



Universidad Nacional
Federico Villarreal

**FACULTAD DE ARQUITECTURA
Y URBANISMO**

"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

SÍLABO

ASIGNATURA:

ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES

CÓDIGO: AUA-201 MA. MC

I. DATOS GENERALES

1.1	Departamento Académico	:	Arquitectura y Urbanismo
1.2	Escuela Profesional	:	Arquitectura
1.3	Carrera Profesional	:	Arquitectura
1.4	Ciclo de estudios	:	Primer Año
1.5	Créditos	:	01
1.6	Duración	:	17 semanas
1.7	Horas semanales	:	03 horas semanales
	1.7.1 Horas de teoría	:	01 hora semanal
	1.7.2 Horas de práctica	:	02 horas semanales
1.8	Plan de estudios	:	1994
1.9	Inicio de clases	:	15 de abril de 2019
1.10	Finalización de clases	:	09 de agosto de 2019
1.11	Requisito	:	ninguno
1.12	Docentes	:	Lic. Alpino Vásquez Ruiz (Docente responsable de la asignatura)
1.13	Año Académico	:	2019

II. SUMILLA

La asignatura de actividades deportivas y culturales corresponde al área de Humanidades y es de naturaleza teórica y práctica. El propósito del curso es desarrollar en el estudiante de la Carrera de Arquitectura la adquisición de aprendizajes relacionados con la generación de hábitos de vida saludables en la práctica de actividad física. Finalmente, se busca mejorar el incremento de aptitudes y habilidades deportivas y culturales, mediante una metodología vivencial.

La asignatura está constituida por las siguientes unidades didácticas: I. Motricidad humana, II. Vida saludable III. Habilidades socio motrices, IV. Actividades culturales.

III. COMPETENCIA DE LA ASIGNATURA

El área pone énfasis, además, en la adquisición de aprendizajes relacionados con la generación de hábitos de vida saludables y de consumo responsable, no solo en la práctica de actividad física, sino también en el desarrollo de una conciencia socio crítica hacia el cuidado de la salud que empieza desde la valoración de la calidad de vida. Es decir, estos aprendizajes implican un conjunto de conocimientos relacionados con el cuidado de la salud y el bienestar personal, los cuales permitirán llevar a la práctica dichos aprendizajes. Otro eje central es la relación que establecen los estudiantes en interacción con otros, a través de la práctica de actividad física y a partir de los roles asumidos y adjudicados en diferentes contextos. Los estudiantes interactúan ejercitando su práctica social; establecen normas de convivencia; incorporan reglas, pautas de conducta, acuerdos y consensos; y asumen actitudes frente a los desafíos que se les presentan, ya sean sociales, ambientales, emocionales, personales, interpersonales o corporales con actividades culturales diversas.

IV. CAPACIDADES

- C1** Presentación del programa y del sistema de evaluación. Desarrollo de la motricidad humana.
- C2** Identifica herramientas que promuevan una vida saludable.
- C3** Demuestra habilidades socio motrices propone un perfil deportivo y moral.
- C4** Reconoce la importancia de las actividades culturales y comprende los cambios de actitud positiva frente a las diversas situaciones

V. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

<p>UNIDAD I Motricidad humana</p>	<p>C1. Presentación del programa y del sistema de evaluación. Desarrollo de la motricidad humana.</p>		
<p>SEMANA</p>	<p>CONTENIDOS CONCEPTUALES</p>	<p>CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</p>	<p>CONTENIDOS ACTITUDINALES</p>
<p>Semana N° 1 20/04/2019</p>	<p>Activación corporal: tipos de ejercicios para la activación específica</p>	<p>Explicar y desarrollar los ejercicios de motricidad humana relacionadas con la condición física y la gimnasia</p>	<p>Demuestra actitud participativa y crítica.</p>
<p>Semana N° 2 27/04/2019</p>	<p>Métodos de ejercitación: trabajo en circuito y Test de Cooper adaptado.</p>		<p>Cumple con sus obligaciones académicas.</p>
<p>Semana N° 3 04/05/2019</p>	<p>Gimnasia acrobática: capacidades físicas. Gimnasia con elementos</p>		<p>Demuestra actitud participativa y crítica.</p>
<p>Semana N° 4 11/05/2019</p>	<p>Nociones sobre la condición física.</p>		<p>Demuestra responsabilidad en el cumplimiento de los trabajos y actividades de aprendizaje, individual y en equipo.</p>

