**IDENTIFICACIÓN Y CALENDARIZACIÓN DEL MÓDULO**

**DOCENCIA SEMESTRE PRIMAVERA 2020**

## **Nombre del Módulo**: Deportes individuales en el desarrollo de la cultura física

## universitaria

**Profesores;** Eric Valenzuela Lechuga, Esther de la Huerta, Cristian Valdez, Cristian Villena

**Horario**; Lunes ;17.30 hrs

**Nro de participantes**; 25

**Descripción del Módulo:** El módulo de carácter formativo contempla conocer aspectos relevantes de cada deporte, de tal manera de incrementar en los estudiantes su interés por la actividad física y deportiva. El módulo contempla además conocer cada deporte en su individualidad, como su normativa específica y los lineamientos de la política pública de desarrollo de la actividad (MINDEP), considerando también los múltiples beneficios para la salud de las personas.

**Objetivos:**

1.-Conocer y desarrollar la Historia, reglamentación, técnicas básicas y beneficios de los deportes individuales

2.- Redactar un portafolio final resumen considerando la importancia de este curso y el desarrollo de su carrera profesional.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SEMANA** | | **OBJETIVO** | **TEMÁTICA** | **ACTIVIDAD** | **BIBLIOGRAFÍA LINKS, VIDEOS O MATERIAL DISPONIBLE** | **EVALUACIÓN (si corresponde)** |
| 1 | Plan general Cfg | Inicio, fechas, programa, bienvenida, conocimiento grupo curso, 1era tarea. | Normativa del módulo, evaluaciones  Presentación alumnos  Presenta Profesor video  Instrucciones tarea 1/clase 2 | Clase en vivo  Video | Formativa cristian valdes |
| 2 | Presentación alumnos  Acond. Fisico. | Capsula ejecutando actividad física | Presentación capsula alumnos. 3 a 5 minutos  Alumnos ejecutan en vivo | video | Proceso Erick |
| 3 | Aspectos principales de los deportes individuales | Características propias de cada deporte | PPT  Clase interactiva de acond. Físico instrucciones tarea 2/clase 4 | Clase en vivo | Formativa Esther con Villena |
| 4 | Presentación alumnos  Ejercicios tren inferior | Capsula ejecutando actividad física | Presentación capsula alumnos ejecutan en vivo | video | Proceso  Valdès |
| 5 | Actividad recreativa (tiro con arco, taekwondo) | Juegos,  espacios, etc | streaming  Juegos de lanzamiento flechas, simulacros de lanzamiento.  Patadas en taekwondo  Alumnos ejecutan en vivo.  Instrucciones tarea 3/clase 6 | Clase en vivo  En vivo | Formativa Valdés Esther |
| 6 | Presentación alumnos  Actividades tren superior | Capsula ejecutando actividad física | Presentación capsula alumnos ejecutan en vivo | video | Proceso Erick |
| 7 | Clase acond. Físico tren superior | Tren superior | Profesor ejecuta  Alumnos ejecutan en vivo  Instrucciones capsula tarea 4/clase 8 | vivo | Formativa Villena Esther |
| 8 | Ejecución capsula  Practica de un deporte individual, alumnos | Deporte a elección.  2 actividdaes  (Presentar capsula de algún deporte) | Presentación capsula alumnos | video | Proceso  Erick |
| 9 | Ejecución y preparación física en los deportes individuales. | Resistencia  Velocidad, fuerza, potencia. | Clase Vía streaming  Ejecución de algunos ejercicios de parte del profesor y alumnos  Instrucciones tarea 5/clase 10 | en vivo | Formativa Valdés |
| 10 | Presentación capsula alumnos | Acond. Físico  trote | Presentación capsulas alumnos.  Alumnos ejecutan en vivo | video | Proceso Esther con Villena |
| 11 | Beneficios del deporte | ¿Cuales?  Nombrar, desarrollar 2 | Streaming  mapa conceptual  (alumnos ) | Link,  Presentaciones | Formativa Erick |
| 12 | Autoevaluación | Análisis  Informe | Desarrollo personal | Plataforma u. Cursos | Sumativa 5% Todos los profesores |

\*Evaluaciones;

5 % Asistencia

45% video

40% trabajo (clases o trabajo final)

10% auto evaluación