


<p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA</p>  <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA</p> <p style="text-align: center;">Clave: 08MSU0017H</p> <p style="text-align: center;">FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA</p> <p style="text-align: center;">SECRETARÍA ACADÉMICA</p> <p style="text-align: center;">PROGRAMA DEL SEMINARIO:</p> <p style="text-align: center;">Deportes De combate</p> <p style="text-align: center;">Elaboró:</p> <p style="text-align: center;">Dr. Nayro Isaac Domínguez Gavia</p> <p style="text-align: center;">Colaboró</p>	DES:	SALUD
	Programa Educativo:	Licenciatura en Entrenamiento Deportivo
	Área de Formación:	Optativa
	Área Curricular	Entrenamiento deportivo
	Clave de la materia:	DN104
	Semestre:	7
	Nº de Créditos:	8
	Total de horas por semana:	4
	Horas de teoría:	4
	Horas de taller:	4
	Horas de laboratorio:	0
	Horas de práctica:	0
	Prácticas complementarias (no aplica para el total de horas del semestre):	4
	Trabajo independiente (no aplica para el total de horas del semestre):	
	Total de horas Semestre:	64
Materia (s) prerrequisito (s):	Ninguna	
Fecha de actualización	Enero 2023	

Descripción del curso

Conocer, analizar, resolver y aplicar estrategias relacionadas con la planificación del alto rendimiento en los deportes de combate, así como sus aspectos generales y particulares mediante la preparación física y técnico-táctica. Proponer metodologías que ayuden al egresado como un futuro entrenador exitoso en la preparación de los deportes de combate en el deporte competitivo.

Problema del contexto:

Falta de conocimientos y habilidades en la elaboración y metodología para la preparación en deportes de combate necesarias para desempeñarse en el alto rendimiento deportivo atendiendo y dando respuesta a las necesidades específicas de cada disciplina con sustento de la ciencia aplicada al deporte.

Competencia a desarrollar

- Básica
2. Solución de Problemas: Emplea las diferentes formas de pensamiento, (observación, análisis, síntesis, reflexión, inducción, inferir, deducción, intuición, inteligencias múltiples), para la solución de problemas, aplicando un enfoque sistémico.
 3. Comunicación: Utiliza diversos lenguajes y fuentes de información para comunicarse efectivamente.
 5. Trabajo en equipo y liderazgo: Demuestra comportamientos efectivos al interactuar en equipos y compartir conocimientos, experiencias y aprendizajes para la toma de decisiones y el desarrollo grupal.
- Profesional
9. Principios docentes: Conoce, analiza y aplica teorías y metodologías educativas, con un sentido ético y humanístico, para promover el desarrollo individual y colectivo.

Específica

12. Deporte competitivo: Proveer al estudiante de las bases del proceso de entrenamiento deportivo mediante la investigación, el análisis y la aplicación de los fundamentos técnicos-tácticos, así como aspectos teóricos y prácticos aplicables a reglamentos y jueceo, para el desarrollo del deporte competitivo de tipo olímpico y paralímpico.

13. Ciencias aplicadas al deporte: Integra conocimientos específicos desarrollados en las ciencias del deporte y su relación con diferentes criterios de investigación conforme a las tendencias de evaluación y enseñanza deportiva.

OBJETOS DE ESTUDIO	COMPETENCIAS	DOMINIOS	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>Objeto de estudio 1</p> <p>Introducción a los deportes de combate.</p> <p>1.1. Generalidades</p> <p>1.2. Deportes más populares a nivel global</p> <p>1.3. Competencias</p> <p>1.4. Organismos reguladores</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de Problemas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de problemas</p> <p>1. Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas</p> <p>2. Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones</p> <p>3. Distingue los diferentes tipos de sistemas</p> <p>4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas</p> <p>5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p> <p>6. Aplica el enfoque sistémico en diversos contextos</p>	<p>1 Mesas de dialogo</p> <p>2 Implementación de nuevas estrategias de innovación</p> <p>3 Exposiciones</p> <p>4 Visita a diferentes lugares donde se practiquen esos deportes</p> <p>5 Lectura de artículos científicos</p>	<p>1.- Carpeta digital dividida</p> <p>2.- Trabajo final del objeto</p> <p>3.- Reporte de visita a un lugar donde se impartan dicha disciplina</p> <p>4.- Exposición</p> <p>5.- Presentación de una clase teórico práctica de alguna de las disciplinas (Elegir una)</p>	<p>Examen 100%</p>

