**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 videoInstrucciones tarea 1/clase 2 | Clase en vivoVideo | Formativa cristian valdes |
| 2 | Presentación alumnosAcond. Fisico. | Capsula ejecutando actividad física | Presentación capsula alumnos. 3 a 5 minutosAlumnos ejecutan en vivo | video | Proceso Erick |
| 3 | Aspectos principales de los deportes individuales  | Características propias de cada deporte  | PPTClase interactiva de acond. Físico instrucciones tarea 2/clase 4  | Clase en vivo | Formativa Esther con Villena |
| 4 | Presentación alumnosEjercicios tren inferior | Capsula ejecutando actividad física | Presentación capsula alumnos ejecutan en vivo | video | ProcesoValdès |
| 5 | Actividad recreativa (tiro con arco, taekwondo) | Juegos,espacios, etc |  streaming Juegos de lanzamiento flechas, simulacros de lanzamiento.Patadas en taekwondoAlumnos ejecutan en vivo.Instrucciones tarea 3/clase 6 | Clase en vivoEn vivo  | Formativa Valdés Esther |
| 6 | Presentación alumnosActividades tren superior | Capsula ejecutando actividad física | Presentación capsula alumnos ejecutan en vivo | video | Proceso Erick |
| 7 | Clase acond. Físico tren superior | Tren superior | Profesor ejecutaAlumnos ejecutan en vivoInstrucciones capsula tarea 4/clase 8 | vivo | Formativa Villena Esther |
| 8 | Ejecución capsulaPractica de un deporte individual, alumnos | Deporte a elección.2 actividdaes(Presentar capsula de algún deporte) | Presentación capsula alumnos |  video | ProcesoErick |
| 9 | Ejecución y preparación física en los deportes individuales. | Resistencia Velocidad, fuerza, potencia. | Clase Vía streamingEjecución de algunos ejercicios de parte del profesor y alumnosInstrucciones 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 |  Streamingmapa conceptual (alumnos ) | Link, Presentaciones | Formativa Erick |
| 12 | Autoevaluación | AnálisisInforme  | Desarrollo personal | Plataforma u. Cursos | Sumativa 5% Todos los profesores |

\*Evaluaciones;

5 % Asistencia

45% video

40% trabajo (clases o trabajo final)

10% auto evaluación