



UNIVERSIDAD NACIONAL DE PILAR

Primera República del Sur, en el Paraguay, una e indivisible

VISIÓN: "Universidad Nacional de Pilar comprometida con la biodiversidad, reconocida por su excelencia académica, inclusiva, digitalizada, vinculada con el territorio nacional e internacional y promotora de la justicia cognitiva."

CUARTO CURSO





FISIOTERAPIA DEPORTIVA

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 401
ÁREA: Profesional general	PRE REQUISITO: Medicina Deportiva
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 64 horas reloj	CRÉDITOS: 4,3
HORAS TEÓRICAS: 32	HORAS PRÁCTICAS: 32

I. FUNDAMENTACIÓN:

La actividad física conjuntamente con la fisioterapia ha sido usada tradicionalmente para la rehabilitación y casi siempre con fines utilitarios y en los últimos tiempos para forzar los límites del rendimiento humano.

Los propósitos que justifican la inclusión de esta materia en el Plan de Estudios de esta Licenciatura, resulta no tanto del afán de ir encontrando nuevos y adecuados conocimientos de la fisioterapia aplicada al deporte; como de la necesidad de una formación integral basada en las ciencias aplicadas al entrenamiento deportivo, de tal forma a conocer otras herramientas válidas para contrarrestar problemas músculo-esqueléticos, así como proporcionar efectivos alcances preventivo-higiénicos de los atletas y de la población en general.

II. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO:

- Analiza los riesgos y complicaciones, en el cuerpo humano, de los excesos en la actividad física y deportiva
- Promueve la difusión y aplicación de los principios de higiene individual y colectiva para un correcto mantenimiento de la salud de las personas.
- Aplica las teorías, prácticas y las tecnologías adecuadas a los distintos tipos de actividades en el área de Educación Física, en el sistema educativo formal y no formal, con idoneidad, ética y sentido autocrítico.
- Practica principios y valores que demuestren conciencia cívica y convivencia democrática en el ámbito de desempeño.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.
- Investiga acciones relacionadas con el desarrollo e influencia de las ciencias aplicadas a la actividad física y al entrenamiento deportivo.

I. CAPACIDADES:

- Analiza las técnicas fisioterápicas básicas, que incidan en los tratamientos específicos de las lesiones producidas por la práctica deportiva.
- Conocer los mecanismos de producción, cuadro clínico y evolución de las distintas lesiones más habituales producidas en la actuación deportiva.



- Analiza los principios de entrenamiento de prevención, actuación inmediata en el escenario de la lesión, así como los principios de entrenamiento post-lesional.
- Utiliza las distintas técnicas fisioterápicas en las lesiones específicas de los distintos segmentos.

I. CONTENIDOS:

UNIDAD 1: FUNDAMENTO E INTRODUCCIÓN A LA FISIOTERAPIA

Capacidades:

- Analiza los conceptos y el alcance del ejercicio de la Kinesiología y Fisioterapia en el Paraguay.
- Interpreta los principios básicos de la kinesioterapia y Fisioterapia.
- Maneja con habilidad los recursos tecnológicos como medio para indagar informaciones actualizadas sobre la historia y normativas de la Kinesiología y Fisioterapia.

Contenidos:

La Fisioterapia y su relación con la salud:

- Papel del Fisioterapeuta: Cualidades necesarias para el fisioterapeuta (gusto por el contacto manual, facilidad gestual, coordinación motriz, motivación y paciencia).
- Pedagogía (lenguaje, explicación del tratamiento, progresión terapéutica).
- El fisioterapeuta.
- Funciones del fisioterapeuta en el marco profesional y relación con los demás profesionales de la Salud.

Fisioterapia y su relación con la medicina física:

- Agentes físicos: estímulo y respuesta.
- Agentes físicos ionizantes y no ionizantes.
- Clasificación de los agentes físicos no ionizantes.

Elementos de mecánica aplicada y cadenas cinéticas musculares:

- Palancas: tipos.
- Efecto del músculo sobre la palanca.
- Fuerzas que intervienen en el movimiento.
- Acciones musculares.
- Tipos de contracciones musculares.
- Tipos de cadenas cinéticas musculares.
- Análisis y acción de los músculos en la cadena cinética abierta.
- Acción de los músculos en la cadena cinética cerrada.

UNIDAD 1: TÉCNICAS KINÉSICAS Y FISIOTERAPÉUTICAS EN EL DEPORTE.

Capacidades:

- Discrimina las diferentes técnicas Kinésicas y Fisioterapéuticas comúnmente utilizadas en el ámbito de la rehabilitación deportiva para el restablecimiento de la salud.



- Utiliza las técnicas kinésicas básicas y Fisioterapéuticas, valorando su importancia para la resolución de problemas.

Contenidos

Masaje o Masoterapia: Concepto, Recuerdo histórico. - Piel. - Biofísica del masaje.- Efectos fisiológicos y terapéuticos generales.- Componentes del masaje.- Técnica general del masaje.- Maniobras fundamentales.- Modalidades.- Indicaciones generales y contraindicaciones. Técnicas especiales de masaje: Técnica de Cyriax.- Masaje depletivo.- Drenaje linfático manual.- Masaje del tejido conjuntivo.- Digitopresión.- Reflexoterapia.- Masaje deportivo.- Masajes orientales.-

Otros medios para recuperar: Hidroterapia. Crioterapia. Termoterapia. Electroterapia. Flexibilidad (Movilidad y elongaciones). Pliometría. Propiocepción.

Métodos de contención en el deporte: Contenciones adhesivas, elásticas y rígidas. - Principios de aplicación. - Materiales.

Oclusiones (vendajes funcionales y de contención).- Generalidades.- Material.- Indicaciones generales.- Contraindicaciones.

Técnicas de aplicación de las oclusiones en miembros superiores y tronco.

Técnicas de aplicación de las oclusiones en miembros inferiores.

UNIDAD 3: TRATAMIENTO FISIOTERÁPICO DE LAS PRINCIPALES LESIONES DEL MIEMBRO SUPERIOR

Capacidades:

- Analiza las diferentes estructuras que hacen al miembro superior y los mecanismos de lesión que las afectan en el ámbito deportivo y laboral.
- Aplica protocolos de ejercicios de prevención para disminuir el riesgo de lesión en el miembro superior

Contenidos

- Hombro inestable. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico. Lesiones por lanzamiento. - Mecanismos de producción. - Lesiones más comunes. - Tratamiento fisioterápico. Bursitis subacromial. - Causas. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Síndromes por compresión ("hombro del nadador"). Cuadro clínico. - Medidas preventivas. - Tratamiento Fisioterápico

Epicondilitis ("codo del tenista"). - Mecanismo de producción. - Cuadro clínico. - Medidas preventivas.- Epitrocleititis ("codo del golfista").- Cuadro clínico.- Tratamiento fisioterápico de ambas lesiones.- Tendinitis del cubital anterior.- Tendinitis del bicipital.- Tendinitis del tricipital (olecranitis).- Tratamiento fisioterápico



UNIDAD 4: TRATAMIENTO FISIOTERÁPICO DE LAS PRINCIPALES LESIONES DEL MIEMBRO INFERIOR

Capacidades:

- Analiza las diferentes estructuras que hacen al miembro inferior y los mecanismos de lesión que las afectan en el ámbito deportivo y laboral.
- Aplica protocolos de ejercicios de prevención para disminuir el riesgo de lesión en el miembro inferior

Contenidos:

Lesiones musculares:

Lesiones de los músculos isquiosurales. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico. - Lesiones del cuádriceps femoral. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Lesiones ligamentosas de la rodilla. – Patogenia. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Lesiones meniscales. - Patogenia. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Lesión del tendón rotuliano. - ("rodilla del saltador"). - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Síndrome de la cinta iliotibial de Maissiat ("rodilla del corredor"). - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Rotura parcial y total del tendón de Aquiles. Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Lesiones ligamentosas de la articulación del tobillo. - Tipos. - Mecanismos de producción. - Cuadro clínico. - Tratamiento fisioterápico.

Lesiones del pie por abuso. - Almohadilla del talón dolorosa. - Fascitis plantar ("espolón calcáneo"). - Cuadro clínico.- Tratamiento fisioterápico.

Otras lesiones comunes en el deporte. - Heridas abiertas. - Ampollas. - Quemaduras por fricción. - Calambre muscular. - Mialgia post-entrenamiento. - Dolor punzante.

UNIDAD 5: TALLER PRÁCTICO

Capacidades:

Aplica las diferentes técnicas kinésicas para la prevención de lesión en el miembro superior e inferior
Emite juicio de valor en relación a la utilización de las diferentes técnicas para la prevención de lesión en el miembro superior e inferior

Contenidos

Práctica 1: Maniobras fundamentales de la Masoterapia en miembros superiores e inferiores

Práctica 2: Técnica de vendaje funcional en distintos segmentos del miembro superior e inferior.

Práctica 3: Técnicas de ejercicios de Flexibilidad (Movilizaciones y Elongaciones).

Práctica 4: Técnica de ejercicios de Propiocepción, pliometría.

II. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS:



La selección de las técnicas y actividades de aprendizajes responderá a las capacidades previstas para esta asignatura

Algunas de las posibles técnicas didácticas sugeridas son:

- Exposición didáctica.
- Demostraciones en laboratorio.
- Simulaciones
- Discusiones.
- Seminarios.
- Redacción de resúmenes y ensayos.

III. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

La evaluación se llevará a cabo sobre las demostraciones de habilidades prácticas del alumno (40%); el manejo de los conocimientos teóricos que tendrán un peso de (50%); las capacidades del autoaprendizaje, de la adaptación a nuevas situaciones de intervención que exige la profesión medido con un peso del (10%).

Entre los instrumentos de evaluación a ser empleados en coherencia con el modelo pedagógico sociocrítico, se mencionan: Prueba Escrita, seminarios, observación y registros en lista de cotejo, resúmenes y ensayos.

La calificación del rendimiento académico del alumno se administrará en el marco del sistema de evaluación de la carrera.

IV. ACTIVIDADES DE EXTENSIÓN Y DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA ASOCIADAS A LA CARRERA

Los Docentes y Alumnos participaran con actividades dentro del Programa de extensión a ser desarrollado en el marco "Programa Universidad en Movimiento". Las actividades de extensión que se adecuan desde la asignatura son: Aplicar protocolos de flexibilidad en personas con factores de riesgo de lesión musculoesquelético en el ámbito laboral o deportivo. Determinar la prevalencia de lesiones musculoesqueléticas en poblaciones de diferentes ámbitos ya sean deportivas o del ámbito laboral.

V. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS:

BÁSICA

- Alvaro Castro, S. T. (2015). *Introducción al Movimiento*. Montevideo, Uruguay: PSICOLIBROS.
- Cristina Aramburu de Vega, E. M. (2003). *Electroterapia, Termoterapia e Hidroterapia*. Madrid, España: SÍNTESIS.
- José Rafael Ramos Vertiz, A. J. (2013). *Traumatología y Ortopedia*. Buenos Aires, Argentina: ATLANTE.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE PILAR

Primera República del Sur, en el Paraguay, una e indivisible

VISIÓN: "Universidad Nacional de Pilar comprometida con la biodiversidad, reconocida por su excelencia académica, inclusiva, digitalizada, vinculada con el territorio nacional e internacional y promotora de la justicia cognitiva."

- Kapandji, A. I. (2015). *Fisiología Articular* (6ta ed.). (M. T. Alvear, Ed.) Buenos Aires, Argentina: Médica Panamericana.
- Xhardez, Y. (2014). *Vademecum de Kinesioterapia y de reeducación funcional*. Buenos Aires, Argentina : El Ateneo.

COMPLEMENTARIA

- M. Latarjet, A. R. (2019). *Anatomía Humana*. Buenos Aires, Argentina: MÉDICA PANAMERICANA.
- De Agostini. (2016). *Anatómica – Enciclopedia Visual del Cuerpo Humano*, Peru: CANTABRIA SAC.
- Mosby –Diccionario Medico. Grupo OCEANO. Editorial OCEANO.



PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO Y EDUCACIÓN MOTRIZ

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 402
ÁREA: Profesional específica	PRE REQUISITO:
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 64 horas reloj	CRÉDITOS: 4,3
HORAS TEÓRICAS: 45	HORAS PRÁCTICAS: 19

I. FUNDAMENTACIÓN DE LA MATERIA DENTRO DEL PLAN DE ESTUDIOS.

Las posibilidades de esparcimiento y actividad física de una población influyen en el mejoramiento de su calidad de vida, esta es una de las formas más sencillas de prevenir enfermedades con la práctica regular de actividad física, ya que aun estando enfermas favorece la rehabilitación de personas afectadas.

La correcta prescripción del ejercicio físico debe constituirse en una especialidad científica centrada en los conceptos básicos de actividad física, ejercicio físico, deporte, condición física, salud y poblaciones especiales.

II. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO

- Planifica, implementa, administra y evalúa con eficiencia en la práctica de las actividades físico - deportivas orientadas a cada deportista, individuo o alumno para una la realización cotidiana de dichas actividades en cuanto a tipo, duración, frecuencia o intensidad.
- Se desempeña con eficiencia en actividades físico- deportivas en funciones diversas como: administración, asesoramiento, orientación, planificación gestión, evaluación preparación física, coordinación, organización e investigación e interacción con el entorno.
- Analiza los riesgos y complicaciones, en el cuerpo humano, de los excesos en la actividad física y deportiva
- Promueve la difusión y aplicación de los principios de higiene individual y colectiva para un correcto mantenimiento de la salud de las personas.

III. CAPACIDADES

- **Prescribir programas de ejercicio físico personalizados para diferentes poblaciones a través de la educación motriz.**
- Evalúa los beneficios de la práctica regular de la actividad física en diferentes poblaciones.



IV. CONTENIDOS

UNIDAD 1: FUNDAMENTOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL EJERCICIO FÍSICO

Capacidades:

- Analiza los conceptos básicos de actividad física, ejercicio físico, deporte, condición física, salud y poblaciones especiales.
- Analiza las diferencias entre actividad física, ejercicio físico, deporte, condición física, salud y poblaciones especiales.

Contenidos:

Actividad física. Ejercicio Físico. Deporte. Condición Física. Salud. Poblaciones Especiales. Definición de conceptos. Red de investigaciones en ejercicio físico y salud para poblaciones especiales.

UNIDAD 2: IMPACTO DE LA INACTIVIDAD FÍSICA EN LA SALUD

Capacidades:

- Analiza los efectos negativos de la inactividad física en diferentes sistemas orgánicos.
- Identificar los factores de riesgo de la inactividad física y aplica medidas para reducir los mismos.

Contenidos

La inactividad física como principal causa de patologías en diferentes sistemas orgánicos: Tejido adiposo. Sistema muscular. Sistema óseo. Sistema nervioso. Sistema cardiovascular. Sistema digestivo. Sistema inmunológico. Consideraciones prácticas.

UNIDAD 3: PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD Y EL BIENESTAR

Capacidades:

- Analiza las bases generales de prescripción del ejercicio físico.
- Diseña programas de ejercicio físico personalizados.
- Evaluar la eficacia de los programas de ejercicio físico.

Contenidos:

Bases generales de prescripción del ejercicio físico. Ejercicio físico como prescripción terapéutica. Características del programa: No supervisado, Supervisado. Partes del ejercicio. Etapas del ejercicio. Tipo de ejercicio. Duración. Frecuencia. Intensidad. Ejercicio físico como prescripción terapéutica.



UNIDAD 4: EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Capacidades:

- Aplica los métodos de valoración de la actividad física en diferentes poblaciones.
- Interpreta los resultados de los métodos de valoración de la actividad física.

Contenidos:

Valoración de la Actividad Física. Determinación del gasto energético. Métodos objetivos de valoración de la actividad física. Métodos subjetivos de valoración de la actividad física.

UNIDAD 5: BENEFICIOS PSICOLÓGICOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Capacidades:

- Analiza los beneficios psicológicos de un estilo de vida activo.
- Aplica una rutina de ejercicios para mejorar el bienestar psicológico
- Evalúa el impacto del ejercicio físico en el bienestar psicológico

Contenidos:

Beneficios psicológicos de un estilo de vida activo. Bienestar psicológico. Emociones y estados de ánimos. Autoestima, auto concepto e imagen corporal y su relación con el ejercicio físico. Actividad Física y calidad de vida. Aspectos sociológicos del envejecimiento

UNIDAD 6: ACTIVIDAD FÍSICA PARA NIÑOS Y ADOLESCENTES, PERSONAS MAYORES, EMBARAZADAS.

Capacidades:

- Planifica programas de actividad física para niños y adolescentes.
- Planifica programas de actividad física para personas mayores
- Planifica programas de actividad física para Embarazadas

Contenidos:

Actividad física en niños y adolescentes. Actividad física y condición física. Actividad física y salud, evidencia científica. Recomendaciones de Actividad Física en niños y adolescentes.

Actividad física en personas mayores. Evaluación previa de la condición física. Evaluación de los niveles de actividad física en personas mayores. Principales beneficios sobre la salud física de las personas mayores. Prescripción del ejercicio físico para personas mayores.

Ejercicio físico y embarazo. Beneficios. Riesgos. Contraindicaciones y signos de alarma en las recomendaciones de la práctica de ejercicio físico durante el embarazo. Datos necesarios para recomendar el ejercicio físico durante el embarazo.



UNIDAD 7:

Capacidades:

- Identifica las necesidades de actividad física de las personas con discapacidad intelectual.
- Evalúa la condición física de las personas con discapacidad intelectual.
- Diseña programas de actividad física seguros y eficaces para personas con discapacidad intelectual.

Contenidos

Actividad física y discapacidad intelectual. Condición física de las personas con discapacidad intelectual. Composición corporal de las personas con discapacidad intelectual. Efectos de la práctica en las personas con discapacidad intelectual.

La actividad física como fuente de salud en las personas con discapacidad física. Conceptos claves. Clasificación. Tipología de la Discapacidad Física. Pautas de entrenamiento. Actividad Física adaptada y amputaciones.

V. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA.

Para el logro de las capacidades previstas de la asignatura y con el fin de desarrollar las competencias comunicativas, se implementan variadas metodologías y técnicas didácticas, acordes a los conocimientos sobre todo teniendo en cuenta las habilidades y actitudes de los estudiantes.

A continuación, se describen las estrategias didácticas a ser utilizadas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Enseñanza directa: explicación, demostración, ejecución y evaluación (observar, corregir, valorar)
- Enseñanza por asignación de tareas: autonomía de comportamiento, diferencias individuales y transferencia en la toma de decisiones. (determinar objetivos, planificar, evaluar)
- Enseñanza recíproca: proceso de socialización y comunicación, construcción y evaluación recíproca de aprendizajes (indicar funciones y establecer criterios para descubrir errores)
- Enseñanza por programa individualizado: trabajo con fichas o tarjetas consolidación de aprendizajes de las habilidades motrices y las cualidades físico – orgánicas (programa de ejercicios de clases y extra clases)

VI. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

La evaluación será procesual, según lo establecido en el Sistema de Evaluación de la FCA, donde los estudiantes deben obtener el 60% de la sumatoria de los exámenes parciales, debiendo alcanzar un rendimiento mínimo del 70%, del 100%, de los puntajes asignados para tener derecho a examen final. La evaluación final tendrá una ponderación del 40 %.



Con el propósito de evaluar las capacidades adquiridas por los estudiantes, se aplicarán las siguientes estrategias de evaluación:

- Portafolio
- Lista de cotejo
- Pruebas de lápiz y papel
- Pruebas prácticas
- Test para medir cualidad física
- Test para medir habilidad motora
- Test para evaluar rendimiento deportivo

VII. ACTIVIDADES DE EXTENSIÓN Y DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA ASOCIADAS A LA CARRERA

Jornadas de prescripción del ejercicio como parte de las actividades comunitarias del Programa de extensión de la carrera.

VIII. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS:

BÁSICA

- American College of Sports Medicine (ACSM). (2022). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription (11th ed.). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.
- García-López, L. M., Izquierdo, M., & Gorostiaga, E. M. (2010). Bases de la prescripción del ejercicio físico para la salud. Madrid, España: Panamericana.
- Méndez, J. A., & García-López, L. M. (2008). Prescripción del ejercicio físico para la salud: manual práctico. Barcelona, España: Paidotribo.

COMPLEMENTARIA:

- Alcaraz, J., & Rodríguez, P. (2012). Ejercicio físico en personas con discapacidad. Madrid, España: Panamericana.
- Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (2011). Physical activity and health: a consensus statement of the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation*, 124(8), 1993-2007.
- Casajús, J. A., & Rodríguez-Marín, J. (2009). Ejercicio físico y salud. Barcelona, España: Masson.
- Gispert, C., & Cuscó, M. (2008). Actividad física y salud: de la evidencia científica a la práctica clínica. Barcelona, España: Paidotribo.
- Gómez, J., & Fernández, J. (2013). Actividad física y deporte en el embarazo y la lactancia. Barcelona, España: Paidotribo.
- López, J. A. (2010). Actividad física y discapacidad. Madrid, España: Panamericana.
- Pascual, J., & Ruiz, J. A. (2013). Actividad física y salud en la edad escolar. Barcelona, España: Paidotribo.
 - Rodríguez, P. (2011). Actividad física y salud en la edad adulta. Barcelona, España: Paidotribo.



PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 403
ÁREA: Profesional específica	PRE REQUISITO: Psicología Evolutiva
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 64 horas reloj	CRÉDITOS: 4,3
HORAS TEÓRICAS: 50	HORAS PRÁCTICAS: 14

I. FUNDAMENTACIÓN:

La Psicología de la Actividad Física y del Deporte, es el estudio científico de los factores psicológico que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otra actividad física. Su incorporación dentro de la malla curricular tiene como objetivo brindar a los egresados herramientas que les permitan investigar los beneficios que conlleva la práctica de un deporte para el bienestar mental y físico de un individuo o de un equipo, como también la adquisición de conocimiento sobre los diferentes métodos y estrategias para mejorar el rendimiento, la concentración, la seguridad, la motivación, el fortalecimiento de la personalidad, el trabajo en equipo y la preparación para las competencias.