UNIDAD II Vida saludable	C2 Identifica herramientas que promuevan una vida saludable.		
SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES
Semana N° 5 18/05/2019	Los juegos tradicionales del Perú y del mundo	Explicar y desarrollar los juegos tradicionales del Perú y del mundo.	Muestra una actitud positiva al aplicar juegos que ayudan a su madurez emocional.
Semana N° 6 25/05/2019	Juegos motores		Aprecia la importancia del curso.
Semana N° 7 01/06/2019	Juegos de salón Juegos al aire libre		Valora críticamente las características de los juegos aplicados.
Semana N° 8 08/06/2019	EXAMEN PARCIAL: Evaluación correspondiente a las unidades N° I y II		

<p align="center">UNIDAD III Habilidades socio motrices</p>	<p>C3 Demuestra habilidades socio motrices propone un perfil deportivo y moral.</p>		
<p align="center">SEMANA</p>	<p align="center">CONTENIDOS CONCEPTUALES</p>	<p align="center">CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</p>	<p align="center">CONTENIDOS ACTITUDINALES</p>
<p align="center">Semana N° 9 15/06/2019</p>	<p>Deportes como el tenis, woodball, atletismo, etc. nociones sobre las técnicas sistemas y tácticas</p>	<p>Aplica los conocimientos y habilidades adquiridas en los deportes colectivos.</p>	<p>Aplica la importancia de los deportes y el trabajo en equipo.</p>
<p align="center">Semana N° 10 22/06/2019</p>	<p>Deportes: fútbol, vóleibol, básquet, nociones sobre las técnicas, sistemas y tácticas elementales</p>		<p>Cumple con los trabajos asignados.</p>
<p align="center">Semana N° 11 29/06/2019</p>	<p>Deportes: futsal cestoball, nociones sobre las técnicas, sistemas y tácticas elementales</p>		<p>Aprende las reglas del deporte y las aplica .</p>
<p align="center">Semana N° 12 06/07/2019</p>	<p>Juegos deportivos: de béisbol, golf, hockey nociones sobre las técnicas, sistemas y tácticas elementales</p>		<p>Asume una actitud crítica y reflexiva sobre el desarrollo de su potencial deportivo.</p>

<p align="center">UNIDAD IV Actividades culturales</p>	<p>C4 Reconoce la importancia de las actividades culturales y comprende los cambios de actitud positiva frente a las diversas situaciones.</p>		
<p align="center">SEMANA</p>	<p align="center">CONTENIDOS CONCEPTUALES</p>	<p align="center">CONTENIDOS PROCEDIMENTALES</p>	<p align="center">CONTENIDOS ACTITUDINALES</p>
<p align="center">Semana N° 13 13/07/2019</p>	<p>Baile moderno</p>	<p>Aplica los conocimientos y habilidades adquiridas en el desarrollo del curso y reconoce la importancia del aprendizaje a través de actividades culturales.</p>	<p>Aprecia la importancia del baile moderno.</p>
<p align="center">Semana N° 14 20/07/2019</p>	<p>Declamación y teatro</p>		<p>Valoriza el respeto, la honestidad y la armonía en las relaciones interpersonales con la declamación.</p>
<p align="center">Semana N° 15 27/07/2019</p>	<p>Danzas típicas</p>		<p>Valora las danzas típicas de su región.</p>
<p align="center">Semana N° 16 03/08/2019</p>	<p>Las actividades físicas en ambientes naturales: campamento y actividades propias.</p>		<p>Aprecia los temas aprendidos durante la asignatura.</p>
<p align="center">Semana N° 17 10/08/2019</p>	<p align="center">EXAMEN FINAL</p>		

