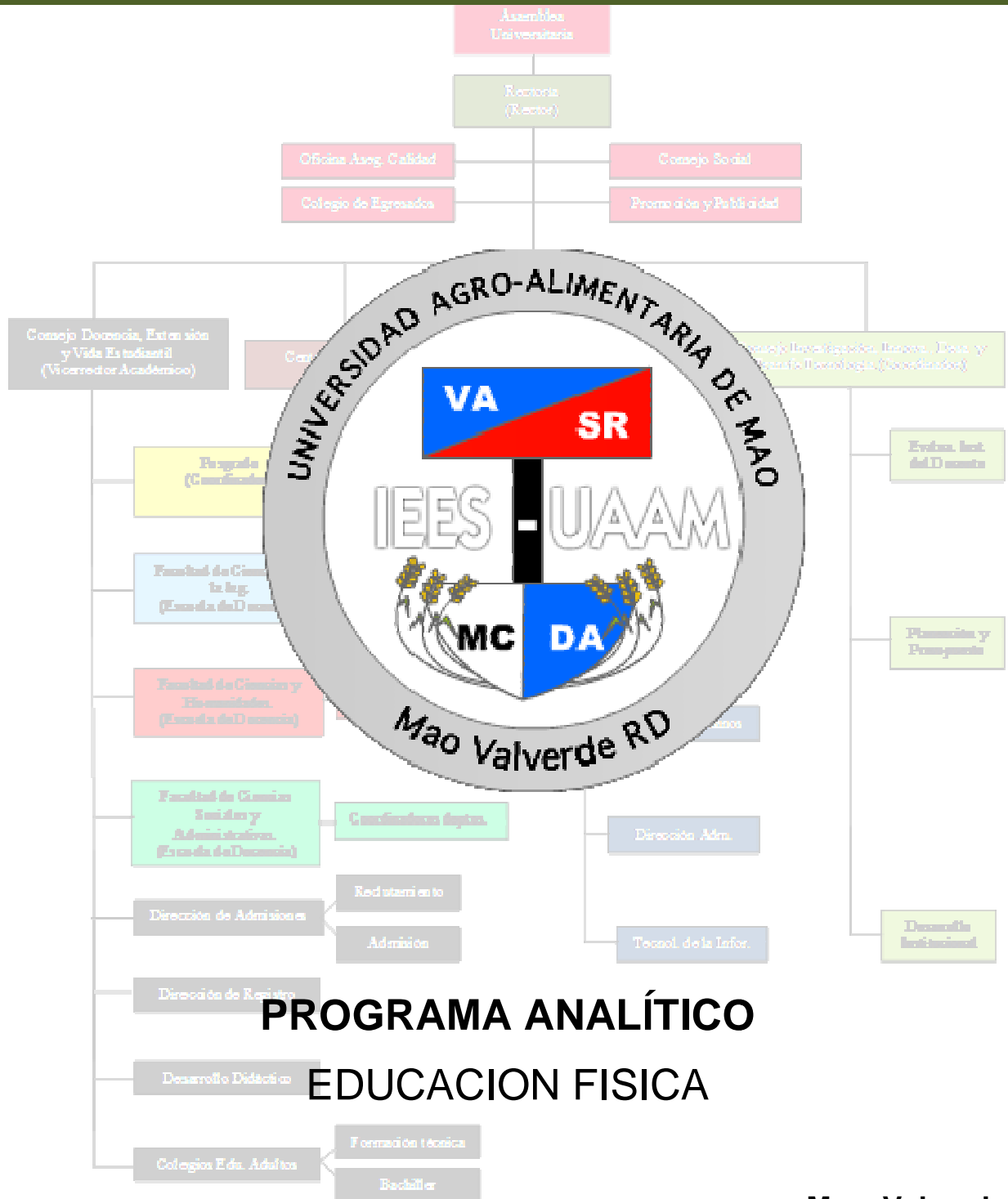


UNIVERSIDAD AGRO-ALIMENTARIA DE MAO

“IEES-UAAM”



Mao, Valverde
República Dominicana



I. DATOS DE LA ASIGNATURA

Nombre de la asignatura:	Educación Física
Clave de la asignatura:	EFD-100
Pre-requisito:	
Co-requisito:	
Horas teóricas – Horas práctica – Créditos	2-2-3

II. PRESENTACIÓN:

Mediante la asignatura de Educación física, el estudiante adquirirá actitudes de solidaridad y participación con la comunidad mediante experiencias físicas, deportivas y recreativas valorando la importancia de la práctica de actividades físicas como medio para utilizar el tiempo libre y prevención del vicio y contribuir al mejoramiento y conservación de la salud.

III. PROPÓSITOS GENERALES:

Al finalizar el curso, el alumno será capaz de:

- Mejorar por medio de la práctica de actividades físicas, la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacciones sociales.

IV. GUIAS APRENDIZAJE:

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD I.- Transición I. En esta unidad, el alumno estudiará las posturas y esquemas corporales, los hábitos y actitudes y las cualidades deportivas de cada individuo.

Lección 1.1.	Cualidades físicas.
Lección 1.2.	Destrezas elementales.
Lección 1.3.	Esquema corporal.
Lección 1.4.	Hábitos y actitudes.
Lección 1.5.	Patrones de movimiento.
Lección 1.6.	Estructuración temporo-espacial.
Chat.-	
Tarea 1.-	.
Tarea 2.-	.
Foro.-	.
Prueba Guía # 1.	



GUIA APRENDIZAJE UNIDAD II.- Transición II. En esta unidad, el alumno estudiará los principios de la natación, coordinación general y algunos ajustes posturales.

- Lección 2.1. Esquema corporal.
- Lección 2.2. Ajustes posturales.
- Lección 2.3. Coordinación general.
- Lección 2.4. Natación para principiantes.
- Chat. -
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 2.

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD III.- Posturas y esquemas corporales en deportes aeróbicos. En esta unidad, el alumno estudiará la manera correcta de prepararse para realizar un deporte aeróbico.

- Lección 3.1. Enlace de esquema corporal y ajustes postural.
- Lección 3.2. Coordinación general.
- Lección 3.3. Mini-futbol.
- Lección 3.4. Pre-deportivo al atletismo.
- Lección 3.5. Natación.
- Lección 3.6. Gimnasia.
- Lección 3.7. Atletismo.
- Lección 3.8. Mini-Baloncesto.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 3.

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD IV.- Deportes. En esta unidad, el alumno aprenderá a desarrollar resistencia aerobia y anaerobia, así como también la forma correcta de la ejecución de cada deporte.

- Lección 4.1. Capacidades motrices.
- Lección 4.2. Atletismo.
- Lección 4.3. Baloncesto.
- Lección 4.4. Natación.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 4.



GUIA APRENDIZAJE UNIDAD V.- Organización deportiva. En esta unidad, el alumno estudiará la organización deportiva, sistemas de juegos y a la agilidad necesaria para realizar una actividad física deportiva.

- Lección 5.1. Organización deportiva.
- Lección 5.2. Capacidad motriz.
- Lección 5.3. Atletismo.
- Lección 5.4. Voleibol.
- Lección 5.5. Deporte dirigido.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 5.
- Prueba Final.