



## **MATERIAS DEL TERCER CURSO**

### **PROGRAMA DE ÉTICA PROFESIONAL Y LEGISLACIÓN EDUCATIVA**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 314
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	3 (tres) horas.

---

#### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

La reflexión moral no es un asunto especializado más, para quienes deseen cursar estudios superiores de Filosofía, sino parte esencial de cualquier educación digna de este nombre", afirma Fernando Savater.

Debido al carácter de la asignatura y su ubicación en el plan de estudios, se destaca su correlación con los objetivos logrados por los alumnos en Filosofía, las Psicologías, las materias pedagógicas y Sociología. Sin embargo, constituye un sostén ineludible para la finalidad toda de la carrera, como lo es principalmente la formación de docentes.

Es relevante pensar el que hacer del hombre en el mundo, las raíces del obrar, su justificación para ser más dueños de nuestras decisiones, más responsables de las propias acciones. Intenta desarrollar entonces el espíritu crítico para elaborar un proyecto de vida. Aborda asimismo perspectivas en relación con los otros, tales como: la justicia, la violencia, el amor, la sexualidad, la drogadicción y otros que conciernen a la función social del docente.

Con respecto a la Legislación Educativa, se estudian y se analizan los aspectos más relevantes de la Ley General de Educación del Paraguay, reafirmando la importancia de que los docentes deben conocer sus deberes y derechos, profundizando en su rol y enfatizando el valor del trabajo en democracia y libertad.

---

#### **OBJETIVOS GENERALES:**

##### **Capacitar para que el alumno:**

- 1.- Emita juicios de valor, frente a la situación social educativa y que aporten alternativas adecuadas.
- 2.- Caracterice éticamente el rol profesional docente.
- 3.- Reflexione sobre las grandes respuestas éticas.
- 4.- Conozca las condiciones legales indispensables para el ejercicio de la docencia.
- 5.- Conozca y comprendan la responsabilidad administrativa para su correcto cumplimiento.
- 6.- Se comprometa con el espíritu de las libertades democráticas y los derechos humanos.



- 7.- De testimonio de un profundo sentido ético profesional.
- 8.- Comprenda que el hombre es un ser social y que la tendencia del hombre a la convivencia lo lleva a ser sujeto y objeto de las relaciones humanas.

---

**Unidad 1:**      **OBJETOS DE LA ÉTICA**

- Objetivos:**      Reflexionar sobre los fundamentos éticos del accionar humano.
- Comprender la magnitud de ser libre.
- Analizar las motivaciones del hombre desde lo personal y lo social
- Tomar conciencia de su responsabilidad en la tarea elegida.

**Contenidos:**      Objeto de la ética. Normatividad. Su condición de humana. La conciencia moral e imbecilidad. La libertad, el libre albedrío. Responsabilidad y culpa. Ética y cultura. El egoísmo, la alegría. Ciencia, técnica y ética. Principios de la moralidad. Educación en valores. Los valores: características; objetivismo y subjetivismo. Virtudes morales: justicia, templanza, amistad. Dimensión social de la ética.

---

**Unidad 2:**      **LA ÉTICA: MANIFESTACIÓN DEL HOMBRE COMO SER SOCIAL**

- Objetivo:**      Tomar conciencia de su ser social y su rol en la sociedad.

**Contenidos:**      Fundamentos de la vida en sociedad: el hombre político; autoridad, deber, derecho.

                         La ley como convención con fundamento natural.

                         Los derechos humanos. El hombre político e idiota.

                         Anarquismo. La dignidad. La democracia: igualdad, desigualdad, isonomía.

                         Grupo: pertenencia, participación. Racismo, xenofobia y nacionalismos.

---

**Unidad 3:**      **ÉTICA ACTUAL**

- Objetivos:**      Internalizar la problemática ética actual.
- Analizar posturas antinómicas y afrontar decisiones.
- Reflexionar sobre la toma de decisiones.

**Contenidos:**      Ética aplicada. La sexualidad, la violencia, la eutanasia, el aborto, la tortura, la pena de muerte.

                         La problemática de la guerra: los pacifistas, la tolerancia.

                         Ética ambiente



---

**Unidad 4: DEONTOLOGÍA DOCENTE**

- Objetivos:** Desarrollar actitudes profesionales acordes con los deberes que implica la docencia.  
Poder afrontar y responder a situaciones dilemáticas.  
Defender el estilo democrático como garante de la vigencia de los derechos humanos.  
Comprometerse con responsabilidad.  
Afrontar sus obligaciones y exigir sus derechos.

**Contenidos:** Notas de la profesionalidad. El educador profesional: obligaciones y derechos. El marco de un profesional digno. Características éticas de un docente especializado.

---

**Unidad 5: VALOR Y ÉTICA EN EL DEPORTE**

- Objetivos:** Conocer y analizar los valores propios del área de la Educación Física y Deportes

**Contenidos:** El juego limpio. Las normas. El espíritu deportivo. La teoría en la práctica. La promoción del juego limpio. Bases para un comportamiento ético en el deporte. Ejemplos objetivos para un comportamiento justo y ético en el deporte. Como hacer juicios éticos. Código de ética para el Profesor de Educación Física. Valores del área de la Educación Física y los Deportes.

---

**Unidad 6: RELACIONES HUMANAS**

- Objetivo:** Conocer los fundamentos esenciales del comportamiento humano en los ámbitos cultural, social y deportivo.  
Conocer las normas de las relaciones humanas en el deporte.

**Contenidos:** Las relaciones humanas: Definición, concepto, principios fundamentales,

---

**Unidad 7: LEGISLACIÓN EDUCATIVA**

- Objetivos:** Conocer la Ley General de Educación que rige en el Paraguay, interpretando los deberes y derechos del docente, así como los procedimientos legales básicos que tienen relación con esta ley.

**Contenidos:** Marco conceptual. Ley General de Educación del Paraguay.  
Aspectos relevantes con respecto al desempeño del docente, sus deberes y obligaciones.

---

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**



- a) En el aspecto práctico: Observación del alumno y su participación en clase.
- b) En el aspecto teórico: Utilización de coloquios, cuestionarios, debates grupales, trabajos de equipo.
- c) Exámenes respondiendo a las normas vigentes.

**Trabajo practico:**

Presentación de Monografía. Observación y crítica de situaciones cotidianas  
Confección de informes de situación.

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

- ARISTÓTELES - Ética a Nicomaco - Editorial Espasa Calpe
- ARNOLD, - Educación física , movimiento y curriculum – Editorial Morata –
- BARYLKO, - En busca de los valores perdidos – Editorial Santillana, 1997 –
- FERRATER, Mora - Ética aplicada - Editorial Cohn
- FROMM, Erich - El miedo a la libertad -
- FROMM, Erich - Ética y psicoanálisis - Editorial F.C.E.
- GARCÍA HOZ, V. - La educación personalizada - Editorial Miñon
- GIL RODRIGUEZ, - Relación maestro-alumno-tarea -
- GOLPOVETSKY, - El imperio de lo efímero - Editorial Anagrama - Barcelona, 1995 –
- GUTIERREZ SAN MARTÍN, - Valores sociales y deportes – Editorial Guaynos
- HELER, Mario - Actas del 2º y 3º congreso de ética - 1987-1989.
- KANT, - La fundamentación a la metafísica de las costumbres - Fragmento.
- LE BRETON, Daniel – Antropología del cuerpo y modernidad
- MANDRIONI, H. - La vocación del hombre - Editorial Guadalupe
- MESSNER, - Ética general y aplicada - Editorial Rialp
- NERICI, - Hacia una didáctica general dinámica -
- PLATÓN - Apología de Sócrates - Editorial Espasa Calpe
- RAVAIOLI, - Valoración ética de la eutanasia –
- ROJAS, Enrique - El hombre ligh –



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE PILAR**  
**FACULTAD DE CIENCIAS APLICADAS**  
Tte. 1° José María Cano c/ Dr. Narciso González Romero  
Campus Universitario, Barrio Ytororó – Pilar – Paraguay  
Telefax. 0786-230019 [www.aplicadas.edu.py](http://www.aplicadas.edu.py)



- SARTRE, Jean Paul - El existencialismo como un humanismo.
- SATUE-BRIA - ¿Qué sabes de ética? - Editorial Breda
- SAVATER, - El valor de educar – Editorial Ariel, 1997 –.
- SAVATER, Fernando - Política para Amador - Barcelona 1991 -
- SINGER, Peter – Compendio de ética –
- SPRANGER - Formas de vida - Departamento de cultura
- VASALLO, Ángel - El problema moral - Buenos Aires 1970.
- Ley General de Educación. Ministerio de Educación y Culto. Paraguay



## **PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA Y GESTIÓN ESCOLAR**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 318
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	3 (tres) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

Para alcanzar un objetivo es necesario la unión de muchos factores, entre otros: inteligencia, capacidades, material humano, medios, elementos, espacio y tiempo necesario, de allí la necesidad de la administración aplicada a la educación física y el deporte, así como la gestión escolar

Esta asignatura teórica le brinda al alumno un panorama global de la organización y administración de la Educación en nuestro país, además le proporciona conocimientos relacionados a la administración que debe implementar el profesional en el área del Deporte y la Educación Física, así como los elementos y las formas de gestión a ser realizadas en el ámbito Escolar .

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

- 1.- Capacitar a los alumnos para que se enfrenten y resuelvan principios y criterios racionales de administración y organización deportiva y educacional de las diferentes situaciones que se presenten en su labor futura como docente.
- 2.- Conocer la organización de la Educación Paraguaya en sus diferentes áreas, y estructuras.
- 3.- Conocer el Orden Jerárquico Educativo en una Institución de Enseñanza y tener una idea clara con respecto al papel que habrá de desempeñar, regido por el cumplimiento de sus deberes y la defensa de sus derechos.
- 4.- Conocer y comprender las formas de organización de la Educación Física en el plano oficial y privado en nuestro país.
5. Valorar la importancia de la adecuada Gestión Escolar, como medio de aprovechamiento eficiente de todos los recursos disponibles en favor del mejoramiento del rol profesional docente y de los alumnos.

---

### **Unidad 1: ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA**

**Objetivo:** Conocer la importancia de la aplicación de la administración, en el ámbito deportivo, como medio de mejoramiento del rendimiento y la eficiencia profesional.



### **Contenidos: Importancia**

**Principios aplicados a un equipo deportivo:** División de tareas, Jerarquía  
Autoridad, Ordenamiento, Responsabilidad, Equidad en las decisiones, Disciplina,  
Estabilidad, Unidad de Conducción, Iniciativa, Subordinación de Intereses, Remuneración

#### **Elementos que sustentan la Administración Deportiva:**

**La Planificación:** Concepto, Programa de Acción, Proceso de Planificación: Elaboración del diagnóstico, Toma de decisiones, Establecimientos de Objetivos.

**La Organización:** Concepto, Disponibilidad de recursos

**La Dirección:** Concepto, Importancia, Estilos de dirigir: Características, ventajas y desventajas, Normas generales para dirigir

**La Coordinación - La Evaluación**

---

### **Unidad 2: ORGANIZACIÓN DEL SISTEMA EDUCATIVO PARAGUAYO**

**Objetivos:** Que el alumno conozca las estructuras del Sistema Educativo Paraguayo.  
Comprenda y diferencie las tareas asignadas al personal jerárquico, docente y administrativo.  
Reconozca los Organismos, Jurisdicciones y Sectores que hacen a la Administración de la Educación Física.

**Contenidos:** Administración. Principios fundamentales.  
Organización y estructuras de la educación.  
El Sistema Educativo Paraguayo: Organigramas, niveles, ramas y modalidades. Su articulación.  
Administración y organización de la Educación Física en nuestro país: Jurisdicciones, Sectores, Niveles de dependencia. Tareas asignadas al personal Jerárquico, Docente y Administrativo.

---

### **Unidad 3: INSTITUCIONES**

**Objetivos:** Que el alumno conozca los orígenes, funciones y objetivos de los Institutos de Educación Física, de Deportes, de Tiempo Libre y Recreación y del Consejo Nacional de Deportes.  
Valorice la importancia de las Circulares, los Boletines, los Decretos, Leyes, Resoluciones, Disposiciones y Notas.  
Que desarrolle el hábito de su lectura.



**Contenidos:** Organización y organigramas de los Institutos de Profesorado Oficiales y Privados. Sus modalidades. Creación y función social y escolar de otros institutos. Lectura y análisis de Circulares, Boletines, Decretos, Leyes, Resoluciones, Disposiciones y notas emitidas por los distintos organismos relacionados con la Educación. Políticas deportivas en el ámbito nacional.

---

**Unidad 4: GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN ESCOLAR**

**Objetivos:** Conocer la importancia de una correcta Gestión Escolar, como medio para mejorar la labor docente en beneficio de la institución y de los alumnos

**Contenidos:**

**Administración Escolar:** relación con la organización, la supervisión, la legislación, el planeamiento y la política escolar. Principios, Características y Factores de la Administración Escolar. Boletín administrativo

Modelos Administrativos. Orientaciones para la organización administrativa. Etapas del proceso administrativo.

