

FORMATO MODALIDAD PRESENCIAL

	<p>UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO</p> <p>ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA</p> <p>Plan de estudios 1996</p>	
---	---	---

Programa
Educación Física IV

Clave 1410	Semestre / Año 4º	Créditos S/C	Área		
			Campo de conocimiento	Ciencias naturales	
			Etapas	Introducción	
Modalidad	Curso (X) Taller () Lab () Sem ()			Tipo	T () P () T/P (X)
Carácter	Obligatorio (X) Optativo () Obligatorio de elección () Optativo de elección ()			Horas	
				Semana	Semestre / Año
				Teóricas 1	Teóricas 30
				Prácticas 0	Prácticas 0
				Total 1	Total 30

Seriación	
Ninguna ()	
Obligatoria (X)	
Asignatura antecedente	
Asignatura subsecuente	Educación Física V
Indicativa ()	
Asignatura antecedente	
Asignatura subsecuente	

Aprobado por el H. Consejo Técnico el 17 de noviembre de 2016.

Presentación

Objetivo general:

El alumno integrará conceptos básicos, habilidades motrices, actitudes y valores, que le brinden el desarrollo de su corporeidad, por medio del uso de su motricidad y sociomotricidad, lo cual permitirá la adquisición de un estilo de vida saludable, con lo que podrá afrontar las situaciones que le demanda el bienestar físico, cognitivo, emocional, ecológico y social.

Objetivos específicos:

- Argumentará de manera oral y escrita, la importancia que tiene la construcción de su corporeidad y su relación con el cuidado de la salud, basándose en las diversas interpretaciones que se hacen del cuerpo en la actualidad, en el conocimiento de los conceptos de educación física, corporeidad, motricidad, salud, así como el impacto que éstas tienen en las prácticas motrices actuales y en las de consumo.
- Manifestará su corporeidad mediante actividades motrices lúdicas y recreativas, que puede integrar como parte de su vida diaria para el uso adecuado de su tiempo libre y el cuidado de la salud.
- Desarrollará habilidades básicas de investigación que les apoyen en la prevención de conductas de riesgo y puedan valorar las aplicaciones del tiempo libre.
- Comprenderá los beneficios de la práctica motriz sistemática para erradicar problemas inducidos por el sedentarismo, esto, a través del análisis de textos en español o un idioma distinto, sobre problemáticas de salud en su entorno causadas por estilos de vida que pongan a esta en riesgo.
- Fortalecerá la corporeidad mediante las actividades sociomotrices propias del deporte escolar y desarrollará sus habilidades sociales. A fin de brindarle elementos para el manejo de las emociones, el desarrollo de liderazgo, la colaboración e integración de grupos.
- Desarrollará estilos de vida saludables que consideren: la alimentación, la higiene, el ambiente y la práctica motriz.
- Comprenderá los elementos teóricos que conforman la condición física y la evaluación de las capacidades motoras.
- Aplicará, con el apoyo del profesor, algunos instrumentos de evaluación estandarizados de las capacidades motoras y comprenderá su uso, en tres momentos (diagnóstico, intermedio y final), como elemento regulador de la condición física.
- Desarrollará su autogestión para el cuidado permanente de su condición física y de su salud.
- Generará hábitos para mejorar y mantener la condición física a través de su participación en actividades motoras extracurriculares.

Índice temático			
	Tema	Horas Semestre / Año	
		Teóricas	Prácticas
1	Educación física, corporeidad y motricidad: un enfoque de vida saludable	10	
2	Estilos de vida saludable y la sociomotricidad	10	
3	Proceso de adaptación de la condición física para el cuidado de la salud	10	
Total		30	
Suma total de horas		30	
Contenido Temático			
Unidad	Temas y subtemas		
1	1. Educación física, corporeidad y motricidad: un enfoque de vida saludable 1.1 Construcción de la corporeidad a partir de la educación física en la ENP 1.2 Corporeidad y la motricidad 1.3 Uso del tiempo libre en el estudiante de la ENP, disminución de conductas de riesgo y desarrollo saludable de la corporeidad		
2	2. Estilos de vida saludable y la sociomotricidad 2.1 Elementos para la generación de estilos de vida saludable 2.2 Desarrollo de la corporeidad en actividades sociomotrices deportivas escolares 2.3 Expresión recreativa de las habilidades motrices básicas en el atletismo y valores sociales 2.4 Ejecución de las habilidades motrices básicas en el fútbol para el manejo de las emociones 2.5 Interpretación recreativa de habilidades motrices básicas en la gimnasia, en composiciones gimnásticas, para el desarrollo de tareas de liderazgo, colaboración e integración de grupos		
3	3. Proceso de adaptación de la condición física para el cuidado de la salud 3.1 Concepción y elementos de la condición física 3.2 Aplicación de instrumentos de evaluación de las capacidades motoras 3.3. Valoración de la importancia de un aval médico del estado de salud (certificado) en secuencias de actividad motriz sistematizada		
Estrategias didácticas		Evaluación del aprendizaje	
Exposición	()	Exámenes parciales	(X)
Trabajo en equipo	(X)	Examen final	()
Lecturas	()	Trabajos y tareas	()
Trabajo de investigación	(X)	Presentación de tema	()

