



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:	PEDAGOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
PERÍODO ACADÉMICO DE EJECUCIÓN:	Período 2024 - 2S
PROFESOR ASIGNADO:	HENRY RODOLFO GUTIERREZ CAYO
FECHA DE CREACIÓN:	Riobamba, 16 de septiembre de 2024
FECHA DE ÚLTIMA ACTUALIZACIÓN:	Riobamba, 27 de septiembre de 2024



1. INFORMACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA:

CÓDIGO:	AFDP0114.2.6	
NOMBRE:	PEDAGOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	
SEMESTRE:	SEGUNDO SEMESTRE	
UNIDAD DE ORGANIZACIÓN CURRICULAR: (De acuerdo a la malla curricular):	OBLIGATORIA	
CAMPO DE FORMACIÓN (De acuerdo a la malla curricular):	Formación Teórica	
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:

PRERREQUISITOS		CORREQUISITOS	
ASIGNATURA	CÓDIGO	ASIGNATURA	CÓDIGO

3. DESCRIPCIÓN E INTENCIÓN FORMATIVA DE LA ASIGNATURA:

La asignatura de Metodología del Entrenamiento Deportivo es de naturaleza teórica-práctica y pertenece al primer nivel de la organización curricular profesionalizante, en el campo de la praxis profesional. Es de aplicación obligatoria y presencial. Su propósito es desarrollar competencias en los procesos teóricos, metodológicos y técnicos de los métodos de entrenamiento aplicados al deporte, con énfasis en la correcta planificación y ejecución de programas de entrenamiento para diferentes contextos deportivos. El curso está estructurado en cuatro unidades: UNIDAD I: FUNDAMENTOS Y PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO. UNIDAD II: BASES CIENTÍFICAS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO UNIDAD III: PLANIFICACIÓN Y PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO. UNIDAD IV: MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ENTRENAMIENTO. Estas unidades contribuyen a la formación de profesionales competentes, con sólidos fundamentos científicos, técnicos y humanísticos, capaces de responder a las necesidades del entorno deportivo y educativo. La asignatura se alinea con el perfil de egreso de la carrera, fomentando el uso adecuado de procesos metodológicos en la enseñanza-aprendizaje, y promueve una actitud ética y comprometida con la transformación de la realidad educativa y deportiva. El curso armoniza con la misión de la carrera, que es formar profesionales capaces de diseñar y aplicar programas de actividad física y deporte, respondiendo a situaciones y problemas relacionados con el alto rendimiento, la educación física y la gestión deportiva a nivel local, nacional e internacional. La asignatura también se sustenta en el Modelo Educativo, Pedagógico y Didáctico de la institución, titulado "Introspección y Prospectiva", el cual proporciona la base teórica del proyecto educativo institucional. Asimismo, la asignatura tiene correspondencia directa con los objetivos de la planificación nacional establecidos en el Plan Nacional de Desarrollo 2024-2025 "El Nuevo Ecuador", especialmente en los ejes de política pública de carácter social y económico. Contribuye a los objetivos de mejorar las condiciones de vida de la población y fomentar una educación equitativa e inclusiva de calidad, promoviendo además el desarrollo de capacidades para el acceso a un bienestar integral y la transformación social a través del deporte y la actividad física.

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

1.- Desarrolla su accionar profesional con visión disciplinar diversa aportando a los problemas de la profesión. 2.- Aplica métodos y planes de entrenamiento en deportes individuales y colectivos de manera efectiva en deportistas de iniciación y perfeccionamiento de manera clara respetando las habilidades individuales contribuyendo a los objetivos. 2.- Aplica la evaluación del deportista en sus capacidades físicas del individuo para mejorar el rendimiento deportivo

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

1.- Desarrolla planes y programas de entrenamiento deportivo con conocimiento técnico metodológico de iniciación y perfeccionamiento en las diferentes etapas etarias del desarrollo humano. 2.- Elabora procesos pedagógicos en los diversos niveles educativos con conocimiento técnico, reflexivo y crítico en los procesos de enseñanza aprendizaje.