		<p>7. Demuestra comportamientos de búsqueda</p> <p>8. Desarrolla el interés y espíritu científicos</p> <p>9.-Asume una actitud responsable por el estudio independiente</p> <p>3. Comunicación</p> <p>1. Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva</p> <p>2. Desarrolla habilidades de lectura e interpretación de textos</p> <p>3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros)</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>4. Demuestra dominio de las habilidades correspondientes a un segundo idioma;</p> <p>leer, escribir, escuchar y hablar, así como</p> <p>la traducción de textos técnicos</p> <p>5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes</p> <p>6. Emplea la estadística en la interpretación de resultados y construcción de conocimiento</p> <p>7. Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal</p> <p>8. Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información</p> <p>9. Desarrolla escritos a partir de procesos de investigación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>1. Participación en la elaboración y</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>2. Desarrolla habilidad de negociación</p> <p>ganar-ganar.</p> <p>3. Interactúa en grupos multidisciplinarios.</p> <p>4. Actúa como agente de cambio.</p> <p>5. Desarrolla y estimula una cultura de</p> <p>trabajo de equipo hacia el logro de una meta común.</p> <p>6. Demuestra respeto, tolerancia,</p> <p>responsabilidad y apertura a la</p> <p>confrontación y pluralidad en el trabajo</p> <p>grupal.</p> <p>7. Respeta, tolera y es flexible ante el</p> <p>pensamiento divergente para lograr</p> <p>acuerdos por consenso.</p> <p>8. Identifica la diversidad y contribuye a la</p> <p>conformación y desarrollo personal y</p> <p>grupal.</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>9. Identifica habilidades de liderazgo y potencialidades de desarrollo grupal.</p> <p>10. Cumple y hace cumplir las normas y leyes establecidas en un contexto social.</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>1. Conoce diferentes corrientes filosófico-educativas.</p> <p>2. Conoce, analiza e interpreta diferentes teorías educativas.</p> <p>3. Analiza fundamenta y aplica diferentes Metodología educativas.</p> <p>4. Planifica, implementa y evalúa su practica docente.</p> <p>5. Elabora propuestas y argumenta soluciones a problemas relacionados con el ámbito educativo.</p> <p>6. Se compromete con el desarrollo humanístico en el</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>desempeño docente.</p> <p>7. Demuestra y promueve valores éticos y organizacionales al interrelacionarse en el ámbito educativo.</p> <p>8. Conoce, analiza e interpreta la política educativa.</p> <p>9. Se compromete e identifica como un promotor del desarrollo social.</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>1. Investiga e identifica las bases y procesos del entrenamiento deportivo como herramienta para crear y aplicar programas y planificaciones efectivas de acuerdo con las necesidades y/o áreas de oportunidad de cada deportista.</p> <p>2. Reconocer la importancia de los</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>fundamentos técnicos-tácticos, y aspectos teóricos, así como también la aplicación de los reglamentos que se manejan en cada deporte.</p> <p>3. Aplica el conocimiento adquirido en clase, referente a los fundamentos teórico-tácticos.</p> <p>4. Identifica problemas en el entorno del deporte, conocimiento y analizando los fundamentos técnico-tácticos de deportes individuales, regulares y paralímpicos.</p> <p>5. Identifica los diferentes tipos de</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>discapacidad y su relación con la práctica deportiva.</p> <p>6. Utiliza parámetros fisiológicos para determinar cargas de trabajo consideradas en la práctica del deporte.</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p> <p>1. Analiza, fundamenta e interpreta la relación entre la ciencia y el deporte</p> <p>2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte.</p> <p>3. Identifica las diferentes corrientes filosóficas y su aplicación en el deporte</p> <p>4. Aplica programas de prevención de lesiones en el ámbito deportivo</p> <p>5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>situación que ponga en riesgo la integridad del deportista</p> <p>6. Propone prácticas seguras deportivas individuales y colectivas en diferentes niveles sociales</p> <p>7. Conoce identifica y aplica evaluaciones pertinentes para conocer el estado físico del deportista, así como la adquisición de los fundamentos técnicos.</p>			
<p>Objeto de estudio 2 Sistemas energéticos en los deportes de combate.</p> <p>2.1. Sistemas energéticos 2.1.1. ATP-PCr 2.1.2. Anaerobio aláctico 2.1.3. Anaerobio láctico 2.1.4. Aerobio 2.2. Continuum energeticum 2.2.1. Tiempos de trabajo según vía energética 2.2.2. Capacidad y potencia de los sistemas energéticos 2.3. Métodos de entrenamiento de los sistemas energéticos</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de Problemas 3. Comunicación 5. Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo 13. Ciencias aplicadas al deporte</p>	<p>Básica 2.Solución de problemas</p> <p>1. Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas 2. Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones 3. Distingue los diferentes tipos de sistemas 4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas 5. Emplea diferentes métodos para</p>	<p>1. Mesas de dialogo</p> <p>2.Exposición docente</p> <p>3.Exposiciones alumnos</p> <p>4.Visita al laboratorio de fisiología del ejercicio</p> <p>5.Lectura de artículos científicos</p>	<p>1.- Carpeta digital dividida en sistemas energéticos</p> <p>2.- Trabajo final del objeto (Mapa conceptual y uno mental)</p> <p>3.- Exposición</p>	<p>Examen 40%</p> <p>Trabajo final 30%</p> <p>Exposición 30%</p>

