista de cotejo -tabla de evolución física -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34
4	Semana 4	UNIDAD #1:	2	Atletismo partida baja y alta coordinación para la carrera.	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Aplicar los fundamentos de la práctica del atletismo en la prueba de pista.	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34
5	Semana 5	UNIDAD #1:	2	Atletismo técnico de la carrera y pruebas	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Conocer la técnica de la carrera de atletismo para un mejor desenvolvimiento en las competencias .	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34
6	Semana 6	UNIDAD #1:	2	Atletismo relevos 4x100 y 4x400	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Conocer y aplicar la técnica de los relevos en la carrera de atletismo para un mejor desenvolvimiento en las competencias .	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34

SILABO

7	Semana 7	UNIDAD #1:	2	Evaluación Aporte trabajo en circuito	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Aplicar la práctica habitual de la Educación Física como sinónimo de Salud y buen vivir	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	
8	Semana 8	UNIDAD #1:	2	Evaluación de los aprendizajes	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Evaluación del hemesemestre	Convencionales	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	1,2,3,4,5,6, 13,17,18,22,31,32,34
N°	FECHA	UNIDAD 2: DEPORTES	N° de Horas 10	TEMA	SESIÓN	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS Y/O ACADÉMICOS	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	BIBLIOGRAFÍA
9	Semana 9	UNIDAD 2: DEPORTES	2	Básquet dribling	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Conocer la práctica de los valores éticos, morales y reglamentarios de los diferentes deportes aplicando los fundamentos técnico y táctico de las disciplinas deportiva	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	9,17,21,23,25,26,33,
10	Semana 10	UNIDAD 2: DEPORTES	2	Básquet pases	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Conocer la práctica de los valores éticos, morales y reglamentarios de los diferentes deportes aplicando los fundamentos técnico y táctico de las disciplinas deportiva	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	9,17,21,23,25,26,33,
10	Semana 11	UNIDAD 2: DEPORTES	2	Básquet lanzamiento	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Conocer la práctica de los valores éticos, morales y reglamentarios de los diferentes deportes aplicando los fundamentos técnico y táctico de las disciplinas deportiva	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	9,17,21,23,25,26,33,
11	Semana 12	UNIDAD 2: DEPORTES	2	Futsala - futbol	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Conocer la práctica de los valores éticos, morales y reglamentarios de los diferentes deportes aplicando los fundamentos técnico y táctico de las disciplinas deportiva	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	9,17,21,23,25,26,33,

SILABO

12	Semana 13	UNIDAD 2: DEPORTES	2	Voleibol	-Trabajo Autónomo	Conocer la práctica de los valores éticos, morales y reglamentarios de los diferentes deportes aplicando los fundamentos técnico y táctico de las disciplinas deportiva	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	9,17,21,23,25,26,33,
N°	FECHA	UNIDAD3: RECREACION PARA EL BUEN VIVIR	N° de Horas 10	TEMA	SESIÓN	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	RECURSOS DIDÁCTICOS Y/O ACADÉMICOS	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	BIBLIOGRAFÍA
13	Semana 14	UNIDAD3: RECREACION PARA EL BUEN VIVIR	2	Evaluación Aporte trabajo en circuito	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Aplicar la práctica habitual de la Educación Física como sinónimo de Salud y buen vivir	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	
14	Semana 15	UNIDAD3: RECREACION PARA EL BUEN VIVIR	2	Excursionismo en la naturaleza aplicando las normas de respeto y responsabilidad trabajadas en las diferentes clases de cultura física.	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo - Salida de campo	Comprender y aplicar la necesidades de administrar apropiadamente el tiempo libre mediante actividades para el buen vivir	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	-Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	7,8,10,11,12,13,14,15,28,29,30,34
16	Semana 16	UNIDAD3: RECREACION PARA EL BUEN VIVIR	2	Realizar diferentes juegos motrices con implementos nuevos como actividad recreativa de esparcimiento y diversion.	-Teoría -Practica -valuación -Trabajo Autónomo	Comprender y aplicar la necesidades de administrar apropiadamente el tiempo libre mediante actividades para el buen vivir	Convencionales Tecnológicas Bibliográficas	Lista de cotejo -Investigación -Trabajo de campo	7,8,10,11,12,13,14,15,28,29,30,34

SILABO

6 COMPONENTE DE INVESTIGACIÓN

UNIDAD Y TEMA DEL SILABO AL QUE CORRESPONDE	UNIDAD 3 RECREACION PARA EL BUEN VIVIR
NOMBRE DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	Juegos Tradicionales del Pueblo Quichua en La Provincia de Napo, Amazonia Del Ecuador.

CARÁCTER DEL PROYECTO	PROCESO DEL CONOCIMIENTO	DESCRIPCIÓN	PRODUCTO EVALUABLE
<input checked="" type="checkbox"/> Exploratorio <input type="checkbox"/> Descriptivo	Indagación	Mediante la aplicación de las técnicas de fichaje y encuesta se procederá a la recolección de datos de diferentes punto de vista produciendo información útil significativa para la investigación.	Dar solución al problema mediante la realización de festivales anuales para rescatar los juegos tradicionales de la Amazonia Ecuatoriana.
	Exploración	Los estudiantes realizaran propuestas estratégicas para el rescate de los juegos tradicionales en la diferentes comunidades de la provincia de Napo.	
	Organización	Se presentara un informes general relacionada al tema y propuesta para plantearles a las autoridades para la realización de un festival de juegos tradicionales en las comunidades del cantón Tena	

7 INFORMACIÓN ESPECÍFICA SOBRE LA ASIGNATURA

ELABORADO POR: (DOCENTE)	REVISADO POR:	APROBADO POR: (COORDINADOR ACADÉMICO)
NOMBRE: Geovanny Chávez Silva	NOMBRE: Escriba aquí	NOMBRE: Dr. Jonathan Liria Salazar
FECHA: miércoles, 28 de febrero de 2018	FECHA:	FECHA: