



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:	PROFILAXIS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
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:	AFDP0912.4.6	
NOMBRE:	PROFILAXIS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	
SEMESTRE:	CUARTO SEMESTRE	
UNIDAD DE ORGANIZACIÓN CURRICULAR: (De acuerdo a la malla curricular):	Unidad Profesional	
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
		PEDAGOGÍA DEL FÚTBOL	AFDP0114.4.4
		PEDAGOGÍA DE LA NATACIÓN Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS II	AFDP0114.4.5
		PEDAGOGÍA DE LA NATACIÓN Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS II	AFDP0114.4.5

3. DESCRIPCIÓN E INTENCIÓN FORMATIVA DE LA ASIGNATURA:

La asignatura de Profilaxis de la Actividad Física 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, conocer la prescripción de la actividad física en los diferentes grupos etarios, enmarcado en la prevención y tratamiento del desarrollo de patologías crónico degenerativas y lesiones deportivas en los diferentes sistemas principalmente el SOMA promoviendo así las bases sobre las cuales se cimentará la formación en los niveles superiores, contribuyendo a fortalecer sus capacidades y potencialidades a lo largo de la carrera para la formación de profesionales competentes. Su organización curricular está conformada por tres unidades: UNIDAD I: Introducción a la Profilaxis en la Actividad Física. UNIDAD II: Actividad Física en las diferentes etapas de la vida. UNIDAD III: Actividad Física y Salud Mental. Cada una de éstas 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:

- 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 - educación física, deporte y recreación, manifiesta liderazgo y comunicación dialógica con estudiantes y comunidad donde se desempeñe.
- Utiliza el trabajo cooperativo en la solución de problemas profesionales y el cumplimiento de los objetivos organizacionales, asumiendo actitudes y roles con empatía, respeto y promoción de la interculturalidad, inclusión y habilidades blandas que demuestre el nivel de compromiso individual en función del colectivo donde se desempeñe.
- Interrelaciona los procesos biológicos del ser humano con la práctica de la educación física, actividad física, deporte y recreación.
- 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.

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: Introducción a la Profilaxis en la Actividad Física							
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD: 24							
<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>- Conoce la historia, definición y objetivos de la profilaxis de la actividad física, mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y 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>Conoce la historia, definición y objetivos de la profilaxis de la actividad física, mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje.</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	
	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 de la Profilaxis en la Actividad Física. • 1.1.2. Definición de la Profilaxis en la Actividad Física. • 1.1.3. Objetivos de la Profilaxis en la Actividad Física. • 1.1.4. Introducción a la Profilaxis en la Actividad Física. • 1.1.5. Socialización de la Investigación Formativa. 	2	2	2	1	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y la utilización de bibliotecas. Utilización de software fitbit.	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
1.2. Historia de la Profilaxis en la Actividad Física.							
<ul style="list-style-type: none"> • 1.2.1. Breve historia de la profilaxis en el deporte • 1.2.2. Terminología en profilaxis en el deporte. • 1.2.3. Elaboración de glosario de profilaxis en el deporte. 	2	2	2	2	Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y la utilización de bibliotecas. Habilidades Blandas Gestión tiempo	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



<p>1.3. Importancia de la Actividad física en la prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1.3.1. Importancia de la prevención de diversas patologías a través de la actividad física. • 1.3.2. Profilaxis en la actividad física a través de hábitos saludables. • 1.3.3. Prevención. Diagnóstico oportuno de enfermedades a través de la actividad física. 	2	2	2	3	<p>Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y la utilización de bibliotecas. Educación superior intercultural.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>
<p>1.4. Importancia de prevención, diagnóstico y tratamiento en lesiones deportivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1.4.1. Lesiones deportivas más frecuentes. • 1.4.2. Disciplinas deportivas con mayor riesgos de lesiones. • 1.4.3. Lesiones deportivas por aparatos y sistemas principalmente el sistema osteo-mio-articular. • 1.4.4. Prevención y tratamiento de enfermedades asociadas a lesiones deportivas. 	2	2	2	4	<p>Resolución de casos virtuales. Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales y la utilización de bibliotecas. Deportes e inclusión.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA. Revisión y búsqueda en Internet.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>
<p>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)</p>	8	8	8				

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 no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas Rúbrica
Formativa	Entrevista	Pruebas Orales de Base no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas Rúbrica
Sumativa	Entrevista	Pruebas Orales de Base no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas Rúbrica



UNIDAD N°:		2					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		Actividad Física en las diferentes grupos etarios.					
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		36					
<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>- Relaciona la percepción de la actividad física en los diferentes grupos etarios mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje.</p> <p>- Identifica los beneficios de la actividad física en los diferentes grupos etarios y personas vulnerables a través de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y 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>- Relaciona la percepción de la actividad física en los diferentes grupos etarios mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje.</p> <p>- Identifica los beneficios de la actividad física en los diferentes grupos etarios y personas vulnerables a través de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje.</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. Prescripción de Actividad Física en el embarazo. • 2.1.1. Embarazo y la relación con el Ejercicio Físico. • 2.1.2. Protocolo de actuación para la práctica segura de ejercicio físico. • 2.1.3. Beneficios de la actividad física para la madre. • 2.1.4. Beneficios de la actividad física para el feto. • 2.1.5. Repercusiones para el ejercicio físico. • 2.1.6. Elaboración de un programa de ejercicios en el embarazo. • 2.1.7. Planteamiento del problema. Aplicación. Tabulación de datos de la Investigación Formativa.	2	2	2	5	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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 webgrafia



<p>2.2. Prescripción de Actividad Física en la primera infancia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2.2.1. La actividad Física en niños y niñas en la primera infancia. • 2.2.2. Beneficios de la actividad física en la primera infancia. • 2.2.3. Actividad física recomendada en la primera infancia. • 2.2.4. Elaboración de un programa de ejercicios en la primera infancia. 	2	2	2	6	<p>Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA Revisión y búsqueda en Internet.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>
<p>2.3. Prescripción de Actividad Física en la segunda infancia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2.3.1. La actividad Física en niños y niñas en la segunda infancia. • 2.3.2. Beneficios de la actividad física en la segunda infancia. • 2.3.3. Actividad física recomendada en la segunda infancia. • 2.3.4. Elaboración de un programa de ejercicios en la segunda infancia. 	2	2	2	7	<p>Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA Revisión y búsqueda web.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>
<p>2.4. Prescripción de Actividad Física en la adolescencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2.4.1. La actividad Física en la adolescencia. • 2.4.2. Beneficios de la actividad física en la adolescencia. • 2.4.3. Actividad física recomendada en la adolescencia. • 2.4.4. Elaboración de un programa de ejercicios en la adolescencia. 	2	2	2	8	<p>Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA Revisión y búsqueda web.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>
<p>2.5. Prescripción de Actividad Física en la adultez</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2.5.1. Beneficios de la actividad física en adultos de 18 a 64 años de edad. • 2.5.2. Actividad física recomendada para adultos. • 2.5.3. Profilaxis de diferentes enfermedades a través de la actividad física. • 2.5.4. Elaboración de un programa de ejercicios para adultos mayores con o sin enfermedades concomitantes. 	2	2	2	9	<p>Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA Revisión y búsqueda web.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>
<p>2.6. Prescripción de Actividad Física en la adultez mayor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2.6.1. Envejecimiento y deterioro físico. • 2.6.2. Beneficios de la actividad física en adultos mayores. • 2.6.3. Actividad física recomendada para adultos mayores. • 2.6.4. Elaboración de un programa de ejercicios para adultos mayores. • 2.6.5. Papel del entrenador relacionada a la prevención de lesiones deportivas. 	2	2	2	10	<p>Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda en línea . Trabajo colaborativo. Foro virtual. Talleres virtuales.</p>	<p>Manejo adecuado de las plataformas virtuales . Foro virtual. Ingreso adecuado al sistema virtual SICOA Revisión y búsqueda web.</p>	<p>Resúmenes, tareas y foros virtuales tanto individuales como grupales. Revisión de la bibliografía dispuesta en formato digital y webgrafía</p>



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)	12	12	12	
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 no Estructurada	
	Evaluación de Desempeño		Informes	
	Pruebas		Pruebas estandarizadas Rúbrica	
Formativa	Entrevista		Pruebas Orales de Base no Estructurada	
	Evaluación de Desempeño		Informes	
	Pruebas		Pruebas estandarizadas Rúbrica	
Sumativa	Entrevista		Pruebas Orales de Base no Estructurada	
	Evaluación de Desempeño		Informes	
	Pruebas		Pruebas estandarizadas Rúbrica	



UNIDAD N°:		3					
NOMBRE DE LA UNIDAD:		Actividad Física y Salud Mental.					
NÚMERO DE HORAS POR UNIDAD:		36					
<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 el impacto que posee la actividad física en las patologías de la salud mental, relacionado con la actividad física a través actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza aprendizaje. - Integra las los beneficios que posee la actividad física con las diferentes enfermedades crónico degenerativas, mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y 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>Jerarquiza el impacto que posee la actividad física en las enfermedades de la salud mental, relacionado con la actividad física y a través actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza aprendizaje.</p>							
CONTENDOS ¿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. Enfermedades Crónicas relacionadas con la actividad física. • 3.1.1. Hipertensión Arterial a través de la Actividad Física. Prevención. Tratamiento. • 3.1.2. Diabetes Mellitus a través de la Actividad Física. Prevención. Tratamiento. • 3.1.3. Hipercolesterolemia. Obesidad. A través e la Actividad Física. Prevención. Tratamiento. • 3.1.4. Trigliceridemia a través de la Actividad Física. Prevención. Tratamiento.	2	2	2	11	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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. Enfermedades Degenerativas relacionadas con la actividad física. • 3.2.1. Enfermedad Coronaria a través de la actividad física. Prevención. Tratamiento. • 3.2.2. Accidente Cerebrovascular a través de la actividad física. Prevención. Tratamiento. • 3.2.3. Enfermedades respiratorias crónicas a través de la actividad física. Prevención. Tratamiento. • 3.2.4. Enfermedades osteo-mio- artrósicas a través de la actividad física. Prevención. Tratamiento.	2	2	2	12	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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



3.3. Impacto de la Actividad Física en la Salud Mental • 3.3.1. Comportamiento del cerebro durante la actividad Física. • 3.3.2. Neurotransmisores Generados durante la actividad Física. • 3.3.3. Relación de la Salud Mental con el ejercicio. • 3.3.4. Beneficios del ejercicio para la salud mental.	2	2	2	13	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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
3.4. Actividad Física y trastornos del sueño. • 3.4.1. Generalidades de los trastornos del sueño. • 3.4.2. Relación de la Actividad Física con los trastornos del sueño. • 3.4.3. Calidad de sueño. Insomnio. • 3.4.4. Elaboración de prescripción de ejercicios para trastornos del sueño. • 3.4.5. Presentación. Socialización de resultados de la Investigación Formativa.	2	2	2	14	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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
3.5. Actividad Física y Autoestima • 3.5.1. Generalidades del Autoestima. • 3.5.2. Relación de la Actividad Física con el Autoestima. • 3.5.3. Estrés. Autoaceptación. Autonomía. Crecimiento Personal. • 3.5.4. Elaboración de prescripción de ejercicios para elevar el autoestima.	2	2	2	15	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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
3.6. Actividad Física Relacionada con patologías del deterioro mental y psicológico. • 3.6.1. Depresión. Ansiedad a través de la Actividad Física. Prevención. Tratamiento. • 3.6.2. La actividad física relacionada con patologías del deterioro mental y psicológico.	2	2	2	16	Resolución de casos virtuales . Conferencias en línea. Mesas redonda 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)	12	12	12				
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 no Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Informes			
	Pruebas			Pruebas estandarizadas Rúbrica			
Formativa	Entrevista			Pruebas Orales de Base no Estructurada			
	Evaluación de Desempeño			Informes			
	Pruebas			Pruebas estandarizadas Rúbrica			



Sumativa	Entrevista	Pruebas Orales de Base no Estructurada
	Evaluación de Desempeño	Informes
	Pruebas	Pruebas estandarizadas
		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

- Aprendizaje activo.
- Aprendizaje Basado en Problemas
- Aprendizaje Colaborativo.
- Aprendizaje Cooperativo
- Clase Magistral
- Clase teórica
- Constructivista - Participativo
- Desarrollo de talleres prácticos en clase
- Dinámicas de grupo
- Exposición de trabajos Investigativos
- Expositivo
- Investigativo
- Revisión bibliográfica sistemática
- Talleres

Técnicas de enseñanza aprendizaje.