<p>2.3.1. Predominancia de energía según el deporte de combate</p>		<p>establecer alternativas de solución de problemas</p> <p>6. Aplica el enfoque sistémico en diversos contextos</p> <p>7. Demuestra comportamientos de búsqueda</p> <p>8. Desarrolla el interés y espíritu científicos</p> <p>9.-Asume una actitud responsable por el estudio independiente</p> <p>3. Comunicación</p> <p>1. Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva</p> <p>2. Desarrolla habilidades de lectura e interpretación de textos</p> <p>3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros)</p> <p>4. Demuestra dominio de las habilidades correspondientes</p>			
---	--	--	--	--	--

		<p>a un segundo idioma; leer, escribir, escuchar y hablar, así como la traducción de textos técnicos</p> <p>5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes</p> <p>6. Emplea la estadística en la interpretación de resultados y construcción de conocimiento</p> <p>7. Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal</p> <p>8. Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información</p> <p>9. Desarrolla escritos a partir de procesos de investigación</p> <p>5.Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>1. Participación en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>2. Desarrolla habilidad de negociación ganar-ganar.</p> <p>3. Interactúa en grupos multidisciplinario s.</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>4. Actúa como agente de cambio.</p> <p>5. Desarrolla y estimula una cultura de trabajo de equipo hacia el logro de una meta común.</p> <p>6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.</p> <p>7. Respeta, tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos por consenso.</p> <p>8. Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal.</p> <p>9. Identifica habilidades de liderazgo y potencialidades de desarrollo grupal.</p> <p>10. Cumple y hace cumplir las normas y leyes establecidas en un contexto social.</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>1. Conoce diferentes corrientes filosófico-educativas.</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>2. Conoce, analiza e interpreta diferentes teorías educativas.</p> <p>3. Analiza fundamenta y aplica diferentes Metodología educativas.</p> <p>4. Planifica, implementa y evalúa su practica docente.</p> <p>5. Elabora propuestas y argumenta soluciones a problemas relacionados con el ámbito educativo.</p> <p>6. Se compromete con el desarrollo humanístico en el desempeño docente.</p> <p>7. Demuestra y promueve valores éticos y organizacionales al interrelacionarse en el ámbito educativo.</p> <p>8. Conoce, analiza e interpreta la política educativa.</p> <p>9. Se compromete e identifica como un promotor del desarrollo social.</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>1. Investiga e identifica las bases y procesos del entrenamiento deportivo como herramienta para</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>crear y aplicar programas y planificaciones efectivas de acuerdo con las necesidades y o áreas de oportunidad de cada deportista.</p> <p>2. Reconocer la importancia de los fundamentos técnicos- tácticos, y aspectos teóricos, así como también la aplicación de los reglamentos que se manejan en cada deporte.</p> <p>3. Aplica el conocimiento adquirido en clase, referente a los fundamentos teórico - tácticos.</p> <p>4. Identifica problemas en el entorno del deporte, conocimiento y analizando los fundamentos técnico-tácticos de deportes individuales, regulares y paralímpicos.</p> <p>5. Identifica los diferentes tipos de discapacidad y su relación con la práctica deportiva.</p> <p>6. Utiliza parámetros fisiológicos para determinar cargas de trabajo consideradas en la práctica del deporte.</p>			
--	--	---	--	--	--

13. Ciencias aplicadas al deporte

1. Analiza, fundamenta e interpreta la relación entre la ciencia y el deporte

2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte.

3. Identifica las diferentes corrientes filosóficas y su aplicación en el deporte

4. Aplica programas de prevención de lesiones en el ámbito deportivo

5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la integridad del deportista

6. Propone prácticas seguras deportivas individuales y colectivas en diferentes niveles sociales

7. Conoce identifica y aplica evaluaciones pertinentes para conocer el estado físico del deportista, así como la adquisición de los fundamentos técnicos.

