

**Código:** 2000-F-619

**Versión:** 01

**Emisión:** 22 - 07 - 2014

**Página** 1 de 10

**IDENTIFICACIÓN**
**DIVISIÓN/ VUAD:**
**FACULTAD/ DEPARTAMENTO/ INSTITUTO:**

DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y FORMACIÓN INTEGRAL

**PROGRAMA ACADÉMICO:**
**NOMBRE DEL DOCENTE:**

SMITH MATEUS FERRO, Docente Líder Cátedra de Formación Física Integral: Henri Didon

**DENOMINACIÓN DEL ESPACIO ACADÉMICO**

CÁTEDRA DE FORMACIÓN FÍSICA INTEGRAL: HENRI DIDON

**CÓDIGO DEL ESPACIO ACADÉMICO:**

95170

**CARÁCTER DEL ESPACIO ACADÉMICO:**

Teórico

Teórico - práctico

Práctico

NUMERO DE CRÉDITOS	NUMERO DE HORAS DE T.P.	NUMERO DE HORAS T.I.
0 CREDITOS <sup>1</sup>	4 HORAS A LA SEMANA	1 HORAS/SEMANA

**METODOLOGÍA DEL ESPACIO:**

Presencial

Virtual

Distancia

PRERREQUISITOS	N/A	PERTENECE AL COMPONENTE OBLIGATORIO	PERTENECE AL COMPONENTE FLEXIBLE
	X	X	

CORREQUISITOS	N/A	PERTENECE AL COMPONENTE OBLIGATORIO	PERTENECE AL COMPONENTE FLEXIBLE

<sup>1</sup> Según Acuerdo Del Consejo Superior N° 28 Del 16 De Octubre 2013

### UBICACIÓN DEL ESPACIO ACADÉMICO

Se ubica dentro del componente obligatorio de la Formación Institucional, en el primer periodo académico del plan de estudios de cada programa de pregrado de la USTA.

### PROPÓSITOS DEL ESPACIO ACADÉMICO

A través de la cátedra Henri Didon se apoya el proceso de formación integral por el que propende la Universidad, brindando elementos teóricos y prácticos para que los estudiantes puedan llegar a establecer hábitos saludables que les ayuden a una mejor calidad de vida, desde tres áreas fundamentales:

1. Recreación y Deporte
2. Salud física
3. Salud mental

Además, al tratarse de un espacio lúdico – recreativo, con este espacio formativo se busca lograr la integración de la familia tomasina desde el primer semestre.

### ARTICULACIÓN CON EL NÚCLEO PROBLÉMICO

Siendo *la desigualdad creciente, la instrumentalización de los cuerpos y la naturaleza, la crisis de la democracia y de los sentidos trascendentales demanda el estudio de las problemáticas que afectan al ser humano en el establecimiento de sus relaciones éticas para que el tomasino genere procesos de transformación social y humana en sus diversos contextos*, el núcleo problémico del Departamento de Humanidades, la cátedra Henri Didon aporta elementos de comprensión relacionados a la urgente necesidad de la valoración y cuidado del cuerpo, por lo que desde el espacio académico se problematiza en torno a las siguientes preguntas. .

- ¿Cómo las conductas pueden generar alteraciones en el estilo de vida?
- El estilo de vida se ve afectado por los comportamientos de las personas frente a los diferentes estímulos recibidos por el entorno bio psicosocial que determinan su actuar en comunidad.
- ¿Cómo las Actividades Recreo Deportivas influyen en las relaciones intra e inter personales y su transición al diario vivir?
- Las Actividades Recreo Deportivas pueden influenciar en las relaciones intra e inter personales, por medio de la generación de conciencia, donde pueda reconocerse y reconocer su entorno, ya que son éstas las que propician e inciden en la percepción y reflexión sobre la realidad.
- ¿cómo las Actividades Recreo Deportivas promueven valores éticos en el contexto socio cultural?
- Las Actividades Recreo Deportivas pueden contribuir para la promoción de valores éticos desde la experiencia corporal, a partir de actividades que fomenten la inclusión, el trabajo en equipo, la honestidad, el respeto, la tolerancia y la responsabilidad, que a su vez favorecen la formación humana dentro del contexto sociocultural.