- Entrevista:
- Pruebas:
- Evaluación de Desempeño:

Recursos:

- Aula
- Aula virtual
- Computador
- Diapositivas
- Documentos y Evidencias
- Laptops
- Presentaciones en power point
- Proyector
- Zoom
- Revistas indexadas
- Software
- TIC - Tecnologías de la información y la comunicación

9. ESCENARIOS DE APRENDIZAJE:

- Ambientes Virtuales
- Aula de clase
- Biblioteca Virtual
- Escenario Deportivo
- Talleres

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"> Conoce la historia, definición y objetivos de la profilaxis de la actividad física, mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje. 			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"> Relaciona la percepción de la actividad física en los diferentes grupos etarios mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje. 	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"> Identifica los beneficios de la actividad física en los diferentes grupos etarios y personas vulnerables a través de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje. 		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"> Jerarquiza el impacto que posee la actividad física en las patologías de la salud mental, relacionado con la actividad física a través actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza aprendizaje. 	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"> Integra los beneficios que posee la actividad física con las diferentes enfermedades crónico degenerativas, mediante el uso de diapositivas, imágenes y/o laminarias virtuales conjuntamente con actividades prácticas, expositivas y de debate para proponer en procesos de enseñanza y aprendizaje. 	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

11.1 BIBLIOGRAFÍA FÍSICA
11.1.1 BÁSICA: <ul style="list-style-type: none"> Didáctica de la educación física para primaria. Sánchez Bañuelos Fernando Prentice Hall Hispanoamericana S.A Educación física escolar. NULL Editorial Pax-México Educación física y desarrollo preescolar Peña C. Clara L. Cooperativa Editorial Magisterio Educación Física, Enseñanza Secundaria 1 de Bachillerato. Calzada Arijá Amando Gymnos Editorial. Educación primaria educación física 10 a 12 años. Campuzano José Gymnos Editorial. Educación Primaria Educación Física 2 Ciclo de 8 a 10 Años. Bueno María L. Gymnos Editorial. Educación primaria, educación física. 1 ciclo 6 a 8 años. Ruiz Luis M. Gymnos Editorial. La educación física de 3 a 8 años según ciclo de educación infantil y ciclo inicial enseñanza primaria. Lleixá Arribas Teresa Editorial Paidotribo El niño y la actividad física. EPS Amicale Editorial Paidotribo Medicina y ciencias del deporte y la actividad física Pancorbo Sandoval Armando E. OCEANO / ergon Barcelona-España
11.1.2 COMPLEMENTARIA: <p>GUÍA PARA LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO EN PACIENTES CON RIESGO CARDIOVASCULAR. AUTOR JOSÉ ABELLÁN ALEMÁN. AÑO 2029 Medicina del Deporte. Revista La Andaluza. AÑO 2022</p>
11.2 BIBLIOGRAFÍA DIGITAL
11.2.1 BÁSICA (Libros digitales desde el repositorio de la Institución)



- Fundamentals of Pain Medicine. Richard W. Rosenquist and Jian'guo Cheng
- Independent Medical Evaluation : A Practical Guide. Douglas W. Martin
- Principles of Neurological Surgery E-Book: Expert Consult - Online. Cuarta edición. Richard G. Ellenbogen, Laligam N. Sekhar and Neil Kitchen

11.2.2 COMPLEMENTARIA (Libros digitales de libre acceso)

https://www.google.com.ec/books/edition/Educaci%C3%B3n_F%C3%ADsica_Para_Ni%C3%B1os_Con_Neces/qqsJX3lyN5IC?hl=es-419&gbpv=1&dq=actividad+f%C3%ADsica+en+la+ni%C3%B1ez&printsec=frontcover
<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-andaluza-medicina-del-deporte-284-articulo-prescripcion-del-ejercicio-fisico-durante-X1888754610509220>
<https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/C8695C84-36EB-4EB7-A7C6-D603CBB0DC7A/69007/AF13A.pdf>

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

<https://sid-inico.usal.es/docs/F8/FDO25050/seh-guia-01.pdf>
https://www.google.com.ec/books/edition/Educaci%C3%B3n_F%C3%ADsica_Para_Ni%C3%B1os_Con_Neces/qqsJX3lyN5IC?hl=es-419&gbpv=1&dq=actividad+f%C3%ADsica+en+la+ni%C3%B1ez&printsec=frontcover
<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-andaluza-medicina-del-deporte-284-articulo-prescripcion-del-ejercicio-fisico-durante-X1888754610509220>
<https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/C8695C84-36EB-4EB7-A7C6-D603CBB0DC7A/69007/AF13A.pdf>
<https://cuideo.com/blog/actividad-fisica-importancia-tercera-edad/>

12. PERFIL DEL DOCENTE:

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.



RESPONSABLE(S) DE LA ELABORACIÓN DEL SÍLABO:	Nombre: Msc. CINTYABELEN MORENO TAPIA
	 <small>SGC</small>

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

REVISIÓN Y APROBACIÓN



3911c3fe-9013-4d4a-9e87-703248dda394

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 11:21:19
Fuente: Sistema Informático de Control Académico - Uvirtual