El abordaje programático se desarrollará mediante el análisis de las diferentes investigaciones teóricas que se plantea para el estudio de la disciplina así como actividades prácticas que ayudará al estudiante a mantener un contacto cercano con los diferentes actores y de esta manera contribuir a su formación personal y profesional como entrenador o docente en los diferentes niveles del Sistema Educativo Paraguayo-

II. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO:

- Aplica las teorías, prácticas y las tecnologías adecuadas a los distintos tipos de actividades en el área de Educación Física, en el sistema educativo formal y no formal, con idoneidad, ética y sentido autocrítico.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.
- Investiga acciones relacionadas con el desarrollo e influencia de las ciencias aplicadas a la actividad física y al entrenamiento deportivo.
- Planifica e implementa proyectos de gestión y organización deportiva, en la educación formal y no formal.

III. CAPACIDADES:

1. Analiza los conceptos fundamentales de los fundamentos Psicológicos de la Actividad Física y del Deporte.



2. Valora los beneficios psicosociales, cognitivos y físico de la práctica de actividades físicas y deportivas en niños y adolescentes en el ámbito educativo formal y no formal
3. Participa en proyecto de extensión en el área de Educación Física, en el sistema educativo formal y no formal, con idoneidad, ética y sentido crítico.

IV. CONTENIDOS:

UNIDAD I: El deporte y la actividad física definida por la Psicología.

Capacidades

- Reflexiona sobre la influencia de la Psicología en el ámbito deportivo y la actividad física en el contexto de formación docente
- Analiza los factores psicológicos que influyen en el rendimiento y la práctica deportiva.
- Valora la importancia de los beneficios en la práctica de la actividad física y del deporte en el ámbito de la educación formal y no formal del sistema educativo del Paraguay

Contenidos

La Psicología del Deporte como disciplina científica y campo práctico de aplicación.

Factores Psicológicos que intervienen en la práctica y el rendimiento deportivo

Beneficios psicosociales, cognitivos y físicos en la práctica de la actividad física y del deporte en el ámbito de la educación formal y no formal

UNIDAD 2: Fundamentos Psicológicos.

Capacidades

- Aplica los procedimientos psicológicos básicos para mejorar el rendimiento en la práctica del deporte en niños y adolescentes
- Investiga sobre proceso de desarrollo del niño en el ámbito intelectual y su aplicación al deporte.
- Investiga la influencia de la práctica del deporte en la personalidad del niño y del adolescente que asisten en el sistema educativo no formal (escuelas de fútbol, de handbol, basquetbol
- Analiza las características de un líder en un equipo deportivo y su influencia en el equipo

Contenidos

Aspectos psicosociales básicos de la práctica del deporte en niños y adolescentes. Proceso de desarrollo del niño en el ámbito intelectual y su aplicación al deporte. Influencia de la práctica del deporte en la personalidad del niño y del adolescente. El líder en un equipo deportivo.

UNIDAD 3: Procesos motivacionales, afectivos y cognitivos en el Deporte

Capacidades

- Comprende los procesos motivacionales afectivos y cognitivos en la práctica del deporte
- Propicia actividades que motiven a realizar actividades deportivas y recreativas



- Investiga sobre las consecuencias emocionales y físicas en la adicción de la practica deportiva y actividad física
- Analiza la relación entre deporte y agresión
- Elabore actividades que propicien la imaginación mental en la práctica deportiva

Contenidos

Procesos motivacionales en el deporte. Motivación y participación deportiva. Motivación y rendimiento deportivo y recreativo Autoconfianza y motivación intrínseca (COX.6ª Edición)La adicción en la actividad física y deportiva. Procesos emocionales en la acción y la vivencia deportivas. Relaciones entre el deporte y la agresión. Procesos cognitivos en el deporte. La imaginación y la práctica deportiva. Utilización de las imágenes mentales.

UNIDAD 4: PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE DE FORMACIÓN

Capacidades

- Determina los factores psicosociales a tener en cuenta por el entrenador durante el proceso de entrenamiento.
- Evalué el rol del entrenador durante el proceso de entrenamiento en las escuela deportiva
- Investiga sobre los aspecto psicológicos a optimizar en los entrenamientos
- Practique las distintas técnicas psicológicas en los programas de entrenamiento en la escuela deportiva
- Reconoce los factores psicológicos que intervienen en la competición deportiva
- Promueve actividades que propicien una relación efectiva entre los padres en la escuela deportiva
- Establezca normas de comportamiento en las competencias de iniciación deportiva

Contenidos

Iniciación deportiva: Objetivos. Motivación y aprendizaje deportivo. Contexto y los objetivos que priman en una escuela deportiva.

Motivos de participación de los niños en las escuelas deportiva. Características de la relación con los padres.

Determinación de las relaciones con los padres.

Temas transversales de la enseñanza de la Educación Física. (Valores de superación, esfuerzo, tolerancia, respeto, etc)

El estilo del entrenador. Directrices conductuales ante deportistas problemáticos. Deportistas ansiosos. Relación entre la ansiedad, la activación y el estrés (COX 6ª Edic) Recomendaciones y pautas de actuación. Técnicas básicas de modificación de conducta que se pueden aplicar en la iniciación deportiva.

Administración y control de la dinámica de grupos: determinación de objetivos comunes. Comunicación en el grupo, relación con los jugadores, relación interna entre los jugadores.



Establecimiento de las normas básicas de comportamiento en el entrenamiento y competiciones.
(Con los propios compañeros, con los rivales, con los árbitros y con el propio entrenador)

UNIDAD 5: LA PSICOLOGÍA APLICADA EN EL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN DEPORTIVA.

Capacidades

- Analiza las funciones del entrenador en el contenido de la competencia y entrenamiento deportivo
- Valora la importancia de la formación académica del entrenador en el contexto de las escuelas deportivas
- Aplica las recomendaciones y técnicas empleadas durante el entrenamiento psicológico en la práctica deportiva

Contenidos

Rol del entrenador. Formación y Capacidad de autocontrol.

El asesoramiento al entrenador: Análisis de la filosofía y objetivos del entrenador. Evaluación del proceso de entrenamiento y competición

Condicionantes psicológicos para el entrenamiento. El control de las emociones en la competición. La regulación de la atención. El control de la activación.

Factores psicosociales a tener en cuenta por el entrenador durante el proceso de entrenamiento.

Habilidad para usar reforzamientos y castigos de una forma apropiada.

El estado de rendimiento del deportista: Habilidades psicológicas. Características del deporte. Evaluación del deportista y de sus recursos.

Aspectos psicológicos a optimizar en los entrenamientos: esquemas de optimización de recursos. Motivación (establecimiento de objetivos), confianza (pensamiento positivo y autoinstrucciones), focalización de la atención, control de la activación (manejo de la ansiedad) Trabajo en equipo (cohesión)

Técnicas más empleadas en los programas de entrenamientos psicológicos. Relajación, Visualización, Atención /Concentración, Determinación de objetivos, Autoinstrucciones, Reforzamiento positivo, Control de pensamiento, Biofeedback, Autohipnosis, Técnica de control de la activación.

UNIDAD 6 : EL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

Capacidades

- Planifica actividades para el desarrollo de las diferentes etapas del desarrollo durante el entrenamiento y la preparación psicológica

Contenidos

Factores psicológicos que intervienen en la competición deportiva: Motivación, control emocional, nivel de activación, receptividad, concentración, capacidad analítica.



Técnicas y habilidades mentales a ser desarrolladas dentro de la preparación psicológica para la competencia:

Etapa 1 : Desarrollo de un ambiente positivo.

Etapa 2 : Desarrollo del control emocional

Etapa 3 : Desarrollo del control de la atención.

Etapa 4: Desarrollo de estrategias de pre competencia y competencia

Etapa 5: Aplicación de habilidades y estrategias.

V. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS:

Durante el desarrollo de las clases de Psicología de la Actividad Física y del Deporte serán implementados procesos de enseñanza aprendizaje, abarcando las actividades de formación y de investigación, coherentes al modelo pedagógico Sociocrítico.

Para el logro de las capacidades previstas de la asignatura y con el fin de desarrollar las competencias comunicativas, se implementan variadas metodologías y técnicas didácticas, acordes a los conocimientos sobre todo teniendo en cuenta las habilidades y actitudes de los estudiantes.

A continuación, se describen las estrategias didácticas a ser utilizadas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Aula Invertida
- Contrato didáctico.
- Seminario
- Estudio dirigido
- Estudio de casos
- Investigación bibliográfica
- Tutorías

VI. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

La evaluación será procesual, según lo establecido en el Sistema de Evaluación de la FCA, donde los estudiantes deben obtener el 60% de la sumatoria de los exámenes parciales, debiendo alcanzar un rendimiento mínimo del 70%, del 100%, de los puntajes asignados para tener derecho a examen final. La evaluación final tendrá una ponderación del 40 %.

Con el propósito de evaluar las capacidades adquiridas por los estudiantes, se aplicarán las siguientes estrategias de evaluación:

- Rúbrica
- Producción escrita
- Elaboración de esquemas y mapas conceptuales
- Trabajo de aprendizaje autónomo y colaborativo
- Exposición oral y escrita
- Portafolio



- Lista de cotejo
- Pruebas de lápiz y papel

VII. ACTIVIDADES DE EXTENSIÓN Y DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA ASOCIADAS A LA CARRERA

- ✓ Charlas con padres o tutores de niños que asisten en las escuelas deportivas
- ✓ Elaboración de vídeos cortos sobre los beneficios de la practica deportiva y actividades recreativas
- ✓ Asesoramiento en técnicas psicológicas para evitar la agresión en el deporte
- ✓ Apoyo técnico en el Programa de Extensión Agita Pilar
- ✓ Charla con estudiantes de la carrera de educación Física

VIII. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS:

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- Apuntes de Cátedra . (2018). Psicología del Deporte. *Periodismo Deportivo III*, 1-23.
- Carrasco Bellido , D., Carrasco Bellido , D., & Carrasco Bellido , D. (2018). *Psicología del Deporte*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid .
- Díaz Rodriguez , J., & Mora, J. M. (2022). *Psicología para el trabajo diario de entrenadores, deportistas y psicólogos* . Madrid: SERTENTRION.
- Dosil, J. (2017). *Psicología de la Actividad Física y del Deporte* . Madrid: MCGRAW - HILL / INTERAMERICANA .
- Moran , A., & Toner , J. (2018). *Psicología del Deporte* . México : El manual moderno S.A .
- Roffé, M., García Ucha , F. E., Romero , D. N., & Hernández, L. D. (2021). *Claves Actuales de la Psicología del Deporte* . Madrid: Autor Editor.
- Tóala Pilay, M., García Martínez , A. J., Zambrano Cedeño , S. N., Escobar Lozano , D., & Delgado Moreira , J. A. (2019). *Psicología de la Educación Física y del Deporte* . Alicate : Area Innovación y Desarrollo .