**Sistema Escolar:** Educación Primaria, Educación Media, Educación Superior.

Ejemplos de Organización de un Centro de Enseñanza Media por departamentos y de Separación de los Centros de Nivel Medio por ciclos y ramas de enseñanza

**Gestión Escolar:** Importancia. Particularidades. Criterios. Fundamentos y Procedimientos para gestionar.

**Personal Docente:** Características, Generalidades. Desempeño docente. Procedimientos académicos. Elaboración del Programa y Calendario de Trabajo. Adecuación al Calendario Escolar. Actividades Curriculares y extra curriculares. El trabajo en equipo.

**El reglamento institucional:** Procedimientos, derechos, obligaciones.

**Organización de los alumnos.** Objetivos, Principios y Fundamentos.

---

**Unidad 5: GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN EN UN DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**Objetivo:** Que el alumno conozca las tareas de administración y gestión que se desarrollan en la Coordinación de un Departamento de Educación Física.

**Contenidos:** El Departamento de Educación Física: funciones y estructuras. El Jefe y Secretario del Departamento: funciones específicas. Distintos tipos según sean escuelas Oficiales o Privadas. Libros y Registros. Reuniones anuales. La clase: asignación de grupos por cursos y/o niveles y actividades, suspensión, exenciones, horarios, distribución de





lugares. Evaluación y promoción de alumnos.- Accidentes en la clase y Responsabilidad Civil.

---

**Unidad 6:** **CAMPOS DE ACCIÓN NO SISTEMÁTICOS**

**Objetivos:** Que el alumno conozca los campos de acción NO sistemáticos de la Educación Física y analice la importancia social de los Clubes, Centros Deportivos y de la Actividad Privada. Sus funciones y objetivos.

**Contenidos:** El Club como institución y su importancia en la comunidad. Organización del Departamento de Educación Física en un club. La importancia del Profesor de Educación Física en las tareas sociales, recreativas y deportivas. Funciones sociales y escolares de los Centros de Educación Física y Deportivos de la Municipalidad.. Organización de las actividades recreativas de verano. Tareas del profesor de Educación Física en gimnasios privados, instituciones médicas y otros campos de acción.

---

**Unidad 7:** **ORGANIZACIÓN DE EVENTOS DEPORTIVOS**

**Objetivos:** Que el alumno conozca el valor e importancia de la organización de competencias escolares y no escolares y distinga los distintos sistemas a utilizar.

**Contenidos:** Criterios de organización de eventos. Organización de los recursos. Prevención de seguridad. Organización de torneos y competencias. Etapas de la organización. Su valor e importancia. Sistemas de Campeonatos. Elección del sistema y combinaciones de acuerdo a los objetivos planteados. Aspectos que deben considerarse en un Reglamento Deportivo. Autoridades y Comisiones de un Torneo. Diferencias entre Torneo, Campeonato Y Juegos.



---

**Unidad 8: CEREMONIAL Y PROTOCOLO EN ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**Objetivos:** Que el alumno adquiera conocimientos de los procedimientos que rigen el ceremonial, en los eventos relacionadas a la Educación Física.

**Contenidos:** Ceremonial en actividades relacionadas a la Educación Física.: Torneos, Campeonatos, Juegos. Exhibición Gimnástica. Desfiles y Actos en fechas conmemorativas regionales y nacionales. Tratamiento de símbolos patrios en los actos escolares.

---

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

a) Exámenes respondiendo a las normas vigentes

**Trabajo practico:**

- Investigación de las tareas desarrolladas por organismos e instituciones oficiales y privadas relacionadas a programas de educación física y deportes. Exposición oral y presentación de los trabajos realizados.
- Elaboración de sistemas de disputa y programación de jornadas de un evento deportivo.
- Participar en tareas de organización de los Juegos Universitarios de la Universidad Nacional de Pilar y otros eventos de extensión universitaria.

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

- Administración, Dirección y Supervisión de Escuelas – Luis Arturo Lemus – Editorial Kapeluz - Argentina
- FILHO, L. - Organización y Administración Escolar.
- LITWIN, Julio - Organización de Campeonatos Deportivos.
- Manual de Administración Deportiva - Curso para Dirigentes Deportivos. Comité Olímpico Internacional. Solidaridad Olímpica – 2001 – España



---

## **PROGRAMA DE NUTRICION DEL DEPORTISTA**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 317
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	3 (tres) horas

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

Actualmente el deporte está altamente globalizado en cuanto a su preparación, por lo que dicha preparación se apoya científicamente en ciencias multidisciplinarias. Así pues, la preparación completa de un deportista depende de todos los factores que puedan influirle, es decir, no sólo tendremos en cuenta la preparación física y técnica-táctica, sino también los complementos que ayudan al entrenamiento: alimentación adecuada, vida higiénica, descanso programado y entrenamiento psicológico.

Un principio de fatiga temprano en los partidos o entrenamientos suele ir vinculada a unos hábitos alimentarios deficientes. Los alimentos como fuentes de energía son muy importantes para el rendimiento deportivo, por eso, mantener unos buenos hábitos de alimentación durante todo el año, a lo largo de la temporada, es lo ideal de tal forma a mantener una salud óptima y aumentar el potencial físico del deportista al máximo.

Por todo lo expuesto es de vital importancia considerar a la nutrición como base fundamental del rendimiento deportivo del atleta, por lo que todos los entrenadores, médicos, preparadores físicos, e inclusive los propios deportistas deben tener presente que junto al entrenamiento general y especializado del deporte, la alimentación forma parte integrante del conjunto de factores que conducen al éxito en la práctica de cualquier deporte.

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

- 1.- Comprender el valor y la importancia de una alimentación equilibrada y su influencia positiva sobre la salud y el rendimiento deportivo.
- 2.- Conocer los nutrientes esenciales, sus principales aportes y funciones en el organismo.
- 3.- Conocer los distintos tipos de dietas deportivas y su correcta aplicación, de acuerdo a las necesidades y los objetivos establecidos.
- 4.- Guiar y enseñar (educar) a los deportistas sobre la importancia de conocer y aplicar hábitos correctos en la alimentación diaria, como un medio de conseguir rendimientos óptimos y prevenir lesiones.



---

**UNIDAD 1:**      **INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN Y NUTRICIÓN DEPORTIVA**

**Objetivo:**    Conocer los principios y elementos utilizados en la nutrición humana

**Contenidos:**    Definiciones. Nutrientes esenciales. Funciones de los nutrientes.. Cantidad de nutrientes recomendada. Guías generales sobre hábitos correctos de alimentación. Indicaciones dietéticas. Líneas nutricionales. Malnutrición. Pirámide de los alimento

---

**UNIDAD 2:**      **ALIMENTOS**

**Objetivo:**    Conocer los alimentos, su clasificación así como la incidencia en la salud del deportista

**Contenidos:**    Generalidades. Clasificación. Tipos de alimentos

Composición de los alimentos. Sustancias nutritivas esenciales

- Hidratos de carbono: clasificación, fibras alimentarias, los carbohidratos y las competiciones.
- Proteínas: generalidades, tipos, funciones, necesidades, efectos del consumo excesivo, diferencias entre proteínas de origen animal y vegetal, las proteínas y los ejercicios.
- Lípidos o grasas: definición, funciones, tipos, recomendaciones para el consumo, los lípidos y los ejercicios.
- Vitaminas: definición, clasificación, alteraciones vitamínicas, suplementos vitamínicos, las vitaminas y los ejercicios.
- Minerales: generalidades, fuentes de alimentos minerales, funciones principales
- Agua: hidratación del deportista, importancia, funciones, riesgos de una hidratación insuficiente, riesgos de la deshidratación, orígenes del agua en el organismo, pérdidas de agua en el organismo, pérdidas de agua en el deportista, efectos de la pérdida de agua sobre el organismo, balances hídricos, necesidad de agua y reposición de pérdidas.



---

**UNIDAD 3: BIOENERGÉTICA**

**Objetivo:** Analizar y comprender los procesos químicos que se producen en el organismo relacionados al metabolismo

**Contenidos:** Introducción. Anabolismo y catabolismo  
Fuentes de energía metabólica. Alimentación y energía  
Uso y transferencia de energía. Regulación del metabolismo  
Metabolismo de los alimentos. Errores metabólicos congénitos  
Metabolismo de glúcidos. Digestión, asimilación y almacenamiento  
Enzimas y hormonas. Fermentación  
Glucemia y glucosuria. Glicólisis. Glucosa  
Metabolismo basal  
La ruta de la glicólisis. Secuencia de reacciones en la glicólisis  
Importancia biomédica

---

**UNIDAD 4: NUTRICIÓN Y RENDIMIENTO DEPORTIVO**

**Objetivo:** Conocer la incidencia y el papel de los macro y micronutrientes en la Actividad Física,

**Contenidos:**

**El Papel de los Hidratos de Carbono en la Actividad Física**

- Concepto, síntesis y requisitos dietéticos.
- Funciones. Clasificación.
- Metabolismo y consumo de carbohidratos en el deporte

**El Papel de las Grasas en la Atividad Física.**

- Concepto, síntesis y requisitos dietéticos.
- Funciones. Clasificación.
- Metabolismo y consumo de grasas en el deporte.

**El Papel de las Proteínas en la Actividad Física.**

- Concepto, síntesis y requisitos dietéticos.
- Funciones. Clasificación.
- Metabolismo y consumo de proteínas en el deporte.

**El Papel de las Vitaminas en la Actividad Física**

- Concepto y síntesis.
- Funciones generales. Clasificación.
- Suplementos vitamínicos.



### **El Papel de los Minerales en la Actividad Física.**

- Concepto y síntesis.
- Funciones generales. Clasificación.
- Suplementos.

### **El Papel del Agua y Electrólitos en la Actividad Física.**

- Concepto.
- Distribución en el cuerpo. Funciones.
- Hidratación, Deshidratación y rehidratación.



---

**UNIDAD 5:      DIETAS Y DEPORTE**

**Objetivo:**                      Conocer los tipos de dietas, la hidratación y los consejos nutricionales, así como la incidencia en el rendimiento deportivo del atleta.

**Contenidos:**                    **Requerimientos energéticos en el deportista**

Ración calórica. Distribución de los principios inmediatos.

Distribución de la ración calórica

**Aspectos básicos de nutrición e hidratación del deportista**

La finalidad de una dieta equilibrada. Distribución adecuada a lo largo del día.

Ración modelo teórica

Pautas generales de alimentación para entrenamientos y partidos

**Dietas de Entrenamiento, Competencia y Recuperación**

Recomendaciones. Principales errores

La cocina del deportista

**Consejo nutricional**

Objetivos. Medios. Hábitos fisiológicos. Conducta alimentaria

Alteraciones digestivas. Alergias e intolerancias. Factores predisponentes.

Tratamientos. Exploraciones complementarias

---

**UNIDAD 6:      PÉRDIDAS Y GANANCIAS DE PESO**

**Objetivo:**                      Conocer los procedimientos técnicos adecuados para la implementación de trabajos y dietas utilizados en atletas que desean bajar o subir de peso

**Contenidos:**                    Sistema de control de la dieta

**Ganancias de peso:** motivos, objetivo, medios, contraindicaciones, ventajas del aumento de peso, sistema empleado para aumentar de peso, diferencias en gasto energético

**Pérdida de peso:** motivos, objetivo, máximo recomendado, medios, ventajas de la pérdida de peso, complicaciones de la pérdida de peso, implicaciones, sistema empleado para perder peso



---

**UNIDAD 7: GRUPOS DE SUPLEMENTOS Y AYUDAS ERGOGÉNICAS**

**Objetivo:** Conocer las sustancias utilizadas para la suplementación, de los atletas

**Contenidos:** Suplementos alimentares  
Suplementos ergogénicos:  
Tipos y usos de suplementos ergogénicos.

---

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

**En el aspecto práctico:** Elaboración de trabajos prácticos de investigación.

**En el aspecto teórico:** Exámenes respondiendo a las normas vigentes.

En cada parcial se calificará al alumno por medio de una prueba escrita u oral sobre los temas desarrollados

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

- Apuntes del Curso de Ciencias Aplicadas al Deporte para Entrenadores. Solidaridad Olímpica. Barcelona. España. 1998
- Apuntes del Curso para Entrenadores de Básquetbol. Asociación de Entrenadores de Baloncesto. Málaga. España. 2000.
- Nutrición, salud y rendimiento deportivo. Pedro Puyol-Amat. 2ª Edición. 1998.
- Manual de Nutrición del Deportista. Editorial Hispano Europea. España.





