



DIRECCIÓN ACADÉMICA
VICERRECTORADO ACADÉMICO

SÍLABO DE LA ASIGNATURA

FACULTAD:	FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS
CARRERA:	LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE (R-A)
ESTADO:	VIGENTE
NIVEL DE FORMACIÓN:	TERCER NIVEL
MODALIDAD:	PRESENCIAL
ASIGNATURA:	CIENCIAS DE LA SALUD EN EL DEPORTE
PERÍODO ACADÉMICO DE EJECUCIÓN:	Periodo 2025 - 1S
PROFESOR ASIGNADO:	CINTYA BELEN MORENO TAPIA
FECHA DE CREACIÓN:	Riobamba, 12 de marzo de 2025
FECHA DE ÚLTIMA ACTUALIZACIÓN:	Riobamba, 13 de marzo de 2025



1. INFORMACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA:

CÓDIGO:	AFDP0912.5.4	
NOMBRE:	CIENCIAS DE LA SALUD EN EL DEPORTE	
SEMESTRE:	SÉPTIMO SEMESTRE	
UNIDAD DE ORGANIZACIÓN CURRICULAR: (De acuerdo a la malla curricular):	Unidad Profesional	
CAMPO DE FORMACIÓN (De acuerdo a la malla curricular):	Praxis Preprofesional	
NÚMERO DE SEMANAS EFECTIVAS DE CLASES:	16	
NÚMERO DE HORAS POR SEMANA DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	Aprendizaje en contacto con el docente	2,00
	Aprendizaje práctico-experimental	2,00
	Aprendizaje Autónomo	2,00
TOTAL DE HORAS POR SEMANA DE LA ASIGNATURA:	6,00	
TOTAL DE HORAS POR EL PERÍODO ACADÉMICO:	96,00	

2. PRERREQUISITOS Y CORREQUISITOS:

ASIGNATURA	PRERREQUISITOS	CÓDIGO	CORREQUISITOS	
			ASIGNATURA	CÓDIGO
			BIOMECÁNICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	AFDP1014.7.1
			MEDICIÓN Y EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	AFDP1014.7.5
			ITINERARIO I O ITINERARIO II	AFDP1014.7.2

3. DESCRIPCIÓN E INTENCIÓN FORMATIVA DE LA ASIGNATURA:

La asignatura de Ciencias de la Salud en el Deporte es una cátedra de naturaleza teórico-práctico; pertenece al tercer nivel organización curricular Unidad Profesional y campo de formación de Praxis Profesional, la misma que es de aplicación obligatoria, presencial y/o virtual. Tiene como propósito desarrollar competencias en los procesos, teóricos y prácticos sobre la prestación de primeros auxilios durante la realización de actividad física además va de la mano desarrollar conocimientos, habilidades y destrezas sobre la nutrición deportiva, en las diferentes situaciones o eventos en los cuales se encuentre el deportista durante la realización de ejercicio físico. Su organización curricular está conformada por cuatro unidades: UNIDAD I: Disciplinas Deportivas y Lesiones más Frecuentes. UNIDAD II: Terapias Físicas y Químicas de Primer Uso. UNIDAD III: Integración entre Ergonomía Biomecánica y Lesiones Deportivas. UNIDAD IV: Nutrición en el deporte. Cada una de estas unidades contribuyen a la formación de profesionales competentes con el soporte científico, técnico, humanístico y axiológico; así como, consecución del perfil de egreso mediante el uso adecuado de procesos metodológicos en la enseñanza aprendizaje, como una vía para dar respuestas a los principales problemas y necesidades de la educación, con una firme actitud ética y participante; respetando la pluriculturalidad la cosmovisión, comprometido al cambio, el desarrollo científico, técnico, la innovación y la transformación de la realidad. La asignatura armoniza con la misión de la carrera la cual es: Formar profesionales en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte con bases científicas, humanísticas y axiológicas, a través de la aplicación de procesos de formación académica, investigación y vinculación, que contribuyan a la formación integral de niños y adolescentes mejorando su calidad de vida; además, la cátedra se sustenta en el Modelo Educativo, Pedagógico y Didáctico de la UNACH titulado "Introspección y Prospectiva", el cual constituye el sustento teórico sobre el que descansa el proyecto educativo institucional; la asignatura tiene correspondencia directa y aporta a los objetivos de la planificación nacional establecidos en el Plan Nacional de Desarrollo: 2024 – 2025 "El nuevo Ecuador" y tiene concordancia con los niveles de la planificación macro curricular, a partir de dos ejes de política pública: el Eje Social y el Eje Economía; con el OBJETIVO 1, Mejorar las condiciones de vida de la población de forma integral, promoviendo el acceso equitativo a salud, vivienda y bienestar social, OBJETIVO 2 Impulsar las capacidades de la ciudadanía con educación equitativa e inclusiva de calidad y promoviendo espacios de intercambio cultural.