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- I. Cuadernos de Psicología del Deporte.
- Revista Iberoamericana de Psicología del Deporte.
- Revista de Psicología del Deporte.
- Revista de Actualidad de Psicología del Deporte.
- Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista.html>)
- Revista Internacional de Ciencias del Deporte (<http://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde>)

<http://www.efdeportes.com>

**• TEORIA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO III**

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 404
ÁREA: Profesional específica	PRE REQUISITO: Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo II
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 96 horas reloj	CRÉDITOS: 5,3
HORAS TEÓRICAS: 58	HORAS PRÁCTICAS: 38

I. FUNDAMENTACIÓN:

El concepto de entrenamiento se utiliza en la actualidad para toda enseñanza organizada que esté dirigida al rápido aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual o técnico-motor del hombre. En el campo del entrenamiento deportivo se entiende como la preparación de los deportistas para lograr elevados y máximos rendimientos deportivos.

El deporte y las actividades físicas exigen el aporte de expertos en entrenamiento, desde una visión superada de los conceptos mecanicistas o biológicos tradicionales. La preparación integral (física, técnica, táctica y mental) de los deportistas (ser humano en general), complementaria de su formación, configuran contenidos sumamente valiosos del proceso de entrenamiento. Bajo este contexto, el programa de éste curso pretende especialmente que el conocimiento de las condiciones para la mejora de la condición física o de la técnica motriz sirvan como fundamento para el desarrollo de buenos hábitos de salud y la evitación de lesiones, además de sentar las bases para alcanzar el máximo rendimiento deportivo.

La materia propondrá una formación integradora, con el sustento en las Teorías del Entrenamiento, del Movimiento y en la práctica concreta, a partir de disciplinas como la psicología del deporte, la programación y evolución del entrenamiento, la medicina del deporte, la didáctica del deporte, etc.

II. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO:

- Planifica, implementa, administra y evalúa con eficiencia en la práctica de las actividades físico-deportivas orientadas a cada deportista, individuo o alumno para una la realización cotidiana de dichas actividades en cuanto a tipo, duración, frecuencia o intensidad.
- Se desempeña con eficiencia en actividades físico-deportivas en funciones diversas como: administración, asesoramiento, orientación, planificación gestión, evaluación preparación física, coordinación, organización e investigación e interacción con el entorno.
- Aplica las teorías, prácticas y las tecnologías adecuadas a los distintos tipos de actividades en el área de Educación Física, en el sistema educativo formal y no formal, con idoneidad, ética y sentido autocrítico.
- Practica principios y valores que demuestren conciencia cívica y convivencia democrática en el ámbito de desempeño.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.



- Planifica e implementa proyectos de gestión y organización deportiva, en la educación formal y no formal.

III. CAPACIDADES:

- Aplica los fundamentos biológicos, psicológicos, pedagógicos, biomecánicos y didácticos indispensables para complementar su formación docente (estos últimos con relación a esta materia).
- Valora la conexión que existe entre el entrenamiento y otras ciencias humanísticas, exactas y biológicas.
- Aplica las normas de trabajo en los niveles de iniciación en el desarrollo y también en el alto rendimiento.
- Aplica los criterios de instrumentación de una planificación realizada para la preparación integral de los deportistas, así como utilizar adecuadamente los principios, contenidos y métodos en los distintos niveles de enseñanza o categorías deportivas.
- Investiga en el área del entrenamiento deportivo, de tal forma a acrecentar su perfeccionamiento pedagógico (nuevas formas de enseñar) y técnico (nuevos métodos o recursos para sus deportistas).

IV. CONTENIDOS:

UNIDAD 1: DIRECCIÓN, CONTROL Y EVALUACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

Capacidad: Analizar los fundamentos teóricos de la dirección, el control y la evaluación del entrenamiento deportivo.

Contenidos: Dirección del entrenamiento. Objetivos. Enfoque del proceso operativo. Control y Evaluación. Conceptos. Objetivos. Particularidades. Metodología de aplicación. Sistematización del control y la evaluación en el deporte. Perfiles de evaluación del deportista. Perfil cine antropométrico. Conceptos, objetivos y particularidades. Perfil físico-técnico. Conceptos, objetivos y particularidades. Perfil psicológico. Conceptos, objetivos y particularidades. Estudio de los Somatotipos. Características.

Test físicos.

- Niveles de aplicación.
- Análisis y descripción de test físico
- Aplicación práctica específica de los test por deporte

Test Técnicos:

- Niveles de aplicación.
- Análisis y descripción de los test técnicos
- Aplicación práctica específica de los test por deporte



UNIDAD 2: PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

Capacidad: Diferenciar las distintas estructuras cíclicas y periodos del entrenamiento deportivo de modo a obtener una buena forma física.

Contenidos: Periodización del entrenamiento. Concepto. Objetivos. Forma Deportiva. Concepto. Fases de la forma deportiva. Estructuras cíclicas de entrenamiento a contemplar en la periodización. Periodos de entrenamiento. Particularidades. Enfoques de trabajo por periodo. Tipos de periodización anual. Megaciclos. Macrociclos. Mesociclos. Microciclos. Tipos. Características. Sesión de entrenamiento. Tipos. Características y objetivos.

UNIDAD 3: PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

Capacidad: Diseñar planes de entrenamiento para las distintas modalidades deportivas y niveles de aplicación.

Contenidos: Planificación Deportiva. Introducción. Concepto. Factores relevantes a tener en cuenta a la hora de planificar. Elaboración de un plan. Elementos a desarrollar en la planificación. Proceso de planificación.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Fútbol:

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físico y técnico-tácticas involucradas en el fútbol.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica por niveles y categorías.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Básquetbol:

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físico y técnico-tácticas involucradas en el básquetbol.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica por niveles y categorías.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Hándbol:

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físico y técnico-tácticas involucradas en el hándbol.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica por niveles y categorías.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Fútbol FIFA:

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físico y técnico-tácticas involucradas en el fútbol FIFA.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.



- Sesiones de aplicación práctica por niveles y categorías.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Voleibol:

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físico y técnico-tácticas involucradas en el voleibol.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica por niveles y categorías.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Atletismo (Carreras):

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físicas y técnicas utilizadas en las pruebas relacionadas a las carreras.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Atletismo (Saltos):

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físicas y técnicas utilizadas en las pruebas relacionadas a los saltos.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para el Atletismo (Lanzamientos):

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físicas y técnicas utilizadas en las pruebas relacionadas a los lanzamientos.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica.

Planificación y Aplicación Práctica del Entrenamiento específico para la Natación:

- Objetivos. Particularidades a tener en cuenta.
- Análisis de las cualidades físicas y técnicas utilizadas en las pruebas relacionadas a la natación.
- Planificación general y específica.
- Metodología y enfoques para su aplicación según periodo en el que se encuentra.
- Sesiones de aplicación práctica.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS:

Para el logro de las capacidades previstas de la asignatura y con el fin de desarrollar las competencias comunicativas, se implementan variadas metodologías y técnicas didácticas,



acordes a los conocimientos sobre todo teniendo en cuenta las habilidades y actitudes de los estudiantes.

A continuación, se describen las estrategias didácticas a ser utilizadas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- Lectura dirigida.
- Resumen.
- Aprendizaje autónomo.
- Aprendizaje basado en problemas.
- Estudio de caso.
- Aprendizaje basado en la investigación bibliográfica.
- Enseñanza por asignación de tareas

V. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

La evaluación será procesual, según lo establecido en el Sistema de Evaluación de la FCA, donde los estudiantes deben obtener el 60% de la sumatoria de los exámenes parciales, debiendo alcanzar un rendimiento mínimo del 70%, del 100%, de los puntajes asignados para tener derecho a examen final. La evaluación final tendrá una ponderación del 40 %.

Con el propósito de evaluar las capacidades adquiridas por los estudiantes, se aplicarán las siguientes estrategias de evaluación:

- Rúbrica
- Producción escrita
- Elaboración de esquemas y mapas conceptuales
- Exposición oral y escrita
- Portafolio
- Lista de cotejo
- Pruebas de lápiz y papel
- Pruebas prácticas

VI. ACTIVIDADES DE EXTENSIÓN Y DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA ASOCIADAS A LA CARRERA

Planificación del entrenamiento para deportes colectivos según solicitud comunitaria.

VII. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS:

BÁSICA

Jose Maria Gonzales R, Fernando Navarro V, Manuel Delgado F, Jose Manuel Garcia (2010).

Fundamentos del entrenamiento deportivo. Wuanceulen Editorial Deportiva.

Hoffman, J. R. (2015). Guía de Condicionamiento Físico. Brasil. Edit. Manole.

Estêlio, H.M.D. (2007). La Pratica da Preparação Física. Brasil. Edit. Shape



UNIVERSIDAD NACIONAL DE PILAR

Primera República del Sur, en el Paraguay, una e indivisible

VISIÓN: "Universidad Nacional de Pilar comprometida con la biodiversidad, reconocida por su excelencia académica, inclusiva, digitalizada, vinculada con el territorio nacional e internacional y promotora de la justicia cognitiva."

Vladimir Issurin(2012) Entrenamiento deportivo Periodización en bloques. España.Edit.
Paidotribo
Coldeportes(2010).Planificación del entrenamiento deportivo.Colombia. Red Alma Mater.

COMPLEMENTARIA

José, F.F. (1999). A Prática da Avaliação Física. Brasil. Edit. Shape.
Estêlio,H.M.D. (2003). A Pratica da Preparação Física. Brasil. Edit. Shape
Jurgen Weineck (1999).Treinamento ideal. Brasil.Edit. Manole.
A Vasconcelos Raposo. Planificación y organización del entrenamiento deportivo. Edit.
Paidotribo.
Tudor .O. Bompa.(2007)Periodización Teoría y metodología. España. Edit.Hispano Europeo
S.A.



ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PROYECTOS DEPORTIVOS COMUNITARIOS Y DE CLUBES

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF405
ÁREA: Investigación	PRE REQUISITO:
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 64 horas reloj	CRÉDITOS: 4,3
HORAS TEÓRICAS: 14	HORAS PRÁCTICAS: 50

I. FUNDAMENTACIÓN

El presente programa de estudios tiene como objetivo proporcionar a los estudiantes de la carrera de Educación Física los conocimientos y habilidades necesarios para elaborar y evaluar proyectos deportivos, comunitarios y de clubes.

El diseño y elaboración de estos proyectos promueven la práctica de actividad física y el deporte en la sociedad. Pueden ser desarrollados por individuos, organizaciones o instituciones que ofrezcan una gama de posibilidades recreativas, educativas y deportivas a la comunidad y al entorno en el cual están insertos.