**METODOLOGÍA**

El Departamento de Humanidades y Formación Integral se caracteriza por la formación humanista. De tal modo que la Cátedra de Henri Didon presupone un contenido mínimo previo de los principales conceptos referentes a hábitos de vida, ejercicio, deporte y actividad física, por esta razón es importante para la Cátedra que el proceso de *promotio* del estudiante corresponda a la formación humanística e integral con la que está comprometida la Universidad en su perspectiva misional institucional, a partir del Modelo pedagógico de la universidad, se comprende la relación docente estudiantes como una relación dialógica en la que ambos son actores del proceso pedagógico y cuyo propósito principal está centrado en desarrollar habilidades y promover así el discernimiento humanístico.

Con este plan se busca que en los momentos de presencialidad con acompañamiento del docente en las actividades propuestas el estudiante participe activamente y contribuya a la solución de las situaciones motrices planteadas ya sea en trabajo en equipo o autónomo.

La metodología se desarrollará siguiendo el esquema:

1. Planteamiento del problema motriz, búsqueda de alternativas de solución, discusión y profundización.
2. El docente asume la orientación de la problemática, la discusión y profundización del tema por medio de la práctica.
3. El estudiante, por su parte, se hace responsable de la consulta e investigación bibliográfica o de campo y de la aplicación de los cuestionarios de Moodle.

La cátedra maneja la dinámica de “rotaciones”, puesto que por disponibilidad de escenarios y material, los grupos en diferentes fechas están participando de las temáticas planteadas para el primer y/o segundo corte respectivamente, orientado por un “Cronograma General de temáticas y asignación de puntos”, de donde se diseña el cronograma de rotaciones que guiará el programa académico de la cátedra. Por lo anterior, la cátedra desarrolla su propósito de manera transversal, implementándose según las temáticas asignadas en cada corte.

**CONOCIMIENTOS PREVIOS PARA INICIAR EL ABORDAJE DEL ESPACIO ACADÉMICO**

**COMPRENDER:** Analizar, interpretar, sintetizar, argumentar, conocimiento de los principios, conceptos, teorías, lenguajes y métodos y la capacidad de re contextualización de la los hábitos de vida saludable de acuerdo a los propósitos de formación personal y su relación con la profesional.

**HACER:** Desarrollo de habilidades y destrezas motrices propias de la cátedra, crear estilos de vida saludable que favorezcan su desarrollo personal y social.

**OBRAR:** Respeto, solidaridad, sentido crítico-propositivo y re significación de aprendizajes desarrollados a partir de la interacción, apertura y reconocimiento del otro como interlocutor válido y desarrollo de la sensibilidad y la responsabilidad.

**COMUNICAR:** Escucha, expresión verbal clara, capacidad para expresar las inquietudes propias, dominio de lenguajes específicos de la asignatura, capacidad para presentar propuestas, uso de los lenguajes tecnológicos, manejo de recursos simbólicos y capacidad para el trabajo en equipo.

**DIMENSIONES DE LA ACCIÓN HUMANA, COMPETENCIAS, CONTENIDOS Y ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS A DESARROLLAR**