4. COMPETENCIA(S) DEL PERFIL EGRESO DE LA CARRERA A LA(S) QUE APORTA LA ASIGNATURA:

- Analiza el estado de necesidades, motivaciones, fortalezas y debilidades para la práctica de educación física, actividad física, deporte y recreación, en contextos comunitarios e institucionales y oferta un producto pedagógico profesional para satisfacer dicha demanda. • Interrelaciona los procesos biológicos del ser humano con la práctica de la educación física, actividad física, deporte y recreación. • Organiza los procesos de enseñanza- aprendizaje de la actividad física y deporte en el contexto social. • Utiliza los fundamentos filosóficos, éticos, sociológicos y pedagógicos en la dirección pedagógica de los procesos inherentes a la educación física inicial, básica, bachillerato, a la actividad física, deporte y recreación, manifiesta liderazgo y comunicación dialógica con estudiantes y comunidad donde se desempeña. • Organiza los procesos de enseñanza- aprendizaje de la actividad física y deporte en el contexto social. • Interrelaciona los procesos biológicos del ser humano con la práctica de la educación física, actividad física, deporte y recreación. • Organiza los procesos de enseñanza- aprendizaje de la actividad física y deporte en el contexto social.

5. RESULTADO(S) DE APRENDIZAJE DEL PERFIL DE EGRESO DE LA CARRERA A LO(S) QUE APORTA LA ASIGNATURA

- Aplica la medicina deportiva en la Actividad Física con conocimiento técnico, crítico y reflexivo contribuyendo significativamente al éxito del deportista. - Construye una cosmovisión ecológica andina en el contexto de la actividad y prevención de la salud con conocimiento técnico, crítico y reflexivo para los procesos pedagógicos de enseñanza aprendizaje. - Desarrolla planes y programas de entrenamiento deportivo con conocimiento técnico metodológico de iniciación y perfeccionamiento en las diferentes etapas etarias del desarrollo humano.

6. UNIDADES CURRICULARES:



UNIDAD N°:		1					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		Disciplinas Deportivas y Lesiones más Frecuentes					
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		18					
<p>RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD: Los resultados de aprendizaje demuestran lo que el estudiante será capaz de resolver al finalizar un proceso formativo. Su estructura es: verbo en tercera persona del presente simple en singular + objeto + condición + finalidad. Su propósito es tributar al cumplimiento de las competencias declaradas en el perfil de egreso.</p> <p>- Identifica los riesgos para la salud que pueden propiciar las lesiones deportivas más frecuente en las diferentes disciplinas deportivas.</p>							
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN: Expresan características de los resultados esperados: son la base para diseñar la evaluación. Los criterios de evaluación se estructuran con: verbo en infinitivo + objeto + contexto). Se reflejan en los instrumentos de evaluación mediante indicadores que se corresponden</p> <p>Identifica los riesgos para la salud que pueden propiciar las lesiones deportivas más frecuente en las diferentes disciplinas deportivas</p>							
CONTENIDOS ¿Qué debe saber, hacer y ser?		TEMPORALIZACIÓN		ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD			
UNIDADES TEMÁTICAS	HORAS			SEMANA (de la 1 a la 16 ó 18 según corresponda)	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN CONTACTO CON EL DOCENTE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PRÁCTICO-EXPERIMENTAL	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO
	Aprendizaje en contacto con el docente	Aprendizaje práctico-experimental	Aprendizaje autónomo				
1.1. Encuadre Pedagógico							
<ul style="list-style-type: none"> • 1.1.1. Generalidades sobre Lesiones Deportivas. • 1.1.2. Lesiones Deportivas más frecuentes. • 1.1.3. Lesiones Deportivas en el sistema SOMA (Sistema Osteo-mio-articular). • 1.1.4. Lesiones deportivas por aparatos y sistemas. • 1.1.5. Socialización de la Investigación Formativa. 	2	2	2	1	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICQA. Revisión y búsqueda en Internet. Utilización software primeros auxilios 3D.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
1.2. Disciplinas Deportivas							
<ul style="list-style-type: none"> • 1.2.1. Disciplinas deportivas según riesgos de lesiones • 1.2.2. Papel del entrenador o profesor para evitar lesiones deportivas. • 1.2.3. Estadísticas de lesiones deportivas más frecuentes por sistemas. 	2	2	2	2	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas. Habilidades Blandas Gestión Tiempo.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICQA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
1.3. Enfermedades Asociadas a lesiones deportivas							
<ul style="list-style-type: none"> • 1.3.1. Enfermedades asociadas a las lesiones deportivas. • 1.3.2. Repercusión de las enfermedades crónicas ante la posibilidad de aparición de lesiones deportivas. • 1.3.3. Primeros auxilios ante la aparición de descompensación de enfermedades crónicas. 	2	2	2	3	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas. Educación Intercultural.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICQA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
TOTAL DE HORAS (La suma del total de horas debe ser igual a la determinada en la malla curricular por cada componente de aprendizaje; sin embargo, para cada tema tratado será decisión del profesor la distribución de horas en cada componente)		6	6	6			
<p>EVALUACIÓN: En este apartado se deberá indicar los tipos de evaluación que se aplicarán (diagnóstica, formativa y sumativa), así como las técnicas e instrumentos a utilizar, a fin de evidenciar mediante los criterios de evaluación el logro de los resultados de aprendizaje.</p>							
Tipos de Evaluación	Técnicas			Instrumentos			
Diagnóstica	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Informes			
Formativa	Pruebas			Pruebas estandarizadas			
	Entrevista			Pruebas Orales de Actuación			
	Evaluación de Desempeño			Rúbrica			
Sumativa	Pruebas			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Entrevista			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Informes			
	Pruebas			Pruebas estandarizadas			
				Pruebas Orales de Actuación			
				Rúbrica			