La profundidad con que se desarrollan las unidades temáticas y los contenidos, son coherentes a las competencias y capacidades de la asignatura. Las estrategias de enseñanza y evaluación prevista en el plan curricular favorecerán el logro del perfil de egreso de la carrera Licenciatura en Educación Física y el entrenamiento Deportivo.

La elaboración y evaluación de proyectos, es una tarea compleja que requiere de conocimientos específicos en áreas como la gestión, la planificación, la evaluación y la comunicación. Por esta razón se justifica el desarrollo de la asignatura en el último año de la carrera ya que en ésta se conjugan los conocimientos de varias asignaturas de la malla curricular, como ser la administración, la gestión, el entrenamiento entre otras.

II. COMPETENCIAS

- Se desempeña con eficiencia en actividades físico-deportivas en funciones diversas como: administración, asesoramiento, orientación, planificación, gestión, evaluación, preparación física, coordinación, organización, investigación e interacción con el entorno.
- Promueve la participación responsable de los integrantes de la comunidad en actividades recreativas y deportivas, fomentando la preservación del medio ambiente y el contexto social.
- Planifica e implementa proyectos de gestión y organización deportiva, en la educación forma y no formal.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.



III. CAPACIDADES

- Diseña proyectos deportivos comunitarios y de clubes para dar respuesta a las necesidades del contexto, ejecutando y evaluando su implementación.
- Promueve la implementación de variados proyectos deportivos, comunitarios y de clubes para diferentes sectores de la comunidad.
- Valora la implementación de variados proyectos deportivos, comunitarios y de clubes como estrategias para responder a problemáticas detectadas en los diferentes sectores de la comunidad.

IV. CONTENIDOS

UNIDAD 1: INTRODUCCIÓN A LA ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PROYECTOS DEPORTIVOS, COMUNITARIOS Y DE CLUBES.

Capacidades:

Analiza los conceptos básicos de la elaboración y evaluación de proyectos deportivos, comunitarios y de clubes.

Contenidos:

Elaboración y evaluación de proyectos deportivos, comunitarios y de clubes:

- Definición de proyecto deportivo y comunitario, y de clubes.
- Tipos de proyectos deportivos y comunitarios, y de clubes.
 - Fases de la elaboración y evaluación de proyectos deportivos, comunitarios y de clubes.

Factores clave para el éxito de los proyectos deportivos, comunitarios y de clubes:

- La importancia de la planificación.
- La participación de los interesados.
- La gestión eficaz de los recursos.
- La evaluación continua.

UNIDAD 2: PLANIFICACIÓN DE PROYECTOS DEPORTIVOS, COMUNITARIOS Y DE CLUBES

Capacidad:

Elabora proyectos deportivos, comunitarios y de clubes teniendo en cuenta la necesidad del entorno.

Contenidos:

Proyecto deportivo, comunitarios y de clubes:

- Diagnóstico
- Descripción general del proyecto.
- Fundamentación.
- Objetivos y metas.
- Metodología.
- Recursos



- Humanos,
- Económicos y
- Materiales.
- Cronograma:
 - Definición de las tareas y actividades.
 - Estimación de los tiempos necesarios.
 - Programación de las tareas y actividades.
- Presupuesto.
- Evaluación.

UNIDAD 3: EJECUCIÓN DE PROYECTOS DEPORTIVOS, COMUNITARIOS Y DE CLUBES.

Capacidades:

Ejecuta proyectos deportivos, comunitarios y de clubes teniendo en cuenta la necesidad del entorno. Valora la importancia de la implementación de los proyectos deportivos, comunitarios y de clubes como medio para responder a la necesidad del entorno.

Contenidos:

- Seguimiento del cronograma.
- Control de los recursos.
- Resolución de problemas.
- Reclutamiento y selección de personal.
- Gestión de los recursos económicos.
- Gestión de los recursos materiales.
- Identificación de los cambios necesarios.
- Implementación de los cambios.

UNIDAD 4: EVALUACIÓN DE PROYECTOS DEPORTIVOS, COMUNITARIOS Y DE CLUBES.

Capacidad:

Evalúa los proyectos deportivos, comunitarios y de clubes en coherencia a los objetivos y metas establecidos.

Contenidos:

- Indicadores de evaluación de un proyecto deportivo, comunitario y de clubes:
 - Indicadores de impacto.
 - Indicadores de eficiencia.
 - Indicadores de eficacia.
- Datos para evaluar un proyecto deportivo, comunitario, y de clubes:
 - Técnicas de recolección de datos.
 - Instrumentos de recolección de datos.
- Resultados de la evaluación de un proyecto deportivo, comunitario y de clubes:
 - Interpretación de los resultados.



V. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS:

Para el desarrollo de las competencias y capacidades de la asignatura se propone una amplia y diversificada gama de actividades estratégicas y ejercicios orientados al desarrollo de los mismos, a fin de mantener el interés y la motivación de los estudiantes. Durante el proceso de enseñanza y aprendizaje se implementa diversos métodos y estrategias de enseñanza, conforme a las capacidades que se pretende alcanzar. Entre estos se proponen las siguientes:

- Aprendizaje basado en proyecto.
- Enseñanza por asignación de tareas.
- Técnica de la demostración.
- Estudio dirigido.
- Estudio de casos.
- Investigación Bibliográfica.

VI. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

La evaluación será procesual, según lo establecido en el Sistema de Evaluación de la FCA, donde los estudiantes deben obtener el 60% de la sumatoria de los exámenes parciales, debiendo alcanzar un rendimiento mínimo del 70%, del 100%, de los puntajes asignados para tener derecho a examen final. La evaluación final tendrá una ponderación del 40 %.

Con el propósito de evaluar las capacidades adquiridas por los estudiantes, se aplicarán las siguientes estrategias de evaluación:

- Rúbrica
- Lista de cotejo.
- Exposición oral y escrita.
- Prueba práctica.
- Pruebas de lápiz y papel.

VII. ACTIVIDADES DE EXTENSIÓN Y DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA ASOCIADAS A LA CARRERA

Diseño e implementación de proyectos deportivos, comunitarios y de clubes que den respuesta a las necesidades detectadas en la comunidad, estos podrían ser temas relacionados a diferentes fases etarias.



VIII. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS:

Básica:

- Benítez, J. M., & García, J. L. (2014). Gestión de proyectos deportivos. Barcelona, España: Paidotribo.
- Calderón, J., & García, J. L. (2014). Planificación y gestión de proyectos deportivos. Barcelona, España: Paidotribo.
- García, J. L. (2018). Evaluación de proyectos deportivos. Barcelona, España: Paidotribo.

Complementaria:

- Alonso, J. M. (2018). La gestión de proyectos deportivos. Madrid, España: Editorial Síntesis.
- Casado, J. A. (2017). Planificación estratégica de proyectos deportivos. Madrid, España: Editorial Síntesis.
- Delgado, M. Á. (2016). La evaluación de programas deportivos. Madrid, España: Editorial Síntesis.
- Miranda, J. J. (2005) Gestión de Proyectos. Bogotá, Colombia: Editorial Guadalupe Ltda.



ETICA PROFESIONAL Y LEGISLACIÓN EDUCATIVA

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 406
ÁREA: Complementaria	PRE REQUISITO:
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 64 horas reloj	CRÉDITOS: 4,3
HORAS TEÓRICAS: 50	HORAS PRÁCTICAS: 14

I. FUNDAMENTACIÓN:

Los cambios globales plantean a la educación la tarea de formar profesionales competentes en el manejo pertinente de su práctica profesional, considerando su función en relación a la realidad social y su inserción a los distintos ámbitos de desempeño y que manifieste desde el aula, un crecimiento en sus dimensiones afectiva y social para el desempeño ético de su profesión.

En este contexto la universidad enfrenta la tarea de ofrecer a sus alumnos las herramientas cognitivas, sociales y éticas, que les permita aproximarse a este horizonte de complejidad creciente; una educación integral que implica el desarrollo de competencias, para constituirse en individuos autónomos, es decir, capaces de pensar por sí mismos, de tomar decisiones y de asumir la responsabilidad ética de sus acciones tanto en el ámbito individual, como profesional y ciudadano.

La asignatura *Ética y Legislación Deportiva* constituye la base de las relaciones de los profesionales y su entorno. Así, el profesional del deporte requiere de una formación ética adecuada que coopere al desarrollo de una práctica profesional correcta, que no se encuentre vinculada exclusivamente a la particular cosmovisión de cada uno de aquellos que la ejercen, sino que tenga en cuenta los principios y las normas básicas que inspiran dicha práctica.

Para ello hay que tener presente también los principios de la ética, dan un especial protagonismo a los ciudadanos libres y capaces de decidir. Deberes y derechos de unos y otros, usuarios y profesionales, tanto desde la perspectiva ética y moral como desde los aspectos relacionados con la legislación que salvaguarda dichos derechos y deberes.

Así, el programa de *Ética y Legislación Deportiva* se estructura en dos grandes apartados en los que se desarrollan temas centrales de la ética deportiva y analizan los aspectos centrales del marco jurídico-legal en el que se desenvuelve la práctica profesional.

Los contenidos seleccionados para el desarrollo de esta materia están sujetos a los requerimientos de los estudiantes universitarios, que como futuros profesionales tiene en todo momento el deber de conducirse con honestidad, integridad, diligencia, imparcialidad, probidad y buena fe, generando las condiciones que propicien que los demás profesionales tengan una adecuada actuación profesional que incremente la credibilidad en su capacidad.



II. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO:

- Practica principios y valores que demuestren conciencia cívica y convivencia democrática en el ámbito de desempeño.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.
- Aplica las teorías, prácticas y las tecnologías adecuadas a los distintos tipos de actividades en el área de Educación Física, en el sistema educativo formal y no formal, con idoneidad, ética y sentido autocrítico

III. CAPACIDADES:

- Desempeña la función docente en consonancia con el objeto de la ética, en el área de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo.
- Aplica un conjunto de saberes éticos, ciudadanos y legislativos que fundamentan la conducta humana y educativa.
- Desempeña acciones tendientes a demostrar manifestaciones del hombre como ser social.
- Demuestra valores institucionales en las diferentes actividades deportivas y educativas.
- Valora la relación existente entre la vida y los principios o pautas de la conducta humana.
- Promueve valores y actitudes, que demuestren que el docente debe inculcar para la formación de mejores ciudadanos.
- Practica valores propios del profesional docente y deportivo, formulados por la deontología.
- Promueve los ideales y principios que generan la ética del deporte.
- Actúa con responsabilidad ética en el ámbito individual y profesional.
- Asume un compromiso social y ético frente al conocimiento teórico, a la práctica deportiva y educativa.

IV. CONTENIDOS

UNIDAD 1: OBJETO DE LA ÉTICA.

Capacidades:

Desempeñar la función docente en consonancia con el objeto de la ética, en el área de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo

Contenidos

Ética. Concepto. Objeto de estudio de la ética, ramas de la ética, tipos de ética, código de ética, origen de la ética. Ética y moral.

Normatividad. Condición humana. Conciencia moral. Libertad. Libre albedrío.

Responsabilidad. Ética y cultura. Egoísmo, Alegría. Ciencia. Técnica y ética.

