

SÍLABO ACTIVIDADES I: FUTBOL

ÁREA CURRICULAR: HUMANIDADES

I. DATOS GENERALES

1.1	Departamento Académico	: Ingeniería y Arquitectura
1.2	Semestre Académico	: 2019-II
1.3	Código de la asignatura	: TR000501010
1.4	Ciclo	: I
1.5	Créditos	: 1
1.6	Horas semanales totales	: 4
	1.6.1 Horas lectivas (Teoría, Práctica. Laboratorio)	: 2 (T=0, P=2, L=0))
	1.6.2. Horas no lectivas	: 2
1.7	Condición de la asignatura	: Obligatoria
1.8	Requisito(s)	: Ninguno
1.9	Docentes	: Mg. Héctor Cáceres Echegaray Lic. Rubén Felipe Vásquez Jara

II. SUMILLA

El curso de fútbol se da en forma teórico-práctico, el propósito es el de complementar el trabajo intelectual con el trabajo motor.

El desarrollo del curso comprende las siguientes unidades:

I. Historia y evolución del fútbol del Perú y del mundo. II. La técnica del fútbol: superficie de contacto, análisis de movimiento. III. Funciones Específicas en el fútbol.

III. COMPETENCIAS Y SUS COMPONENTES COMPRENDIDOS EN LA ASIGNATURA

3.1 Competencias

- Describe las diversas etapas de la evolución del Fútbol. Y las diferencia de los sistemas utilizados en el fútbol en la actualidad.
- Demuestra la mecánica del movimiento y las diversas formas de controlar el balón y como utilizarlo.
- Describe las diferentes funciones específicas de las posiciones
- Demuestra destrezas en el manejo del balón dentro de las funciones propias de su posición.

3.2 Componentes

• Capacidades

- Analiza las etapas del fútbol y los sistemas de juego..
- Optimiza su condición física a través de ejercicios específicos.
- Explora las diferentes formas de controlar el balón.
- Realiza con solvencia el manejo del balón.

• Contenidos actitudinales

- Participa en las clases con entusiasmo y puntualidad.
- Reconoce sus posibilidades y limitaciones, respetando la de los compañeros.
- Persevera en su propósito de mejorar su técnica
- Valora la actividad física como parte de una vida sana y saludable.

IV. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

UNIDAD I : HISTORIA Y EVOLUCIÓN DEL FÚTBOL DEL PERÚ Y DEL MUNDO					
CAPACIDAD: Describe las diversas etapas de la evolución del Fútbol. Y las diferencia de los sistemas utilizados en el fútbol en la actualidad.					
SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	HORAS	
				L	T.I.
1	Introducción a la asignatura. Prueba de entrada. Sistemas de futbol: Sistema clásico (piramidal), 1883. Sistema WM. "Cuadrado mágico", 1930.	<ul style="list-style-type: none"> · Responde la prueba de entrada · Conceptúa los fundamentos · Analiza los diferentes sistemas existentes. 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I): Trabajo Aplicativo – 2 h	2	2
2	Sistema: "El año del concreto armado" 1942. Sistema "4-2-4" de Brasil, 1958. Sistema "4-4-2" de Holanda (fútbol total), 1972.	<ul style="list-style-type: none"> · Reconoce los sistemas defensivos y ofensivos. 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2

UNIDAD II : : LA TÉCNICA DEL FÚTBOL, SUPERFICIE DE CONTACTO, ANÁLISIS DE MOVIMIENTO

CAPACIDAD: Demuestra la mecánica del movimiento y las diversas formas de controlar el balón y como utilizarlo