UNIDAD N°:		2					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		Terapias Físicas y Químicas de Primer Uso					
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		12					
<p>RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD. - Los resultados de aprendizaje demuestran lo que el estudiante será capaz de resolver al finalizar un proceso formativo. Su estructura es: verbo en tercera persona del presente simple en singular + objeto + condición + finalidad. Su propósito es tributar al cumplimiento de las competencias declaradas en el perfil de egreso.</p> <p>- Decide de una manera adecuada agentes físicos y químicos de primer uso en el botiquín deportivo, mediante diferentes maniobras de recuperación rápida y cuidados inmediatos en el terreno o sitio del evento deportivo.</p>							
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN. - Expresan características de los resultados esperados: son la base para diseñar la evaluación. Los criterios de evaluación se estructuran con: verbo en infinitivo + objeto + contexto). Se reflejan en los instrumentos de evaluación mediante indicadores que se corresponden</p> <p>Decide de una manera adecuada agentes físicos y químicos de primer uso en el botiquín deportivo, mediante diferentes maniobras de recuperación rápida y cuidados inmediatos en el terreno o sitio del evento deportivo.</p>							
CONTENIDOS ¿Qué debe saber, hacer y ser?		TEMPORALIZACIÓN			ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD		
UNIDADES TEMÁTICAS	HORAS			SEMANA (de la 1 a la 16 ó 18 según corresponda)	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN CONTACTO CON EL DOCENTE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PRÁCTICO-EXPERIMENTAL	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO
	Aprendizaje en contacto con el docente	Aprendizaje práctico-experimental	Aprendizaje autónomo				
2.1. Botiquín de Primeros Auxilios					Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales. Educación inclusiva	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 2.1.1. Componentes del botiquín de primeros auxilios.	2	2	2	4			
• 2.1.2. Manipulación del botiquín de primeros auxilios • 2.1.3. Integración del uso del botiquín de primeros auxilios y las diferentes terapias.							
2.2. Terapias Físicas y Químicas para Lesiones Deportivas					Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 2.2.1. Uso de Terapias Físicas. Agua. Calor. Sonido. Para tratar las diferentes terapias en lesiones Deportivas.	2	2	2	5			
• 2.2.2. Uso de Terapias Físicas. Electricidad. Luz. Masaje. Magnetoterapia. Para tratar las diferentes terapias en lesiones Deportivas.							
• 2.2.3. Terapias Químicas. Formas de aplicación. Para tratar las diferentes terapias en lesiones Deportivas.							
• 2.2.4. Combinación de terapias Físicas y Químicas.							
• 2.2.5. Planteamiento del problema de la Investigación Formativa.							
TOTAL DE HORAS (La suma del total de horas debe ser igual a la determinada en la malla curricular por cada componente de aprendizaje; sin embargo, para cada tema tratado será decisión del profesor la distribución de horas en cada componente)	4	4	4				
<p>EVALUACIÓN: En este apartado se deberá indicar los tipos de evaluación que se aplicarán (diagnóstica, formativa y sumativa), así como las técnicas e instrumentos a utilizar, a fin de evidenciar mediante los criterios de evaluación el logro de los resultados de aprendizaje.</p>							
Tipos de Evaluación	Técnicas			Instrumentos			
Diagnóstica	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Informes Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica			
Formativa	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Informes Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica			
Sumativa	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Informes Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica			