S E M A N A / S E S I Ó N	COMPETENCIA	GENÉRICA (G)/ ESPECÍFICA (E)		COMPRENDER	OBRAR	HACER	COMUNICAR	UNIDADES TEMÁTICAS/ EJES TEMÁTICOS/ CONTENIDOS	ESTRATEGIA(S) DIDÁCTICA(S)	ESTRATEGIA(S) EVALUATIVA(S)
		G	E							
1	Identifica la intencionalidad de la Cátedra de Formación Física Integral Henri Didon y su consolidación con el humanismo en la universidad mediante actividades lúdicas.		X	X			x	*Inducción Henri Didon *Actividad Lúdica: Reglamento	*Exposición generalidades cátedra Henri Didon. *Lectura reglamento.	*Sesiones grupales *Cuestionario lúdico reglamento. *Sistema de puntos
2	Aplica elementos básicos del deporte integrándolos en la interacción con sus pares por medio de actividades y ejercicios recreo deportivos.	X				x	x	*Atletismo Pista *Voleibol	*Ejercicios técnicos *Práctica de la técnica y reglamento del deporte.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
3	Reconoce los elementos de las relaciones sociales a través de la interacción y la toma de decisiones para la resolución de conflictos.		X	x			x	*Liderazgo y trabajo en equipo. *Metodología experiencial.	* Actividad teórico-práctica enfocada al liderazgo, la auto estima, la comunicación, el trabajo en equipo y las habilidades blandas.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
4	Soluciona dificultades que se representan en su corporalidad en el desarrollo de la actividad en un medio alternativo por medio de ejercicios de flotación y desplazamiento.		X			X	x	*Experiencias en el medio acuático	*Ambientación y taller práctico en el agua.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
5	Reconoce los hábitos de vida mediante el ejercicio reflexivo y práctico de antropometría.		X		x		x	*Taller Antropometría	*Taller de análisis antropométrico *Charla hábitos de vida saludable	*Sesiones grupales *Sistema de puntos

**Código: 2000-F-619**
**Versión: 01**
**Emisión: 22 - 07 - 2014**
**Página 5 de 10**

6	Vivencia los fundamentos técnicos del deporte a través de actividades recreo deportivas y acciones motrices. Practica la segunda lengua a través de la plataforma Moodle.	X				x	x	*Baloncesto *Ultimate	*Taller Moodle segunda lengua *Ejercicios técnicos *Práctica de la técnica y reglamento del deporte.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos *Cuestionario Moodle
7	Vivencia los fundamentos técnicos del deporte a través de actividades recreo deportivas y acciones motrices.	X				x	x	*Balonmano * Atletismo Campo	*Ejercicios técnicos *Práctica de la técnica y reglamento del deporte.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
8	Genera estrategias alternativas para el trabajo en equipo que conlleven a la construcción se diferentes retos.		X			x	x	*Reto Lúdico *Entrega de notas primer corte	*Juegos lúdicos por estaciones. *Socialización de valoración académica.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
9	Identifica movimientos y posturas fundamentales del cuerpo humano presentes en acciones psico motoras desde la práctica de la halterofilia y las nuevas tendencias deportivas. Vivencia los fundamentos técnicos del deporte a través de actividades recreo deportivas y acciones motrices.	x				x	x	*Softbol *Ajuste postural fuerza y resistencia	*Ejercicios técnicos *Práctica de la técnica y reglamento del deporte *Identificación y desarrollo de ejercicios de varias de las 9 posturas básicas del crossfit.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
10	Vivencia los fundamentos técnicos del deporte a través de actividades recreo deportivas y acciones motrices.					x	x	*Fútbol Sala *Tenis de Campo	*Ejercicios del gesto técnico *Práctica de la técnica y reglamento del deporte.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
11	Vivencia los fundamentos técnicos del deporte y los juegos tradicionales a través de actividades recreo deportivas y acciones motrices.					x	x	*Hockey * Juegos Tradicionales	*Ejercicios del gesto técnico *Práctica de la técnica y reglamento del deporte *Juegos autóctonos, reglas.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
12	Experimenta la integración con la comunidad educativa desde actividades deportivas, lúdicas y recreativas que fomentan la competencia, el trabajo en equipo y el juego limpio.		X	X		X	x	*Actividad de Integración	*Ejercicios y práctica de la técnica y reglamento del deporte por medio de torneos de integración	*Sesiones grupales *Sistema de puntos