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	HORAS	
				L	T.I.
5	Preparación física: Acondicionamiento físico: resistencia, fuerza, potencia, velocidad, reacción reflejo.	<ul style="list-style-type: none"> · Practica ejercicios de acondicionamiento físico · Demuestra las clases de acondicionamiento físico · Explica la razón e importancia de la fuerza y potencia · Aplica la clasificación de energías 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
•	Técnicas de contacto del balón con el pie Técnicas y fundamentos del manejo del balón Conducción del balón Examen Físico	<ul style="list-style-type: none"> · Realiza ejercicios de control orientado del balón · Desarrolla ejercicios de cambio de orientación de juego · Aplica los fundamentos básicos de pases · Realiza ejercicios de conducción del balón con el borde interno y externo del pie 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 		
•	Análisis mecánico del movimiento	<ul style="list-style-type: none"> · Realiza movimientos acrobáticos con el balón · Práctica ejercicios con los segmentos del cuerpo con el balón · Coordina movimientos de parada y una semiparada 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 		
6	Amortiguación y desviación	<ul style="list-style-type: none"> · Aplica las técnicas del control del balón con los se segmentos del cuerpo · Practica ejercicios de desviación indirecta e indirecta 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
7	Prueba de talento	Desarrolla ejercicios de precisión con la pelota	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
8	Examen parcial				

UNIDAD III: FUNCIONES ESPECÍFICAS EN EL FÚTBOL

CAPACIDAD: Describe las diferentes funciones específicas de las posiciones
Demuestra destrezas en el manejo del balón dentro de las funciones propias de su posición.

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	HORAS	
				L	T.I.
9	El arquero	<ul style="list-style-type: none"> · Práctica las funciones de cada puesto de juego · Desarrolla ejercicios de reacción, reflejos y seguridad de manos 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
10	Los marcadores de punta (carrileros) El defensa central Evaluación escrita	<ul style="list-style-type: none"> · Desarrolla ejercicios de retardación defensiva, repliegues y de proyección por las bandas. · Desarrolla ejercicios de rechazo de balones aéreos, a, media altura o al ras del piso. 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
11	El libero	<ul style="list-style-type: none"> · Desarrolla ejercicios de coordinación con el defensa central para anular la acción del atacante · Practica ejercicios de cobertura y diagonales defensivas · Ejercita habilidades para comunicar los errores de sus compañeros 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
12	El mediocampista defensivo El mediocampista ofensivo (Ariete)	<ul style="list-style-type: none"> · Desarrolla ejercicios de anticipación a las jugadas de los volantes contrarios, y jugadas de retardación para el repliegue de su equipo. · Desarrolla ejercicios de pases con cambios de orientación, pases de profundidad y triangulaciones, para crear jugadas para los atacantes de su equipo 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2
13	El centro delantero	<ul style="list-style-type: none"> · Desarrolla ejercicios de zigzag, diagonales · Ejercita el desbordar al contrincante y disparar hacia el arco · 	Lectivas (L): <ul style="list-style-type: none"> · Introducción al tema - 1 h · Desarrollo del tema - 1 h Trabajo Independiente (T.I.): <ul style="list-style-type: none"> · Trabajo Aplicativo – 2 h 	2	2

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	HORAS	
				L	T.I.
14	Los punteros	<ul style="list-style-type: none">· Ejercita en base a velocidad ganar la línea final con pelota dominada· Ejecuta centros pasados de derecha a izquierda o viceversa.	<u>Lectivas (L):</u> <ul style="list-style-type: none">· Introducción al tema - 1 h· Desarrollo del tema - 1 h <u>Trabajo Independiente (T.I):</u> <ul style="list-style-type: none">· Trabajo Aplicativo – 2 h	2	2
15	Prueba de talentos	<ul style="list-style-type: none">· Desarrolla ejercicios de precisión con la pelota	<u>Lectivas (L):</u> <ul style="list-style-type: none">· Introducción al tema - 1 h· Desarrollo del tema - 1 h <u>Trabajo Independiente (T.I):</u> <ul style="list-style-type: none">· Trabajo Aplicativo – 2 h	2	2
16	Examen final				
17	Entrega de promedios finales y acta del curso.				

V. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

- Método Expositivo – Interactivo. Disertación docente, exposición del estudiante.
- Método de Discusión Guiada. Conducción del grupo para abordar situaciones y llegar a conclusiones y recomendaciones.
- Método de Demostración – Ejecución. El docente ejecuta para demostrar cómo y con que se hace y el estudiante ejecuta, para demostrar que aprendió.

