



SÍLABO

ASIGNATURA: DEPORTES ADAPTADOS

CÓDIGO:AE0043

I. DATOS GENERALES

1.1	Departamento Académico	:	Tecnología Médica
1.2	Escuela Profesional	:	Terapias de Rehabilitación
1.3	Carrera Profesional	:	Tecnología Médica
1.4	Ciclo de estudios	:	4to. año
1.5	Créditos	:	3
1.6	Duración	:	34 semanas
1.7	Horas semanales	:	2
	1.7.1 Horas de teoría	:	1
	1.7.2 Horas de práctica	:	1
1.8	Plan de estudios	:	2003
1.9	Inicio de clases	:	15 de abril de 2019
1.10	Finalización de clases	:	7 de diciembre del 2019
1.11	Requisito	:	Patología del Sistema Nervioso, Aparato Locomotor y Cardiorrespiratorio
1.12	Docentes	:	Lic. Lucrecia del Carmen Osma Gayoso
1.13	Año Académico	:	2019

II. SUMILLA:

Esta asignatura brinda una formación profesional y tiene un contexto teórico- práctico, se basa de las técnicas deportivas y los programas recreativos que se puede usar en pacientes con diferentes discapacidades, así como las diversas competencias nacionales e internacionales en las que participan.

Comprende estudios fisiológicos de la capacidad muscular en el esfuerzo físico y la forma adecuada de potenciar el desarrollo de la resistencia y potencia de músculos en las diferentes discapacidades motoras, y el conocimiento, las técnicas, evaluación de los diferentes deportes y discapacidades.

III COMPETENCIA DE LA ASIGNATURA

Analizan los principios para una correcta aplicación de los métodos y técnicas de la terapia física en el deporte. y aplicarlas en las diferentes disciplinas deportivas en el deporte regular, como en el campo de las personas con diferentes tipos de discapacidades.

CAPACIDADES

C1: TERAPIA FÍSICA Y DEPORTES. ACONDICIONAMIENTO MUSCULAR

Aplicar los métodos más adecuados para incrementar: fuerza, potencia resistencia y estiramiento muscular y equilibrio

C2: DEPORTES EN DISCAPACITADOS FÍSICOS

Evaluar la función del discapacitado para poder ubicarlo en su categoría y escoger el deporte más adecuado.

C3: DEPORTES SOBRE SILLA DE RUEDAS

Experimentar el manejo de la silla de ruedas y su uso. Comparando su utilización en las diferentes disciplinas del deporte sobre silla de Ruedas y la técnica para la realización de cada una de ellas.

C4: DEPORTES PARA PERSONAS CON DIFERENTES NIVELES DE HABILIDADES Y DEFICIENCIAS SENSORIALES.

La aplicación de los deportes que se practican en estas tres discapacidades. Clasificación de las mismas y las técnicas deportivas para cada uno de ellas.

IV. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

UNIDAD I					
TERAPIA FISICA Y DEPORTES. ACONDICIONAMIENTO MUSCULAR					
c1 Los estudiantes fundamentaran las diferentes maneras de mejorar la capacidad de movimiento de los deportistas: fuerza muscular, elasticidad, los estiramientos musculares de acuerdo a las diferentes patologías, de los deportistas regulares y con diferentes discapacidades. investigando en la biblioteca virtual y biografía que le indique de acuerdo al tema a tratar, desarrollando una capacidad de análisis.					
SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HORAS
Semana N° 1 20/04/19	Clase inaugural Presentación del silabo	Revisa y participa en la organización del curso	Dinámica del curso. Observar video motivador.	Participa activamente en la formación de los grupos formativos.	2
Semana N° 2 27/04/19	Importancia del deporte en personas regulares y con discapacidad.	Identificar que es la fuerza muscular y como se puede evaluar.	Exposición de seminario Valorar las nuevas investigaciones sobre el tema	Práctica ejercicios donde se mejorara la fuerza muscular en forma individual y global	2
Semana N° 3 04/05/19	Conoce la Potencia muscular.	Comprende qué es la potencia muscular, cómo se evalúa, de qué forma se puede incrementar a través del deporte.	Aprendizaje del alumno con respecto del desarrollo de los músculos	Practica de voleibol, básquetbol y fulbito potencializando los músculos inherentes a la práctica de c/u de ellos.	2
Semana N° 4 11/05/19	Reconoce que es el Estiramiento muscular.	Comprende cómo se puede estirar las fibras musculares o relajar antes y después de la actividad física.	Identificar los grupos musculares necesarios en el cuerpo humano	Desarrollarán en forma grupal estiramiento de los distintos músculos acorde con los deportes a desarrollar.	2
Semana N° 5 18/05/19	Identifica Ejercicios aeróbicos.	Reconoce en el Aeróbico su utilidad como complemento de los diferentes deportes, cómo influye en el desenvolvimiento de los mismos.	Investigar sobre las diferentes técnicas de ejercicios aeróbicos	En grupo realizara diferentes tipos de ejercicio pudiendo utilizar la música para mantener al ritmo de los mismos.	2
Semana N° 6 25/05/19	Conoce el Método Pilates como el método de fortalecimiento de la musculatura del tronco y de pelvis	Desarrolla diferentes componentes del método Pilates, hace hincapié en el fortalecimiento de la musculatura del tronco y de la pelvis.	Selecciona las diferentes formas del método Pilates	En grupo realizaran ejercicio de Pilates, sea en colchoneta o con la pelota aplicando una gama de ejercicios en las diferentes posturas.	2
Semana N° 7 01/06/19	Reconoce el Tai Chi. como una práctica físico espiritual para mejorar la calidad de vida	Realiza investigación de la técnica del Tai Chi. Considerando como una práctica físico espiritual para mejorar la calidad de vida.	Analizar y hacer una investigación: filosofía oriental.	Desarrollaran una serie de ejercicios tomando en cuenta la importancia de la respiración, .en la técnica del Tai Chi.	2
Semana N° 08/06/19	PRIMERA EVALUACION CORRESPONDIENTE A LA UNIDAD I				

UNIDAD II					
Deportes en discapacitados físicos					
C2 Seleccionar la evaluación, el deporte, de acuerdo a las condiciones físicas y diferentes patologías.					
SEMANAS	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HORAS
Semana N° 9 15/06/19	Conoce la Historia del deporte y las Organizaciones mundiales que agrupan diferentes deportes regulares y para discapacitados. Introducción a la clasificación.	Identificarán las diferentes organizaciones del deporte paralímpico.	Investigación de los diferentes grupos de discapacitados físicos. Identificar los ítems a tener en cuenta para la evaluación de miembros inferiores de acuerdo a los test establecidos.	Realizaran la evaluación y clasificación teniendo en cuenta la fuerza muscular y el equilibrio.	2
Semana N° 10 22/06/19	Conoce la Evaluación deportiva: Clasificación funcional	Identifica la función del tronco, miembros superiores y equilibrio.	.	Práctica correspondiente a la evaluación de los miembros inferiores.	2
Semana N° 11 29/06/19	Conoce la Evaluación funcional con pacientes y videos.	Reconoce la Funcionalidad de los miembros superiores e inferiores y el tronco.	Evalúa con autonomía los diferentes tipos de sillas de	Evalúa funcionalmente a los deportistas en el campo.	2

Semana N° 12 06/07/19	Enseñanza del uso de la silla de ruedas.	Realiza manejo de silla de ruedas con ejercicios y actividades para que el alumno aprenda a utilizar con más habilidad la silla de ruedas.	ruedas: las partes que lo integran y poder ensamblar unas de ellas.	Practica en la silla de ruedas realizando una serie de ejercicios y maniobras.	2
-----------------------------	--	--	---	--	---