6. UNIDADES CURRICULARES:



UNIDAD N°:		1					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		FUNDAMENTOS Y PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.					
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>- Genera autonomía y adaptabilidad en diversos ambientes de la actividad física y recreación, respetando la diversidad de pensamiento y en su espacio profesional con los procesos pedagógicos de enseñanza, aprendizaje.</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>EXPOSITIVO PARTICIPATIVO ASISTENCIA CLASES PRACTICAS Y TALLERES</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 PEDAGOGICO • 1.1.1. REGLAMENTOS , ACUERDOS Y COMPROMISOS • 1.1.1. ORIENTACION DE LA INVESTIGACIÓN FORMATIVA	2	2	2	1	CLASE MAGISTRAL	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO	ANÁLISIS DE CASOS
1.2. Entrenamiento deportivo • 1.2.3. Principios del Entrenamiento Deportivo • 1.2.4. Leyes del Entrenamiento Deportivo	2	2	2	2	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRÁCTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURAS COMPLEMENTARIAS. ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE ENSAYOS
1.3. Características del Entrenamiento Deportivo • 1.3.5. Entrenamiento Deportivo Vs Actividad Física	2	2	2	3	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRÁCTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURAS COMPLEMENTARIAS. ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE ENSAYOS
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		
		Encuesta			Ficha de Autoevaluación		



Diagnóstica	Evaluación de Desempeño	Cuestionarios
		Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
	Pruebas	Cuadernos
		Pruebas estandarizadas
Rúbrica		
Resolución de Problemas	Proyecto	
	Rúbrica	
Formativa	Encuesta	Ficha de Autoevaluación
	Evaluación de Desempeño	Cuestionarios
		Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
	Pruebas	Cuadernos
		Pruebas estandarizadas
		Rúbrica
	Resolución de Problemas	Proyecto
Rúbrica		
Sumativa	Encuesta	Ficha de Autoevaluación
	Evaluación de Desempeño	Cuestionarios
		Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
	Pruebas	Cuadernos
		Pruebas estandarizadas
		Rúbrica
	Resolución de Problemas	Proyecto
		Rúbrica



UNIDAD N°: 2							
NOMBRE DE LA UNIDAD: BASES CIENTÍFICAS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO							
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>- Crea espacios de emprendimiento en la actividad física, deporte y recreación con conocimiento técnico, reflexivo, en proyectos innovadores generando independencia laboral.</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>EXPOSITIVO PARTICIPATIVO ASISTENCIA CLASES PRACTICAS Y TALLERES</p>							
CONTENIDOS ¿Qué debe saber, hacer y ser?	TEMPORALIZACIÓN	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD					
	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
UNIDADES TEMÁTICAS	Aprendizaje en contacto con el docente	Aprendizaje práctico-experimental	Aprendizaje autónomo				
2.4. Adaptaciones Cardiovasculares y Neuromusculares • 2.4.6. Respuestas y adaptaciones Cardiovasculares • 2.4.7. Principales Adaptaciones Neuromusculares	2	2	2	4	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACION DE LA CONDICIÓN FISICA	ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO FOROS ENSAYOS
2.5. Metabolismo energético, sistemas de energía., y Análisis del movimiento deportivo. • 2.5.8. Tipos de Sistemas Energeticos • 2.5.9. Principales tipos de movimientos deportivos	2	2	2	5	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACION DE LA CONDICIÓN FISICA	ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO FOROS ENSAYOS
2.6. Aplicación de principios biomecánicos en el entrenamiento, Motivacion y Manejo del Stress, Definición del tema de investigación Formativa • 2.6.10. Tipos de Palancas en el deporte • 2.6.11. Preadraque	2	2	2	6	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACION DE LA CONDICIÓN FISICA	ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO FOROS ENSAYOS
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				
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			
	Encuesta			Ficha de Autoevaluación			
				Cuestionarios			
	Evaluación de Desempeño			Ficha de Campo			