<p>Objeto de estudio 3 Acciones musculares en los deportes de combate</p> <p>3.1. Tipos de acciones musculares</p> <p>3.1.2. Acciones musculares en deportes de combate</p> <p>3.2.2. Entrenamiento mediante planos de movimiento</p> <p>3.2.3. Tracción, empuje y rotación</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de Problemas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p>	<p>Básica</p> <p>2.Solución de problemas</p> <p>1. Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas</p> <p>2. Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones</p> <p>3. Distingue los diferentes tipos de sistemas</p> <p>4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas</p> <p>5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p> <p>6. Aplica el enfoque sistémico en diversos contextos</p> <p>7. Demuestra comportamientos de búsqueda</p> <p>8. Desarrolla el interés y espíritu científicos</p> <p>9.-Asume una actitud responsable por el estudio independiente</p> <p>3. Comunicación</p> <p>1. Desarrolla su capacidad de comunicación</p>	<p>1. Mesas de dialogo</p> <p>2.Exposición docente</p> <p>3.Exposiciones alumnos</p> <p>4.Visita al laboratorio de fisiología del ejercicio</p> <p>5.Lectura de artículos científicos</p>	<p>1.- Examen</p> <p>2.- Trabajo final del objeto (maqueta)</p> <p>3.- Exposición</p>	<p>Examen 40%</p> <p>Trabajo final 30%</p> <p>Exposición 30%</p>
--	--	---	--	--	---

		<p>verbal en forma efectiva</p> <p>2. Desarrolla habilidades de lectura e interpretación de textos</p> <p>3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros)</p> <p>4. Demuestra dominio de las habilidades correspondientes a un segundo idioma; leer, escribir, escuchar y hablar, así como la traducción de textos técnicos</p> <p>5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes</p> <p>6. Emplea la estadística en la interpretación de resultados y construcción de conocimiento</p> <p>7. Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal</p> <p>8. Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>documentos, presentaciones y bases de información</p> <p>9. Desarrolla escritos a partir de procesos de investigación</p> <p>5.Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>1. Participación en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>2. Desarrolla habilidad de negociación ganar-ganar.</p> <p>3. Interactúa en grupos multidisciplinarios.</p> <p>4. Actúa como agente de cambio.</p> <p>5. Desarrolla y estimula una cultura de trabajo de equipo hacia el logro de una meta común.</p> <p>6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.</p> <p>7. Respeta, tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos por consenso.</p> <p>8. Identifica la diversidad y contribuye a la</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>conformación y desarrollo personal y grupal.</p> <p>9. Identifica habilidades de liderazgo y potencialidades de desarrollo grupal.</p> <p>10. Cumple y hace cumplir las normas y leyes establecidas en un contexto social.</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>1. Conoce diferentes corrientes filosófico-educativas.</p> <p>2. Conoce, analiza e interpreta diferentes teorías educativas.</p> <p>3. Analiza fundamenta y aplica diferentes Metodología educativas.</p> <p>4. Planifica, implementa y evalúa su practica docente.</p> <p>5. Elabora propuestas y argumenta soluciones a problemas relacionados con el ámbito educativo.</p> <p>6. Se compromete con el desarrollo humanístico en el desempeño docente.</p> <p>7. Demuestra y promueve valores</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>éticos y organizacionales al interrelacionarse en el ámbito educativo.</p> <p>8. Conoce, analiza e interpreta la política educativa.</p> <p>9. Se compromete e identifica como un promotor del desarrollo social.</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>1. Investiga e identifica las bases y procesos del entrenamiento deportivo como herramienta para crear y aplicar programas y planificaciones efectivas de acuerdo con las necesidades y o áreas de oportunidad de cada deportista.</p> <p>2. Reconocer la importancia de los fundamentos técnicos- tácticos, y aspectos teóricos, así como también la aplicación de los reglamentos que se manejan en cada deporte.</p> <p>3. Aplica el conocimiento adquirido en clase, referente a los fundamentos teórico - tácticos.</p> <p>4. Identifica problemas en el</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>entorno del deporte, conocimiento y analizando los fundamentos técnico-tácticos de deportes individuales, regulares y paralímpicos.</p> <p>5. Identifica los diferentes tipos de discapacidad y su relación con la práctica deportiva.</p> <p>6. Utiliza parámetros fisiológicos para determinar cargas de trabajo consideradas en la práctica del deporte.</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p> <p>1. Analiza, fundamenta e interpreta la relación entre la ciencia y el deporte</p> <p>2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte.</p> <p>3. Identifica las diferentes corrientes filosóficas y su aplicación en el deporte</p> <p>4. Aplica programas de prevención de lesiones en el ámbito deportivo</p> <p>5. Propone una respuesta</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la integridad del deportista</p> <p>6. Propone prácticas seguras deportivas individuales y colectivas en diferentes niveles sociales</p> <p>7. Conoce identifica y aplica evaluaciones pertinentes para conocer el estado físico del deportista, así como la adquisición de los fundamentos técnicos.</p>			
<p>Objeto de estudio 4.- Karate</p> <p>4.1. Historia del karate</p> <p>4.1.2. Características generales</p> <p>4.1.3. Modalidades y Pruebas</p> <p>4.1.4. Kata</p> <p>4.1.5. Kumite</p> <p>4.2. Capacidades físicas en karate</p> <p>4.2.1. Capacidades condicionantes</p> <p>4.2.2. Capacidades determinantes</p> <p>4.3. Modelos de entrenamiento y preparación para un atleta de karate</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de Problemas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p>	<p>Básica</p> <p>2.Solución de problemas</p> <p>1. Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas</p> <p>2. Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones</p> <p>3. Distingue los diferentes tipos de sistemas</p> <p>4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas</p> <p>5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p>	<p>1.Enseñanza de la metodología aplicada al karate</p> <p>2.Exposición docente (Kata y Kumite)</p> <p>3.Exposiciones alumnos</p> <p>4.Visita al dojo</p> <p>5.Lectura de artículos científicos</p>	<p>1.Examen</p> <p>2.Trabajo final</p>	<p>Examen 60%</p> <p>Trabajo final 40%</p>