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HORAS
Semana N° 13 06/07/19	Reconoce las características de la silla de rueda.	Identifica las características de la silla de rueda a fin de conocer su ensamblaje.	Elaborará una secuencia de ejercicio demostrando sus habilidades como deportista sobre silla de ruedas.	Practicara el ensamblaje de las diferentes sillas de ruedas.	2
Semana N°14 13/07/19	Influencia del clima, altura en la práctica del deporte.	Enseñar al alumno como proteger al atleta cuando se encuentra en climas calurosos o fríos, como disminuir los efectos en la altura.	Valora las nuevas investigaciones sobre el tema. Diferencias entre el vóley regular y el sentado	Realizaran actividades deportivas y recreativas experimentar los efectos del clima y la altura.	2
Semana N°15 20/07/19	Lesiones más frecuentes que se producen en la práctica de deportes. Voleibol - vóley sentado	Analizará las diferentes lesiones de acuerdo a los deportes. Reglas del deporte adaptado		Practicando varios deportes determina las lesiones más frecuentes que se producen en los diferentes deportes y poderlas prevenir..	2
Semana N°16 27/07/19	SEGUNDA EVALUACION CORRESPONDIENTE A LA UNIDAD II				

UNIDAD III

Deportes sobre silla de ruedas y diferentes niveles de habilidad

C3: Los estudiantes analizarán los reglamentos del deporte para cada una de las disciplinas en silla de ruedas y los deportes para personas con diferente nivel de habilidades.

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HORAS
Semana N°18 03/08/19	Conoce el Reglamento del basquetbol paralímpico.	Realizara seminario de las reglas y diferencias con respecto al reglamento regular del básquet	Análisis del Reglamento regular del Basquetbol. Se interesa sobre el Reglamento de los diferentes deportes.	Realizara una secuencia de ejercicios hasta dominar la pelota y la silla.	2
Semana N°19 10/08/19	Conoce el Reglamento y aplicación del atletismo en silla de ruedas	Exposición de las reglas del atletismo. Pruebas de pista y de campo.	Se sensibiliza con la inclusión deportiva: de personas con habilidades diferentes	Realizaran las prácticas de lanzamiento disco jabalí y bala.	2
Semana N°20 17/08/19	Reglamento del tenis de campo y de mesa.	Elaboración de un programa de entrenamiento. Las diferencias y variaciones con el reglamento regular.		Observa la secuencia de aprendizaje de este deporte los alumnos en forma grupal desarrollaran el tema en forma práctica.	2
Semana N°21 24/08/19	Conoce el Reglamento del rugby paralímpico.	Realiza Exposiciones del reglamento, clasificación, reglas y evaluación.	Elaboraran en grupo manual de eventos para actividades deportivas especiales	Aplica el reglamento en los entrenamientos de los deportistas del rugby	
Semana N°22 31/08/19	Reconocen los diferentes Deportes inclusivos, Organización de Eventos	Planifican Actividades recreativas y deportivas donde se incluyen todas las discapacidades		Realizaran las practica asignándole a cada uno de ellos una diferente discapacidad	-
Semana N°23 07/09/19	Conoce el manejo adecuado de Personas con diferentes habilidades Concepto de olimpiadas especiales	Participa en las Olimpiadas especiales, capitulo Perú. Distribución en nuestro país y el mundo.		Observaran la ejecución de los deportes en un evento de Olimpiadas .Especiales.	-

Semana N°24 14/09/19	TERCERA EVALUACION CORRESPONDIENTE A LA UNIDAD III				
-------------------------	---	--	--	--	--

**UNIDAD IV
DEPORTES EN OLIMPIADAS ESPECIALES, CEGUERA, TERCERA EDAD**

C4: Los alumnos analizan e investigan los deportes en O.E., ceguera, tercera edad con la finalidad de ejecutar un programa adecuado para cada uno.