Diagnóstica	Evaluación de Desempeño	Reporte
		Rúbrica
		Cuadernos
		Pruebas estandarizadas
		Rúbrica
Formativa	Evaluación de Desempeño	Proyecto
		Rúbrica
		Encuesta
		Ficha de Autoevaluación
		Cuestionarios
Sumativa	Evaluación de Desempeño	Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
		Cuadernos
		Pruebas estandarizadas
	Resolución de Problemas	Rúbrica
		Proyecto
		Rúbrica
		Encuesta
		Ficha de Autoevaluación



UNIDAD N°:		3					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		PLANIFICACIÓN Y PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.					
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		30					
<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>- Desarrolla actividades innovadoras y creativas dentro de la actividad física, deporte y recreación con criterios óptimos y reflexivos generadores de espacios de creación de productos y de servicios pedagógicos en las diferentes etapas del ser humano.</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>							
EXPOSITIVO PARTICIPATIVO ASISTENCIA CLASES PRACTICAS Y TALLERES							
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				
3.7. La Sesión de Entrenamiento. • 3.7.12. Componentes de la Sesión de entrenamiento • 3.7.13. Organización de la Sesión de Entrenamiento	2	2	2	7	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURA DE MATERIAL COMPLEMENTARIO ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO
3.8. La Carga de Entrenamiento • 3.8.14. Componentes de la Carga de Entrenamiento • 3.8.15. Dosificación de la Carga de Entrenamiento	2	2	2	8	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURA DE MATERIAL COMPLEMENTARIO ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO
3.9. El Macro ciclo de entrenamiento • 3.9.16. Micro Ciclo de entrenamiento • 3.9.17. Meso Ciclo de Entrenamiento	2	2	2	9	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURA DE MATERIAL COMPLEMENTARIO ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO
3.10. Capacidades por deporte • 3.10.18. Capacidades Condicionantes • 3.10.19. Capacidades Determinantes	2	2	2	10	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURA DE MATERIAL COMPLEMENTARIO ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO
3.11. Control de Capacidades física • 3.11.20. diferenciacion de capacidades físicas	2	2	2	11	CLASE MAGISTRAL DEBATES GUIADOS RESOLUCION DE PROBLEMAS	DISEÑO DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO PRACTICAS DE CAMPO EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	LECTURA DE MATERIAL COMPLEMENTARIO ANÁLISIS DE CASOS ELABORACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO



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)	10	10	10	
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	Encuesta			Ficha de Autoevaluación
	Evaluación de Desempeño			Cuestionarios
				Ficha de Campo
				Reporte
Pruebas			Rúbrica	
Resolución de Problemas			Cuadernos	
			Pruebas estandarizadas	
			Rúbrica	
			Proyecto	
			Rúbrica	
Formativa	Encuesta			Ficha de Autoevaluación
	Evaluación de Desempeño			Cuestionarios
				Ficha de Campo
				Reporte
Pruebas			Rúbrica	
Resolución de Problemas			Cuadernos	
			Pruebas estandarizadas	
			Rúbrica	
			Proyecto	
			Rúbrica	
Sumativa	Encuesta			Ficha de Autoevaluación
	Evaluación de Desempeño			Cuestionarios
				Ficha de Campo
				Reporte
Pruebas			Rúbrica	
Resolución de Problemas			Cuadernos	
			Pruebas estandarizadas	
			Rúbrica	
			Proyecto	
			Rúbrica	