Prácticas (taller o laboratorio)	()	Participación en clase	()
Prácticas de campo	()	Asistencia	()
Aprendizaje por proyectos	(X)	Rúbricas	(X)
Aprendizaje basado en problemas	(X)	Portafolios	()
Casos de enseñanza	(X)	Listas de cotejo	(X)
Otras (especificar) Aprendizaje colaborativo y aprendizaje en servicio.		Otras (especificar) Diario de campo, coevaluación, autoevaluación, escala estimativa, circuitos y test de evaluación de la habilidad motriz.	

Perfil profesiográfico	
Título o grado	<p>Deben cumplir con lo establecido en el Estatuto de Personal Académico (EPA), así como cubrir los requisitos que marca el Sistema de Desarrollo del Personal Académico de la Escuela Nacional Preparatoria (SIDEPA), en el Programa de Nuevo Ingreso, en sus puntos 3 y 4.</p> <p>Contar con promedio mínimo de 8.0 y con título de la licenciatura en Educación Física.</p>
Experiencia docente (deseable)	En Educación Media Superior
Otra característica	<p>Atributos deseables: dominio de la EF, conocerla de forma teórica-práctica, saber planificar actividades y proyectos, interesarse por el aprendizaje del estudiante de bachillerato, estar informado de los problemas del mundo y de nuestro país, manifestar interés en su formación personal, actualización y desarrollo académico, manejar las TIC en la educación. Además poseer la convicción, responsabilidad y compromiso con la docencia y asumir los valores universitarios en la comprensión del sentido social del beneficio del conocimiento.</p>
<p>Bibliografía básica</p> <p>Alonso, A., Blanco, A., Laiz, R., Navarro, R., Valín, A. (2008). <i>Educación Física Bachillerato</i>. España: Bruño.</p> <p>Frías, G., Rueda, A. Quintana, M., Portilla, J. L. (1997). <i>La condición física en la E.S.O. cuaderno del alumno 1° y 2° de ESO</i>. Barcelona: INDE.</p> <p>Frías, G., Rueda, A. Quintana, M., Portilla, J. L. (1997). <i>La condición física en la E.S.O. cuaderno del alumno 3° y 4° de ESO</i>. Barcelona: INDE.</p>	

Martínez, V. (2005). *Libro de texto del alumno. Educación Física. 1º de Bachillerato*. España: Paidotribo.

Pérez, R., Serrano, A., Herrador, J. A., Briones, E., Raposo, A. Martínez, E. J. (2010). *Educación Física. Bachillerato 1*. España: Paidotribo.

Pérez, R., Serrano, A., Herrador, J. A., Solana A. M., Raposo, A. Martínez, E. J. (2012). *Educación Física ESO 1*. España: Paidotribo.

Proyecto Ares II. (2015). *Educación Física. 1º Bachillerato*. Sevilla: Editorial Wanceulen, S. L.

Pérez, P. (2002). *Educación Física. Bachillerato. Libro del alumno*. Salamanca: KIP.

Viedma, M. (2008). *Educación Física. Cuaderno de teoría para ESO 4º. Libro para el alumno*. Sevilla: Editorial Wanceulen, S. L.

Viedma, M. (2008). *Educación Física. Cuaderno de teoría para 1º Bachillerato. Libro para el alumno*. Sevilla: Editorial Wanceulen, S. L.

Bibliografía complementaria

Kip Ediciones. (2007). Sitio para descarga gratuita de libros de texto de secundaria y bachillerato. Recuperado el 13 de abril del 2016 en <http://www.kipediciones.es/descargas.html>