UNIDAD 2: EDUCACIÓN EN VALORES.

Capacidades:

Aplicar un conjunto de saberes éticos, ciudadanos y legislativos que fundamentan la conducta humana y educativa.



Contenidos:

Los valores sus características. - Objetivismo y Subjetivismo.

Valores institucionales: dignidad humana, igualdad, libertad, responsabilidad, patriotismo, solidaridad equidad, democracia.

Virtudes morales: justicia, templanza, amistad, honestidad, integridad, diligencia, imparcialidad, probidad y buena fe.

UNIDAD 3: LA ÉTICA Y LAS MANIFESTACIONES DEL HOMBRE COMO SER SOCIAL.

Capacidades:

Desempeñar acciones tendientes a demostrar manifestaciones del hombre como ser social.

Contenidos:

Dimensión social de la ética.

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

La ley como convención con fundamento natural.

Derechos humanos.

Anarquismo.

Democracia: igualdad, desigualdad, isonomía.

Grupo: pertenencia, participación. Racismo, xenofobia y nacionalismos

UNIDAD 4: BIOÉTICA Y RELACIONES HUMANAS.

Capacidades:

Mostrar valores institucionales en las diferentes actividades deportivas y educativas.

Contenidos:

Concepto de bioética. Contenido. Causas del desarrollo de la bioética. Principios fundamentales. Concepto de calidad de vida.

Las relaciones humanas en el deporte: Definición. Concepto. Principios fundamentales.

UNIDAD 5: ÉTICA DEL PROFESIONAL DOCENTE- DEPORTIVO.

Capacidades:

Valorar la relación existente entre la vida y los principios o pautas de la conducta humana.

Contenidos:

Fundamento o justificación de la importancia de la Ética profesional docente-deportivo.

Principios fundamentales de la ética profesional.

Valores éticos del profesional docente- deportivo.



UNIDAD 6: Deontología docente y del profesional deportivo.

Capacidades:

Promover valores y actitudes, que demuestren que el docente debe inculcar para la formación de mejores ciudadanos.

- Practicar valores propios del profesional docente y deportivo, formulados por la deontología.

Contenidos:

Notas de la profesionalidad.

El educador profesional: obligaciones y derechos.

El marco de un profesional digno.

Características éticas de un docente especializado.

UNIDAD 7: ÉTICA EN EL DEPORTE.

Capacidades:

Promover los ideales y principios que generan la ética del deporte.

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 8: Legislación Deportiva.

Capacidades:

- Actuar con responsabilidad ética en el ámbito individual y profesional.
- Asumir un compromiso social y ético frente al conocimiento teórico, a la práctica deportiva y educativa.

Contenidos:

- Deporte. Concepto.
- Ley 2874/2006 del Deporte.
- La organización jurídica del deporte en el Paraguay (Gerardo Luis Acosta Pérez).
- Derecho Deportivo.
- Las leyes del deporte en el MERCOSUR y en América Latina.



V. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS:

Clases teóricas: En las distintas unidades se llevarán a cabo investigaciones, disertaciones, seminarios para presentar los distintos núcleos conceptuales referidos a los ejes temáticos. Estas clases tendrán una carga horaria de 2 horas semanales. En este tiempo se realizarán actividades como: exposición sobre temas relevantes, estudio de casos de acción deportiva, exhibición de películas y documentales, análisis de obras literarias que permitan inferir situaciones personales-educativas para su análisis.

Análisis del campo profesional: Centrado en la profundización de problemáticas referidas a los diferentes ámbitos de desempeño personal y profesional. Se contempla análisis de casos, elaboración de informes, discusión crítica sobre diferentes escenarios, elaboración de estrategias de acción variada y pertinente, se proponen talleres centrado en diseño de nuevos escenarios educativos y culturales.

Entorno virtual de aprendizaje: Desarrollo de una modalidad de aula extendida con tecnologías digitales. Reconociendo el potencial de las tecnologías como auxilio para el fortalecimiento de los procesos educativos, se propone extendernos más allá de los medios tradicionales de enseñanza incorporando entornos virtuales de aprendizaje, Grupo Cerrado en Facebook y/o el uso de Blogs como diario de los/as estudiantes.

Trabajos prácticos integrados: Con independencia de los TP que en cada taller propuesto, los y las estudiantes deberán cumplir con trabajos prácticos que integran los talleres. Dichos trabajos serán grupales y se expondrán al resto de los compañeros/as.

Para el desarrollo de las unidades en las instancias consignadas, se prevén diferentes modalidades de trabajo teórico- práctico: exposiciones, talleres, debates. Todas estas modalidades requieren del compromiso de los/as docentes con la tarea y de los y las estudiantes para con la participación y la lectura.

Todas las instancias serán concebidas como espacios de reflexión y reconstrucción de conocimientos y de interpelación a la realidad laboral profesional actual. Se tomará en cuenta las diferentes formas de acceder al conocimiento tales como: leer, mirar, escuchar, argumentar, indagar, preguntar, interpretar, hacer, etc.

Para ello, se trabajará con textos, documentos, recortes periodísticos, fotos. Films, obras literarias; se harán encuestas, entrevistas, informes, análisis de casos, simulaciones, textos comunicativos y argumentativos con diferentes formatos expositivos, etc.

Consideraremos fundamental la elaboración de producciones grupales que conformen comunidades de aprendizaje, que permitan sintetizar posiciones, dialogar entre diferentes miembros, justificar acuerdos y divergencias. Se privilegiará la presentación de conclusiones en forma oral y escrita, ya que sostenemos que el/la estudiante universitario/a debe desarrollar ambas competencias comunicativas.



Si bien el eje principal de la asignatura es formación del ser personal y profesional las clases se centrarán en prácticas contextualizadas, además las clases se orientarán en la bibliografía sugerida por el/la docente y/o elegida por los/as estudiantes. Se espera que la lectura previa ayude a enriquecer las discusiones, evacuar dudas, proponer interrogantes que contribuyan a la construcción colectiva del saber, tratando de alejarse de proposiciones ancladas en el sentido común.

Durante el desarrollo del curso se evaluarán las tareas desarrolladas por el estudiantado en clase, en trabajos prácticos específicos, en los espacios virtuales y en los ámbitos profesionales que escojan visitar y las evaluaciones previstas en el sistema de evaluación de la Carrera: formativas, sumativas. Las Ponderaciones del proceso se realizarán a lo largo del desarrollo de cada unidad. A esto se suman las evaluaciones parciales por unidad y los exámenes finales.

VI. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

Se aplicarán variados procedimientos y formas, para evaluar. Se evaluará sobre la base de los criterios e indicadores de evaluación propuestos para los aprendizajes esperados.

- Indicadores de logros Conceptuales: Clases Teóricas
- Indicadores Procedimentales: Guías de Práctica, Fichas de Trabajo, Elaboración de trabajos.
- Indicadores Actitudinales: Recibe con predisposición los conocimientos y saberes.

Se implementarán además:

- La exposición, con uso de medios diversos para el acceso a los conceptos y técnicas principales de cada tema y capacidad a desarrollar, fomentado el interés y la participación.
- Trabajos individuales, aplicando proceso de autoaprendizaje por parte del estudiante, para abordar los temas. Por otro lado, se definirán y aplicarán los procesos de socialización con los /las compañeras/os empleando los momentos pedagógicos.

En la evaluación, entendida como un elemento regulador durante el proceso del aprendizaje, pondrá énfasis en la evaluación de proceso en su carácter formativo, especialmente de las capacidades actitudinales. Se implementarán instrumentos válidos para evaluar las capacidades conceptuales y procedimentales con un enfoque integral. La evaluación está orientada a la formación y reflexión sobre los temas del programa de modo que el trabajo realizado sirva para una mejora del desarrollo profesional.

La evaluación Sumativa se regirá conforme al Sistema de Evaluación de la Facultad de Ciencias Aplicadas.

VII. ACTIVIDADES DE EXTENSIÓN Y DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA ASOCIADAS A LA CARRERA.

Como actividad sugerida para la Extensión Universitaria de los/as alumnos/as del 3° curso de la licenciatura, consiste en la ejecución de un Proyecto de investigación documental de carácter descriptivo, cuantitativo, teniendo como universo la comunidad educativa de una Escuela que será consensuada. Específicamente los núcleos familiares de donde proceden los/as niños/as: Realizar una investigación de carácter descriptivo – documental, en los aspectos socioeconómico – cultural y deportivo de los padres de alumnos de la escuela escogida. A partir del análisis de las informaciones



recabadas de esta investigación, elaborar proyectos, jornadas de capacitación, charlas educativas de acuerdo a las debilidades más resaltantes en la investigación destinadas a estas familias para mejorar la calidad de vida de los mismos.

Este mismo trabajo reiterar en años sucesivos, pero en otras comunidades educativas de la ciudad, preferentemente en las ubicadas en los barrios con mayor número de NBI.

VIII. FUENTES BIBLIOGRÁFICAS:

BÁSICAS

- Schujman, G. Formación Ética y Ciudadana. Un cambio de mirada. S.L. Editorial Octaedro. 2012. Madrid.
- Gadoti, M. Autonomía en la Escuela. Principios y Propuestas. S.L. Editorial Octaedro. 2015. Madrid.
- LEY N° 1264 GENERAL DE EDUCACIÓN. Fuente: Ministerio de Educación y Cultura.
- Morales, A. (2022). ¿Qué es la ética? Disponible en: <https://www.todamateria.com/que-es-la-etica/>
- Los 10 valores humanos más importantes. (2023). Disponible en: <https://ayudaenaccion.org/blog/educacion/valores-humanos-mas-importantes/>
- Friedman, A. (2023). El valor de la vida humana es el enfoque principal de la sociedad creativa. Disponible en: <https://creativesociety.com/es/news/el-valor-de-la-vida-humana-enfoque-principal-sociedad-creativa>
- García Alarcón, R. (2012). La Bioética en perspectiva Latinoamericana, su relación con los Derechos Humanos y la formación de la consciencia social de futuros profesionales. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-47022012000200005
- Código de ética deportiva. En línea en: https://www.bizkaia.eus/kultura/kirolak/pdf/ca_codigoeticadepor.pdf?hash=667c24d6c22d425ae9c2a4628b191d6b
- Ley del deporte N° 2874/2006. Disponible en: <https://www.bacn.gov.py/leyes-paraguayas/1958/ley-n-2874-del-deporte>

COMPLEMENTARIAS

- Cohen Agrest, Diana. Inteligencia ética para la vida cotidiana. Buenos Aires, sudamericana. 2006.
- Valores Institucionales. Sitio web: <https://www.fundecopi.org.co/valores-institucionales/#:~:text=No%20juzgar%20no%20criticar.,hablan%20mir%C3%A1ndolas%20a%20los%20ojos.>



UNIVERSIDAD NACIONAL DE PILAR

Primera República del Sur, en el Paraguay, una e indivisible

VISIÓN: "Universidad Nacional de Pilar comprometida con la biodiversidad, reconocida por su excelencia académica, inclusiva, digitalizada, vinculada con el territorio nacional e internacional y promotora de la justicia cognitiva."