<p>4.3.1. Entrenamiento de kata</p> <p>4.3.2. Entrenamiento de kumite</p> <p>4.3.3. Entrenamiento durante una clase de karate</p> <p>4.4. Preparación física en karate</p> <p>4.4.1 Elaboración de un ciclo de entrenamiento</p> <p>4.4.2. Puesta a punto para una competencia</p>		<p>6. Aplica el enfoque sistémico en diversos contextos</p> <p>7. Demuestra comportamientos de búsqueda</p> <p>8. Desarrolla el interés y espíritu científicos</p> <p>9.-Asume una actitud responsable por el estudio independiente</p> <p>3. Comunicación</p> <p>1. Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva</p> <p>2. Desarrolla habilidades de lectura e interpretación de textos</p> <p>3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros)</p> <p>4. Demuestra dominio de las habilidades correspondientes a un segundo idioma; leer, escribir, escuchar y hablar, así como</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>la traducción de textos técnicos</p> <p>5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes</p> <p>6. Emplea la estadística en la interpretación de resultados y construcción de conocimiento</p> <p>7. Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal</p> <p>8. Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información</p> <p>9. Desarrolla escritos a partir de procesos de investigación</p> <p>5.Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>1. Participación en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>2. Desarrolla habilidad de negociación ganar-ganar.</p> <p>3. Interactúa en grupos multidisciplinarios.</p> <p>4. Actúa como agente de cambio.</p> <p>5. Desarrolla y estimula una cultura de</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>trabajo de equipo hacia el logro de una meta común.</p> <p>6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.</p> <p>7. Respeta, tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos por consenso.</p> <p>8. Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal.</p> <p>9. Identifica habilidades de liderazgo y potencialidades de desarrollo grupal.</p> <p>10. Cumple y hace cumplir las normas y leyes establecidas en un contexto social.</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>1. Conoce diferentes corrientes filosófico-educativas.</p> <p>2. Conoce, analiza e interpreta diferentes teorías educativas.</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>3. Analiza fundamenta y aplica diferentes Metodología educativas.</p> <p>4. Planifica, implementa y evalúa su practica docente.</p> <p>5. Elabora propuestas y argumenta soluciones a problemas relacionados con el ámbito educativo.</p> <p>6. Se compromete con el desarrollo humanístico en el desempeño docente.</p> <p>7. Demuestra y promueve valores éticos y organizacionales al interrelacionarse en el ámbito educativo.</p> <p>8. Conoce, analiza e interpreta la política educativa.</p> <p>9. Se compromete e identifica como un promotor del desarrollo social.</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>1. Investiga e identifica las bases y procesos del entrenamiento deportivo como herramienta para crear y aplicar programas y planificaciones efectivas de acuerdo con las</p>			
--	--	--	--	--	--

necesidades y o
áreas de
oportunidad de
cada deportista.

2. Reconocer
la importancia de
los fundamentos
técnicos- tácticos,
y aspectos
teóricos, así como
también la
aplicación de los
reglamentos que
se manejan en
cada deporte.

3. Aplica el
conocimiento
adquirido en clase,
referente a los
fundamentos
teórico - tácticos.

4. Identifica
problemas en el
entorno del
deporte,
conocimiento y
analizando los
fundamentos
técnico-tácticos de
deportes
individuales,
regulares y
paralímpicos.

5. Identifica
los diferentes
tipos de
discapacidad y su
relación con la
práctica deportiva.

6. Utiliza
parámetros
fisiológicos para
determinar cargas
de trabajo
consideradas en la
práctica del
deporte.

13. Ciencias
aplicadas al
deporte

1. Analiza,
fundamenta e
interpreta la

		<p>relación entre la ciencia y el deporte</p> <p>2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte.</p> <p>3. Identifica las diferentes corrientes filosóficas y su aplicación en el deporte</p> <p>4. Aplica programas de prevención de lesiones en el ámbito deportivo</p> <p>5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la integridad del deportista</p> <p>6. Propone prácticas seguras deportivas individuales y colectivas en diferentes niveles sociales</p> <p>7. Conoce identifica y aplica evaluaciones pertinentes para conocer el estado físico del deportista, así como la adquisición de los fundamentos técnicos.</p>			
<p>Objeto de estudio</p> <p>5.- Judo</p> <p>5.1. Historia del judo</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de Problemas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p>	<p>Básica</p> <p>2.Solución de problemas</p>	<p>1.Enseñanza de la metodología aplicada al judo</p>	<p>1.Examen</p> <p>2.Trabajo final</p>	<p>Examen 60%</p> <p>Trabajo final 40%</p>