---

## **PROGRAMA DE MEDICINA DEPORTIVA**

<b>CURSO:</b>	3° curso
<b>CÓDIGO</b>	EFD 303
<b>CORRELATIVIDAD</b>	EFD 203
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	3 (Tres) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

La medicina deportiva es una disciplina científico-práctica con sus propias tareas, métodos, teorías y problemas de investigación científica. Es parte del sistema del servicio terapéutico-profiláctico a la población, así como un componente inseparable del sistema único de la educación física del hombre. De ahí la importancia del estudio de esta materia.

A través de la educación sanitaria el alumno tendrá conocimiento de aquellas enfermedades más frecuentes que inciden considerablemente en el rendimiento deportivo del individuo, proporcionándole las características más resaltantes, las causas y sus consecuencias, así como también la prevención de las mismas. Las exigencias actuales de la actividad física y el deporte en particular han aumentado, por lo que necesitan de profesionales preparados para prevenir y asistir determinadas lesiones, como también brindar los primeros auxilios en forma eficiente.

---

### **OBJETIVOS GENERALES**

Capacitar a los alumnos con fundamentos teórico-prácticos sobre Medicina Deportiva, que le permitan tener un sustento científico, de tal forma a ejercer con seguridad y responsabilidad su profesión.

Que el alumno conozca y maneje conocimientos específicos de la Medicina Aplicada al Deporte, valore la importancia, y le sirva como condicionante fundamental para su formación multidisciplinar.

Que el alumno conozca: Los factores que predisponen las lesiones deportivas (materiales, equipamientos, etc.), y como prevenirlos. Los hábitos de higiene imprescindibles para la práctica deportiva. Las lesiones de mayor incidencia por deporte específico (Por sobrecarga, agentes indirectos, etc.) y la actuación inicial ante estas lesiones, así como los principios básicos de rehabilitación física.

Que el alumno conozca la importancia del equilibrio y la estrecha relación existente entre la salud y la actividad físico-deportiva adecuada.



Brindar conocimientos que le permitan integrarse como profesor de Educación Física, a los grupos interdisciplinarios de Profesionales en el área de la salud.

Reconocer los peligros que presentan para la salud las diversas enfermedades.

Identificar la profilaxis de las distintas dolencias.

---

**Unidad 1: GENERALIDADES DE LA MEDICINA DEPORTIVA**

**Objetivo:** Conocer e interpretar los fundamentos sobre los cuales se basa el estudio de la medicina aplicada al deporte, así como sus funciones y principales particularidades.

**Contenidos:** *Generalidades: Concepto, Desarrollo histórico, Objetivos e importancia, Tareas que se plantea la medicina del deporte, Principales formas de trabajo en medicina deportiva, Condicionantes de salud para la práctica deportiva. Concepto de salud y enfermedad en medicina deportiva.*

Examen medico: Contenido y métodos, Frecuencia de realización, Control medico a deportistas de alto rendimiento, Control medico de los deportistas jóvenes, incluyendo adolescentes y niños, Control medico a mujeres deportistas, Importancia, Partes de la evaluación médica, Estudio del desarrollo físico del atleta, Estudio del estado funcional del organismo del deportista, Somatoscopia (examen externo).

---

**Unidad 2: CIENCIAS BIOMÉDICAS**

**Objetivo:** Conocer e interpretar la importancia del aporte científico-práctico que brindan las ciencias biomédicas al deporte

**Contenidos:** Concepto y ciencias relacionadas.

**Antropometría:** Introducción y Metodología: aparatos de medida, puntos anatómicos, variables antropométricas, hojas de registro. Composición corporal: métodos, composición corporal y rendimiento deportivo. Somatotipos corporales: componentes, método de Heath y Carter.

Particularidades del desarrollo físico y la complexión en algunos deportes



Composición corporal y cine antropometría: Estudio del somatotipo. Análisis de la composición corporal. Fundamentos Cineantropométricos. . Crecimiento. Tablas Estudio de la talla.

**Bases fisiológicas del esfuerzo:** Sistemas energéticos: vía metabólica aerobia. Vía metabólica anaerobia. El músculo esquelético: Tipos de fibras. La respiración, Los volúmenes pulmonares. Sistema cardiovascular. El corazón. Adaptación cardiovascular al ejercicio. Urgencias cardiacas. Muerte súbita..

---

**Unidad 3: TRAUMATOLOGÍA Y PRIMEROS AUXILIOS DE LESIONES DEPORTIVAS**

**Objetivo:** Conocer los principios y fundamentos de las lesiones deportivas y principales accidentes que se producen en la práctica deportiva, así como las actuaciones básicas relacionadas a los primeros auxilios.

**Contenidos:** Generalidades: El niño y el deporte. Problemas lesionales. Raquis  
Prevención de Lesiones deportivas. Primeros auxilios en las instalaciones deportivas.  
Primeros auxilios básicos para lesiones deportivas. Rehabilitación Física básica de lesiones deportivas

**Lesiones deportivas** Clasificación de acuerdo con su relación a la técnica, a la magnitud del agente traumático y a su evolución. Prevención.

Concepto de artrosis, artritis, bursitis, periostitis. Concepto de profilaxis.

**Lesiones óseas:** Fracturas, generalidades, clasificación, sintomatología, primeros auxilios, medios de inmovilización, transporte. Fracturas más frecuentes de los miembros inferiores y superiores. Fracturas de columna vertebral.

**Lesiones articulares:** Concepto, clasificación. Luxaciones, definición, luxaciones más frecuentes, signos y síntomas, primeros auxilios. Esguinces: generalidades. Esguinces más frecuentes, primeros auxilios.

**Lesiones músculo-ligamentosas:** Lesiones musculares, generalidades, clasificación. Calambres musculares, prevención, primeros auxilios. Contracturas musculares, desgarros, clasificación. Lesiones tendinosas, generalidades, primeros auxilios.



---

**Unidad 4: SALUD Y EJERCICIO FÍSICO**

**Objetivo:** Conocer la importancia e incidencia positiva de la actividad física en beneficio de la salud.

**Contenidos:** Concepto de salud. Concepto de Enfermedad. Medidas preventivas elementales para realizar actividad física-deportiva. Incidencia del ejercicio físico sobre el organismo. Medios y hábitos para preservar la salud. Fomento de la salud. Sedentarismo, incidencias negativas sobre la salud. Efectos de la actividad física sobre la salud mental. Promoción de un estilo de vida saludable.

---

**Unidad 5: SALUD Y CRECIMIENTO FÍSICO**

**Objetivo:** Conocer las particularidades biológicas y del somatotipo relacionados al crecimiento físico, así como los fundamentos que se aplicarán en la ejecución y control en la planificación del entrenamiento..

**Contenidos: Crecimiento y desarrollo en las etapas de formación:**

Efectos de la práctica del deporte en las edades de crecimiento.

Adaptaciones del entrenamiento en las edades de crecimiento.

**Aspectos preventivos en la edad de crecimiento y desarrollo:**

Evaluación del estado de salud del atleta

Control Deportivo. Planificación correcta de los entrenamientos y competiciones

Calentamiento y enfriamiento

Indumentaria deportiva

Higiene personal y de las instalaciones

Aspectos y fundamentos básicos de nutrición e hidratación en el deporte

Factores que afectan al rendimiento: tabaco, alcohol, drogas.

---

**Unidad 6: DEPORTES Y DOPING:**

**Objetivo:** Conocer las principales sustancias que se utilizan para el doping en el deporte, así como sus incidencias negativas para la salud del atleta..

**Contenidos:** *Concepto. Conceptos relacionados*

*Introducción. Historia del dopaje*

*Empleo de sustancias prohibidas en el deporte*

*Sustancias y métodos dopantes: sustancias prohibidas, sustancias restringidas, métodos prohibidos para doparse*



*Principales sustancias dopantes utilizadas en la actividad deportiva*

*Principales sustancias sostenidas a ciertas restricciones*

*Control antidopaje*

---

**Unidad 7:** **LAS AGRESIONES PSICOLÓGICAS, SOCIALES Y ECOLÓGICAS A LA SALUD.**

**Objetivo:** Que el alumno conozca que la salud del individuo también puede ser avalada por factores psicológicos y por la estructura de la sociedad en que vive.

**Contenidos:** La miseria en el mundo. El stress y la enfermedad mental. Causas. Tratamiento. La violencia. Pre-concepto y racismo. Como surge. Polución y desequilibrio ecológicos. Polución atmosférica. Efectos sobre la salud. La polución de las aguas. Medidas. La destrucción de los suelos. La deforestación y la erosión. El peligro de los pesticidas. La polución radioactiva. Problemas y soluciones.

---

**Unidad 8:** **ENFERMEDADES SOCIALES**

**Objetivo:** Que el alumno tenga acceso a la información sobre enfermedades sicosomáticas para su prevención.

**Contenidos:** Alcoholismo, tabaquismo. Uso indebido de drogas. S.I.D.A., obesidad, delgadez, bulimia y anorexia.  
Concepto de: Alcoholismo, tabaquismo y drogadicción. Incidencias negativas sobre la salud. Incidencias negativas en el entorno social y familiar. Tipos de drogas. Medidas preventivas. El papel de la familia. El papel de las instituciones educativas. La importancia del fomento del deporte para todos y la adecuada utilización del tiempo libre como una forma de combatir estos problemas de la sociedad.

---

**Unidad 9:** **ENFERMEDADES DE APARICIÓN SÚBITA**

**Objetivo:** Que el alumno conozca los procedimientos de primeros auxilios a ser utilizados en los casos de enfermedades de aparición súbita

**Contenidos:** Enfermedades de Aparición Súbita. Definición. Síntomas. Tratamiento. Prevención. Desmayo o lipotimia. Convulsiones. Fiebre



---

### **Unidad 10: INTRODUCCIÓN A LOS PRIMEROS AUXILIOS**

- Objetivo:** Que el alumno conozca los principios y la importancia de la prestación adecuada de los Primeros Auxilios
- Que el alumno distinga los parámetros básicos relacionados a la valoración de un lesionado
- Que el alumno conozca los procedimientos básicos a implementar en el transporte de lesionados

**Contenidos:** Principios Generales. Definición de los Primeros Auxilios.

*Objetivos de los Primeros Auxilios. Normas para la prestación de los Primeros Auxilios. Valoración General de la víctima. Procedimientos para prestar Primeros Auxilios. Precauciones Generales para prestar Primeros Auxilios.*

Valoración del lesionado: Definición Síntomas Tratamiento Prevención.

Aspectos Importantes. Signos – Síntomas. Observar al Lesionado. Aflojar Prendas. Coloraciones de la Piel. Examen Individual de cada parte del cuerpo. Lesionado Inconsciente. Registro Escrito. Actitud. Interrogue al lesionado. Examinar. Signos Vitales. Respiración. Pulso. Reflejo Pupilar

---

Transporte del lesionado: Transporte Adecuado. Métodos para levantar una persona. Método de arrastre. Cargue de brazos. Cargue de brazos con 2 auxiliares. Cargue de brazos con 3 auxiliares. Con ayuda de Frazada. Con ayuda de una Silla. Tipos de Camillas. Formas de Improvisar una Camilla. Precauciones

---

### **Unidad 11: PARO CARDIO RESPIRATORIO**

- Objetivo:** Que el alumno conozca los procedimientos básicos a implementar en los servicios de primeros auxilios de reanimación cardio pulmonar

**Contenidos:** Definición. Síntomas. Tratamiento. Prevención. Definición. Paro Cardio Respiratorio. Causas del Paro Respiratorio. Causa del Paro Cardiorrespiratorio. Manifestaciones del Paro Respiratorio. Manifestaciones del Paro Cardiorrespiratorio. Reanimación Cardiopulmonar R.C.P. Procedimiento para la Reanimación Cardiopulmonar. Reanimación Cardiopulmonar con UN Auxiliador. Reanimación Cardiopulmonar con DOS Auxiliares. Ataque Cardíaco - Infarto - Definición de Infarto. Factores de Riesgo. Señales de los Infartos. Primeros Auxilios en caso de Infartos



---

**Unidad 12: LESIONES DE LOS TEJIDOS BLANDOS**

**Objetivo:** Que el alumno diferencie los distintos tipos de lesiones que acontecen en los tejidos blandos

**Contenidos:** Lesiones de Tejidos Blandos. Introducción  
Hemorragias: definición, tipos, síntomas, tratamiento  
Heridas: definición, tipos, síntomas, tratamiento  
Quemaduras: definición, tipos, síntomas, tratamiento  
Medidas Preventivas para heridas y hemorragias

---

**Unidad 13: VENDAJES**

**Objetivo:** Que el alumno conozca los distintos tipos de vendajes que pueden ser aplicados en los diferentes casos relacionados a lesiones y heridas

**Contenidos:** Definición. Síntomas. Tratamiento. Prevención

Definición de Venda y Vendaje

Venda en Rollo. Venda Triangular. Cabestrillo. Vendaje Circular. Vendaje Circular

Vendaje espiral o con doblez. Vendaje en Ocho o Tortuga. Vuelta Recurrente

Normas Generales para la aplicación de Vendajes

Vendaje para Codo o Rodilla. Vendaje para Tobillo o Pie

Vendaje para Mano y Dedos

Vendaje para Pie

Vendajes para los Ojos

Vendajes para la Cabeza (Capelina)



---

#### **Unidad 14: BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS**

**Objetivo:** Que el alumno conozca la importancia de contar con un botiquín de primeros auxilios, así como su equipamiento.

