



## I. INFORMACIÓN GENERAL

<b>CURSO</b>	:	Intro. a la Psicol. del Deporte y la Actv. Física
<b>CÓDIGO</b>	:	DT33
<b>CICLO</b>	:	201701
<b>CUERPO ACADÉMICO</b>	:	<b>Lozano Vasquez, Leonel Mario</b>
<b>CRÉDITOS</b>	:	3
<b>SEMANAS</b>	:	16
<b>HORAS</b>	:	3 H (Teoría) Semanal
<b>ÁREA O CARRERA</b>	:	Administración y Negocios del deporte

## II. MISIÓN Y VISIÓN DE LA UPC

Misión: Formar líderes íntegros e innovadores con visión global para que transformen el Perú.

Visión: Ser líder en la educación superior por su excelencia académica y su capacidad de innovación.

## III. INTRODUCCIÓN

El curso de Planificación Deportiva en el deporte de salud y recreativo es un curso específico de la carrera de Administración y Negocios del Deporte, de carácter teórico práctico, que busca desarrollar el pensamiento crítico del estudiante en relación a las implicancias e importancia de la salud y el deporte recreativo, en la planificación de las actividades deportivas.

## IV. LOGRO (S) DEL CURSO

El curso permite a los estudiantes adquirir conocimientos que le permitan planificar en los distintos escenarios de la salud y el deporte recreativo, entendiendo sus componentes en sus diferentes dimensiones.

## V. UNIDADES DE APRENDIZAJE

### UNIDAD N°: 1 ASPECTOS DE LAS CIENCIAS DEL DEPORTE

#### LOGRO

El alumno expresa la importancia y necesidad de las ciencias del deporte en la planificación del deporte recreativo y la salud.

#### TEMARIO

- 1.1 Anatomía
- 1.2 Fisiología
- 1.3 Biomecánica
- 1.4 Composición corporal
- 1.5 Nutrición
- 1.6 Psicología
- 1.7 Ergonomía

**HORA(S) / SEMANA(S)**

1,2,3,4,5,6,7 y 8

**UNIDAD N°: 2 ACTIVIDAD FISICA EN POBLACIONES ESPECIALES****LOGRO**

Al finalizar la unidad el estudiante será capaz de comprender y analizar la necesidad de la prescripción de la actividad física, para la salud y el deporte recreativo.

**TEMARIO**

- 1.1 La consulta inicial y clasificación de riesgo.
- 1.2 "Exercise is medicine" como estrategia mundial
- 1.3 Prescripción de la actividad física en poblaciones especiales

**HORA(S) / SEMANA(S)**

9, 10

**UNIDAD N°: 3 POLITICAS PUBLICAS DE SALUD Y ACTIVIDAD FISICA****LOGRO**

Al finalizar la unidad el estudiante comprende la importancia de generar e implementar políticas públicas de salud y actividad física, así como a ser parte activa de la sociedad civil.

**TEMARIO**

- 1.1 Gestión pública en la salud y la actividad física
- 1.2 Ciudades saludables en el mundo
- 1.3 Primeros auxilios en deportes masivos

**HORA(S) / SEMANA(S)**

11,12,13

**UNIDAD N°: 4 ESTRATEGIAS PUBLICO ¿ PRIVADAS RELACIONADAS AL DEPORTE.****LOGRO**

Al finalizar la unidad el estudiante reconoce la importancia del ejercicio en la salud de las personas y discute posibilidades de implementación de servicios proporcionados por instituciones públicas o privadas.

**TEMARIO**

- 1.1 Gimnasios y centros de acondicionamiento físico
- 1.2 Sistemas de entrenamiento y franquicias

**HORA(S) / SEMANA(S)**

14,15 y 16

**VI. METODOLOGÍA**

El curso es de esencia teórico práctico. Se usarán herramientas de aprendizaje tales como elaboración de mapas conceptuales, aprendizaje basado en el problema y trabajos de campo reflexivos de acuerdo a la temática y complejidad de cada unidad, de tal manera que el estudiante.

## VII. EVALUACIÓN

### FÓRMULA

20% (TP1) + 30% (TF1) + 20% (PA1) + 15% (DD1) + 15% (DD2)

TIPO DE NOTA	PESO %
DD - EVAL. DE DESEMPENO	15
TP - TRABAJO PARCIAL	20
DD - EVAL. DE DESEMPENO	15
PA - PARTICIPACIÓN	20
TF - TRABAJO FINAL	30

## VIII. CRONOGRAMA

TIPO DE PRUEBA	DESCRIPCIÓN NOTA	NÚM. DE PRUEBA	FECHA	OBSERVACIÓN	RECUPERABLE
DD	EVAL. DE DESEMPENO	1	Semana 5	Avance de trabajo descriptivo aplicativo	NO
TP	TRABAJO PARCIAL	1	Semana 8	presentación y exposición de avance del trabajo final	NO
DD	EVAL. DE DESEMPENO	2	Semana 13	Avance de trabajo descriptivo aplicativo	NO
PA	PARTICIPACIÓN	1	Semana 15	Se evalúa la participación y compromiso del alumno durante el curso	NO
TF	TRABAJO FINAL	1	Semana 16	Exposición y exposición de trabajo final	NO

## IX. BIBLIOGRAFÍA DEL CURSO

### BÁSICA

CHAVERRA FERNÁNDEZ, Beatriz Elena (2009) Juego y deporte reflexiones conceptuales hacia la inclusión. Medellín : Funámbulos editores.

(796.07 CHAV)

PANCORBO SANDOVAL, Armando Enrique (2012) Medicina y ciencias del deporte y la actividad física. Barcelona : Océano ; [Majadahonda] : Ergón.

(617.1027 PANC)

### RECOMENDADA

(No necesariamente disponible en el Centro de Información)

PEZO SIMONOVICH, Julizza (2010) Nutrición en el deporte 2010-01 : semana 10. Lima : UPC.

(VID/C NU74-2010I PEZO 9)

WOOLF-MAY, KateBird, Steve (2008) Prescripción de ejercicio : fundamentos fisiológicos : guía para profesionales de la salud, del deporte y del ejercicio físico. Barcelona : Elsevier Masson.

(613.71 WOOL)