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	HORAS
Semana N° 25 21/09/19	Deportes en Olimpiada especiales. Atletismo, natación, vóley, futbol	Valora la Historia; como se clasifican deportes que se practican eventos a nivel mundial. Olimpiadas de verano y de invierno.	Identifica de acuerdo a la clasificación los deportes afines para cada deportista.	Divididos en grupo asistirán a un evento de olimpiadas efectuando la clasificación de acuerdo a las habilidades de los deportistas.	
Semana N° 26 28/09/19	Deportes en Olimpiadas especiales Hockey sobre piso	Identifica los Deportes frecuentes que se practican en O.E, atletismo, natación, vóley entre otros. Adaptación al reglamento regular.	Se interesa por el voluntariado para la organización de un evento. Y reglamento del hockey sobre piso.	Organizaran un evento: prueba de atletismo de pista y campo organizándose entre ellos para desenvolverse como atletas voluntarios y jueces.	
Semana N° 27 05/10/19	Discapacidad sensorial: Ceguera	Orientación espacial de la persona con ceguera: en su vida diaria y en la iniciación del deporte con el conocimiento del reglamento	Se involucra en la preparación física para la práctica deportiva.	Realizaran ejercicios de movimiento dentro del campo utilizando el sentido auditivo y orientación espacial	
Semana N° 28 12/10/19	Discapacidad sensorial ceguera, deportes que se practican como golbol, fulbito, natación, atletismo.	Desarrollar un seminario y exposición de los deportes: golbol, fulbito, natación, atletismo.	Se interesa por el entrenamiento de cada uno de los deportes, teniendo en cuenta la discapacidad.	Realizarán la práctica del deporte y aprenderán a demarcar el campo con los ojos vendados realizando algunas pruebas de atletismo.	
Semana N° 29 19/10/19	Recreación en personas de la tercera edad	Practica Deportes recreativos como son el baile, tenis de mesa, taichí, entre otros.	Valora las nuevas investigaciones con respecto al movimiento y la tercera edad.	Diseñaran por grupos actividades recreativas.	
Semana N° 30 26/10/19	Deportes competitivos en personas de la tercera edad.	Identifica competencias deportivas que participan personas de la tercera edad en eventos mundiales: tenis, natación, vóley entre otros		Agrupan y desarrollan deportes con personas de la tercera edad.	
Semana N° 31 02/11/19	Identifica las Organizaciones de eventos deportivos	Planificación Organizaciones de eventos deportivos	Se interesa por cada comité que forma parte de la organización general de los eventos.	Asistirán a un evento deportivo con el fin de analizar la ejecución de los diferentes ítems de la organización.	
Semana N° 32 09/11/19	CUARTA EVALUACION CORRESPONDIENTE A LA UNIDAD IV				
Semana N° 33 16/11/19	EXAMEN DE APLAZADOS				
Semana N° 34 23/11/19	EXAMEN SUSTITUTORIO				

VI. METODOLOGÍA

- 6.1 Estrategias centradas en el aprendizaje
Se aplicarán los métodos:
 - Inductivos
 - Deductivos
- 6.2 Estrategias centradas en la enseñanza
Se aplicarán los métodos:
 - Observación
 - Ejemplificación
 - Experimentación
 - Demostración
 - Comparación
 - Aplicación
 - Síntesis
 - Verificación

VII. RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE

- a) Equipos:
 - i. Equipo Multimedia
 - ii. Internet
- b) Materiales:
 - i. Separatas
 - ii. Proyecciones
 - iii. Videos

VIII. EVALUACIÓN

- De acuerdo al Compendio de Normas Académicas de esta Casa Superior de estudios, en su artículo 13° señala lo siguiente: “Los exámenes y otras formas de evaluación se califican en escala vigesimal (de 1 a 20) en números enteros. La nota mínima aprobatoria es once (11). El medio punto (0.5) es a favor de estudiante”.
- Del mismo modo, en referido documento en su artículo 16°, señala: “Los exámenes escritos son calificados por los profesores responsables de la asignatura y entregados a los alumnos y las actas a la Dirección de Escuela Profesional, dentro de los plazos fijados”
- Asimismo, el artículo 36° menciona: “La asistencia de los alumnos a las clases es obligatoria, el control corresponde a los profesores de la asignatura. Si un alumno acumula el 30% de inasistencias injustificadas totales durante el dictado de una asignatura, queda inhabilitado para rendir el examen final y es desaprobado en la asignatura, sin derecho a rendir examen de aplazado, debiendo el profesor, informar oportunamente al Director de Escuela”
- La evaluación de los estudiantes, se realizará de acuerdo a los siguientes criterios:

N°	NOMBRE DE LA EVALUACIÓN	PORCENTAJE
01	EXAMEN P1 + EXAMEN P2 + EXAMEN P3	60 %
	+ EXAMEN FINAL	
02	TRABAJOS ACADÉMICOS	40 %
TOTAL		100%

La Nota Final (NF) de la asignatura se determinará en base a la siguiente manera:

$$NF = \frac{EP*30\%+EF*30\%+ TA*40\%}{100}$$

Criterios:

- EP = De acuerdo a la naturaleza de la asignatura.
- EF = De acuerdo a la naturaleza de la asignatura.

- TA = Los trabajos académicos serán consignadas conforme al COMPENDIO DE NORMAS ACADÉMICAS de esta Superior Casa de Estudios, según el detalle siguiente:
 - a) Prácticas Calificadas.
 - b) Informes de Laboratorio.
 - c) Informes de prácticas de campo.
 - d) Seminarios calificados.
 - e) Exposiciones.
 - f) Trabajos monográficos.
 - g) Investigaciones bibliográficas.
 - h) Participación en trabajos de investigación dirigidos por profesores de la asignatura.
 - i) Otros que se crea conveniente de acuerdo a la naturaleza de la asignatura.

IX. FUENTES DE INFORMACIÓN

9.1 Bibliográficas

- Richard Bowers *Fisiología del deporte* Edit. Panamericana 1995.
- Ricardo Ortega Sánchez *Medicina del Ejercicio físico y del deporte para obtención de la salud* Edit. Díaz de los Santos 1992.
- Dr. R Pastrana y Colaboradores *Lesiones Deportivas y rehabilitación*. Edit. FERJISA 1998
- Everett – Skillman *Tenis* Paridorbo 9na edición 1987.
- Federación Peruana de Tenis Separata I Curso Tenis sobre Silla de Ruedas 1995
- Campagnolle SH. (1998). *La silla de ruedas y la actividad física*. Barcelona: Paidotribo
- García Santos (1995). *Deportes para Minusválidos*. (gymnos). Madrid
- Moreno, María Laura (2004). *Educación física en el discapacitado*. Buenos Aires.
- OMS (2001). *Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF)*. IMSERSO
- OMS (2011). *Informe Mundial de la Salud*. Suiza
- Ríos, M., Blanco, A., Bonany, T., Carol, N. (1998), *Actividad física adaptada. El juego y los alumnos con discapacidad*. Ed. Paidotribo, BCN.
- David Sanz Rivas, Raul Reina Vaillo (2012). *Actividades Físicas y Deportes Adaptados para personas con Discapacidad*.

9.2 Electrónicas

- Web Oficial de la Federación Española de Deportes para [Ciegos. www.fedc.es](http://www.fedc.es)
- IBSA www.ibsa.es/esp/
- Federación Argentina Ciegos: www.fadeciegos.org.ar/atletismo/regla.htm
- Olimpiadas Especiales América Latina. www.specialolympics.org/Special+Olympics+Public+Website/Spanish
- Comité Paralímpico Español. paralimpicos.sportec.es/publicacion/3SC_Deportes/3SC_Deportes.html

Lima, marzo del 2019.

.....
**FIRMA Y NOMBRE DEL DIRECTOR DE
 DEPARTAMENTO ACADEMICO**

FIRMA Y NOMBRE DEL DOCENTE

Codigo Docente: 80520
 Correo electrónico: losma@unfv.edu.pe

Fecha de recepción del silabo