- Dimensión social de la ética. Disponible en: https://issuu.com/efayala60/docs/3._dimensi_n_social_de_la_etica#:~:text=La%20C3%89tica%20social%2C%20es%20una,nos%20presenta%20la%20realidad%20social.
- Olea Herrera, S. (2018). Racismo y xenofobia al alero del nacionalismo. El caso del Movimiento Social Patriota. Recuperado de: <https://bastian.olea.biz/racismo-y-xenofobia-al-alero-del-nacionalismo/>
- Psicod. La importancia de las relaciones personales en el deporte. En línea en: <https://www.psicod.com/relaciones-personales-en-el-deporte/>
- Acosta Pérez, G. La organización jurídica del deporte en el Paraguay. Disponible en: <https://www.pj.gov.py/ebook/monografias/nacional/deportivo/Gerardo-L-Acosta-P-Org-juridica-Deporte.pdf>



TALLER DE TRABAJO DE GRADO

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 407
ÁREA: Trabajo Final	PRE REQUISITO:
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 160 horas reloj	CRÉDITOS: 9,6
HORAS TEÓRICAS: 32	HORAS PRÁCTICAS:128

I. FUNDAMENTACIÓN.

La materia Proyecto Final permite al estudiante plasmar sus conocimientos a través de la elaboración de un trabajo de investigación(tesina) o un proyecto como requisito para aprobar la asignatura y tener la opción de que se constituya en su trabajo final de grado.

Es sabido de la importancia de la investigación científica que es un procedimiento reflexivo, sistemático, controlado y crítico que tiene por finalidad descubrir o interpretar los hechos y fenómenos, relaciones y leyes de un determinado ámbito de la realidad. La investigación científica nos permite establecer contacto con la sociedad, estimula la actividad intelectual creadora, ayuda a desarrollar una creciente curiosidad acerca de los problemas, promueve una mentalidad científica y ayuda a solucionar los problemas de la sociedad.

Del mismo modo los Proyectos, permiten al estudiante el estudio de los contextos y determina el cómo se desarrollará el problema planteado dentro de las necesidades detectadas.

El desarrollo tanto de los trabajos de investigación como de los proyectos plantea la importancia de establecer un proceso metodológico, que permita llevar de manera precisa un trabajo científico, riguroso y planificado, que sea desde el principio coherente con lo que se desea, ajustada a los parámetros de trabajo que se sigan y válidos para los resultados que se desean alcanzar. De ahí la importancia de la inclusión de la materia Proyecto final en la carrera de Licenciatura en Educación Física y el Entrenamiento Deportivo.

II. COMPETENCIAS.

- Practica principios y valores que demuestren conciencia cívica y convivencia democrática en el ámbito de desempeño.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.
- Investiga acciones relacionadas con el desarrollo e influencia de las ciencias aplicadas a la actividad física y al entrenamiento deportivo.

III. CAPACIDADES



IV. CONTENIDOS

UNIDAD 1: LA INVESTIGACIÓN

Capacidades

- Comprende el concepto, los tipos y las etapas de la investigación científica.
- Diferencia entre una investigación y un proyecto de investigación.
- Identifica los elementos fundamentales de un proyecto de investigación.

Contenidos

– Concepto – Tipos – Etapas - El Proyecto – Concepto – Tipos – Etapas

UNIDAD 2: NORMAS DE ESTILO DE LA UNP

Capacidades

- Conoce las normas generales de estilo de la Universidad Nacional de Piura.
- Aplica las normas de estilo de la UNP a un proyecto de investigación.

Contenidos

- Consideraciones generales - Normas de Elaboración de Proyectos aprobado por la Facultad de Ciencias Aplicadas.

UNIDAD 3: SELECCIÓN DEL TEMA

Capacidades:

- Identificar un problema de investigación relevante para su área de estudio.
- Formular y sistematizar el problema de investigación.
- Justificar la selección del tema.

Contenidos:

- El planteamiento del Problema - Formulación y Sistematización de Problema – Objetivos, Generales, Específicos - Justificación del tema - Delimitación y alcance - Selección del Proyecto. Descripción del Proyecto – Fundamentación - Planteamiento del Problema - Elaboración de interrogantes - Objetivos generales y específicos.

UNIDAD 4: MARCO TEÓRICO

Capacidades:

- Analiza el concepto y las funciones del marco teórico.
- Identifica los elementos fundamentales del marco teórico.
- Elabora un marco teórico de acuerdo con las normas de estilo de la UNP

Contenidos:

Concepto – Funciones - Requisitos para su elaboración - Marco conceptual – Hipótesis – Tipos - Taller de elaboración.



UNIDAD 5: DISEÑO METODOLÓGICO

Contenidos:

- Diseña una investigación de acuerdo con las normas de estilo de la UNP.

Capacidades:

- Descripción del lugar de estudio - Tipo de investigación - Métodos de investigación – Universo – Muestra - Fuentes primarias y secundarias - Técnicas de recolección de datos - Técnicas de análisis de datos - Marco Institucional - Beneficiarios del Proyecto - Directos e indirectos - Localización física del Proyecto - Especificación operacional de las actividades y calendarización.

UNIDAD 6: DISCUSIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Contenidos:

- Analizar e interpretar los resultados de la investigación.

Capacidades:

- Presentación de resultados cualitativos - Presentación de datos cuantitativos - Análisis e interpretación - Proyecto - Determinación de recursos humanos - Materiales y financieros - Elaboración de Presupuesto

UNIDAD 7: PRESENTACIÓN DE CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Capacidades:

- Analiza los resultados de la investigación.
- Formula recomendaciones para la solución del problema de investigación.

Contenidos:

Confrontación de hipótesis – Bibliografía – Anexos – Apéndice - Requisitos de su elaboración.

UNIDAD VIII: INFORME FINAL

Capacidades:

Elaborar un informe final de investigación de acuerdo con las normas de estilo de la UNP.

Contenidos:

Concepto – Etapas – Requisitos - Taller de elaboración.

V. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

- Las clases se desarrollarán con estrategias activas de enseñanza.
- Se iniciarán con la técnica expositiva participativa, dando lugar posteriormente al protagonismo de los alumnos en la aplicación de estrategias tales como: estudio dirigido individual, debates, y fundamentalmente *el taller*, debido a que los alumnos en forma individual deben elaborar un Proyecto o una Tesina para aprobar la asignatura.

VI. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN



La evaluación será procesual, según lo establecido en el Sistema de Evaluación de la FCA, donde los estudiantes deben obtener el 60% de la sumatoria de los exámenes parciales, debiendo alcanzar un rendimiento mínimo del 70%, del 100%, de los puntajes asignados para tener derecho a examen final. La evaluación final tendrá una ponderación del 40 %.

Con el propósito de evaluar las capacidades adquiridas por los estudiantes, se aplicarán las siguientes estrategias de evaluación:

- trabajos prácticos individuales,
- pruebas prácticas

VII. RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS

BÁSICAS

- Méndez, C. (2008). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Padrón, M. (2010). Metodología de la investigación. España: Pearson Educación.
- Bernal, C (2006) . Metodología de la Investigación. México. Pearson
- Méndez, C (1995). Metodología. Bogotá. McGraw-Hill
- Bisquerra, R (1989). Introducción a la Estadística aplicada. Barcelona. PPU
- Hernández Sampieri y Otros (1998). Metodología de la Investigación. México. McGraw Hill
- Ezaquiel Ander Egg (1996). Como Elaborar Proyectos. Buenos Aires. Editorial Kapeluz
- Normas de Estilo de la U.N.P.



PRÁCTICA EDUCATIVA IV: NIVEL MEDIO Y DE CLUBES

CURSO: Cuarto	CODIGO: EF 408
ÁREA: Trabajo Final	PRE REQUISITO:
RÉGIMEN: Anual	CORRELATIVO:
CARGA HORARIA TOTAL: 192 horas reloj	CRÉDITOS: 9,6
HORAS TEÓRICAS: 44	HORAS PRÁCTICAS: 180

I. INTRODUCCIÓN

Esta unidad implica el ejercicio profesional de la educación física en relación a las prácticas de enseñanza en el campo de trabajo del Nivel Medio de la Educación Nacional y el trabajo con la comunidad.

Para el desarrollo del mismo, se plantean una serie de referencias teórico-metodológicas orientadoras, que proponen formas de analizar y articular la práctica de enseñanza y la formación del licenciado en Educación Física y el Entrenamiento Deportivo, en vínculo directo con el campo profesional.

Esta práctica articula investigación, extensión y enseñanza en el trabajo concreto con proyectos comunitarios en diferentes barrios, siendo un espacio de actualización teórica, intervención comunitaria y reflexión profesional. La orientación docente busca promover el análisis de las prácticas estudiantiles junto a los y las referentes de práctica, abordando los elementos teórico - metodológicos y en espacios de taller y de intervención en el territorio. De este modo, se presentan instituciones y organizaciones comunitarias, espacios de articulación y de trabajo en red, así como los antecedentes de proyectos en el lugar. También se puede proponer opcionalmente la integración de estudiantes a proyectos de investigación, extensión o espacios de formación integral, como parte del trabajo. Es también tarea del o la docente, el compromiso, el diálogo y la acción directa con los actores locales e institucionales más allá de la enseñanza, a fin de establecer un vínculo Universidad – sociedad que no sea solo utilitario para la implementación de la enseñanza, sino también comprometido con los proyectos comunitarios. Los estudiantes deben elaborar y ejecutar un proyecto vinculado a la enseñanza del campo a partir de su integración a propuestas locales, potenciados por el trabajo en red y la agenda barrial. Esto implica por un lado un acercamiento a los procesos de las instituciones y organizaciones con las que van a trabajar, y por otro proponer, desde lo específico del campo de la educación física, un proyecto que problematice y fortalezca el trabajo en los territorios, proyectando la enseñanza de las diferentes prácticas del campo de la educación física. Es característica de esta práctica el trabajo en barrios y zonas de mayor vulnerabilidad socio - económica. Esta definición se justifica dado que en estos territorios se proyectan políticas públicas enfocadas a lo comunitario y es donde existe una densa red de organizaciones sociales, lo que permite mejores condiciones para realizar la práctica. Además, siendo una práctica profesional en el marco de la universidad pública, se comprende necesario el compromiso de la misma con las necesidades y problemas de mayor relevancia social para el país.



II. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO

- Aplica las teorías, prácticas y las tecnologías adecuadas a los distintos tipos de actividades en el área de Educación Física, en el sistema educativo formal y no formal, con idoneidad, ética y sentido autocrítico.
- Practica principios y valores que demuestren conciencia cívica y convivencia democrática en el ámbito de desempeño.
- Asume responsablemente la toma de decisiones en tareas de carácter individual o grupal.
- Investiga acciones relacionadas con el desarrollo e influencia de las ciencias aplicadas a la actividad física y al entrenamiento deportivo.
- Planifica e implementa proyectos de gestión y organización deportiva, en la educación formal y no formal.