**Código: 2000-F-619**
**Versión: 01**
**Emisión: 22 - 07 - 2014**
**Página 6 de 10**

13	Practica actividades para el desarrollo de las capacidades físicas básicas y condicionales por medio de un circuito de rotación.		X				x	x	*Capacidades Físicas: velocidad y flexibilidad. *Coordinación	*Trabajo práctico de capacidades físicas con recomendaciones para trabajar las capacidades físicas. *Actividades motrices básicas y complejas.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
14	Vivencia los fundamentos técnicos del deporte a través de actividades recreo deportivas y acciones motrices. Practica la segunda lengua a través de la plataforma Moodle.	X					x	x	*Bádminton *Fútbol	*Taller moodle segunda lengua *Práctica de la técnica y reglamento del deporte	*Sesiones grupales *Sistema de puntos *Cuestionario Moodle
15	Experienciar las habilidades básicas motrices a través de pruebas y ejercicios que fortalecen el trabajo en equipo.		X				x	x	*Festival de habilidades.	*Actividad de retos motrices.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos
16	Reflexiona sobre el resultado valorativo individual por medio de los parámetros definidos en la cátedra en dialogo directo con el docente.		X	X				x	*Reconocimiento a estudiantes *Entrega de notas segundo corte	*Reconocimiento a estudiantes destacados. *Socialización de proceso valorativo.	*Sesiones grupales *Sistema de puntos

**Código:** 2000-F-619

**Versión:** 01

**Emisión:** 22 - 07 - 2014

**Página 8 de 10**
**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

Sistema por puntos desde el Departamento de Humanidades y Formación Integral.

La calificación por puntos pretende el desarrollo de la cátedra basado en un proceso educativo que hace énfasis en el aprendizaje acumulativo de cada estudiante, de tal manera, que no se toma solo el promedio de las notas, sino, el resultado de un trabajo "in crescendo" a partir de la evaluación de las competencias básicas hasta las fundamentales. Además, permite en forma sencilla y clara el análisis de las dificultades específicas para cada uno de los estudiantes en determinadas competencias, dando la posibilidad al docente de realizar un acompañamiento más directo al estudiante en la solución de problemáticas y dificultades académicas para contribuir con la disminución de la deserción estudiantil como lo plantea la UDIES y el MEN.

En la práctica la calificación por puntos permite asignar a las distintas actividades un peso evaluativo adecuado y coherente, estableciendo con claridad los criterios mediante los cuales el estudiante es evaluado. Esto permite una retroalimentación más clara, que el estudiante conozca de antemano sobre qué va a ser evaluado y el valor asignado a cada uno de los elementos que configuran la calificación de la actividad.

El Departamento de Humanidades establece los siguientes criterios para la evaluación por puntos para la cátedra de Formación Física Integral Henri Didon: Se trabajan dos cortes, con los porcentajes asignados para cada uno de ellos: 1) 50% y 2) 50%. La nota digitada en el SAC corresponde al equivalente en puntos que el estudiante logre durante el proceso, es decir, si son 80 puntos estos se dividen por 2, siendo su nota en cuatro punto cero (4.0).

A continuación se relaciona la tabla del sistema de puntos de la cátedra Henri Didon:

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>ACTIVIDAD PARA EVALUAR</b>	<b>PUNTOS</b>
<b>Taller grupal teórico práctico</b>	<i>Inducción</i>	3
	<i>Juego de Reglamento</i>	6
	<i>Antropometría</i>	6
	<i>Taller de Recomendaciones de hábitos de vida saludable</i>	6
	<i>Liderazgo, trabajo en equipo y metodología experiencial</i>	12
<b>Trabajo práctico en actividades físico Deportivas</b>	<i>Deportes con Balón</i>	
	<i>Futbol</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Voleibol</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Baloncesto</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Balonmano</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Futbol Sala</i>	5
<i>Taller Moodle</i>	1	
	<i>Deportes con Elementos</i>	