UNIDAD N°:		4						
NOMBRE DE LA UNIDAD:		MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ENTRENAMIENTO.						
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		30						
<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>- Genera investigación científica en los ámbitos humanístico social y tecnológico promoviendo el desarrollo de la actividad física, deporte y recreación con conocimiento científico respetando los aspectos éticos y de biodiversidad para mejorar la calidad de vida.</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>EXPOSITIVO PARTICIPATIVO ASISTENCIA CLASES PRACTICAS Y TALLERES</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					
4.12. Entrenamiento de la Fuerza y Velocidad • 4.12.21. Metodos de Entrenamiento de la Fueza • 4.12.22. Metodos de Entrenamiento de la Velocidad	2	2	2		12	Clase Magistral Debates Guiados Resolucion de Problemas	Practicas De Campo Evaluación de la Condición Física	Análisis de Planificaciones Foros Ensayos
4.13. Entrenamiento de Resistencia y Flexibilidad • 4.13.23. Metodos de Entrenamiento de la Resistencia • 4.13.24. Métodos de Entrenamiento de la Flexibilidad	2	2	2		13	Clase Magistral Debates Guiados Resolucion de Problemas	Practicas De Campo Evaluación de la Condición Física	Análisis de Planificaciones Foros Ensayos
4.14. Métodos de Entrenamiento • 4.14.25. Metodos Continuos • 4.14.26 . Metodos de Intervalos	2	2	2		14	Clase Magistral Debates Guiados Resolución de Problemas	Practicas De Campo Evaluación de la Condición Física	Análisis de Planificaciones Foros Ensayos
4.15. Plan de Enseñanza • 4.15.27. Organización del plan de Enseñanza • 4.15.28. Estructura del Plan de Enseñanza	2	2	2		15	Clase Magistral Debates Guiados Resolución de Problemas	Practicas De Campo Evaluación de la Condición Física	Análisis de Planificaciones Foros Ensayos
4.16. Resultados Finales • 4.16.29. Plan de enseñanza Fina y Resultados de la investigación formativa	2	2	2		16	Clase Magistral Debates Guiados Resolución de Problemas	Practicas De Campo Evaluación de la Condición Física	Análisis de Planificaciones Foros Ensayos
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)	10	10	10					



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	Encuesta	Ficha de Autoevaluación
		Cuestionarios
	Evaluación de Desempeño	Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
		Cuadernos
	Pruebas	Pruebas estandarizadas
		Rúbrica
		Proyecto
	Resolución de Problemas	Rúbrica
	Formativa	Encuesta
Cuestionarios		
Evaluación de Desempeño		Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
		Cuadernos
Pruebas		Pruebas estandarizadas
		Rúbrica
		Proyecto
Resolución de Problemas		Rúbrica
Sumativa		Encuesta
	Cuestionarios	
	Evaluación de Desempeño	Ficha de Campo
		Reporte
		Rúbrica
		Cuadernos
	Pruebas	Pruebas estandarizadas
		Rúbrica
		Proyecto
	Resolución de Problemas	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:

Metodología de enseñanza aprendizaje

- Clase Magistral
- Clase Invertida
- Demostraciones prácticas
- Exposición de trabajos
- Práctica de campo
- Dinámicas de grupo
- Investigativo

Técnicas de enseñanza aprendizaje.

- Encuesta:
- Pruebas:
- Resolución de Problemas:
- Evaluación de Desempeño:

Recursos:



- Aula
- Aula virtual
- Bibliografía Especializada
- Computador
- Escenario deportivo
- Implementacion Deportiva
- Lecturas compartidas