<p>5.1.2. Características generales</p> <p>5.1.3. Modalidades y Pruebas</p> <p>5.1.4. Pelea de pie Randori</p> <p>5.1.5. Técnicas de estrangulación (shime waza)</p> <p>5.1.6. Técnicas de luxación (kansetsu waza)</p> <p>5.2. Capacidades físicas del judo</p> <p>5.2.1. Fuerza aplicada al judo</p> <p>5.2.2. Potencia en el judo</p> <p>5.3. Modelos de entrenamiento y preparación para un atleta de judo</p> <p>5.3.1. Entrenamiento de lanzamientos (uchi komi)</p> <p>5.3.2. Entrenamiento de piso</p> <p>5.4. Preparación física en judo</p> <p>5.4.1. Elaboración de un ciclo de entrenamiento</p> <p>5.4.2. Puesta a punto para una competencia</p>	<p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p>	<p>1. Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas</p> <p>2. Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones</p> <p>3. Distingue los diferentes tipos de sistemas</p> <p>4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas</p> <p>5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p> <p>6. Aplica el enfoque sistémico en diversos contextos</p> <p>7. Demuestra comportamientos de búsqueda</p> <p>8. Desarrolla el interés y espíritu científicos</p> <p>9.-Asume una actitud responsable por el estudio independiente</p> <p>3. Comunicación</p> <p>1. Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva</p> <p>2. Desarrolla habilidades de lectura e interpretación de textos</p>	<p>2.Exposición docente (randori)</p> <p>3.Exposiciones alumnos</p> <p>4.Visita al dojo</p> <p>5.Lectura de artículos científicos</p>		
--	--	---	---	--	--

		<p>3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros)</p> <p>4. Demuestra dominio de las habilidades correspondientes a un segundo idioma; leer, escribir, escuchar y hablar, así como la traducción de textos técnicos</p> <p>5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes</p> <p>6. Emplea la estadística en la interpretación de resultados y construcción de conocimiento</p> <p>7. Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal</p> <p>8. Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información</p> <p>9. Desarrolla escritos a partir de</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>procesos de investigación</p> <p>5.Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>1. Participación en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>2. Desarrolla habilidad de negociación ganar-ganar.</p> <p>3. Interactúa en grupos multidisciplinarios.</p> <p>4. Actúa como agente de cambio.</p> <p>5. Desarrolla y estimula una cultura de trabajo de equipo hacia el logro de una meta común.</p> <p>6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.</p> <p>7. Respeta, tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos por consenso.</p> <p>8. Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal.</p>			
--	--	---	--	--	--

9. Identifica habilidades de liderazgo y potencialidades de desarrollo grupal.
10. Cumple y hace cumplir las normas y leyes establecidas en un contexto social.