UNIDAD N°:	3						
NOMBRE DE LA UNIDAD:	Integración entre Ergonomía Biomecánica y Lesiones Deportivas						
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:	12						
RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD: - Los resultados de aprendizaje demuestran lo que el estudiante será capaz de resolver al finalizar un proceso formativo. Su estructura es: verbo en tercera persona del presente simple en singular + objeto + condición + finalidad. Su propósito es tributar al cumplimiento de las competencias declaradas en el perfil de egreso.							
- Integra la relación que existe entre ergonomía, biomecánica y las diferentes disciplinas deportivas para que aprendan a valorar la relación entre postura, movimiento y atención o recuperación ante la presencia de los diferentes tipos de lesión deportiva.							
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: - Expresan características de los resultados esperados: son la base para diseñar la evaluación. Los criterios de evaluación se estructuran con: verbo en infinitivo + objeto + contexto). Se reflejan en los instrumentos de evaluación mediante indicadores que se corresponden							
Integra la relación que existe entre ergonomía, biomecánica y las diferentes disciplinas deportivas para que aprendan a valorar la relación entre postura, movimiento y atención o recuperación ante la presencia de los diferentes tipos de lesión deportiva.							
CONTENIDOS ¿Qué debe saber, hacer y ser?		TEMPORALIZACIÓN		ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD			
UNIDADES TEMÁTICAS	HORAS			SEMANA (de la 1 a la 16 ó 18 según corresponda)	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN CONTACTO CON EL DOCENTE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PRÁCTICO-EXPERIMENTAL	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO
	Aprendizaje en contacto con el docente	Aprendizaje práctico-experimental	Aprendizaje autónomo				
3.1. Ergonomía y Biomecánica Deportiva • 3.1.1. Errores comunes ergonómicos y biomecánicos durante la realización de las diferentes disciplinas deportivas. • 3.1.2. Primeros auxilios durante errores ergonómicos y biomecánicos en la realización de las diferentes disciplinas deportivas. • 3.1.3. Lesiones por errores ergonómicos y biomecánicos en la realización de las diferentes disciplinas deportivas.	2	2	2	6	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía
3.2. Lesiones Deportivas de tipo posturales • 3.2.1. Lesiones deportivas más comunes de tipo postural. • 3.2.2. Técnicas de tipo postural inadecuadas durante el entrenamiento. • 3.2.3. Aplicación de encuesta. Tabulación de datos de la Investigación Formativa.	2	2	2	7	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redondas en línea. Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía
TOTAL DE HORAS (La suma del total de horas debe ser igual a la determinada en la malla curricular por cada componente de aprendizaje; sin embargo, para cada tema tratado será decisión del profesor la distribución de horas en cada componente)	4	4	4				
EVALUACIÓN: En este apartado se deberá indicar los tipos de evaluación que se aplicarán (diagnóstica, formativa y sumativa), así como las técnicas e instrumentos a utilizar, a fin de evidenciar mediante los criterios de evaluación el logro de los resultados de aprendizaje.							
Tipos de Evaluación	Técnicas			Instrumentos			
Diagnóstica	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica			
Formativa	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica			
Sumativa	Entrevista			Pruebas Orales de Base Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Pruebas			Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica			