**Contenidos:** Botiquín de Primeros Auxilios  
Elementos Esenciales  
Antisépticos  
Material de Curación  
Instrumental y otros elementos adicionales  
Medicamentos  
Botiquín para vehículo, empresas, centros deportivos  
Medidas Preventivas

---

#### **EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

En el aspecto teórico: Exposiciones grupales. Coloquio evaluativo. Evaluaciones escritas.

#### **Trabajos prácticos:**

Práctica de vendajes. Práctica de reanimación cardiopulmonar. Presentación de monografías.

---

#### **BIBLIOGRAFÍA:**

- ALCÁZAR, Antonio - Lesiones del deporte
- BATTISTA, DUMAS, MACORIGH - Cuidados médicos del deportista GENETY, - Manual de medicina del deporte - Editorial Guillet
- HEISS, Frohuart - Lesiones típicas del deporte -
- PALACIOS, Marcelo - Deporte y salud -
- PALACIOS, Marcelo - Medicina del esfuerzo psicofísico -
- WALE, J.O. - Ejercicios de recuperación en afecciones médicas y quirúrgicas
- Apuntes del Curso de Ciencias Aplicadas al Deporte. Comité Olímpico Internacional. Solidaridad Olímpica. Barcelona 1998.
- Folletos y publicaciones de instituciones especializadas.





## **PROGRAMA DE CURRÍCULO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 311
<b><u>CORRELATIVIDAD:</u></b>	EFD 211
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	3 (tres) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

La política educativa al interpretar y concretar la política general del estado, incorpora las aspiraciones de una nación en términos del tipo de hombre y de sociedad que se desea alcanzar. El medio para concretar esas aspiraciones es el Currículo, que constituye el conjunto de oportunidades de aprendizaje concebidas en función de los fines de la educación para facilitar experiencias de aprendizaje.

La educación debe ser visualizada en las aspiraciones del hombre y de los grupos, cuyos valores constituyen elementos fundamentales de la política educativa que se concretan, a través del desarrollo curricular. El espacio es propicio para el análisis de los nuevos enfoques de la Reforma Educativa.

Finalmente la cátedra incursiona en el campo de la Evaluación del Aprendizaje, entendiendo a este punto como vital en el desarrollo del proceso curricular, dándole un enfoque integrador a todo el proceso de enseñanza aprendizaje, buscando por sobre todo utilizar esta herramienta didáctica en una dimensión que favorezca el control y la verificación del programa y sus elementos. La evaluación es el principio y el fin de cualquier actividad por lo que el capacitar al docente en el conocimiento, selección, aplicación y análisis de las pruebas de evaluación fundamenta su trabajo, pudiendo de esa manera disponer de un elemento de juicio para poder determinar el éxito o el fracaso de cualquier proyecto y su evolución.

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

- 1.- Comprender que la educación es un proceso globalizador basado en principios, fundamentos, elementos, fuentes y sustentos de los enfoques curriculares.
- 2.- Comprender la filosofía, los principios y la adecuación curricular de la Reforma Educativa como un compromiso personal y profesional para el mejoramiento de la educación.
- 3.- Aplicar los principios y la adecuación curricular de la Reforma Educativa en la acción pedagógica del docente.
- 4.- Comprender la importancia de la evaluación, entendiendo a este punto como vital en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje



- 5.- Conocer las distintas pruebas y tests que valoren objetivamente las cualidades físicas, así como las habilidades y destrezas deportivas
- 6.- Aprender los métodos que permitan evaluar el conocimiento del grupo y sus individualidades para una correcta enseñanza de los contenidos.

---

**Unidad 1: CONCEPTUALIZACIÓN DEL CURRÍCULO**

**Objetivo:** Que el alumno interprete los conceptos del currículo.

**Contenidos:** Educación y currículo. Las teorías sobre currículo. La práctica pedagógica cimentada en el currículo.

---

**Unidad 2: MODELOS DE PLANIFICACIÓN CURRICULAR**

**Objetivo:** Que el alumno conozca los modelos de planificación curricular en el Sistema Educativo Paraguayo y sus respectivos alcances.

**Contenidos:** Modelos lineales, modelos sistemáticos, modelos integrados, modelos psicológicos. Los modelos curriculares y el currículo de la EEB del Sistema Educativo Paraguayo (1973 – 1983)

---

**Unidad 3: FUNDAMENTACIÓN DEL CURRÍCULO**

**Objetivo:** Que el alumno analice y comprenda los fundamentos científicos que sustentan al Currículo de la Educación Paraguaya

**Contenidos:** La filosofía de la Educación. Filosofía de la Reforma Educativa Paraguaya. La fuente socio-política cultural de la Educación. La fuente psicológica. Fundamentos científicos de la Reforma Educativa Paraguaya: psicólogos, sociólogos, pedagógicos. Las áreas del saber: las disciplinas

---

**Unidad 4: LOS ELEMENTOS DEL CURRÍCULO**

**Objetivo:** Que el alumno conozca los elementos del currículo y sus implicancias en el nivel del aula.

**Contenidos:** Conceptualización. Clasificación de los elementos.

Elementos del currículo y sus implicancias en el nivel de aula: orientaciones, generadores, reguladores, activadores o metódicos, multimedia



---

**Unidad 5: PLANEAMIENTO Y DISEÑO CURRICULAR**

**Objetivo:** Que el alumno conozca los principios que rigen un planeamiento curricular, así como el diseño y sus características

**Contenidos:** Planeamiento curricular. Diseño curricular. Concepto.

Características del Planeamiento Curricular. Proceso integral, participativo, permanente, flexible.

Principios que rigen el planeamiento curricular: integración, secuencia vertical, continuidad, coherencia horizontal.

---

**Unidad 6: ADECUACIÓN CURRICULAR**

**Objetivos:** Que el alumno comprenda la conceptualización de una Adecuación Curricular, así como los procedimientos metodológicos para adecuar un currículo.

**Contenidos:** Conceptos. Objetivos. Niveles de adecuación. Procedimientos metodológicos para adecuar el currículo en el nivel local o institucional.

---

**Unidad 7: EL CURRÍCULO A TRAVÉS DE LA PRÁCTICA**

**Objetivos:** Que el alumno analice los alcances del Currículo de Educación Física en la implementación práctica.

**Contenidos:** El diseño curricular en la práctica según modelos teóricos

El diseño a realizar por los profesores

Elementos a considerar en la configuración contextual de la enseñanza: objetivos, contenidos, actividades

---

**Unidad 8: EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

**Objetivo:** Reconocer la evaluación como un proceso que incluye actividades de estimulación cualitativo o cuantitativa, involucrando factores como: la enseñanza aprendizaje, plan de clases, sistematización de la información, aplicación de técnicas, emisión de juicios y retroalimentación para así contribuir a la calidad educativa



**Contenidos:** Marco conceptual de la evaluación: Antecedentes históricos y legales de la evaluación. Definición de la evaluación. Objetivos de la evaluación. Evaluación tradicional y nueva evaluación. Finalidades de la evaluación  
Las concepciones evaluativas: Evaluación y control. El proceso educativo y sus referentes. Funciones y tipos de evaluación. Componentes del modelo evaluativo.  
Análisis de la enseñanza y la evaluación: Perspectivas y modelos pedagógicos. Evaluación cualitativa del currículo. Evaluación del aprendizaje.  
La evaluación y la comunidad educativa

---

**Unidad 9:** **LA EVALUACIÓN EN EL NIVEL ESCOLAR**

**Objetivos:** Que el alumno logre comprender la importancia de la evaluación para comunicar a los educandos, en que parte del proceso se encuentran.  
Que el alumno logre comprender la importancia de la evaluación para poder reajustar el rumbo de la planificación

**Contenidos:** Las finalidades y los contenidos de la evaluación con un enfoque integrador. Dimensiones básicas de la evaluación  
Evaluación de los contenidos educativos Características del proceso de evaluación en el nivel.  
Etapas: diagnóstica, proceso, producto.  
Auto, co y hétero evaluación.  
Instrumentos de medición. Pruebas de base no estructurada, semi estructurada y estructurada

---

**Unidad 10:** **EVALUACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**Objetivos:** Conocer la terminología propia de la evaluación  
Analizar los modelos sobre los que se ha basado la evaluación en educación física  
Elaborar instrumentos de evaluación aplicados a situaciones concretas  
Elaborar propuestas de evaluación y que permita a bordar con éxito los diferentes niveles del proceso educativo  
Posibilitar el intercambio de experiencias profesionales de la enseñanza que desarrollan su cometido en diferentes contextos.



**Contenidos:** La evaluación de la educación física. Procedimientos y objeto: Necesidad de una evaluación pedagógica. Aspectos a tener en cuenta en el diseño de la evaluación en Educación Física. Evaluación de la motricidad. Evaluación de actitudes, capacidades y habilidades. Instrumentos de evaluación. Procedimientos de observación, verificación y experimentación.

La evaluación en la programación de la educación física: Proceso de elaboración de una estrategia de evaluación. La evaluación en la programación en el aula. La calificación y la toma de decisiones.

---

### **EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

a) Exámenes respondiendo a las normas vigentes.

### **Trabajos Prácticos:**

Programación de una unidad

Elaboración de instrumentos de evaluación

Aplicación de instrumentos de evaluación

---

### **BIBLIOGRAFÍA:**

- ABOLIÓ de Cols Susana. La tarea docente
- BOLAÑOS Bolaños Guillermo. Introducción al Currículo
- Ministerio de Educación y Cultura. Delineamientos Curriculares.
- PÉREZ Pérez Ramón. El currículo y sus componentes. Hacia un modelo integrador. Colección práctica en educación.
- SACRISTÁN Jiménez. Currículo, una reflexión sobre la práctica
- SPERB Dalila. El currículo, su organización y el planeamiento del aprendizaje.
- ZULEMA K. De Da Cunha. Evaluación Educacional
- Documentos Curriculares Oficiales del MEC – Paraguay
- FERMIN, Manuel. - La evaluación, los exámenes y las calificaciones – Editorial B.C.P.
- JOHONSON, P. K. - La evaluación del rendimiento en los programas de educación física Editorial Paidós.
- LAFOURCADE, Pedro D. - Planeamiento, conducción y evaluación de la enseñanza superior – Editorial B.C.P.
- LAFOURCADE, Pedro D.- Evaluación de los aprendizajes – Editorial B.C.P.
- LANGLADE, Alberto - Gimnasia correctiva - Editorial Stadium.
- LANGLADE, Alberto - Teoría general de la gimnasia - Editorial Stadium



## **PROGRAMA DE PRÁCTICA III**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CODIGO:</u></b>	EFD 306
<b><u>CORRELATIVIDAD</u></b>	EFD 206
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	4 (cuatro) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

El nuevo enfoque sobre el Bienestar y Calidad de Vida que se pregona en la población enfatiza estilos de vida activos, y una de las formas para conseguir esto es a través de la acumulación continua de actividades físicas, recreativas y deportivas diarias.

El Instituto Superior de Educación Física, por la naturaleza de su especialidad dentro de su plan de estudio necesita de una materia que le brinde la posibilidad de encarar a través de la misma, el fomento de la práctica dirigida de actividades físicas, recreativas y deportivas, así como encarar los Proyectos Institucionales de Preparación para las Exhibiciones Gimnásticas, Desfiles en representación de la Institución, Evaluación Físico-Deportiva, así como la aplicación preliminar de los Proyectos de Exploración de la Realidad Educativa y Prácticas Pedagógicas en forma conjunta y simultánea de todos sus alumnos.

Consideramos que la materia Práctica I, II, III y IV será el vehículo a través del cual los alumnos del ISEF podrán desarrollar y fortalecer aspectos relacionados a la práctica de la Cultura Físico-Deportiva y sus elementos. (Físicos, técnicos y académicos).

También a través de esta materia se podrá retroalimentar en forma conjunta con los alumnos todas las actividades físicas y deportivas que tienden a fortalecer y mejorar el dominio de destrezas y habilidades relacionadas a la coordinación psicomotriz y rendimiento deportivo, de tal forma a fomentar, desarrollar, mejorar y acrecentar la educación del movimiento de los alumnos, razón que pasa a constituirse en fundamental teniendo en cuenta el futuro desempeño docente de los mismos.

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

1. Conocer y comprender el nuevo enfoque sobre el Bienestar y Calidad de Vida que se pregona en la población
2. Promover estilos de vida activos, a través de la práctica continua de actividades físicas, recreativas y deportivas.
3. Concientizar sobre la nueva dimensión del área de la Educación Física en nuestro tiempo.