Profesional
9. Principios docentes

1. Conoce diferentes corrientes filosófico-educativas.

2. Conoce, analiza e interpreta diferentes teorías educativas.

3. Analiza fundamenta y aplica diferentes Metodología educativas.

4. Planifica, implementa y evalúa su practica docente.

5. Elabora propuestas y argumenta soluciones a problemas relacionados con el ámbito educativo.

6. Se compromete con el desarrollo humanístico en el desempeño docente.

7. Demuestra y promueve valores éticos y organizacionales al interrelacionarse

		<p>en el ámbito educativo.</p> <p>8. Conoce, analiza e interpreta la política educativa.</p> <p>9. Se compromete e identifica como un promotor del desarrollo social.</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>1. Investiga e identifica las bases y procesos del entrenamiento deportivo como herramienta para crear y aplicar programas y planificaciones efectivas de acuerdo con las necesidades y o áreas de oportunidad de cada deportista.</p> <p>2. Reconocer la importancia de los fundamentos técnicos- tácticos, y aspectos teóricos, así como también la aplicación de los reglamentos que se manejan en cada deporte.</p> <p>3. Aplica el conocimiento adquirido en clase, referente a los fundamentos teórico - tácticos.</p> <p>4. Identifica problemas en el entorno del deporte, conocimiento y analizando los</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>fundamentos técnico-tácticos de deportes individuales, regulares y paralímpicos.</p> <p>5. Identifica los diferentes tipos de discapacidad y su relación con la práctica deportiva.</p> <p>6. Utiliza parámetros fisiológicos para determinar cargas de trabajo consideradas en la práctica del deporte.</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p> <p>1. Analiza, fundamenta e interpreta la relación entre la ciencia y el deporte</p> <p>2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte.</p> <p>3. Identifica las diferentes corrientes filosóficas y su aplicación en el deporte</p> <p>4. Aplica programas de prevención de lesiones en el ámbito deportivo</p> <p>5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>integridad del deportista</p> <p>6. Propone prácticas seguras deportivas individuales y colectivas en diferentes niveles sociales</p> <p>7. Conoce identifica y aplica evaluaciones pertinentes para conocer el estado físico del deportista, así como la adquisición de los fundamentos técnicos.</p>			
<p>Objeto de estudio 6.- Boxeo</p> <p>6.1. Generalidades del boxeo</p> <p>6.2. Entrenamiento técnico en boxeo</p> <p>6.2.1. Entrenamiento de golpeo</p> <p>6.2.2. Defensa</p> <p>6.3. Necesidades físicas de un boxeador</p> <p>6.3.1. Resistencia, una capacidad primordial</p> <p>6.3.2. Fuerza general en el boxeador</p> <p>6.3.3. Potencia en el boxeo</p> <p>6.4. Preparación para una pelea</p> <p>6.4.1. Métodos de preparación física</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de Problemas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>Profesional</p> <p>9. Principios docentes</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p>	<p>Básica</p> <p>2. Solución de problemas</p> <p>1. Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas</p> <p>2. Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones</p> <p>3. Distingue los diferentes tipos de sistemas</p> <p>4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas</p> <p>5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p> <p>6. Aplica el enfoque sistémico en diversos contextos</p>	<p>1. Enseñanza de la metodología aplicada al boxeo</p> <p>2. Exposición docente</p> <p>3. Exposiciones alumnos</p> <p>4. Visita a un gimnasio</p> <p>5. Lectura de artículos científicos</p>	<p>1. Examen</p> <p>2. Trabajo final</p>	<p>Examen 60%</p> <p>Trabajo final 40%</p>

<p>6.4.2. Elaboración de un plan de entrenamiento para el boxeo</p>		<p>7. Demuestra comportamientos de búsqueda</p> <p>8. Desarrolla el interés y espíritu científicos</p> <p>9.-Asume una actitud responsable por el estudio independiente</p> <p>3. Comunicación</p> <p>1. Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva</p> <p>2. Desarrolla habilidades de lectura e interpretación de textos</p> <p>3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros)</p> <p>4. Demuestra dominio de las habilidades correspondientes a un segundo idioma; leer, escribir, escuchar y hablar, así como la traducción de textos técnicos</p>			
---	--	--	--	--	--

		<p>5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes</p> <p>6. Emplea la estadística en la interpretación de resultados y construcción de conocimiento</p> <p>7. Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal</p> <p>8. Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información</p> <p>9. Desarrolla escritos a partir de procesos de investigación</p> <p>5.Trabajo en equipo y liderazgo</p> <p>1. Participación en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>2. Desarrolla habilidad de negociación ganar-ganar.</p> <p>3. Interactúa en grupos multidisciplinarios.</p> <p>4. Actúa como agente de cambio.</p> <p>5. Desarrolla y estimula una cultura de trabajo de equipo hacia el logro de una</p>			
--	--	--	--	--	--

meta común.
6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.
7. Respeta, tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos por consenso.
8. Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal.
9. Identifica habilidades de liderazgo y potencialidades de desarrollo grupal.
10. Cumple y hace cumplir las normas y leyes establecidas en un contexto social.

Profesional
9. Principios docentes

1. Conoce diferentes corrientes filosófico-educativas.
2. Conoce, analiza e interpreta diferentes teorías educativas.
3. Analiza fundamenta y aplica diferentes

		<p>Metodología educativas.</p> <p>4. Planifica, implementa y evalúa su practica docente.</p> <p>5. Elabora propuestas y argumenta soluciones a problemas relacionados con el ámbito educativo.</p> <p>6. Se compromete con el desarrollo humanístico en el desempeño docente.</p> <p>7. Demuestra y promueve valores éticos y organizacionales al interrelacionarse en el ámbito educativo.</p> <p>8. Conoce, analiza e interpreta la política educativa.</p> <p>9. Se compromete e identifica como un promotor del desarrollo social.</p> <p>Específica</p> <p>12. Deporte competitivo</p> <p>1. Investiga e identifica las bases y procesos del entrenamiento deportivo como herramienta para crear y aplicar programas y planificaciones efectivas de acuerdo con las necesidades y o áreas de</p>			
--	--	---	--	--	--

