



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE

BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Unidad de aprendizaje	ACTIVIDAD DEPORTIVA O ARTÍSTICA III (Deportes)		
Clave	Tipo	Nivel	Semestre
1771	Obligatoria	Básico	Tercero
	Créditos	Horas semana	Horas semestre

2

2

24

Campo disciplinar	Actividades formativas
Propósito del campo disciplinar	Contribuye a desarrollar las competencias generales y específicas que a nivel internacional el egresado debe poseer.
Eje disciplinar	<p>Eje de desarrollo corporal</p> <p>Eje de desarrollo recreativo</p> <p>Eje de fomento deportivo</p> <p>Eje de fomento a la salud</p> <p>Se valora y cuida de sí mismo</p>
Eje transversal	Trabajo colaborativo

Unidades de aprendizaje antecedente	Unidades de aprendizaje simultáneas que se relacionen	Unidades de aprendizaje consecuentes
Actividad Deportiva II	Química Básica Física Básica	Actividad Deportiva IV

Perfil profesional	<p>Licenciado en Educación Física.</p> <p>Competencias docentes en el nivel medio superior acreditadas y certificadas por un programa reconocido por el Padrón de Calidad del SINEMS y/o CONOCER</p>
---------------------------	--

Competencias docentes Requeridas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organiza su formación continua a lo largo de su trayectoria profesional. 2. Domina y estructura los saberes para facilitar experiencias de aprendizaje significativo. 3. Planifica los procesos de enseñanza y de aprendizaje atendiendo al enfoque por competencias, y los ubica en contextos disciplinares, curriculares y sociales amplios. 4. Lleva a la práctica procesos de enseñanza y de aprendizaje de manera efectiva, creativa e innovadora a su contexto institucional. 5. Evalúa los procesos de enseñanza y de aprendizaje con un enfoque formativo. 6. Construye ambientes para el aprendizaje autónomo y colaborativo. 7. Contribuye a la generación de un ambiente que facilite el desarrollo sano e integral de los estudiantes. 8. Participa en los proyectos de mejora continua de su escuela y apoya la gestión institucional.
---	---



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE

BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Caracterización de la unidad de aprendizaje

La unidad de aprendizaje Práctica deportiva III está orientada fundamentalmente a la consolidación de hábitos que logren establecer la práctica constante de una actividad física o deporte como medio para mejorar la salud y la convivencia de los estudiantes.

En las unidades de aprendizaje anteriores práctica deportiva I y II se llega al conocimiento de las bases teóricas y técnicas de las diferentes actividades físicas y disciplinas deportivas que ofrece la Universidad, las cuales servirán para establecer el conocimientos y empleo de los fundamentos estratégicos y tácticos que permitan al alumno desempeñarse de manera óptima en la práctica del deporte de manera formal y/o competitiva.

En esta unidad de aprendizaje los alumnos pondrán en práctica sus competencias físicas, coordinativas, motrices, emocionales y afectivas, mediante la práctica del deporte de su preferencia, fomentando el trabajo colaborativo, los valores y la disciplina que son aspectos indispensables para el cuidado de su salud.

Se realiza dos evaluaciones parciales, consta de dos horas de clase a la semana, y dentro de sus compromisos está la preparación de los estudiantes para participar en las actividades cívicas y deportivas en las que convoquen a la Universidad Autónoma de Campeche.

Propósitos de la unidad de aprendizaje	Ejecuta los fundamentos técnicos específicos y estratégicos durante la práctica del deporte para así evitar posibles lesiones.
Competencias genéricas	1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue. 1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.
Tipo de competencias disciplinares	Básicas H-16 Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el entorno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.
Habilidades socioemocionales (*HSE)	Dimensión Conoce T. Conciencia social

Estructura de la unidad de aprendizaje

Unidad de Competencia I	Fundamentos técnicos específicos
Unidad de Competencia II	Fundamentos estratégicos del deporte



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE

BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Unidad de competencia I	Fundamentos técnicos específico	Sesiones previstas	12
Competencias genéricas	1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.		
Competencias disciplinarias	H-16 Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el entorno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.		
Propósito de la Unidad de Competencia	Demuestra correctamente los fundamentos técnicos específicos contribuyendo a una mejor calidad de vida.		