VI. METODOLOGÍA

En el desarrollo de la asignatura se emplearán las siguientes estrategias: Exposiciones, intervenciones en clase, discusión y controles de lectura. Actividades en forma individual y grupal. Las sesiones de clase serán teóricas y prácticas, las cuales se desarrollarán a través de exposiciones dialogadas. Lecturas motivadoras, trabajos en equipo, dramatización de casos, intercambio de ideas.

- **6.1 Estrategias centradas en el aprendizaje**
- Mando directo- Para realizar la actividad igual que el docente
- Descubrimiento guiado- Para orientar a los alumnos en la realización entre la actividad física y cognitiva.
- Resolución de problema-Par a la búsqueda de alternativas estimulando la creatividad del alumno.
- Asignación de tarea- Para realizar más concretamente la demostración propia del modelo de instrucción directa.
- **6.2 Estrategias centradas en la enseñanza**
- Diálogos y exposiciones- Para realizar la transferencia de los conocimientos
- Enseñanza recíproca- Para que los alumnos organizados por parejas o tríos realizan la tarea encomendada por el docente

VII. RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE

- Equipo: pizarra de tizas o plumones, equipo de cómputo, proyector multimedia y ecran.
- Materiales: presentaciones PPT y fotografías digitales. Instrumentos y materiales de dibujo.

VIII. EVALUACIÓN

La evaluación es permanente. Se calificarán las intervenciones en clase, los controles de lectura, las exposiciones, trabajos asignados (individuales y grupales), examen parcial y examen final. La evaluación de entrada tiene el propósito de detectar el nivel de conocimientos previos con que llegan los estudiantes. En la evaluación final, el estudiante debe demostrar las competencias adquiridas, durante el desarrollo de la asignatura para la evaluación se tendrá en cuenta los siguientes criterios

N°	NOMBRE DE LA EVALUACIÓN	PORCENTAJE
01	EXAMEN PARCIAL	60.00%
	EXAMEN FINAL	
02	CONTROLES DE LECTURA, EXPOSICIONES Y TRABAJOS ASIGNADOS	40.00%
TOTAL		100%

La Nota Final (NF) de la asignatura se determinará en base a la siguiente manera:

$$NF = \frac{EP*30\% + EF*30\% + TA*40\%}{100}$$

IX. FUENTES DE INFORMACIÓN

ARTEAGA H. (1 990) Alimentación y Nutrición en salud y enfermedad. Dpto. de Nutrición, Fac. Medicina, Universidad de Chile, Santiago de Chile. Comité Olímpico Internacional s/a. La resistencia en el deporte. Paidotribo

ERWIÑ H. (1 988). Entrenamiento con niños. Teoría práctica, problemas específicos. Barcelona, España, Ediciones Martínez Roca

FRICKER, J (1998) Guía para adelgazar correctamente Conservando la salud. Colección Nutrición y Salud, Barcelona España Editorial Paidotribo.

RUIZ L. (1994) Deporte y aprendizaje – proceso de adquisición y desarrollo de habilidades. – España, editorial visor

TRIGO E aplicación del juego tradicional en el currículum de educación física. Vol. I bases teóricas Barcelona España, Paidotribo.

Lima, 15 de abril de 2019



[Handwritten signature]

Arq. ERNESTO EDGARDO APOLAYA INGUNZA
Director del Departamento Académico
eapolaya@unfv.edu.pe

[Handwritten signature]

Lic. ALPINO VASQUEZ RUIZ
Código 2019208
avasquezr@unfv.edu.pe

*Sello y fecha de recepción del sílabo por parte del
Departamento Académico*