III. CAPACIDADES

- Realiza la práctica profesional implementando el marcos teórico-metodológico en base a un análisis crítico del trabajo con la comunidad.
- Formula una propuesta de enseñanza, a través del trabajo en el contexto social de la universidad, la articulación interinstitucional y con las organizaciones barriales, la participación de los actores locales y sectoriales, acorde al proyecto o proceso en el que se integra.
- Transfiere el aprendizaje universitario en este tipo de prácticas, visualizando el ejercicio de la triple función, especialmente en el compromiso universidad - sociedad.

IV. CONTENIDOS

UNIDAD 1 PRESENTACIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL UNIVERSITARIA

Capacidades:

Analiza los diferentes aspectos relacionados a la práctica profesional comunitaria, para la elaboración de una propuesta.

Contenidos:

Encuadre teórico - metodológico, programa, formas de orientación y evaluación, presentación de los territorios y los procesos comunitarios. Proyectos desde una perspectiva comunitaria; diagnóstico y planificación. Perspectiva de la integralidad, relación universidad - sociedad. Relación teoría - práctica. Encuadre histórico de la educación física en el trabajo comunitario, plazas vecinales y de deportes. Diferentes encuadres institucionales actuales: formales, no formales, informales.

UNIDAD 2 – LO PÚBLICO, LO COMÚN Y LA PARTICIPACIÓN

Capacidades:

Diferencia los aspectos relacionados a lo público y lo privado para la elaboración de proyectos comunitarios

Contenidos:

Lo público y lo privado. Lo común en tanto inapropiable. Uso, apropiación y expansión de lo común. La participación como metodología y la participación como condición de lo común. El



lugar de la participación en la política y en lo político. Globalización, neoliberalismo, democracia y lo local.

Relación participación/conocimiento/saber/poder. Diálogo, horizontalidad y asimetría. El cuerpo en ocasión de lo público, el espacio público, lo privado y lo común. Educación física en los procesos de participación.

UNIDAD 3 – COMUNIDAD Y EDUCACIÓN

Capacidades:

Analiza los aspectos que involucran a la educación física con la comunidad para la elaboración de un proyecto comunitario.

Contenidos:

La noción antigua de comunidad. La aparición de lo social y discusiones modernas sobre comunidad. Relación comunidad – sociedad y comunidad – individuo. Comunidad como actor y comunidad como principio político. Comunidad e inmunidad. La comunidad y lo comunitario en relación a la política y lo político. Comunidad y común. La educación de lo común. Cuerpo y comunidad. La educación física y la comunidad.

UNIDAD 4 – EL TERRITORIO COMO ESPACIO SOCIAL

Contenidos:

El retorno del territorio. Multiterritorialidad. Desterritorialidad, desterritorialización y segregación territorial. El territorio desde las ciencias sociales. Lo local y lo global. Dominación y apropiación. Relaciones en red y articulación territorial. Trabajo territorial e interdisciplinario. Espacio geográfico - jurídico en tensión con el espacio habitado - simbólico para la configuración de lugares y no lugares. Procesos de desigualdad social. La noción de barrio y barrialidad.

V. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

La propuesta de enseñanza se organiza en tres estrategias articuladas.

- Remite a la problematización teórica de los conceptos abordados en el trabajo comunitario,
- El ejercicio de análisis y reflexión sobre las propuestas de enseñanza de estudiantes en el territorio y ...
- .Al desarrollo de dichas propuestas en el mismo.

En este sentido, se propone el trabajo en grupo masivo a partir del material bibliográfico presentado por el equipo docente. Por otro lado un espacio en formato taller, donde el docente trabaja con los estudiantes de las unidades de práctica que orienta.

En este taller se abordan los emergentes de la práctica, el análisis a partir del desarrollo teórico, la articulación entre grupos de práctica, la presentación por los estudiantes de los proyectos que se encuentran desarrollando, y el trabajo en relación a la línea de investigación del docente y su articulación con la temática de la práctica, entre otras actividades inherentes a la orientación.



Así se pretende integrar en este espacio los avances en materia de investigación relacionada a los tópicos o problemas surgidos en la práctica, así como la reflexión sobre la misma y su organización.

Por último, se propone el espacio de ejercicio profesional, donde los estudiantes conformados en grupos de práctica realizan un proyecto profesional y de sistematización en el campo de la educación física, lo que implica el estudio, planificación, ejecución, evaluación y análisis de propuestas educativas y de enseñanza en el campo, acorde al proyecto o proceso al que se integra.

Este espacio implica la orientación en territorio por parte del docente, y el acompañamiento como un referente de práctica ofrecido por la institución con la que se plantea un trabajo comunitario conjunto. Se establece como estrategia de trabajo, la conformación de referentes de práctica para los diferentes grupos de práctica, o en su lugar, la conformación de un espacio que pueda referenciar a los estudiantes más allá de la orientación docente. El mismo puede ser un proyecto de extensión, espacio de formación integral, u organizaciones o instituciones que por su estructura puedan ofrecer dicha referencia. Se pretende articular la práctica con proyectos de extensión, así como con la producción de conocimiento vinculada a las temáticas de los docentes orientadores a fines a la temática de la práctica

VI. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

Se propone tres dimensiones a ser evaluadas. Una evaluación individual teórico-metodológica. Otra evaluación grupal, donde se integran como elementos a ser evaluados el proyecto de intervención elaborado por el grupo de práctica al inicio del proceso, las fichas de planificación y registro, y un trabajo de evaluación, síntesis y análisis final.

A estos dispositivos se le suma como evaluación la observación por parte del docente del desempeño de los estudiantes en el territorio, así como en los talleres y el informe del referente de práctica. En la medida de que estén dadas las condiciones, se podrá considerar la evaluación entre los propios estudiantes.

VII. BIBLIOGRAFÍA

BÁSICA

- ALTHUSSER, L. (2015). *Iniciación a la filosofía para no filósofos*. Buenos Aires: Paidós.
- ARENDT, Hannah. (2013). *La condición humana*. Buenos Aires: Paidós.
- CARDARELLI, G. & ROSENFELD, M. (2005). *Las participaciones de la pobreza. Programas y proyectos sociales*. Buenos Aires: Paidós.
- DARDOT, P. y LAVAL, C. (2014). *Común: ensayo sobre la revolución en el s. XXI*. Barcelona: Gedisa
- DE MARINIS, P. (2005). "16 comentarios sobre la(s) sociología(s) y la(s) comunidad(es)". Países Vascos, 2005. En: *Papeles del CEIC*, (15), 1 – 38. Recuperado de:
- ESPOSITO, R. (2003). *Communitas: origen y destino de la comunidad*. Buenos Aires: Amorrortu.
- ESPOSITO, R. (2009). *Immunitas: protección y negación de la vida*. Buenos Aires: Amorrortu.
- ESPOSITO, R. (2012). *Immunidad, comunidad, biopolítica*. En: *Las Torres de*



- Lucca, 1(1), 101-114. Recuperado de: FREIRE, P. (1987). ¿Extensión o comunicación? La concientización en el medio rural. México: Siglo XXI.
- FRIGERIO y G. DIKER (comps) (2008). Educar: posiciones acerca de lo común. Buenos Aires: Del Estante. HAESBAERT, R. (2011). El mito de la desterritorialización: del "fin de los territorios" a la multiterritorialidad. México: Siglo XXI.
 - LEWKOWICZ, I. (1998): La comunidad, entre lo público y la privado. En: Campo Grupal 1(2). Recuperado de: REBELLATO, J. L. (2000) Etica de la liberación. Montevideo: Nordan Comunidad. REBELLATO, J. L. (1995) La encrucijada de la Ética. Montevideo: Nordan Comunidad. ROSSAL, M y FRAIMAN, R. (2009). El retorno del Estado. Políticas sociales y comunidades imaginadas en Montevideo. En: Anuario de Antropología Social y Cultural en Uruguay, Montevideo. p.:127 – 139. Recuperado de:
 - <http://www.unesco.org.uy/shs/fileadmin/templates/shs/archivos/anuario2008/Articulo05.pdf>
 - SANTOS, M. (2005). O retorno do territorio. En: OSAL : Observatorio Social de América Latina. Año 6 no. 16. Buenos Aires: CLACSO. SCARLATO, I. (2015). Corpo e tempo livre: as plazas vecinales de cultura física em Montevideú (1911- 1915).

COMPLEMENTARIA

- AGAMBEN, G. (2001). Medios sin fin. Notas sobre la política. España: Pre Texas. AGAMBEN, G. (2006). La comunidad que viene. España: Pre-textos. ÁLVAREZ PEDROSIAN, E. (2013). Casavalle bajo el sol. Investigación etnográfica sobre territorialidad, identidad y memoria en la periferia urbana de principios de milenio. Montevideo: CSIC-Udelar. Á
- LVARO, D. (2010) Los conceptos de "comunidad" y "sociedad" de Ferdinand Tönnies. En: Papeles del CEIC, 1(52). Recuperado de: . Acceso: 30 julio 2012.
- AUGÉ, M. (1994). Los no-lugares. Espacios del anonimato. Una antropología de la sobremodernidad. Barcelona: Gedisa. BORJA, J. (2003). La ciudad conquistada. Madrid: Alianza.
- CARMAN, M.; VIEIRA, N. y SEGURA, R (coord.) (2013). Segregación y diferencia en la ciudad. Quito:
- FLACSO, CLACSO, MIDUVI. CERONI, M. DA FONSECA, A. FALERO, A. PÉREZ, M. y RODRÍGUEZ, A (2015) Dominación territorial de los barrios privados en el noreste metropolitano de Montevideo. En ACOSTA, Y., CASAS, A., MAÑAN, O., RODRÍGUEZ, A., y ROSSI, V. En: Sujetos colectivos, Estado y capitalismo en Uruguay y América Latina: perspectivas críticas. (pp. 191-204) Montevideo: Trilce,
- DELEUZE, G. y GUATTARI, F. (1997). Mil mesetas. Capitalismo y esquizofrenia. Valencia: Pre-textos. DE MARINIS, P. (2008). Comunidade, globalização e educação: um ensaio sobre a desconversão do social. En: Pro-Posições, 3 (57), 19-45. Recuperado de: DE MARINIS, P. (2010). "La comunidad según Max Weber: desde el tipo ideal de la



UNIVERSIDAD NACIONAL DE PILAR

Primera República del Sur, en el Paraguay, una e indivisible

VISIÓN: "Universidad Nacional de Pilar comprometida con la biodiversidad, reconocida por su excelencia académica, inclusiva, digitalizada, vinculada con el territorio nacional e internacional y promotora de la justicia cognitiva."

Vergemeinschaftung hasta la comunidad de los combatientes". En: Papeles del CEIC, 1(58), 1 – 36. Recuperado de: . HARVEY, D. (1977). Urbanismo y desigualdad social. España: Siglo XXI. JARA, O. (1994). Para sistematizar experiencias: una propuesta teórica y práctica. San José – Costarrica: Alforja.