4. Comprender la significación que tiene para la calidad de vida de las personas cambiar el estilo de vida sedentaria, por un estilo de vida activo que le proporcione beneficios físicos, mentales y sociales derivados de las actividades físico-deportivas.
5. Practicar actividades de destrezas locomotoras y destrezas de juego fundamentales, para incidir positivamente en la formación del profesional del Área de Educación Física.
6. Adquirir, mejorar y acrecentar la capacidad de rendimiento de las cualidades físicas condicionales y coordinativas de los alumnos, y mejorar los aspectos que tienen relación con otras materias impartidas en la Carrera de Educación Física del ISEF como ser Natación, Gimnasia, Gimnasia Deportiva, Atletismo, Básquetbol, Hándbol, Voleibol, Fútbol de Campo, Fútbol de Salón y Futsal FIFA..
7. Preparar en forma conjunta a los alumnos del ISEF para la ejecución de Proyectos de Expansión Comunitaria y Extensión Universitaria.

---

**UNIDAD 1:**                                    **ENTRENAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO**

**Objetivo:**                                    Adquirir, mejorar y acrecentar el rendimiento de las capacidades físicas condicionales y coordinativas de los alumnos

---

**Contenidos:**                                    **Entrenamiento práctico:** Trabajos en circuito - Trabajos de resistencia en pileta de natación - Fartlek - Entrenamiento con elementos (bancos, cajones, cuerdas, mancuernas, medicineball) - Musculación Deportiva. Circuitos técnicos con elementos propios de deportes colectivos. Paseos y competencias en Bicicleta – Competencias de Triatlón –. Competencias Atléticoas.

---

**UNIDAD 2**                                    **PREPARACIÓN PARA LOS PROYECTOS DEL ISEF**

**Objetivo:**                                    Preparar a los alumnos para la realización de los Proyectos Institucionales del ISEF

**Contenidos:**                                    **Preparativos y Entrenamientos para:** Exhibición Gimnástica, Participación del ISEF en los Desfiles del 14 y 15 de Mayo, Participación del ISEF en Competencias Deportivas. Organización de Caminatas y Aerobiadas Ciclisticas. Organización de Festivales de Actividades Físicas y Recreativas en los distintos



niveles de la población. Participación de Talleres de Capacitación. Participación del Proyecto de mantenimiento y hermoseamiento de la Infraestructura del ISEF

---

**UNIDAD 3:** **EDUCACIÓN CORPORAL**

**Objetivo:** Preparar a los alumnos para adquirir, mejorar y acrecentar patrones de movimiento y destrezas coordinativas básicas

**Contenidos:** Gimnasia a manos libres. Gimnasia con elementos. Gimnasia de suelo. Gimnasia Aeróbica – Gimnasia rítmica. – Danzas y Bailes . Desplazamientos específicos para un Calentamiento Deportivo.

---

**UNIDAD 4:** **EVALUACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA**

**Objetivo:** Conocer el grado de aptitud físico-deportiva de los alumnos

**Contenidos:** Test Físicos - Test del desempeño motriz para básquetbol, Fútbol de Campo, Hándbol, Voleibol y Fútbol de Salón - Test de desempeño en el agua. Test de coordinación básica a manos libres (estático y dinámico)

---

**UNIDAD 5:** **ACTIVIDADES ACUÁTICAS**

**Objetivo:** Adquirir, mejorar y acrecentar el desempeño técnico y motriz en la pileta de natación

**Contenidos:** Natación: Intensificación de trabajos para mejoramiento de los estilos. Recreación en el agua – Competencias – Entrenamiento físico en la pileta de natación.

---

**UNIDAD 6:** **FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA PARA DEPORTES COLECTIVOS**

**Objetivo:** Adquirir, mejorar y acrecentar el desempeño técnico y motriz en deportes colectivos

**Contenidos:** Básquetbol – Hándbol – Voleibol – Fútbol de Campo – Fútbol de Salón: Dominio y control del balón – Pases -.Remates – Lanzamientos. Adquisición de destrezas





técnicas encadenadas. Competencias Deportivas. Intensificación en la aplicación práctica de arbitraje y asistencia en mesa de control de estos deportes.

---

**UNIDAD 7: PROYECTO DE INICIACIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS**

**Objetivos:** Adquirir, mejorar y acrecentar conocimientos y destrezas para la ejecución de una sesión de clase de Educación Física.

Adquirir, mejorar y acrecentar las habilidades y el control de grupo de parte del futuro docente

Vivenciar el desarrollo de una clase de Educación Física

**Contenidos:** Elaborar y ejecutar planes de clase relacionados a todos los contenidos de la Educación Física para los diferentes niveles de la Educación sistemática, (escuelas y colegios), así como para la no sistemática (escuelas de iniciación deportiva, clubes, etc.).

---

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

**La evaluación será exclusivamente práctica:**

- Evaluación Físico-deportiva sobre el desempeño motriz y técnico
- Aplicación práctica de clases de Educación Física

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

- Manual Práctico de Organización Deportiva – Editorial Gymnos – España – 1998
- Planificación en Instituciones – Colección Gestión y Deporte - Editorial INDE – España 1998
- Gran Enciclopedia de los Deportes – Tomos 1 al 5 – Edición Cultural S.A – España
- Organización de Competencias Deportivas – Moacir Daito – Brasil – 1992
- Juegos Predeportivos – Iniciación a los deportes – Editorial Trillas – México.
- Proyectos Institucionales elaborados en la Dirección del ISEF – Año 2003



## **PROGRAMA DE ATLETISMO II**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 313
<b><u>CORRELATIVIDAD:</u></b>	EFD 213
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	4 (cuatro) horas

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

Es una materia eminentemente práctica que se basa en el logro de las acciones básicas de ser humano, como son: correr, saltar, lanzar y sus posibles combinaciones.

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

- 1.- Adquisición de los principios básicos del atletismo.
- 2.- Dominio de las distintas técnicas atléticas.
- 3.- Estudio y comprensión del reglamento internacional de atletismo.
- 4.- Conocimiento y dominio de las metodologías para las distintas pruebas y del proceso de enseñanza-aprendizaje en los distintos niveles de la enseñanza.

---

### **Unidad 1:** **CARRERAS CON VALLAS**

**Objetivo:** Aprendizaje de la técnica de las carreras con vallas altas y bajas.

**Contenidos:** Referencias históricas sobre los orígenes de las carreras con vallas.  
Características biotológicas y funcionales del vallista. Análisis técnico de la carrera de aproximación, pique y pasaje de la valla y de la carrera entre vallas.

---

### **Unidad 2:** **CARRERAS DE RELEVO**

**Objetivo:** Aprendizaje de la técnica de pasaje de testimonio en las carreras de relevo.

**Contenidos:** Referencias históricas sobre el origen de las carreras de relevo. Análisis técnico de los métodos ascendente y descendente, variantes: clásico, Francfort y Dyson. Características de los integrantes de un relevo.  
Proceso metodológico para su enseñanza en los distintos niveles. Aspectos reglamentarios de las carreras de relevo.



---

**Unidad 3:**        **ORGANIZACIÓN DE TORNEOS**

**Objetivo:**        Pautas a tener en cuenta para la organización de un torneo atlético.

**Contenidos:**     Pautas a tener en cuenta antes, durante y después de las competencias.

Jurado:        Distribución y funciones. Jefes y auxiliares. Programa horario. Reglamento del torneo.

---

**Unidad 4:**        **EL LANZAMIENTO DEL DISCO.**

**Objetivo:**        Introducción a la técnica de los lanzamientos circulares.

**Contenidos:**     Referencias históricas sobre los orígenes del lanzamiento del disco. Características biotípicas y funcionales del lanzador de disco. Análisis de la técnica ortodoxa.

Proceso metodológico para su enseñanza en los distintos niveles. Aspectos reglamentarios del lanzamiento del disco.

---

**Unidad 5:**        **EL SALTO TRIPLE**

**Objetivo:**        Aprendizaje de las técnicas del salto triple e introducción de las mismas en los cursos femeninos.

**Contenidos:**     Referencias históricas sobre los orígenes del salto triple. Características biotípicas y funcionales del saltador de triple. Análisis de las distintas escuelas técnicas.

Proceso metodológico para su enseñanza en los distintos niveles. Aspectos reglamentarios del salto triple.

---

**Unidad 6:**        **EL SALTO CON GARROCHA**

**Objetivo:**        Aprendizaje de la técnica con implemento rígido e introducción de la misma en los cursos femeninos.

**Contenidos:**     Referencias históricas sobre la evolución de la prueba y del implemento.



Características biotológicas y funcionales del saltador con garrocha. Análisis de las técnicas con implemento rígido y flexible (diferencias).

Proceso metodológico para la enseñanza con implemento rígido en los distintos niveles.

Aspectos reglamentarios del salto con garrocha.

---

**Unidad 7:** **EL LANZAMIENTO DEL MARTILLO**

**Objetivo:** Completar el aprendizaje de la técnica de los lanzamientos circulares e introducción de la misma en los cursos femeninos.

**Contenidos:** Referencias históricas sobre los orígenes del lanzamiento del martillo. Características biotológicas y funcionales del lanzador de martillo. Análisis de la técnica con tres vueltas. Proceso metodológico para su enseñanza en los distintos niveles. Aspectos reglamentarios del lanzamiento del martillo.



## **PROGRAMA DE TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO II**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 307
<b><u>CORRELATIVIDAD:</u></b>	EFD 207
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	4 (cuatro) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

El deporte es parte integrante de la educación física y, por consiguiente, el entrenamiento es el pilar que lo sustenta; de allí la importancia de su estudio, porque sólo una buena fundamentación teórica posibilitará desarrollar mejor y más eficazmente la parte práctica de la educación física y el entrenamiento deportivo.

Si bien es necesario y fundamental el conocimiento científico sobre la educación física y el entrenamiento deportivo, es también importante el conocimiento del ser humano, motivo de la aplicación práctica de la educación física y el entrenamiento deportivo.

Será necesario recordar siempre que la educación física y el entrenamiento deportivo son parte integrante de la educación integral, razón fundamental para exigir la participación eficiente de buenos profesionales en el área de la educación física y el entrenamiento deportivo que puedan acompañar adecuadamente los nuevos avances de las ciencias aplicadas al deporte, la educación física y el entrenamiento deportivo.

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

#### **Capacitar al alumno para:**

1. Concientizar sobre la nueva dimensión del área en nuestro tiempo y comprender la significación social, política, educativa y tecnológica de los medios de la educación física y el entrenamiento deportivo.
2. Comprender al medio instrumental que utilizara en su quehacer educativo.
3. Comprender que debe garantizar como logros de la educación física permanente, así como las características, necesidades, posibilidades, recomendaciones que debe seguir el hombre para realizar una actividad sistemática en función de su desarrollo evolutivo.
4. Conocer la capacidad de rendimiento de las cualidades físicas y motrices.
5. Comprender e implementar los criterios de instrumentación de los distintos niveles de planificación.



6. Comprender el valor del entrenamiento deportivo en la preparación integral de los deportistas y la aplicación adecuada de sus principios, contenidos y métodos en los distintos niveles de enseñanza o categorías deportivas.
7. Conocer los distintos sistemas de entrenamiento y aplicarlos correctamente, según la finalidad que se persigue.
8. Desarrollar la capacidad de investigación en esta área, de tal forma a acrecentar su perfeccionamiento pedagógico (nuevas formas de enseñar) y técnico (nuevos métodos o recursos para sus deportistas).

---

**UNIDAD 1:** **ADECUACIÓN DEL ENTRENAMIENTO**

**Objetivo:** Conocer los lineamientos y parámetros que orientan la adecuación del entrenamiento por niveles y sexo.

---

**Contenidos:** Orientaciones en el trabajo de la resistencia, orientaciones en el trabajo de la fuerza, orientaciones en el trabajo de la flexibilidad, orientaciones en el trabajo de la velocidad. Entrenamiento de formación y entrenamiento de alto rendimiento, diferencias funcionales a tener en cuenta en el entrenamiento entre deportes colectivos e individuales, fases sensibles en el desarrollo de las capacidades físicas, carácter metodológico del entrenamiento con niños, indicaciones para la planificación de las cargas con niños, la periodización del entrenamiento con niños, el entrenamiento físico excesivo en los niños y adolescentes, recomendaciones de la Federación Internacional de Medicina del Deporte para el entrenamiento con niños y adolescentes, factores a tener en cuenta en el entrenamiento con mujeres. Preparación de un deportista, relación entre las fases de crecimiento y desarrollo con las etapas de la preparación deportiva

---

**UNIDAD 2:** **LA PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO**

**Objetivo:** Comprender la periodización cíclica, así como su importancia en el proceso del entrenamiento.

**Contenidos:** Definiciones, objetivos de la periodización, definiciones relacionadas a la periodización, forma deportiva, fases de la forma deportiva, características de la forma deportiva, programación por periodos, periodización de la temporada en los



deportes de equipo, estructura cíclica del entrenamiento. Explicación de los microciclos y mesociclos, estructuración de un ciclo anual. Ejemplos de periodización

---

**UNIDAD 3: LA PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO**

**Objetivo:** Conocer la estructura de planificación específica adecuada a cada nivel del proceso del entrenamiento deportivo, así como las fases y los diferentes elementos que se deben desarrollar

---

**Contenidos:** Definiciones, factores a tener en cuenta a la hora de planificar, elaboración y desarrollo del plan general de entrenamiento, elementos que se deben desarrollar en la planificación del entrenamiento. Estructura del ciclo anual de entrenamiento, datos relevantes a la hora de planificar. Modelos básicos de planificación. Fases de la planificación. Planificación de las sesiones de entrenamiento, unidades de tiempo de las sesiones de entrenamiento, clasificación de las sesiones de entrenamiento, estructuración y progresión de la sesión de entrenamiento, diseño de la sesión de entrenamiento, fines de la sesión de entrenamiento. Planificación por objetivos de equipos de iniciación, desarrollo y acrecentamiento.

