



Programa de Asignatura

OPTATIVO II
(Actividad Física y Salud)

Carrera	KINESIOLOGÍA									
Código de Asignatura	KNE172107									
Nivel/ Semestre	201									
Créditos SCT-Chile	Docencia directa	1	Trabajo Autónomo		2	Total			3	
Ejes de Formación	General		Especialidad		Práctica		Optativa	X	Electivo	
Descripción breve de la asignatura	Optativo I (Actividad Física y Salud), es un asignatura de tipo práctica orientada a proporcionar a los estudiantes de las carreras del área de la salud, el desarrollo de habilidades motrices, conocimiento de distinto tipos de deportes y/o actividad física recreativa como apoyo a la prescripción de ejercicio físico como herramienta terapéutica con la finalidad de fomentar un estilo de vida saludable, liderazgo y trabajo en equipo en personas sanas, en deportistas y en situación de discapacidad. De esta manera en un futuro profesional pueda aplicarlo dentro de sus tratamientos.									
Pre-requisitos / Aprendizajes Previos	<ul style="list-style-type: none">Maneja nociones básicas de actividad física y tipo de deportes nacionales.									

Aporte al perfil de egreso

Esta asignatura aporta al perfil de la carrera de Kinesiología basándose primeramente a las siguientes competencias Genéricas de la Universidad de Atacama:

- Compromiso con la Calidad.
- Conocimiento sobre el Área de Estudio de la Profesión.
- Capacidad de Aprender y Actualizarse Permanentemente.
- Capacidad para aplicar innovadoramente el conocimiento a la práctica.

Además esta asignatura aporta al perfil de la carrera de Kinesiología basándose en las siguientes competencias Disciplinarias de la carrera.

Área Clínica Asistencial, Área de Investigación y Educación.



Competencias que desarrolla la asignatura

La asignatura contribuirá al desarrollo de las siguientes competencias genéricas y disciplinares.

CG. Compromiso con la Calidad.

CG. Conocimiento sobre el Área de Estudio de la Profesión.

CG. Capacidad de Aprender y Actualizarse Permanentemente.

CG. Capacidad para aplicar innovadoramente el conocimiento a la práctica.

CD. Área Clínica Asistencial:

- Genera un tratamiento kinésico en base a sólidos conocimiento del tipo de área.
- Realiza prevención y promoción en salud en un contexto disciplinar y multidisciplinar.
- Utiliza herramientas óptimas considerando personas con capacidad diferenciada.
- Proporciona a la comunidad herramientas básicas de autocuidado en aspectos básicos de la rehabilitación kinésica.
- Realiza promoción en salud dirigido hacia una población específica abarcando el ciclo vital.

CD. Área de Investigación y Educación:

- Identifica el conjunto de necesidades que modifican conductas enfocadas en la familia y comunidad.
- Contribuye en la formulación, ejecución y evaluación de programas de promoción en salud.
- Lidera y promueve activamente en intervenciones educativas en el contexto de equipos multidisciplinarios y multisectoriales.
- Contribuye en la formulación, ejecución y evaluación de programas de promoción de estilos de vida saludable.
- Utiliza estrategias para mejorar el desarrollo comunitario y otorgar una atención kinésica integral.
- Aplica el proceso educativo como un abordaje efectivo en la promoción de salud.

Unidades de aprendizaje	Resultados de aprendizaje
Unidad 1. Deportes Individuales: <ul style="list-style-type: none">● Atletismo.● Tennis.● Natación.	Al término de la unidad el estudiante: <ul style="list-style-type: none">● Identifica los diferentes deportes individuales y comprende las reglas de las diferentes disciplinas individuales.● Práctica las diferentes disciplinas inmersas en los distinto tipos de deportes individuales.● Distingue y reconoce la importancia de las distintas disciplinas en la inserción de personas con capacidades diferentes y en las distintas etapas del ciclo vital.
Unidad 2. Deportes colaborativo: <ul style="list-style-type: none">● Fútbol.● Basquetbol.	Al término de la unidad el estudiante: <ul style="list-style-type: none">● Identifica los diferentes deportes colaborativos y comprende las reglas de las diferentes disciplinas colaborativos.● Práctica las diferentes disciplinas inmersas en los distinto tipos de deportes colaborativo.● Distingue y reconoce la importancia de las distintas disciplinas en la inserción de personas con capacidades diferentes y en las distintas etapas del ciclo vital.● Experimenta a través del deporte colaborativo la importancia del liderazgo y el trabajo en equipo.



Unidad 3. Deportes recreativo <ul style="list-style-type: none">● Fitness.● Baile entretenido● Acondicionamiento físico.	Al término de la unidad el estudiante: <ul style="list-style-type: none">● Identifica los diferentes deportes recreativos y comprende las reglas de las diferentes disciplinas recreativas.● Práctica las diferentes disciplinas inmersas en los distinto tipos de deportes recreativos.● Distingue y reconoce la importancia de las distintas disciplinas en la inserción de personas con capacidades diferentes y en las distintas etapas del ciclo vital.● Experimenta a través del deporte colaborativo la importancia del liderazgo y el trabajo en equipo.
---	---

Estrategias de enseñanza y aprendizaje

<p>Optativo I (Actividad Física y Salud) es una asignatura práctica centrada en el estudiante en formación, quien será responsable de su aprendizaje.</p> <p>Dentro de la clase los estudiantes desarrollan y profundizan sus conocimientos a través de las siguientes estrategias de enseñanzas aprendizaje.</p> <ul style="list-style-type: none">● Simulaciones en recintos deportivos .● Pasos prácticos.● Estrategias de juego● Role Playing● Clases prácticas con exposición de fundamentación teórica.● Trabajos individuales y/o en equipo.● Investigación sobre contenidos de la asignatura.● Explicación y diálogo entre pares <p>Los aprendizajes esperados de esta asignatura se alcanzarán mediante la participación activa de los estudiantes en los trabajos físicos, en el desarrollo de investigaciones, en la participación y creación de juegos y en la construcción de materiales específicos. Además, registrando e internalizando información entregada clase a clase.</p>

Procedimientos de Evaluación de aprendizajes

La asignatura Optativo I (Actividad Física y Salud) , será evaluada de la siguiente manera utilizando distintas metodologías de evaluación práctica.	
Tipo de Evaluación	Ponderación
Evaluación Diagnóstica	
<ul style="list-style-type: none">● Sumativa Pasos prácticos (rúbrica). Trabajos grupales y/o individuales (rúbrica), asistencia. Práctico Final (rubrica)	30% 40% 30%
<ul style="list-style-type: none">● Formativas (las cuales serán evaluadas clase a clase)	



Recursos de aprendizaje

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- Blanco, A. (2007). 1000 Ejercicios de Preparación Física. (3. ed.). Madrid, España. Edit. Paidotribo.
- Blázquez, D. (2010). Evaluar en Educación Física. (11.ed.) Barcelona, España. Edit. INDE
- Rueda, A. & otros (2001). La condición física en la educación secundaria. (2.ed.). Barcelona, España: Edit. INDE

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

SITIOS WEB DE INTERÉS.

- www.efdeportes.com