EJE DISCIPLINAR	CONTENIDOS		APRENDIZAJE ESPERADO	PRODUCTO ESPERADO
	CENTRAL	ESPECÍFICOS		
Eje de desarrollo corporal Eje de desarrollo recreativo Eje de fomento deportivo Eje de fomento a la salud Se valora y cuida de sí mismo	1.Fundamentos Técnicos Específicos 2.Prevenición de lesiones	1.1 Volibol 1.2 Fútbol 1.3 Basquetball 1.4 Banda de guerra 1.5 Handball 1.6 Escolta 1.7 Ajedrez 2.1 Posturas correctas para la ejecución de ejercicios. 2.2 Uso correcto de implementos deportivos.	Aplica de manera correcta los diversos fundamentos técnicos específicos del deporte. Identifica las medidas de prevención para evitar una lesión. Aplica hábitos correctos en la práctica del deporte.	Demuestra de manera práctica la ejecución de los fundamentos técnicos. Elabora materiales de difusión sobre medidas preventivas y hábitos saludables.



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE
BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018**

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Nivel de dominio de la competencia	COMPETENCIA DESARROLLADA	COMPETENCIA EN PROCESO	COMPETENCIA NO DESARROLLADA
	Entrega completa y en tiempo y forma las evidencias. Calificación aprobatoria de 7.00 a 10.00	No cumple correctamente con sus evidencias. Calificación de 6.00 a 6.99.	No cumple correctamente con sus evidencias. Calificación de 6.00 a 6.99.

Secuencia didáctica 1 (12 sesiones)

	Actividades del alumno	Recursos didácticos	Mecanismo de evaluación
Apertura	1.-Realiza una secuencia de calentamiento general y específico. 2.-Ejecuta ejercicios de propiocepción en los movimientos del cuerpo y desplazamientos del deporte en específico. 3.- Desarrollo de habilidades socioemocionales	Conos Balones Cuerdas	heteroevaluación
Desarrollo	1.-Acondicionamiento físico del deporte 2.- Practica los movimientos fundamentales del deporte. 3.- Aplica los fundamentos técnicos específicos, ofensivos y defensivos. 4-Ejecuta los fundamentos técnicos específicos del deporte: 4.1.-Conducción 4.2.-pase-recepcion 4.3.- dribling 4.4.- bote 4.6.- remate 4.7.-saque 4.8.- voleo 4.9.- ritmo 4.10.- secuencia 5.- Identifica las medidas preventivas necesarias para evitar lesiones. 6.- Aplica los hábitos para la conservación de la salud. 7.- Desarrolla habilidades socioemocionales	Conos Cuerdas Balones Cajas polimétricas. Mancuernas. Pelotas medicinales. Barras metálicas. Tapetes. Material bibliográfico digital (tic's) Revistas deportivas. Implementos deportivos de acuerdo al deporte	Heteroevaluación Lista de cotejo.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE

BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Cierre	1.-Desarrollo de habilidades socioemocionales. 2.-Experimenta ejercicios de relajación y respiración.	Cuerdas, laminas, cartulinas, balones,	Coevaluación
---------------	--	--	--------------

Unidad de competencia II	Fundamentos tácticos del deporte	Sesiones previstas	12
Competencias genéricas	1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.		
Competencias disciplinares	H-16 Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el entorno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.		
Propósito de la Unidad de Competencia	Aplica estrategias de juego durante el desarrollo del deporte.		