---

**UNIDAD 4: TALLER DE PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO**

**Objetivo:** Diseñar planes y programaciones para los diferentes niveles del proceso deportivo aplicando la metodología pedagógica adecuada.

**Contenidos:**

- Diseño de plan anual, semestral, trimestral, semanal y diario para deportes colectivos.
- Diseño de planes y programaciones para Escuelas Deportivas.
- Diseño de planes para Deporte Escolar.

---



### **EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

**En el aspecto teórico:** Exámenes respondiendo a las normas vigentes.

### **Trabajo practico:**

- 1.- Presentación de planificaciones específicas para deportes colectivos e individuales.
- 2.- Presentación de periodizaciones.
- 3.- Aplicación práctica de microciclos de trabajo.

---

### **BIBLIOGRAFÍA:**

1. Apuntes del Curso para Entrenadores de Básquetbol. Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto. Málaga - España. 2000.
2. La planificación del Entrenamiento Deportivo. Bases prácticas. Manuel Vela. Centro de Alto Rendimiento. Sant Cugat del Vallés. España. 1998
3. La preparación física aplicada a los deportes colectivos. Marcellí Masafret. Centro de Alto Rendimiento. Sant Cugat del Vallés. España. 1998.
4. El concepto de planificación del entrenamiento de los deportes de equipo. Francisco Seirullo Vargas. Instituto Nacional de Educación Física de Barcelona - España.1998.
5. Nuevas Tendencias en el Entrenamiento de la Musculación. Julio Tous Fajardo y Natalia Balagué Serre. Instituto Nacional de Educación Física de Barcelona -España. 1998.
6. Fisiología del esfuerzo. Natalia Balague. Barcelona – España. 1998.
7. Psicología del entrenamiento Deportivo. José María Buceta. 1ª Edición. 1998.
8. Nutrición, Salud y Rendimiento Deportivo. Pedro Pujol Amat. 2ª Edición. 1998.
9. 1088 Ejercicios en circuito. Jeroni Saura Aranda y Rosa Sole Cases. 4ª Edición.1998
10. La pliometría. Gilles Cometti. 1ª Edición . 1998
11. Planificación Deportiva. Teoría y Práctica. Juan A. Mestre Sancho. 2ª Edición.1997
12. Entrenar para ganar. La versión cubana del entrenamiento. Lic. Armando Forteza de la Rosa. 1ª Edición. 1997.
13. Evaluación Deportiva. Augusto Pila Teleña. 3ª Edición. 1997
14. Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte. Juan Manuel Manso, Manuel Navarro Valdivieso, José Antonio Ruiz Caballero. 1ª Edición.1996
15. El Entrenamiento Deportivo. Preguntas y respuestas. Georges Lambert.1ª Edición.1993.
16. Introducción a la Teoría del Entrenamiento. Peter J. L. Thompson. 1991
17. Entrenamiento Deportivo. Planificación y programación. Iurig V. Verjoshanski. 1ª Edición. 1990.
18. Manual de Entrenamiento Deportivo. Jurgen Weineck. 2ª Edición. 1989.
19. Entrenamiento Optimo. Como lograr el máximo rendimiento. Jurgen Weineck. 1ª Edición. 1988.
20. Manual de entrenamiento. Jorge Díaz Otáñez. 3ª Edición. 1988.





---

**Unidad 8: EL ATLETISMO Y LA MUJER**

**Objetivo:** Conocimiento de los aspectos específicos del entrenamiento de las mujeres

**Contenidos:** Diferencias morfo-funcionales, orgánicas y psíquicas respecto del hombre. Factores limitativos. Diferencias Técnicas derivadas de las de índole funcional. Diferencias de entrenamiento (intensidad y volumen).

---

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE**

a) **En el aspecto práctico:** Al finalizar la enseñanza de una prueba, se hará una evaluación técnica de la misma.

**Como referencia para el docente, se dan las siguientes marcas:**

**Salto en Largo** mujeres 3,60 m. - varones 4,70 m.

**Carrera de 1500 m.** mujeres 6' 40" - varones 5' 20"

**Lanzamiento de la bala** mujeres 7,00 m. (4 kg.) - varones 8,00 m. (5 kg.)

**Salto en Alto** mujeres 1,20 m. - varones 1,40 m.

**Carreras con vallas** **Mujeres** pasaje de 4 vallas de 0,76 m (con 3 pasos) colocadas a 7,50 m de distancia.

**Varones** pasaje de 4 vallas de 0,91 m (con 3 pasos) colocadas a 9,14 m de distancia.

**Carrera de 800 m** mujeres: 3 minutos 15 segundos - varones: 2 minutos 30 segundos

**Lanzamiento de jabalina** mujeres 18,00 m. (600 g.) - varones 24,00 m. (800 g.)

**Salto con garrocha** mujeres sin marca - varones 2,30 m.

**Carrera de 400 m** mujeres: 1 minuto 25 segundos - varones: 1 minuto

**Lanzamiento de disco** mujeres 18,00 m. (1 kg.) - varones 22,00 m. (2 kg.)

**Lanzamiento del martillo** mujeres sin marca - varones 24,00 m.

b) **En el aspecto teórico:** exámenes respondiendo a las normas vigentes.

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

- ✓ ALVAREZ, J. y BALLESTEROS, J.M. - Manual didáctico del atletismo - R.F.E.A.
- ✓ BERENGER, R. - Atletismo - Editorial Stadium
- ✓ de HEGEDUS, J. - Técnicas atléticas - Editorial Stadium
- ✓ DYSON, G. - Mecánica del atletismo - I.N.E.F. de Madrid (España)
- ✓ GIL PEREZ, G. - Velocidad y relevos - R.F.E.A.
- ✓ KIRSCH, A. y KOCH, K. - Series metodológicas de ejercicios en atletismo - Editorial Kapelusz



- ✓ KOCH, K. - Carrera, salto y lanzamiento en la escuela elemental - Editorial Kapelusz
- ✓ O' CONNORS, Williams - Atletismo para entrenadores y el profesor de Educación Física - Editorial Amibef
- ✓ SCHMOLINSKY, G. - Atletismo - Editorial Pila Teleña
- ✓ SILVESTRINI, Simón - El campo de atletismo, trazado y marcación -
- ✓ SILVESTRINI, Simón - Metodología atlética - Editorial Amibef
- ✓ SILVESTRINI, Simón - Torneos de atletismo, su organización - Editorial Amibef
- ✓ Real federación española de atletismo - Cuadernos de atletismo -
- ✓ Reglamento internacional de atletismo - Editorial Stadium o Amibef.
- ✓ GIL PEREZ, G. - Velocidad y relevos - R.F.E.A.
- ✓ KIRSCH, A. y KOCH, K. - Series metodológicas de ejercicios en atletismo - Editorial Kapelusz
- ✓ Preparación atlética, el trabajo del grupo - Editorial Nielsen
- ✓ Real federación española de atletismo - Cuadernos de atletismo -
- ✓ Reglamento internacional de atletismo - Editorial Stadium o Amibef.



---

## **PROGRAMA DE FÚTBOL DE CAMPO, FUTSAL FIFA Y FÚTBOL DE SALÓN**

<b>CURSO:</b>	3° curso
<b>CODIGO:</b>	EFD 315
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	4 (cuatro) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

Por su estructura de deporte colectivo, el fútbol de campo, el fútbol de salón y el futsal FIFA poseen grandes valores educativos, facilitan el conocimiento de si mismo, promueven la comunicación, cubren la necesidad de pertenencia grupal; implica participación, colaboración, cooperación, compromete el pensamiento predictivo y requiere dominio de habilidades.

Al jugar, el individuo ve facilitada en forma paulatina la conquista del ambiente al que pertenece mediante procesos afectivos, cognitivos y motrices.

El tener que actuar en situaciones cambiantes compromete el desarrollo de la percepción y del razonamiento a la vez que requiere de un bagaje de respuestas motrices que le permita abordar con eficiencia los problemas que se enfrentan.

Esta materia, en el ISEF, prioriza la necesidad de que el alumno comprenda el valor educativo de la práctica de estos deportes, a fin de enfocar dos cuestiones fundamentales: 1- El sujeto que realiza sus propios aprendizajes Y 2- La transferencia de los aprendizajes logrados a nuevas situaciones tanto propias como de sus futuros alumnos.

El instrumento didáctico más relevante para el tratamiento temático de la cátedra será el juego, por considerarlo el medio más natural, ya sea para el niño o el adolescente -destinatarios finales de la propuesta-, así mismo preparará al futuro docente para la enseñanza mientras él mismo aprende a jugarlo, cosa ésta que ocurre en la mayoría de los casos. De este modo la materia prioriza el estudio de la estructura funcional del juego, de sus valores como medio educativo, de la metodología de la enseñanza y las teorías que las sustentan.

La cátedra tiene como finalidad dotar al futuro docente de conocimientos básicos, capacitándolo para actuar a nivel de enseñanza orientada a la niñez y adolescencia. Esto puede darse en el marco de la iniciación deportiva en escuelas y clubes, dando respuesta a la demanda que la sociedad hace al profesor de Educación Física en el ámbito educativo no formal.

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

1.- Contribuir a la formación social del alumno, desarrollando el espíritu de equipo, ayudando a afirmar el principio de autoridad y subordinación dentro del grupo, satisfaciendo la necesidad de agrupación



- 2.- Fomentar a través de estos deportes la actitud solidaria con el grupo y hábito de disciplina.
- 3.- Contribuir a la comprensión del valor del fútbol de campo, fútbol de salón y futsal FIFA en la sociedad actual.
- 4.- Conocimiento de las técnicas específicas de estos deportes y sus reglas.
- 5.- Alcanzar un mínimo de rendimiento en los fundamentos técnicos y en el juego.

---

**Unidad 1: HISTORIA Y ORGANIZACIÓN DEL FÚTBOL DE CAMPO**

**Objetivo:** Proveer información de las estructuras y características del fútbol de campo

**Contenidos:** Reseña histórica. Origen. Evolución.  
Características. Organización a distintos niveles.

**Bibliografía:** ESCARTIN MORÁN, Pedro - Técnica y estrategia en el fútbol de hoy - Editorial Pueyo - Madrid, 1947.  
RIMET, Jules - Fútbol, la copa del mundo - Barcelona, 1955.

---

**Unidad 2: TÉCNICA INDIVIDUAL Y GENERAL. ACCIONES BÁSICAS DEL FÚTBOL DE CAMPO**

**Objetivo:** Proveer información teórico práctica de los fundamentos del deporte.  
Desarrollar metodologías para la enseñanza de los fundamentos.  
Adquirir un mínimo de destreza en el rendimiento.

**Contenidos:** **Remates:** principios generales. Formas de ejecución. Análisis. Metodología para la enseñanza y corrección. Ejercicios de aplicación.  
**Pases:** principios generales. Distintos tipos de pases, ejercicios de aplicación.  
**Conducción:** principios generales. Formas de transportar la pelota. "Dribbling". Ejercicios de aplicación.  
**Paradas:** principios generales. Formas de parar la pelota. Análisis y ejercicios de aplicación.  
**Juego de cabeza:** principios generales. Distintas formas de cabecear. Ejercicios de aplicación.  
**Quites:** principios generales. Aspectos técnicos y tácticos. Intercepción y disputa de la pelota. Ejercicios de aplicación.  
**Saques laterales y Tiros de esquina:** consideraciones reglamentarias. Técnicas de ejecución.



- Bibliografía:** CSANÁDI, Arpad - El fútbol - Editorial Planeta - Barcelona, 1963.  
GERONAZZO, Argentino - Técnica y táctica del fútbol - Editorial Lidium - Bs. As., 1980.  
HEDDERGOT, Karl Heinz - Fútbol, del aprendizaje a la competencia - Editorial Stadium - Bs. As., 1973.  
ZORZENÓN, José - El fútbol en la escuela - Editorial Nubef - Bs. As., 1968.