UNIDAD N°:		4					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		Nutrición en el Deporte					
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		54					
<p>RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD: Los resultados de aprendizaje demuestran lo que el estudiante será capaz de resolver al finalizar un proceso formativo. Su estructura es: verbo en tercera persona del presente simple en singular + objeto + condición + finalidad. Su propósito es tributar al cumplimiento de las competencias declaradas en el perfil de egreso.</p> <p>- Jerarquiza los principales grupos etarios en base a sus requerimientos nutricionales y el tipo de actividad física deportiva que realicen para poder aplicarlos de una manera adecuada en la práctica profesional.</p> <p>- Maneja el cálculo de la valoración nutricional, medidas antropométricas y curvas de crecimiento para poder aplicarlos de una manera adecuada en la práctica profesional.</p> <p>- Resume las enfermedades por malnutrición en las diferentes etapas de la vida y su repercusión sobre la salud humana para poder aplicarlos de una manera adecuada en la práctica profesional.</p>							
<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN: Expresan características de los resultados esperados: son la base para diseñar la evaluación. Los criterios de evaluación se estructuran con: verbo en infinitivo + objeto + contexto. Se reflejan en los instrumentos de evaluación mediante indicadores que se corresponden</p> <p>• Conoce los conceptos generales sobre la Nutrición deportiva para aplicarlos en la práctica profesional.</p> <p>• Jerarquiza los principales grupos etarios en base a sus requerimientos nutricionales y el tipo de actividad física que realicen.</p> <p>• Maneja el cálculo de la valoración nutricional, medidas antropométricas y curvas de crecimiento para aplicarlos adecuadamente en la práctica profesional.</p>							
CONTENIDOS ¿Qué debe saber, hacer y ser?		TEMPORALIZACIÓN			ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD		
UNIDADES TEMÁTICAS	HORAS				ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE EN CONTACTO CON EL DOCENTE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PRÁCTICO-EXPERIMENTAL	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO
	Aprendizaje en contacto con el docente	Aprendizaje práctico-experimental	Aprendizaje autónomo	SEMANA (de la 1 a la 16 ó 18 según corresponda)			
4.1. Generalidades de la nutrición en el deporte.					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía
• 4.1.1. Conceptos básicos y terminología en nutrición.	2	2	2	8			
• 4.1.2. Conceptos básicos de nutrientes y calorías.							
• 4.1.3. Macro y Micronutrientes.							
4.2. Metabolismo y Catabolismo de los nutrimentos.					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía
• 4.2.1. Catabolismo. Concepto y Características Generales.	2	2	2	9			
• 4.2.2. Catabolismo. concepto y Características Generales.							
4.3. Metabolismo de los Hidratos de Carbono					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía
• 4.3.1. Hidratos de carbono y Glucosa.	2	2	2	10			
• 4.3.2. Balance energético de la glucolisis, glucogenólisis, gluconeogénesis.							
4.4. Metabolismo de los Lípidos y Proteínas					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía
• 4.4.1. Balance energético de la beta oxidación de los lípidos.	2	2	2	11			
• 4.4.2. Balance energético de la beta oxidación de las proteínas.							
4.5. Hidratación, Nutrición durante el entrenamiento. Rutas Metabólicas y Deportes Específicos.					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 4.5.1. Componentes de la hidratación.	2	2	2	12			
• 4.5.2. Cambios fisiológicos de la hidratación antes, durante y después de ejercicio físico.							
• 4.5.3. Ruta aeróbica oxidativa.							
• 4.5.4. Ruta de los fosfágenos y ruta anaeróbica (Lactato).							
4.6. Evaluación de la Valoración Nutricional					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 4.6.1. IMC (índice de Masa Corporal).	2	2	2	13			
• 4.6.2. Técnica de toma de medidas antropométricas.							
• 4.6.3. Manejo adecuado de las curvas de crecimiento.							
4.6.4. Integración de la valoración nutricional.							
4.7. Manejo de Curvas de Crecimiento.					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 4.7.1. Características de las Curvas de Crecimiento.	2	2	2	14			
• 4.7.2. Manejo adecuado de las curvas de crecimiento.							
• 4.7.3. Gráficas de curvas de crecimiento de niños y adolescentes.							
• 4.7.4. Presentación. Socialización de resultados de la Investigación Formativa.							
4.8. Enfermedades por mal Nutrición					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 4.8.1. Enfermedades por malnutrición.	2	2	2	15			
• 4.8.2. Malnutrición por defecto y por exceso.							
• 4.8.3. Nutrición en deportes de resistencia, fuerza y en equipo.							
• 4.8.4. Elaboración de dietas en deportes específicos.							
4.9. Suplementos Deportivos					Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y utilización de bibliotecas.	Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA.	Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía.
• 4.9.1. Suplementos para aumentar la energía y mejorar el rendimiento.	2	2	2	16			
• 4.9.2. Suplementos para mejorar la recuperación y reducir el dolor muscular.							
• 4.9.3. Contraindicaciones de la utilización de Suplementos Deportivos.							
TOTAL DE HORAS (La suma del total de horas debe ser igual a la determinada en la malla curricular por cada componente de aprendizaje; sin embargo, para cada tema tratado será decisión del profesor la distribución de horas en cada componente)	18	18	18				



EVALUACIÓN: En este apartado se deberá indicar los tipos de evaluación que se aplicarán (diagnóstica, formativa y sumativa), así como las técnicas e instrumentos a utilizar, a fin de evidenciar mediante los criterios de evaluación el logro de los resultados de aprendizaje.