	<i>Hockey</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Bádminton</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Ultimate</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Softbol</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Tenis de Campo</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
<i>Deportes de Tiempo y Marca:</i>		
	<i>Atletismo Pista</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Atletismo Campo</i>	5
	<i>Taller Moodle</i>	1
	<i>Experiencias en el medio acuático</i>	10
	<i>Taller Moodle</i>	2
<i>Capacidades y Habilidades Físicas</i>		
	<i>Reto Lúdico</i>	6
	<i>Coordinación</i>	6
	<i>Capacidades físicas: Velocidad y Flexibilidad</i>	6
	<i>Juegos Tradicionales</i>	6
	<i>Festival de habilidades</i>	10
	<i>Ajuste Postural: Fuerza y resistencia</i>	6
	<i>Actividad de Integración</i>	12
<b>Trabajo individual en Moodle de Evaluación de la lectura en segundo idioma</b>	<i>Cuestionario en segunda lengua primer corte</i>	10
	<i>Cuestionario en segunda lengua segundo corte</i>	10
<b>Evaluación Formativa</b>	<i>Entrega de notas primer corte</i>	3
	<i>Entrega de notas segundo corte</i>	3
	<i>Reconocimiento estudiantil</i>	5

**BIBLIOGRAFIA, WEBGRAFIA Y OTRAS FUENTES**

Cummins, R. A. Moving from the quality of life concept to a theory. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49, 699-706. 2004.

Camerino Foquet Oleguer y Castañer Balcells Martha: 1001 ejercicios y juegos de recreación, Editorial Paidotribo, Barcelona, Sexta Edición. 2008

Hurtado Herrera Deibar. Corporeidad y motricidad. Una forma de mirar los saberes del cuerpo. *Educ. Soc.*, Campinas, vol. 29, n. 102, p. 119-136, 2008.

León Ariza, Henry Humberto. *Modulo Cátedra Formación Física Integral Henri Didon*. Editorial USTA. 2012



**Código:** 2000-F-619

**Versión:** 01

**Emisión:** 22 - 07 - 2014

**Página** 10 de 10

Lussier Robert y Achua Christopher: Liderazgo, Teoría, Aplicación y Desarrollo de Habilidades, Editorial Cengage Learning, México D.F. 2010.

Mirella Riccardo: Las nuevas metodologías del entrenamiento de la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad, Editorial Paidotribo, Barcelona, 2001.

Mounier Emmanuel: El Personalismo; Editorial El Buho, Bogotá, 1.991.

Papalia Diane E. Y Olds Sally W. : Desarrollo Humano, McGraw Hill, 2012

Paredes Ortiz Jesús. Desde la corporeidad a la cultura. Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 62 - Julio de 2003.

Pinos Quilez Martín: Juegos de Aventura; Editorial Paidotribo, Barcelona, Primera Edición, 2001.

Ruiz, G. Los valores en el deporte. Revista de Educación, núm. 335 (2004), pp. 9-19.

Urzúa M. Alfonso. Calidad de vida relacionada con la salud: Elementos conceptuales. Rev Med Chile; 138: 358-365. 2010.

Weinberg Robert y Gould Daniel: Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico, Panamericana, 2007.

Weineck Jurgen: Salud, ejercicio y deporte; Editorial Paidotribo, Barcelona, Primera Edición 2001.

**WEBGRAFÍA**

El calentamiento. Daniel Muñoz Rivera, Lic. Educación Física. España. [www.efdeportes.com/.../el-calentamiento-en-educacion-fisica.htm](http://www.efdeportes.com/.../el-calentamiento-en-educacion-fisica.htm).

Las capacidades físicas básicas. Daniel Muñoz Rivera, Lic. Educación Física. España. [www.efdeportes.com/.../capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm](http://www.efdeportes.com/.../capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm)

La concepción del sedentarismo y sus consecuencias, Henry Humberto León, Lic. MD, Carlos Enrique Melo, MD, Aura Catalina Zea. Revista: Sol de Aquino (2009), Número 7, pg. 49-56, ISSN: 1692-8105

<b>FIRMA DEL DOCENTE</b>	<b>V°B° COORDINADOR DE ÁREA, MÓDULO Y/O CAMPO DE FORMACIÓN</b>
SMITH ROBERTO MATEUS FERRO	

**FECHA DE ELABORACIÓN:**

DD	MM	AA
01	08	2014

**FECHA DE ACTUALIZACIÓN:**

DD	MM	AA
18	07	2018