---

**Unidad 3:** **TÉCNICA INDIVIDUAL ESPECIAL DEL FÚTBOL DE CAMPO**

**Objetivo:** Proveer información teórico prácticas de las técnicas para cada puesto.

**Contenidos:** Características psico-físicas de cada jugador de acuerdo al puesto y función en los distintos sistemas de juego. Modelos.  
Técnica para cada puesto. Función y situaciones comunes del arquero, defensores laterales, defensores centrales, punteros, atacantes centrales.

**Bibliografía:** WINTERBOTTOM, Walter - Técnica del fútbol - Editorial Cabal - Madrid, 1954.  
ZORZENÓN, José - El fútbol en la escuela - Editorial Nubef - Bs. As., 1968.

---

**Unidad 4:** **TÉCNICA COLECTIVA DEL FÚTBOL DE CAMPO**

**Objetivo:** Proveer información teórico práctica de acciones combinadas entre jugadores y jugadas preparadas.

**Contenidos:** Técnica posicional en determinadas jugadas. Formación de barreras. Colocación de atacantes y defensores en tiros de esquina. Cordón de rebotes.  
Ejercicios de acción combinada en: tiros libres, tiros de esquina, cordón de rebotes.

**Bibliografía:** ZUBELDIA, J. y GERONAZZO, A. - Táctica y estrategia del fútbol - Bs. As. 1965.  
STUDENER, Hans y WOLF, Werner - Fútbol, entrenamiento con pelotas - Editorial Stadium - Bs. As., 1980.



---

**Unidad 5:** **TÉCNICA DE CONJUNTO. ESCALONAMIENTOS BÁSICOS. TÁCTICA BASICA DEL FÚTBOL DE CAMPO**

**Objetivo:** Proveer información teórico práctica de los distintos sistemas de juego utilizados en el tiempo y en la actualidad.

**Contenidos:** Evolución de las tácticas: Sistema clásico. Sistema WM  
El 4-2-4. El cerrojo. Variantes. Fútbol actual.  
Tácticas defensivas: Defensa de zona, hombre a hombre y combinada. Técnica de marcación. Metodología y enseñanza de la marcación individual.  
Tácticas de ataque: Formas de desarrollar el ataque. Técnicas de ataque.

**Bibliografía:** ESCARTIN MORÁN, Pedro - Técnica y estrategia del fútbol de hoy - Editorial Pueyo - Madrid, 1947.  
LOCZLAK, C. - Tácticas del fútbol - Editorial Codel - Barcelona, 1967.  
MENDES, Luis - As tácticas do futebol brasileiro - Rio de Janeiro, 1964.  
GERONAZZO, Argentino - Técnica y táctica del fútbol - Bs. As., 1980.

---

**Unidad 6:** **LEYES DE JUEGO DEL FÚTBOL DE CAMPO. ARBITRAJE.**

**Objetivo:** Analizar e interpretar las leyes de juego. Ejercitarse en arbitraje

**Contenidos:** Lectura e interpretación de las leyes de juego.  
Técnica de arbitraje.

**Bibliografía:** ESCARTIN MORÁN, Pedro - Reglamento de fútbol comentado - Gimenez Codes - Bs. As. Reglamento de fútbol de la F.I.F.A..

---

**Unidad 7:** **INTRODUCCIÓN AL FÚTBOL DE SALON Y FUTSAL FIFA**

**Objetivo:** Proveer información de las estructuras y características del fútbol de salón y futsal FIFA

**Contenidos:** **¿Qué es el futsal FIFA?** Objetivos e importancia  
Reseña histórica. Origen. Evolución.  
Características. Organización a distintos niveles.  
Vocabulario específico utilizado en este deporte  
Características de los jugadores  
**Qué es el fútbol de salón?** Objetivos e importancia



Reseña histórica. Origen. Evolución.

Características. Organización a distintos niveles.

Vocabulario específico utilizado en este deporte

Características de los jugadores

**Análisis de las diferencias y las semejanzas más importantes entre el fútbol de salón y el futsal FIFA**

**Unidad 8: TÉCNICA INDIVIDUAL, GENERAL. ACCIONES BÁSICAS DEL FÚTBOL DE SALÓN Y EL FUTSAL FIFA**

**Objetivos:** Proveer información teórico práctica de los fundamentos de estos deportes.  
Desarrollar metodologías para la enseñanza de los fundamentos.  
Adquirir un mínimo de destreza en el rendimiento.

**Contenidos:** **Remates:** principios generales. Formas de ejecución. Análisis. Metodología para la enseñanza y corrección. Ejercicios de aplicación.  
**Pases:** principios generales. Distintos tipos de pases, ejercicios de aplicación.  
**Conducción:** principios generales. Formas de transportar la pelota. "Dribling". Ejercicios de aplicación.  
**Paradas:** principios generales. Formas de parar la pelota. Análisis y ejercicios de aplicación.  
**Saques laterales y saques de esquina:** consideraciones reglamentarias. Técnicas de ejecución.

**Unidad 9: TÉCNICA INDIVIDUAL ESPECIAL DEL FÚTBOL DE SALON Y EL FUTSAL FIFA**

**Objetivo:** Proveer información teórico prácticas de las técnicas para cada puesto.

**Contenidos:** Análisis sobre los requerimientos relacionados al aspecto físico-técnico : la resistencia, la velocidad, la agilidad, la fuerza, la coordinación, el equilibrio  
Características psico-físicas de cada jugador de acuerdo al puesto y función en los distintos sistemas de juego. Modelos.  
Técnica para cada puesto. Función y situaciones comunes del arquero, laterales, back postes, pivots.



---

**Unidad 10: TÉCNICA COLECTIVA DEL FÚTBOL DE SALÓN Y EL FUTSAL FIFA**

**Objetivo:** Proveer información teórico práctica de acciones combinadas entre jugadores y jugadas preparadas.

**Contenidos:** Técnica posicional en determinadas jugadas. Formación de barreras. Colocación de jugadores en saques laterales y de esquina  
Ejercicios de acción combinada en: tiros libres, saques de esquina y saques laterales.

---

**Unidad 11: TÉCNICA DE CONJUNTO. TÁCTICA BASICA DEL FÚTBOL DE SALON Y FUTSAL FIFA**

**Objetivo:** Proveer información teórico práctica de los distintos sistemas de juego utilizados en el tiempo y en la actualidad.

**Contenidos:** **Los sistemas de juego:** Sistema 3-1, Sistema 2-2  
**Tácticas defensivas:** Defensa de zona, hombre a hombre y combinada. Técnica de marcación. Metodología y enseñanza de la marcación individual con y sin cambio de hombre  
**Tácticas de ataque:** Formas de desarrollar el ataque. Rotaciones

---

**Unidad 12: LEYES DE JUEGO. ARBITRAJE.( Fútbol de Salón y Futsal FIFA)**

**Objetivo:** Analizar e interpretar las leyes de juego. Ejercitarse en arbitraje

**Contenidos:** Lectura e interpretación de las leyes de juego. Técnica de arbitraje. Análisis comparativo e interpretación de las reglas de juego del fútbol de salón y el futsal FIFA.

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

**a) En el aspecto práctico: Desempeño motriz**

- Pruebas de ejecución práctica con las técnicas aprendidas.
- Arbitraje y control de planillas de juego

Observación de la comprensión del juego en situaciones de juego reducido.

**b) En el aspecto teórico: Desempeño intelectual**

- Elaboración de mini sistemas de juego en trabajos por grupos.





- Exámenes respondiendo a las normas vigentes.

### **Trabajo practico:**

1.- Metodología en la enseñanza de las técnicas.

---

### **BIBLIOGRAFÍA:**

- de HEGEDUS, Jorge - Teoría general y especial del entrenamiento deportivo - Editorial Stadium - Bs. As., 1973.
- ESCARTIN MORÁN, Pedro - Reglamento de fútbol comentado - Gimenez Codes - Bs. As.
- ESCARTIN MORÁN, Pedro - Técnica y estrategia en el fútbol de hoy - Editorial Pueyo - Madrid, 1947.
- GERONAZZO, Argentino - Técnica y táctica del fútbol - Editorial Lidium - Bs. As., 1980.
- HEDDERGOT, Karl Heinz - Fútbol, del aprendizaje a la competencia - Editorial Stadium - Bs. As., 1973.
- KISTENMACHER, Jorge - Preparación física para deportes de equipo - 1976.
- LOCZLAK, C. - Tácticas del fútbol - Editorial Codel - Barcelona, 1967.
- STUDENER, Hans y WOLF, Werner - Fútbol, entrenamiento con pelotas - Editorial Stadium - Bs. As., 1980.
- Apuntes de la Federación Española de Fútbol Sala. Madrid . 2000
- Reglamento Internacional del Fútbol de Salón
- Reglamento Internacional del Fútbol FIFA



## **PROGRAMA DE BÁSQUETBOL**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 316
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	4 (cuatro) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

El Básquetbol es de los deportes que llamamos abiertos o de situación. Por su estructura de deporte colectivo posee grandes valores educativos, facilita el conocimiento de si mismo, promueve la comunicación, cubre la necesidad de pertenencia grupal; implica participación, colaboración, cooperación, compromete el pensamiento predictivo y requiere dominio de habilidades.

Al jugar, el individuo ve facilitada en forma paulatina la conquista del ambiente al que pertenece mediante procesos afectivos, cognitivos y motrices.

El tener que actuar en situaciones cambiantes compromete el desarrollo de la percepción y del razonamiento a la vez que requiere de un bagaje de respuestas motrices que le permita abordar con eficiencia los problemas que se enfrentan.

La materia básquetbol, en el ISEF., prioriza la necesidad de que el alumno comprenda el valor educativo de la práctica de este deporte, a fin de enfocar dos cuestiones fundamentales: 1- El sujeto que realiza sus propios aprendizajes y 2- La transferencia de los aprendizajes logrados a nuevas situaciones tanto propias como de sus futuros alumnos.

El instrumento didáctico más relevante para el tratamiento temático de la cátedra será el juego, por considerarlo el medio más natural, ya sea para el niño o el adolescente, destinatarios finales de la propuesta y para el mismo alumno del Instituto.

La cátedra de básquetbol preparará al futuro docente para la enseñanza del deporte mientras él mismo aprende a jugarlo, cosa ésta que ocurre en la mayoría de los casos. De este modo la materia prioriza el estudio de la estructura funcional del juego, de sus valores como medio educativo, de la metodología de la enseñanza y las teorías que las sustentan.

Se hace necesario un tratamiento equilibrado de los distintos componentes de la estructura funcional, cuidando de no caer en tecnicismos. Técnica y Reglamento cobran significado cuando se integran en el acto táctico.

La cátedra tiene como finalidad dotar al futuro docente de conocimientos básicos, capacitándolo para actuar a nivel de enseñanza orientada a la niñez y adolescencia. Esto puede darse en el marco de la iniciación deportiva en escuelas y clubes, dando respuesta a la demanda que la sociedad hace al profesor de Educación Física en el ámbito educativo no formal

---



### **OBJETIVOS GENERALES:**

- 1.- Capacitar al alumno para conocer el deporte y su desarrollo, ubicándolo dentro del ámbito cultural.
- 2.- Formar en el alumno la conceptualización del proceso del aprendizaje motriz transferido a la metodología del aprendizaje deportivo.
- 3.- Reconocer al Básquetbol como medio pedagógico, comprendiendo la importancia de su aplicación adecuada a las edades de los educandos.
- 4.- Conocer los medios y las formas apropiadas que posibiliten el desarrollo de una nueva adquisición racional de habilidades tácticas y técnicas de acuerdo con el rendimiento del alumno.
- 5.- Desarrollar metódicamente las habilidades y los conocimientos para ser aplicados a los iniciados.

---

### **Unidad 1:                    MECÁNICA DE PIERNAS Y DOMINIO DEL CUERPO**

**Objetivos:**                    Ejecutar y describir los mecanismos que regulan el movimiento de las piernas y el dominio del cuerpo.

**Contenidos:**                    Desplazamientos básicos utilizados en el Básquetbol: frontales, laterales, en retroceso, defensivos, y sus diferentes variantes

Detenciones en uno y dos tiempos  
Arrancadas directas, cruzadas y en reverso  
Pivote frontal e invertido  
Amagues: simple, doble, múltiple

#### **Cambios de dirección**

Giros  
Saltos  
Rebotes.

---

### **Unidad 2:                    EL DRIBLING**

**Objetivos:**                    Conocer, adquirir y desarrollar el fundamento del dribling.  
Describir técnicamente y ejecutar los distintos tipos de dribling

**Contenidos:**                    Dribling. Particularidades. Importancia. Tipos: de avance, de protección, de velocidad.                    Con cambio de mano, con cambio de velocidad. Con detenciones, con cambio de dirección.