Tipos de Evaluación	Técnicas	Instrumentos
Diagnóstica	Entrevista	Pruebas Orales de Base Estructurada Pruebas Orales de Base no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica
Formativa	Entrevista	Pruebas Orales de Base Estructurada Pruebas Orales de Base no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica
Sumativa	Entrevista	Pruebas Orales de Base Estructurada Pruebas Orales de Base no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas Pruebas Orales de Actuación Rúbrica

7. INVESTIGACIÓN FORMATIVA.

De acuerdo a los temas y subtemas del sílabo se realizarán actividades que promuevan la investigación formativa como estrategia general de aprendizaje para la formación del estudiante.

8. METODOLOGÍA:

<p>Metodología de enseñanza aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprendizaje activo. • Aprendizaje Basado en Problemas • Aprendizaje Basado en Proyectos • Aprendizaje Colaborativo. • Clase Magistral • Constructivista - Participativo • Demostraciones prácticas • Desarrollo de talleres prácticos en clase • Exposición de trabajos • Exposición de trabajos Investigativos • Expositivo • Revisión bibliográfica sistemática • Talleres <p>Técnicas de enseñanza aprendizaje.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entrevista: • Pruebas: • Evaluación de Desempeño: <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aula • Aula virtual • Bibliografía Especializada • Computador • Diapositivas • Documentos y Evidencias • Escenario deportivo • Internet • Laptops • Pizarra • Proyector • Recursos didácticos • Revistas indexadas • Videotutoriales • Zoom • Software • TAC - Tecnologías de aprendizaje y conocimiento • TIC - Tecnologías de la información y la comunicación
--

9. ESCENARIOS DE APRENDIZAJE:

<ul style="list-style-type: none"> • Aula de clase • Biblioteca Virtual • Escenario Deportivo • Talleres • Escenarios Laborales
--

10. RELACIÓN DE LA ASIGNATURA CON LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL PERFIL DE EGRESO DE LA CARRERA:

Resultados de Aprendizaje que aportan al Perfil de Egreso de la Carrera: (Copiar los elaborados para cada unidad)	Nivel de Contribución: (ALTA – MEDIA – BAJA: Al logro de los Resultados de Aprendizaje del perfil de egreso de la Carrera)			Evidencias de Aprendizaje: Son los productos generados por el estudiante, que demuestran los aprendizajes alcanzados según los criterios de evaluación.
	A ALTA	B MEDIA	C BAJO	
• Identifica los riesgos para la salud que pueden propiciar las lesiones deportivas más frecuente en las diferentes disciplinas deportivas.		X		Prácticas en clases, exposiciones y talleres de debate. Subida al aula virtual de resúmenes, dibujos y presentaciones en clase, talleres y trabajo autónomo.
• Decide de una manera adecuada agentes físicos y químicos de primer uso en el botiquín deportivo, mediante diferentes maniobras de recuperación rápida y cuidados inmediatos en el terreno o sitio del evento deportivo.	X			Prácticas en clases, exposiciones y talleres de debate. Subida al aula virtual de resúmenes, dibujos y presentaciones en clase, talleres y trabajo autónomo.
• Integra la relación que existe entre ergonomía, biomecánica y las diferentes disciplinas deportivas para que aprendan a valorar la relación entre postura, movimiento y atención o recuperación ante la presencia de los diferentes tipos de lesión deportiva.	X			Prácticas en clases, exposiciones y talleres de debate. Subida al aula virtual de resúmenes, dibujos y presentaciones en clase, talleres y trabajo autónomo.
• Jerarquiza los principales grupos etarios en base a sus requerimientos nutricionales y el tipo de actividad física deportiva que realicen para poder aplicarlos de una manera adecuada en la práctica profesional.	X			Prácticas en clases, exposiciones y talleres de debate. Subida al aula virtual de resúmenes, dibujos y presentaciones en clase, talleres y trabajo autónomo.



