

PROGRAMA DE ASIGNATURA

I. IDENTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

Asignatura: Educación Física 2		Sigla: EFI-101	Fecha de aprobación 14/03/2017 (Acuerdo CC. DD. 04/2017)		
Créditos UTFSM: 1	Prerrequisitos: DEW- 100	Examen: No tiene	Unidad Académica que la imparte.		
Créditos SCT : 2			Departamento de Educación Física, Deportes y Recreación		
Horas Cátedra Semanal : 1,5	Ayudantía: No tiene	Laboratorio: No tiene	Semestre en que se dicta		
			Impar	Par X	Ambos
Eje formativo		:Formación General			
Tiempo total de dedicación a la asignatura: 51 Horas cronológicas					

Descripción de la Asignatura

La asignatura Educación Física 2, pertenece al plan de formación del ciclo básico.

El estudiante desarrolla sus capacidades físicas y vivencia diversas experiencias motrices, a través de la práctica de la actividad física sistemática que lo orienta hacia un estilo de vida saludable. El estudiante valora la actividad física como medio para desarrollar competencias genéricas, tales como inteligencia kinestésica, trabajo en equipo y recreación, entre otras, para transferirlas a las tareas diarias que le demande el entorno personal, social y profesional.

Requisitos de entrada

- Sin requisitos.

Contribución al perfil de egreso

La asignatura contribuye significativamente al desarrollo de habilidades, capacidades y conocimientos que favorecen el logro de la competencia sello institucional Vida Saludable.

Competencia Sello Institucional

Vida saludable

- Practica el autocuidado, el autodesarrollo y la autogestión, a través de la actividad física y la vida saludable, para alcanzar un desarrollo humano integral.

Competencias Genéricas Departamental:

Inteligencia kinestésica:

- Realizar movimientos corporales que potencien la práctica consciente de cada expresión motriz, en el escenario de la educación física, del deporte, la actividad física artístico-cultural, recreativa y social.

Trabajo en equipo:

- Formar parte de un equipo de personas con un sentido de trabajo mancomunado, priorizando el objetivo común por sobre los personales, asociado a la práctica orientada a un enfoque de hábitos saludables, en el escenario de la práctica de la educación física, el deporte, la actividad física artístico-cultural y las actividades recreativo-sociales.

Recreación:

- Participar en actividades de esparcimiento que acompañen la vida universitaria, con sentido lúdico, placentero y saludable en los espacios de la educación física, el deporte competitivo, talleres artístico- culturales y recreativos.

Resultados de Aprendizaje que se esperan lograr en esta asignatura

- **Valora** la importancia del hábito de vida saludable, **incorporando** nociones de prácticas de actividades físicas sistemáticas orientadas al autocuidado, el autodesarrollo, la seguridad en la ejecución motriz y la periodicidad, entre otras.
- **Ejecuta** prácticas motrices conscientes, **desenvolviéndose** con precisión corporal y con un comportamiento social, acorde a las distintas actividades y juegos pre-deportivos.

Contenidos temáticos

- Integración de habilidades motrices complejas de locomoción, manipulación, equilibrio y coordinación con las capacidades condicionantes de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, en el medio terrestre y/o acuático.
- Realización de actividades y juegos pre-deportivos de contribución al desarrollo personal del estudiante.

Metodología de enseñanza y aprendizaje

- Mando directo.
- Asignación de tareas.
- Enseñanza recíproca.
- Enseñanza en pequeños grupos.

Evaluación y calificación de la asignatura. (Ajustado a Reglamento Institucional-Rglto. N°1)

Requisitos de aprobación y calificación	Evaluación	%
	Control de progreso individual físico (CPI) (entre 2 y 4)	30 %
	Controles de contenidos (CC) (entre 2 y 4)	40 %
	Autoevaluación vida saludable (AVS)	30 %
Nota final: CPI*0,30 + CC*0,40 + AVS*0,30		
Esta asignatura requiere 85% de asistencia		

Recursos para el aprendizaje

Plataforma Virtual

Bibliografía:

Texto Guía	<ul style="list-style-type: none"> • No tiene
Complementaria u Opcional	<ul style="list-style-type: none"> • González Aramendi, J. (2003). Actividad Física, Deporte y Vida: Beneficios, perjuicios y sentido de la actividad física y del deporte. España. Editorial: Fundación OREKI. • Márquez, S y Garatachea, N. (2009). Actividad Física y Salud. España. Editorial: Díaz de Santos, S.A. • Medina, E. (2003). Actividad Física y Salud Integral. Barcelona, España. Editorial: Paidotribo.

II. CÁLCULO DE CANTIDAD DE HORAS DE DEDICACIÓN- (SCT-Chile)- CUADRO RESUMEN DE LA ASIGNATURA.

ACTIVIDAD	Cantidad de horas de dedicación		
	Cantidad de horas por semana	Cantidad de semanas	Cantidad total de horas
PRESENCIAL			
Cátedra o Clases teóricas	1,5	15	22,5
Ayudantía/Ejercicios (consultas)			
Visitas industriales (de Campo)			
Laboratorios / Taller			
Evaluaciones (certámenes, otros)	1,5	2	3
Otras (Especificar) presentaciones			
Ayudantía			
Tareas obligatorias			
Estudio Personal (Individual o grupal)			
Otras (Especificar) trabajo físico personal	1,5	17	25,5
TOTAL (HORAS RELOJ)			51
Número total en CRÉDITOS TRANSFERIBLES			2