		<p>oportunidad de cada deportista.</p> <p>2. Reconocer la importancia de los fundamentos técnicos- tácticos, y aspectos teóricos, así como también la aplicación de los reglamentos que se manejan en cada deporte.</p> <p>3. Aplica el conocimiento adquirido en clase, referente a los fundamentos teórico - tácticos.</p> <p>4. Identifica problemas en el entorno del deporte, conocimiento y analizando los fundamentos técnico-tácticos de deportes individuales, regulares y paralímpicos.</p> <p>5. Identifica los diferentes tipos de discapacidad y su relación con la práctica deportiva.</p> <p>6. Utiliza parámetros fisiológicos para determinar cargas de trabajo consideradas en la práctica del deporte.</p> <p>13. Ciencias aplicadas al deporte</p> <p>1. Analiza, fundamenta e interpreta la relación entre la</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>ciencia y el deporte</p> <p>2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte.</p> <p>3. Identifica las diferentes corrientes filosóficas y su aplicación en el deporte</p> <p>4. Aplica programas de prevención de lesiones en el ámbito deportivo</p> <p>5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la integridad del deportista</p> <p>6. Propone prácticas seguras deportivas individuales y colectivas en diferentes niveles sociales</p> <p>7. Conoce identifica y aplica evaluaciones pertinentes para conocer el estado físico del deportista, así como la adquisición de los fundamentos técnicos.</p>			
--	--	---	--	--	--

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Beneke, R., Beyer, T., Jachner, C., Erasmus, J., & Hütler, M. (2004). Energetics of karate kumite. <i>European journal of applied physiology</i> , 92 (4-5), 518-523.	Las evaluaciones y sus ponderaciones varían según el objeto de estudio y están explícitas en cada uno de ellos.

- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2007). *Periodización del entrenamiento deportivo*. Paidotribo.
- Bosco, C. (1987). Valoraciones funcionales de la fuerza dinámica, de la fuerza explosiva y de la potencia anaeróbica aláctica con los test de Bosco. *Apunts Medicina de l'Esport (Castellano)*, 24(093), 151-156.
- Brown, L. E., & Weir, J. P. (2001). Recomendación de Procedimientos de la ASEP (Sociedad Americana de Fisiólogos del Ejercicio): Evaluación Exacta de la Fuerza y la Potencia Muscular-G-SE/Editorial Board/Dpto. Contenido. *PubliCE*.
- Cervera, V. O. (1999). Entrenamiento de fuerza y explosividad para la actividad física y el deporte de competición (Vol. 303). Inde.
- García, R. (2007). Fuerza, su clasificación y pruebas de valoración. *Revista de la facultad de educación, Universidad de Murcia*, 2-10.
- García, R. H., & Luque, G. T. (2011). Preparación física integrada en deportes de combate. *E-balonmano. com: revista de Ciencias del Deporte*, 7, 31-38.
- González-Badillo, J.J., Marques, M.C., & Sánchez-Medina, L. (2011). The importance of movement velocity as a measure to control resistance training intensity. *Journal of Human Kinetics*. 29, (15)
- González Núñez, A. M., & Pedroso Martínez, C. A. (2017). Teoría y metodología del entrenamiento del taekwondo.
- Ioannides, C., Apostolidis, A., Hadjicharalambous, M., & Zaras, N. (2020). Effect of a 6-week plyometric training on power, muscle strength, and rate of force development in young competitive karate athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 20 (4), 1740-1746.
- Lopez, J. C., & Fernandez, A. V. (2006). *Fisiología del ejercicio/Physiology of Exercise*. Ed. Médica Panamericana.
- Naclerio Ayllón, F. J. (2010). *Entrenamiento deportivo: fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes*.
- Naclerio, F., Rodríguez, G., & Forte, D. (2009). Determinación de las zonas de entrenamiento de fuerza explosiva y potencia por medio de un test de saltos con pesos crecientes. *Revista Kronos*, 8(15).
- Platonov, V. N., & Bulatova, M. (2007). La preparación física (Vol. 3). Editorial Paidotribo.
- Raposo, A. V. (2000). *Planificación y organización del entrenamiento deportivo* (Vol. 24). Editorial Paidotribo.
- Rodríguez, J. R. (2003). La enseñanza del judo mediante una metodología activa. Una propuesta de entrenamiento integrado. *Lecturas: Educación física y deportes*, (64), 14.

Trancoso, M. A. P. (2019). Variables del entrenamiento que afectan al rendimiento en karate-do. *Habilidad Motriz*, 53, 48.

"Educar para la vida, a través del movimiento"

CRONOGRAMA DEL AVANCE PROGRAMÁTICA

SEMANAS

Objetos de Estudios	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de estudio 1:	X	X														
Objeto de estudio 2:			X	X												
Objeto de estudio 3:					X	X										
Objeto de estudio 4:							X	X	X	X						
Objeto de estudio 5:										X	X	X	X			
Objeto de estudio 6:													X	X	X	X

"Educar para la vida, a través del movimiento"

ANEXOS:

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

-Colocar un instrumento por hoja (formato), puede incluir instrucciones si aplica-