<ul style="list-style-type: none"> Maneja el cálculo de la valoración nutricional, medidas antropométricas y curvas de crecimiento para poder aplicarlos de una manera adecuada en la práctica profesional. 		X	Prácticas en clases, exposiciones y talleres de debate. Subida al aula virtual de resúmenes, dibujos y presentaciones en clase, talleres y trabajo autónomo.
<ul style="list-style-type: none"> Resume las enfermedades por malnutrición en las diferentes etapas de la vida y su repercusión sobre la salud humana para poder aplicarlos de una manera adecuada en la práctica profesional. 	X		Prácticas en clases, exposiciones y talleres de debate. Subida al aula virtual de resúmenes, dibujos y presentaciones en clase, talleres y trabajo autónomo.

11. BIBLIOGRAFÍA

<p>11.1 BIBLIOGRAFÍA FÍSICA</p> <p>11.1.1 BÁSICA:</p> <ul style="list-style-type: none"> Manual de primeros auxilios. Vendrell Covisa Javier Editorial Libsa Manual de primeros auxilios catástrofes y socorismo. López Herrera Luis NO INDICA Atlas de radiografía para lesiones deportivas Anderson Jock McGraw-Hill Interamericana de España S.A.U. Homeopatía y lesiones deportivas obra de consulta y guía. Lubender Eberhart Editorial Paidotribro Fundamentos de nutrición y dietética Martínez Hernández J. Alfredo Médica Panamericana Fundamentos de nutrición y dietética bases metodológicas y aplicaciones. Martínez Herráiz J. Alfredo Médica Panamericana Medicina y ciencias del deporte y la actividad física Pancorbo Sandoval Armando E. OCEANO / ergon Barcelona- España <p>11.1.2 COMPLEMENTARIA:</p> <p>Lesiones deportivas Prevención, manejo, tratamiento y rehabilitación, Mahmut Nedim Doral. Nutrición en el deporte. Burke Louise. Médica Panamericana. (2022)</p>
--

<p>11.2 BIBLIOGRAFÍA DIGITAL</p> <p>11.2.1 BÁSICA (Libros digitales desde el repositorio de la Institución)</p> <ul style="list-style-type: none"> Fundamentals of Pain Medicine. Richard W. Rosenquist and Jian'guo Cheng Independent Medical Evaluation : A Practical Guide. Douglas W. Martin Handbook of Neuroemergency Clinical Trials. Segunda Edición. Brett E. Skolnick and Wayne M. Alves <p>11.2.2 COMPLEMENTARIA (Libros digitales de libre acceso)</p> <p>https://emergencyglobalsystem.com/primeros-auxilios-deporte/ https://www.google.com/search?sc=esv2fed2e4f72d7567&sc=upv=1&rlz=1C1GCEA_enEC1124EC1124&sr=ADLYWUJ_m7TnBdkQvov7bWjdLB718E0eA1727215359633&q=Nutrici%C3%B3n+en+el+deporte:+Un+enfoco+pr%C3%A1ctico&stickbnWjbbSAgV45gndOk6047Opdj7TM1Ybhul7YW2cBeF3j5TqJ0eUJUSD5P3GbbtinnoppEK95nJgxiweRA5ipSWWpfwalkEY12PCHB6o5x40Sm8bEiWUBIEQeX4og41gYjVskEFMA7R2Jiis-XhZghEBgWotuElhTTTEgtCmFPxv7bsFOR5cFGGZUn6PUW07YJGHSHpdeofYUkiNwpMBQymFsq6JSPX00btkSBgUnP5fkeilX3NkVJfKwGCbZPrDKcealokRD9aqGWXTelaeJUnk0P0mPQnajiSqRFbjwYhFEV9KAGooJ1QlgoGNQeDaxEBVpp7zPTXv9nmo-r69-cA8qLLT1awMhGZ2uLN2DTPe4EW1smcTfOulkm9YP4bEPe4mw45f8IeN1b8UzailbGJVzbn-xTNHucQcmOH-4XGCBYbW7573zSeyfDfNFZhdhtrizLHbW9jU4-GPzR1vzCNtk4X2syzfCcd16ZDYSNF-9vHnph7o7X9mpMjdePmxdq9e26YpQVfysS9sXOrf26dVsf_XDsLasHK5YxbJkF9y7O9yw7u3UmN_HJBiPuQAAA&sa=X&ved=2ahUKEwjcodyPjyAAXVgoQIHTAcDCoQ-BZ6BAghEAw</p>
--