VI. RECURSOS DIDÁCTICOS

Infraestructura: coliseo de la facultad.

Materiales: balones, conos, platillos, escaleras, aros, sogas de potencia, balones medicinales.

VII. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

El promedio final de la asignatura se obtiene mediante la fórmula siguiente:

$$PF = (EP + EF + PE) / 3$$

$$PE = (P1 + P2 + P3) / 3$$

PF: Promedio final

EP: Examen parcial

EF: Examen final

PE: Promedio de Evaluaciones

P1...P3: Evaluaciones periódicas

VIII. FUENTES DE CONSULTA

Bibliográficas

- Bompa, T. y Haff, G., (2009). Periodization: Theory and Methodology of Training. United States. Human Kinetics.
- Cometti Gilles, (2002). La Preparación Física en el Fútbol. España. Paidotribo.
- Moraga P., Gastón (2005). Bases del Entrenamiento de Fútbol. Preparación Técnica – Táctica - Física y Psicológica. Colombia. Ediciones gráficas.
- Thiess G., Nickel H., Tschiene P., (2004). Teoría y metodología de la competición deportiva. España. Paidotribo.

IX. APOORTE DEL CURSO AL LOGRO DE RESULTADOS

El aporte del curso al logro de los resultados del estudiante (Outcomes), para las Escuelas Profesionales de: Ingeniería Industrial e Ingeniería Civil, se establece en la tabla siguiente:

	K = clave	R= relacionado	Recuadro vacío = no aplica
(a)	Habilidad para aplicar conocimientos de matemáticas, ciencia e ingeniería		
(b)	Habilidad para diseñar y conducir experimentos, así como analizar e interpretar los datos obtenidos		
(c)	Habilidad para diseñar y sistemas, componentes o procesos que satisfagan las necesidades requeridas		
(d)	Habilidad para trabajar adecuadamente en un equipo multidisciplinario		R
(e)	Habilidad para identificar, formular y resolver problemas de ingeniería		
(f)	Comprensión de lo que es la responsabilidad ética y profesional		R
(g)	Habilidad para comunicarse con efectividad		R
(h)	Una educación amplia necesaria para entender el impacto que tienen las soluciones de la ingeniería dentro de un contexto social y global.		
(i)	Reconocer la necesidad y tener la habilidad de seguir aprendiendo y capacitándose a lo largo de su vida.		K
(j)	Conocimiento de los principales temas contemporáneos		

(k)	Habilidad de usar técnicas, destrezas y herramientas modernas necesarias en la práctica de la ingeniería	
-----	--	--

El aporte del curso al logro de los resultados (Outcomes), para la Escuela Profesional de Ingeniería de Computación y Sistemas, se establece en la tabla siguiente:

K = clave

R = relacionado

Recuadro vacío = no aplica

a.	Habilidad para aplicar conocimientos de computación y matemáticas apropiadas para los resultados del estudiante y las disciplinas enseñadas.	
b.	Habilidad para analizar un problema e identificar y definir los requerimientos apropiados para su solución.	
c.	Habilidad para diseñar, implementar y evaluar un sistema basado en computadoras, procesos, componentes o programa que satisfagan las necesidades requeridas.	
d.	Habilidad para trabajar con efectividad en equipos para lograr una meta común.	R
e.	Comprensión de los aspectos y las responsabilidades profesional, ética, legal, de seguridad y social.	R
f.	Habilidad para comunicarse con efectividad con un rango de audiencias.	R
g.	Habilidad para analizar el impacto local y global de la computación en los individuos, organizaciones y la sociedad.	
h.	Reconocer la necesidad y tener la habilidad para comprometerse a un continuo desarrollo profesional.	
i.	Habilidad para usar técnicas, destrezas, y herramientas modernas necesarias para la práctica de la computación.	
j.	Comprensión de los procesos que soportan la entrega y la administración de los sistemas de información dentro de un entorno específico de aplicación.	