



**Universidad Autónoma de Zacatecas**  
**“Francisco García Salinas”**  
 Unidad Académica de Cultura

<b>Programa Académico:</b> Licenciatura en Cultura Física y Deporte	<b>Plan de estudios</b> 2018
<b>Unidad Didáctica:</b> Observación y práctica docente en el nivel medio superior y superior	<b>Clave de la UDI:</b> 7OPDEM
<b>Créditos:</b> 8	<b>Eje curricular:</b> Psicopedagógico
<b>Semestre:</b> Quinto	<b>Responsables:</b> Dra. Nely Arcelia Padilla Cisneros M. E. F. Edgar Manuel Lumbreras Sánchez
<b>Horas semana teoría:</b> 2	<b>Horas semana práctica:</b> 2
<b>UDI's precedentes:</b> Observación y práctica docente en primaria y secundaria	<b>UDI's subsecuentes:</b>

<b>Competencia de la UDI:</b>	<b>Adquirir</b> los conocimientos teóricos necesarios de cada nivel dentro de la educación media superior y superior, para utilizar de manera adecuada los elementos de la planeación de la Educación Física. <b>Aplicar</b> las estrategias metodológicas adecuadas en planes de sesión así como analizar, comprender y explicarlos productos relacionados en el proceso de enseñanza aprendizaje.
-------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Unidades de competencia</b>	<p><b>1 Conceptos básicos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Conceptos relativos a la cultura física       <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1.1 Cultura Física</li> <li>1.1.2 Educación Física</li> <li>1.1.3 Ejercicio Físico</li> <li>1.1.4 Actividad Física</li> <li>1.1.5 Deporte</li> <li>1.1.6 Recreación</li> </ol> </li> <li>1.2. Propósitos de la materia de cultura física en nivel medio superior y superior       <ol style="list-style-type: none"> <li>1.2.1 Propósitos generales de la materia</li> <li>1.2.2 Propósitos específicos</li> </ol> </li> <li>1.3. Competencias motrices       <ol style="list-style-type: none"> <li>1.3.1 Desarrollo de la motricidad</li> <li>1.3.2 Integración a la corporeidad</li> <li>1.3.3 Creatividad de la acción motriz</li> </ol> </li> <li>1.4. Unidad didáctica</li> <li>1.5. Plan de sesión</li> <li>1.6. Estrategias de evaluación</li> </ol>
--------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>2. Desarrollo de las capacidades físicas</b></p> <p>2.1. Capacidades Físicas Condicionales</p> <p>2.1.1. Fuerza</p> <p>2.1.2. Resistencia</p> <p>2.1.3. Velocidad</p> <p>2.1.4. Flexibilidad</p> <p>2.2. Capacidades Físicas Coordinativas</p> <p>2.2.1. Acoplamiento</p> <p>2.2.2. Adaptación</p> <p>2.2.3. Diferenciación</p> <p>2.2.4. Equilibrio</p> <p>2.2.5. Orientación</p> <p>2.2.6. Reacción</p> <p>2.2.7. Ritmo</p>
<p><b>3. Cultura física y práctica deportiva (carreras, saltos y lanzamientos)</b></p> <p>3.1. Atletismo</p> <p>3.2. Baloncesto</p> <p>3.3. Voleibol</p> <p>3.4. Futbol</p> <p>3.5. Béisbol</p> <p>3.6. Handball</p>

<b>Estrategias de enseñanza y aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar temas</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar fichas o evidencias de lectura (mapas conceptuales, preguntas o actividades libre diseñadas por los estudiantes)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exponer información o temáticas asignadas a alumnos y apoyo docente.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar actividades generales de aprendizaje- enseñanza: análisis, trabajo individual o grupal</li> </ul>

<b>Recursos y materiales empleados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pintarrón presentaciones PowerPoint, Proyección de imágenes</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Libros, revistas.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videos</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de aulas virtuales o espacios en físico.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plataformas o herramientas online (Classroom, Moodle genially, canvas, etc)</li> </ul>

**Bibliografía:**

- Blazquez, d., estrategias de evaluación formativa en educación física, 1994
- De ketelle, j.m., observación y evaluación de la practica educativa, ed. visor/aprendizaje, 1994.
- Bolaños, Raúl. educación y psicomotricidad, segunda edición ed imagen, México 1993
- Nikolaievitch, platonov Vladimir y bulatova, marina, la preparación física, 2° edición ed paidotribo, Barcelona España, 1999
- Sec, programa nacional de educación física.
- Pila teleña, preparación física, 8ª. edición, editorial Olimpia 2003
- Manno, renato. fundamentos del entrenamiento deportivo. colección deporte y entrenamiento. 2ª. edición. España. 2000

- Manual de educación física y deportes. técnicas y actividades prácticas. editorial océano. españa. 2003
- Getchell, bud. condición física: como mantenerse en forma. editorial limusa. México. 1990
- Arroyo paz, f. guía práctica para la medicina del deporte, ed colección gráfica 1998.
- Bean, Anita. la guía completa de la nutrición del deportista. 2<sup>a</sup>. ed. editorial paidotribo. 2007. Barcelona