<p>11.3 WEBGRAFÍA: (Recursos procedentes de Internet en el área de estudio de libre acceso)</p> <ul style="list-style-type: none"> https://www.google.com/search?rlz=1C1CHBD_esEC936EC936&sr=ALeKk024ZYpFsEYsLTMNkqbGv0NBmEuQ.1620420195381&source=univ&tbm=isch&q=libros+de+primeros+auxilios+a+deportistas+para+descargar+gratis&sa=X&ved=2ahUKEwjs_4bRt7jwAv8FVwFHSPqBGAQJkEegQIDhAB&biw=1366&bih=625#imgrc=8-HmzzJdZdeM https://www.clinicalascondes.cl/Dev_CLC/media/imagenes/PDF/20revista%20m%C3%A9dica2012/3%20mayo/6_Dra_Cuevas-8.pdf https://drive.google.com/drive/folders/1mYQrD7n02VOsonjARg4y2fNEOWZyK7?usp=sharing
--

12. PERFIL DEL DOCENTE:

<p>Título de Tercer Nivel Médico General graduada en la prestigiosa Universidad Nacional de Chimborazo (UNACH), complementado con un Máster en Gestión de la Seguridad Clínica del Paciente y Calidad de la Atención Sanitaria, obtenido en la Universidad Internacional de La Rioja en Madrid. Cuento con experiencia profesional en medicina como también docente en instituciones públicas y privadas, lo que me permite compartir mis conocimientos y fomentar el aprendizaje en futuras generaciones en áreas de la salud. Poseo una sólida formación en medicina y docencia con un enfoque especializado en la mejora de la calidad de atención en el ámbito sanitario, comprometiéndome a garantizar la seguridad y el bienestar de los pacientes y alumnos. Destaco habilidades en la comunicación efectiva, el trabajo en equipo y la gestión de riesgos clínicos. Mi objetivo es contribuir en equipos multidisciplinarios, optimizar procesos de atención y seguir expandiendo mis conocimientos en todos los ámbitos dentro de la salud, al mismo tiempo que comparto mi pasión por la medicina a través de la docencia.</p>
--



DIRECCIÓN ACADÉMICA
VICERRECTORADO ACADÉMICO



UNACH-RGF-01-03-01.01.b
Versión 3: 28-10-2021

RESPONSABLE(S) DE LA ELABORACIÓN DEL SÍLABO:	Nombre: Msc. CINTYA BELEN MORENO TAPIA
	

LUGAR Y FECHA:	Riobamba, 12 de marzo de 2025
----------------	-------------------------------

REVISIÓN Y APROBACIÓN



4b3cb385-1374-465a-9bb5-41d14b4c4055

BERTHA SUSANA PAZ VITERI
DIRECTOR DE CARRERA



ANEXOS

PONDERACIÓN PARA LA EVALUACIÓN DEL ESTUDIANTE POR ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:

COMPONENTE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	Primer Parcial %(Puntos):	Segundo Parcial %(Puntos):
Aprendizaje en contacto con el docente	<ul style="list-style-type: none">• Conferencias, Seminarios, Estudios de Casos, Foros, Clases en Línea, Servicios realizados en escenarios laborables. Experiencias colectivas en proyectos: sistematización de prácticas de investigación-intervención, construcción de modelos y prototipos, proyectos de problematización, resolución de problemas, entornos virtuales, entre otros. Evaluaciones orales, escritas entre otras.	35%	35%
Aprendizaje práctico- experimental	<ul style="list-style-type: none">• Actividades desarrolladas en escenarios experimentales o laboratorios, prácticas de campo, trabajos de observación, resolución de problemas, talleres, manejo de base de datos y acervos bibliográficos entre otros.	35%	35%
Aprendizaje autónomo	<ul style="list-style-type: none">• Lectura, análisis y comprensión de materiales bibliográficos y documentales tanto analógicos como digitales, generación de datos y búsqueda de información, elaboración individual de ensayos, trabajos y exposiciones.	30%	30%
PROMEDIO		100%- 10	100%- 10

La calificación de cada componente se ponderará sobre 10 puntos, debiendo realizar una regla de 3 en base al porcentaje de cada uno de ellos para obtener una calificación final sobre 10.

Documento Generado el: 31 de marzo de 2025 a las 11:45:21
Fuente: Sistema Informático de Control Académico - Uvirtual