EJE DISCIPLINAR	CONTENIDOS		APRENDIZAJE ESPERADO	PRODUCTO ESPERADO
	CENTRAL	ESPECÍFICOS		
Eje de desarrollo corporal Eje de desarrollo recreativo Eje de fomento deportivo Eje de fomento a la salud Se valora y cuida de sí mismo	1.Sistemas de juego	1.1 Sistemas de juego	Demuestra las estrategias de juego.	Demuestra sus habilidades en los sistemas de juego del deporte de su elección.
	2.Fundamentos tácticos defensivos	2.1 Sistemas defensivos del deporte	Demuestra sus fortalezas en la aplicación de los sistemas de juego del deporte.	Ejecuta ejercicios y formaciones ofensivas y defensivas en el deporte de su elección.
	3.Fundamentos tácticos ofensivos	3.1 Sistemas ofensivos del deporte		
Nivel de dominio de la competencia	COMPETENCIA DESARROLLADA	COMPETENCIA EN PROCESO	COMPETENCIA NO DESARROLLADA	
	Entrega completa y en tiempo y forma las evidencias.	No cumple correctamente con sus evidencias.	No cumple satisfactoriamente con sus evidencias	



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE
BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018**

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Calificación aprobatoria de 7.00 a 10.00	Calificación de 6.00 a 6.99.	Calificación menor de 6.0
--	------------------------------	---------------------------

Secuencia didáctica 2 (12 sesiones)

	Actividades del alumno	Recursos didácticos	Mecanismo de evaluación
Apertura	1.- Aplica el calentamiento físico general y específico antes de iniciar una actividad deportiva o física. 2.-Demuestra ejercicios de propiocepción en los movimientos del cuerpo y desplazamientos del deporte en específico. 3.- Desarrollo de habilidades socioemocionales.	Conos Cuerdas Balones Escaleras. TICS	Heteroevaluación Lista de cotejo.
Desarrollo	1-Acondicionamiento físico 2-Practica los ejercicios de motricidad inteligente, considerado en el deporte. 3-Practica ejercicios y formaciones defensivas de manera individual y colectiva del deporte de su elección y reconoce su importancia. 4.-practica ejercicios de elaboración de jugadas ofensivas de manera individual y colectiva del deporte y reconoce su importancia. 5.-desarrollo de habilidades socioemocionales	Conos Cuerdas Balones Cajas polimétricas. Mancuernas. Pelotas medicinales. Barras metálicas. Tapetes. Tics Implementos deportivos correctos del deporte	Heteroevaluación Test físico - técnico
Cierre	1.-Desarrollo de habilidades socioemocionales. 2.-Experimenta ejercicios de relajación y respiración.	Balones Cuerdas Conos Pañuelos Aros	Coevaluación Juegos lúdicos.

Fuentes de consulta

Básica

CETINA, REYNA, MARTÍNEZ. Educación Física 1, 2 y 3. México, Editorial Pearson, 1999.

Complementaria

Gran Enciclopedia de los Deportes. 5 vols. Madrid, España, Editorial Cultural, 1994.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CAMPECHE

BACHILLERATO UNIVERSITARIO 2018

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

Electrónica (Bases de datos, bibliotecas virtuales etc.)

http://www.deporteaficionados.org/campeonatos/2008/files/CODA_Reglamento_General_todos_los_deportes.pdf

Plan de evaluación para la unidad de aprendizaje

Aspecto a evaluar	Criterios de evaluación	Ponderación
Participación en clase	1.- Muestra interés a las actividades deportivas propuestas 2.- Ejecuta de manera adecuada las instrucciones que se le piden. 3.- Realiza las actividades o ejercicios propuestos	40%
Producto	1.-Entrega en tiempo y forma el producto 2.-Elabora el producto con limpieza, organización y estructura. 3.- Cumple con la información requerida	20%
Examen	Demuestra sus habilidades físicas y técnicas del deporte de su elección	40%

Elaboración:

LEF. Carlos Horacio Quijano Valdez
LEF. Milton Yasir Romero Arceo
LEF. Marco Vinicio García Rojas
Br. Marcos Eduardo Campos Can

Revisión y actualización

Dra. América B. Pérez Zapata ambperez@uacam.mx

Fecha de aprobación:

Noviembre 2018

Revisión y actualización

Mtra. Teresita de Jesús cárdenas Barrera tcardena@uacam.mx
Mtra. Cristina Romanita Lara Pech crirlara@uacam.mx
Mtra. Karla Selene Caamal Pacheco kscaamal@uacam.mx
Mtro. Carlos Manuel Hernández Torres cmhernan@uacam.mx
Mtro. Marco Vinicio García Rojas mvgarcia@uacam.mx

Fecha de aprobación:

Junio 2024