9. ESCENARIOS DE APRENDIZAJE:

- Ambientes Virtuales
- Escenario Deportivo
- Aula de clase

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	
<ul style="list-style-type: none"> • Genera autonomía y adaptabilidad en diversos ambientes de la actividad física y recreación, respetando la diversidad de pensamiento y en su espacio profesional con los procesos pedagógicos de enseñanza, aprendizaje. 	X			Elabora planes de entrenamiento acuerdo a edades cronológicas y deportivas
<ul style="list-style-type: none"> • Crea espacios de emprendimiento en la actividad física, deporte y recreación con conocimiento técnico, reflexivo, en proyectos innovadores generando independencia laboral. 	X			Elabora actividades de entrenamiento deportivo para distintas sociedades
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla actividades innovadoras y creativas dentro de la actividad física, deporte y recreación con criterios óptimos y reflexivos generadores de espacios de creación de productos y de servicios pedagógicos en las diferentes etapas del ser humano. 	X			Elabora procesos de entrenamiento de acuerdo a las tendencias actuales del entrenamiento deportivo
<ul style="list-style-type: none"> • Genera investigación científica en los ámbitos humanístico social y tecnológico promoviendo el desarrollo de la actividad física, deporte y recreación con conocimiento científico respetando los aspectos éticos y de biodiversidad para mejorar la calidad de vida. 	X			Investiga los diferentes tipos de entrenamientos deportivos en el mundo

11. BIBLIOGRAFÍA

11.1 BIBLIOGRAFÍA FÍSICA
11.1.1 BÁSICA:
<ul style="list-style-type: none"> • Planificación del entrenamiento deportivo por moldeamiento Agudelo Velásquez Carlos Alberto Editorial Kenesis • Test funcionales, cineantropometría y prescripción del entrenamiento en el deporte y actividad física. Alba Berdeal Antonio Luis Editorial Kinesis • Electroestimulación: entrenamiento y periodización. Pombo Frenández Manuel Editorial Paidotribo • Entrenamiento deportivo González Ravé José María Editorial Médica Panamericana • Fisiología del entrenamiento aeróbico López Chicharro José Editorial Médica Panamericana • Fisiología del entrenamiento aeróbico López Chicharro José Editorial Médica Panamericana • Entrenamiento en el circuito. Schlich Manfred Editorial Paidotribo • Teoría del entrenamiento deportivo. NULL Editorial Científico- Tícnica • Entrenamiento superior para deportistas. Smith Samuel Edimat Libros ediciones
11.1.2 COMPLEMENTARIA:



El entrenamiento de la Fuerza/ Gonzales Badillo / Editorial ESM
Neurociencias aplicadas al entrenamiento/Ricardo Jimenez/ Editorial Kinesis

11.2 BIBLIOGRAFÍA DIGITAL

11.2.1 BÁSICA (Libros digitales desde el repositorio de la Institución)

- Actividad física, estilo de vida y salud A. J. Casimiro Andújar
- Evaluación De Las Actividades Físicas Werner W. K. Hoeger (Boise State "

11.2.2 COMPLEMENTARIA (Libros digitales de libre acceso)

https://isfd18-bue.infed.edu.ar/aula/archivos/repositorio/0/135/Entrenamiento_Total_-_Jurgen_Weinek.pdf

11.3 WEBGRAFÍA: (Recursos procedentes de Internet en el área de estudio de libre acceso)

<https://g-se.com/>

https://isfd18-bue.infed.edu.ar/aula/archivos/repositorio/0/135/Entrenamiento_Total_-_Jurgen_Weinek.pdf

12. PERFIL DEL DOCENTE:

Docente de la univesidad Nacional en la Carrera de Cultura Fisica desde el Año 2005
Licenciado en Educación Física, Deportes y Recreacion Escuela Internacional de Educacion Fisica y Deportes Habana-Cuba
Magister en Entrenamiento Deportivo Universidad de las Fuerzas Armadas Espe.



RESPONSABLE(S) DE LA ELABORACIÓN DEL SÍLABO:	Nombre: Mg. HENRY RODOLFO GUTIERREZ CAYO
	

LUGAR Y FECHA:	Riobamba, 16 de septiembre de 2024
----------------	------------------------------------

REVISIÓN Y APROBACIÓN



d852d54c-c156-4fbf-9ff6-3a1790cc4d99

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: 1 de octubre de 2024 a las 17:28:57

Fuente: Sistema Informático de Control Académico - Uvirtual