Proceso metodológico para su enseñanza



---

**Unidad 3:** **EL PASE**

**Objetivos:** Conocer, adquirir y desarrollar el fundamento del pase  
Describir técnicamente y ejecutar los distintos tipos de pases.

**Contenidos:** Pase. Particularidades. Importancia. Tipos: De pecho, de pique . Sobre cabeza. De costado con pique. De béisbol (hombro). De gancho. De faja.  
Proceso metodológico para su enseñanza

---

**Unidad 4:** **EL LANZAMIENTO**

**Objetivo:** Conocer, adquirir y desarrollar el fundamento del lanzamiento  
Describir técnicamente y ejecutar los distintos tipos de lanzamiento

**Contenidos:** Lanzamiento. Particularidades. Importancia. Tipos A pié firme ó estacionario.  
De bandeja ó en ritmo de dos tiempos . En suspensión ó "jump-shot". De gancho.  
Bandeja con mano inhábil.  
Proceso metodológico para su enseñanza

---

**Unidad 5:** **REGLAMENTO**

**Objetivos:** Conocer las reglas del juego.

**Contenidos:** Reglas fundamentales; análisis y aplicación.. Desempeño práctico en el arbitraje y en la asistencia en mesa de control en competencias organizadas para el efecto.

---

**Unidad 6:** **JUEGO**

**Objetivos:** Experimentar las distintas alternativas del juego colectivo.

**Contenidos:** Juegos Predeportivos aplicados al Básquetbol  
Juego dirigido: 1 vs 1 hasta el 4 vs 4.  
Juego informal. Juego con restricciones.  
Juego formal 5 contra 5

---

**Unidad 7:** **METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA DEL BASQUETBOL**

**Objetivo:** Conocer los aspectos técnicos y metodológicos para una correcta aplicación a la enseñanza.



**Contenidos:** Conceptos generales. Métodos aplicados a la enseñanza del Básquetbol  
Juegos pre-deportivos. Fundamentos prioritarios.  
Importancia de la táctica y la técnica en el proceso pedagógico.  
Gradaciones y ejercitaciones.  
Elaboración y aplicación de planes de clases para los distintos niveles de la educación formal (escuelas y colegios) y la no formal (escuelas de básquetbol, clubes)

---

**Unidad 8:** **FUNDAMENTOS DEFENSIVOS**

**Objetivos:** Conocer los fundamentos defensivos básicos  
Conocer los fundamentos técnico-tácticos de la defensa individual  
Conocer los fundamentos técnico-tácticos de la defensa zonal  
Vivenciar la aplicación práctica de los diferentes tipos de defensa individual y zonal

**Contenidos:** Fundamentos Defensivos: Colocación. Postura corporal. Desplazamientos.  
Aplicación práctica de situaciones defensivas  
Defensa individual: Generalidades de la defensa individual . Tipos. Colocación, postura y desplazamientos. Defensa al driblador. Defensa al jugador sin la pelota. Defensa al cortador. Defensa al tirador. Bloqueo defensivo. Defensa ante cortinas. Ejercicios de aplicación práctica  
Defensas zonales: Generalidades de la defensa zonal. Tipos. Formaciones: áreas de responsabilidad. Puntos fuertes y débiles. Ventajas y desventajas.  
Ejercicios de aplicación práctica

---

**Unidad 9:** **FUNDAMENTOS OFENSIVOS**

**Objetivos:** Conocer y ejecutar las distintas fases del contraataque.  
Conocer y ejecutar los distintos tipos de cortinas  
Conocer la importancia del rebote  
Conocer los sistemas ofensivos básicos contra defensa zonal, individual y mixta



**Contenidos:** Contraataque: Concepto. Fases. El contraataque por tres calles. Los seguidores. Ataques en superioridad numérica. Ejercitaciones con defensa pasiva y activa. Material humano adecuado al sistema de correr.  
Cortinas: Concepto de aplicación. Tipos. Ejecución práctica.  
Rebote: Concepto de aplicación. Tipos. Ejecución práctica  
Sistemas Ofensivos Básicos: Conceptos Básicos. Ataque libre. Pasar y cortar. Juego de cortinas. Aclarados. Sobrecargar.

---

**Unidad 10:** **MINIBASQUETBOL**

**Objetivo:** Conocer la filosofía y particularidades del minibásquetbol, así como su importancia en la educación y formación integral de los niños.

**Contenidos:** Concepto. Filosofía. Particularidades e importancia. Metodología de la enseñanza en sus diferentes etapas y categorías. Juegos de aplicación para este nivel .Infraestructura. Reglamento Específico.

---

**EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:**

**a) En el aspecto práctico: Desempeño motriz**

- Pruebas de ejecución práctica con las técnicas aprendidas.
- Arbitraje y control de planillas de juego

Observación de la comprensión del juego en situaciones de juego reducido.

**b) En el aspecto teórico: Desempeño intelectual**

- Diagramación de mini sistemas de juego en trabajos por grupos.
- Observación e interpretación de partidos.
- Exámenes respondiendo a las normas vigentes.

---

**BIBLIOGRAFÍA:**

- DAIUTO, Moacyr - Metodología de la Enseñanza - Editorial Stadium.
- EVERETT, Dean - El Baloncesto - Editorial Heracles - España.
- GIANCARLO, Primo - Baloncesto. El Ataque - Editorial Martínez Roca - España.
- Apuntes del Curso de Entrenadores. Federación Española de Baloncesto. Málaga 1999.
- 1000 Ejercicios y Juegos de Baloncesto. Peter Vary. Editorial Hispano Europea
- Fichas de Baloncesto. Ejercicios y Juegos de ataque y defensa. Jean Pierre de Vincenzi. Editorial Hispano Europea
- Baloncesto. Iniciación y Perfeccionamiento. Gérard Bosc. Editorial Hispano Europea
- Apuntes de la cátedra.



## **PROGRAMA DE ORIENTACIÓN Y PROYECTOS III**

<b><u>CURSO:</u></b>	3° curso
<b><u>CÓDIGO:</u></b>	EFD 310
<b><u>CORRELATIVIDAD:</u></b>	EFD 210
<b><u>CARGA HORARIA SEMANAL:</u></b>	5 (cinco) horas.

---

### **CONCEPCIÓN DE LA ASIGNATURA:**

El área de ORIENTACIÓN Y PROYECTO constituye un espacio donde los futuros docentes tienen la posibilidad de experimentar, probar, comprobar, descubrir y elaborar sus conocimientos, actividades, aptitudes, habilidades y destrezas para el logro de las competencias necesarias en el desempeño del rol como profesionales de la educación física, planteado como un proceso continuo a lo largo de los tres años con proyección hacia su desarrollo profesional continuo.

Esto implica que las actividades propuestas y experiencias de aprendizajes a través de proyectos, se den interrelacionadas e interdependientes unas de otras, desarrollando y fortaleciendo cualitativa y cuantitativamente las capacidades del docente en formación para su inserción en la realidad laboral, que pueda rectificarse y adaptarse a las cambiantes circunstancias cotidianas, para mejorar la calidad de la educación

---

### **OBJETIVOS GENERALES:**

En el tercer año se orienta la práctica educativa hacia el logro de los siguientes objetivos:

- 1.- Participe en el diseño y ejecución de Proyectos Pedagógicos y de Expansión Comunitaria, que consideren el uso racional de los recursos de la región y del país.
- 2.- Demuestre habilidad para la adecuación de los programas y materiales de enseñanza – aprendizaje a las circunstancias particulares y cambiantes de la realidad escolar, socio – económica, étnica y cultural.
- 3.- Aplique en la práctica educativa las estrategias metodológicas más adecuadas en el proceso de aprendizaje para proponer alternativas de experimentación.
- 4.- Interprete los objetivos generales de la orientación Educativa para los distintos niveles de la educación y su importancia en el proceso de formación personal – profesional.
- 5.- Descubra la importancia de la acción orientadora y la apliquen en la convivencia cotidiana y profesional.
- 6.- Demuestre su función específica de maestro orientador, que genere el clima propicio para la construcción del aprendizaje significativo.
- 7.- Aplique los fundamentos científicos de las teorías de aprendizaje en su práctica pedagógica y en las actividades de expansión a la comunidad.



- 8.- Investigue la definición de Orientación Escolar, el origen las necesidades y los principios filosóficos.
- 9.- Diferencie los objetivos, las funciones y los enfoques de la Orientación Escolar en los distintos niveles educativos.
- 10.- Investigue la acción orientadora del maestro y discrimine el perfil personal del maestro orientador ideal y real.
- 11.- Descubra la función del maestro orientador en relación con la familia y la comunidad.

---

### **UNIDAD 1: LAS PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS Y SU ENTORNO**

**Objetivos:**

- Afianzar los conocimientos relacionados a la ejecución de las prácticas pedagógicas
- Conocer las técnicas y procedimientos metodológicos mas utilizados en una clase de educación física
- Conocer el concepto y particularidades de un Centro Educativo
- Vivenciar la elaboración y ejecución de los proyectos en el área de la Educación física.

**Contenidos:** Perfil y rol del docente: diferencias. Capacidades requeridas en el perfil y el rol del docente de Educación Física. Aplicación de los conceptos en las escuelas de aplicación.

Práctica de técnicas y procedimientos metodológicos más utilizados en educación Física.

Concepto de centro educativo. Espacio para la práctica. Interrelación de los distintos medios para el buen desarrollo de las Prácticas Pedagógicas. Ejecución de programas de mejoramiento de las condiciones organizativas de la comunidad, la escuela.

Elaboración y ejecución de Proyectos Educativos de aplicación en el área de la Educación Física.

---

### **UNIDAD 2: CONCEPTUALIZACIÓN DE ORIENTACIÓN**

**Objetivo:** Interpretar la definición de la Orientación Escolar, el origen, las necesidades y los principios filosóficos de la Orientación.

**Contenidos:** Orientación: bases conceptuales. Conceptos. Evolución de los conceptos. Orígenes. Necesidad de la Orientación. Principios que fundamentan la acción de la orientación en el Paraguay.

---

### **UNIDAD 3: OBJETIVOS FUNCIONES Y ENFOQUES DE LA ORIENTACIÓN**

#### **ESCOLAR**

**Objetivo:** Diferenciar los objetivos, las funciones y los enfoques de la Orientación Escolar.





**Contenidos:** Objetivos de la Orientación. Función de la Orientación. Evaluación de la Orientación. Funciones del Orientador, Psicólogo Escolar, Evaluador.  
La Orientación Educacional y Vocacional dentro de la Reforma Educativa. Integración curricular. Servicios. Programas. Dimensiones del ser humano a ser atendidas por la orientación.

---

**UNIDAD 4: ACCIÓN ORIENTADORA**

**Objetivo:** Distinguir los fundamentos de la acción orientadora del maestro.

**Contenidos:** Acción Orientadora del maestro. Fundamentos. El valor de la Orientación en la EEB. Trabajo integrado. Modelo integrado. Funciones del Director. Rol del Director. Funciones del maestro. Perfil del maestro.

---

**UNIDAD 5: PROYECTOS DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA**

**Objetivo:** Participar y vivenciar activamente la elaboración y ejecución de los proyectos de Extensión Universitaria, como medio de acrecentamiento de la formación profesional

**Contenidos:** Elaboración y ejecución de Proyectos de Expansión Comunitaria del ISEF, enmarcados dentro del Proyecto de Extensión Universitaria de la UNP:

- Pilar se mueve por su Salud dando una mano al Hermano
- Formación Integral para la niñez por medio de Actividades Físicas Dirigidas
- Festival de Actividades Recreativas y Deportivas para niños y jóvenes de las diferentes Parroquias de la ciudad de Pilar.
- Torneo Selectivo Interno del ISEF
- Torneo Selectivo Interno de la FCA
- Actividad Física para diabéticos
- Deporte y Recreación para la Niñez en su Día
- Juegos Deportivos , Recreativos y Culturales de la UNP

---

**EVALUACIÓN:**

La evaluación se realizará basándose en los criterios de:

- Elaboración y desarrollo de proyectos
- Prácticas Pedagógicas y sus respectivos indicadores, y la calificación final será el promedio de las parciales obtenidas en cada periodo.
- Planillas específicas de registro de participación en los Proyectos realizados



- Exámenes Respondiendo a las exigencias vigentes.

---

#### **BIBLIOGRAFÍA:**

- Evaluación de los aprendizajes. MEC. Paraguay.1995
- Programa de estudio. Área : Práctica Educativa. MEC. Paraguay. 1995. Primer año, Segundo año y Tercer año.
- Orientaciones para el desarrollo del Área de Prácticas Educativas. MEC.1994.
- CHAMORRO DE LEZCANO. Felicia. Manual Básico de Orientación Educativa Vocacional2da. Edición. Paraguay. 2000
- Guía para la elaboración de Proyectos Deportivos y Recreativos Comunitarios del ISEF.