

Año/Semestre	2020/2
Area	Ciencias Médicas y de la Salud
Asignatura EFI	FISD403-DEPORTES Y ENTRENAMIENTO FISICO
Nueva Asignatura EFI	No
Nombre Asignatura EFI	
N° de Horas	3

Resultados de Aprendizajes

Resultado de Aprendizaje	Estrategia Didáctica	Procedimientos de Evaluación: Instrumentos	Creado por	Creado	ID
Ejecuta diferentes secuencias de movimiento corporal beneficiosas para la salud.	Cátedra y talleres prácticos: Se desarrollarán sesiones de actividad física en formato virtual que permita al estudiante la práctica permanente de actividad física.	Aplicación de test para conocer estado inicial y final de los estudiantes. Se aplica una rúbrica para evaluar el avance personal de cada estudiante.	Erik Barra Urra	26/09/2020 10:56	89
Aplica metodologías para la realización de entrenamiento físico, tales como HIIT, funcional, concurrentes, sobre cargas adaptadas, entre otras actuales.	Cátedra y Talleres prácticos: Se aplicarán diversas metodologías de entrenamiento que permitan al estudiante conocerlas y diferenciarlas en sus características.	Socializa en equipos las diferentes metodologías. Se aplicará una rúbrica para evaluar el trabajo socializado.	Erik Barra Urra	26/09/2020 10:57	90

Descripción (Tipo Catalogo)

Electivo de Formación integral teórico y práctico, que contribuye al desarrollo de una de las competencias genéricas consagradas en el Proyecto Educativo Institucional (PEI). Trabajo en equipo: Integra equipos de trabajo generando sinergia entre los miembros, para alcanzar objetivos personales y grupales. El nivel de desarrollo es el inicial para manejar las bases conceptuales y modelos que le permiten al estudiante desarrollar la competencia. Además, tributa a la dimensión corporal. El objetivo final del EFI será que el alumno mejore su condición física inicial a través de trabajo aeróbico y ejercicios musculares de diferentes complejidades. Además de conocer y aplicar conceptos básicos referidos a deporte y entrenamiento físico.

Metodologías de Evaluación

Tipo de Evaluación	Descripción	Porcentaje
Práctica	1.- 25% 2.- 25% 3.- 25% 4.- 25%	100,0 %

Horario

Día	Hora	Sala
Miércoles	12:00 a 13:30 HRS.	gimnasio 1

Día	Hora	Sala
Viernes	12:00 a 13:30 HRS.	gimnasio 1
Cupo Mínimo	12	
Cupo Máximo	20	
Departamento EFI	Servicio de Deportes UA	
Revisado Departamento	 Si	
Estado	 Solicitado	
Académico EFI	Fabian Paz Martínez	