

Código de asignatura: IE1E1

Nombre del programa académico	Ingeniería Eléctrica
Nombre completo de la asignatura	Electiva Socio-Humanística III: Deporte como hábito de vida saludable
Area académica o categoría	Humanidades y ciencias socioeconómicas
Semestre y año de actualización	Semestre 1 – Año 2022
Semestre y año en que se imparte	Semestre 4 – Año 2
Tipo de asignatura	[] Obligatoria [x] Electiva
Número de créditos ECTS	3
Director o contacto del programa	José Germán López Quintero
Coordinador o contacto de la asignatura	Mario Alejandro Galeano Villada

Descripción y contenidos

1. Breve descripción La asignatura es de naturaleza práctica, en donde se soporta desde la práctica del deporte el desarrollo humano que integra condiciones biológicas, sociales, económicas y ambientales del ser humano en cuyo sentido se reafirman como una necesidad relacionada en todas las culturas del mundo y en especial aquellas que involucran conocimiento específico entorno a la convivencia y el manejo de personas en comunidad.
2. Objetivos Aportar al estudiante herramientas que le permitan combatir el sedentarismo y contribuir con el mejoramiento de su calidad de vida y fortalecer la accesibilidad a la práctica deportiva como estrategia integral en el medio profesional y ocupacional. Además, se pretende estimular el desarrollo de actitudes éticas, durante el proceso de la asignatura que propenda por la construcción del valor en el diario convivir. Estos objetivos se corresponden con el objetivo del programa (OP-4) y (OP-5).
3. Resultados de aprendizaje - RA1: Analizar e interpretar conceptos del deporte para la práctica intencionada dentro y fuera de su ambiente laboral y profesional. - RA2: Tener una visión integral del ser humano desde sus componentes biológico, psicológico, y social, con conocimientos adecuados y suficientes en las diversas áreas de formación en el deporte y sus modalidades. - RA3: Desarrollar e integrar prácticas deportivas de forma individual y colectiva como herramienta integral dentro del ambiente profesional. - RA4: Diseñar técnica y metodológicamente actividades para la práctica deportiva dentro de su ambiente laboral, incluyendo prácticas culturales de forma integral que promuevan hábitos y estilos de vida saludable.
4. Contenido - T1: Reconocimiento funcional y de medición del cuerpo humano vs. ejercicio físico. - T2: Prácticas formativas saludables. - T3: Nuevas tendencias como hábitos saludables. - T4: Deporte promotor de habilidades para la vida.
5. Requisitos No aplica.
6. Recursos Documentos escritos, videos, diapositivas, espacios prácticos deportivos, mediciones antropométricas, bibliografía disponible.
7. Herramientas técnicas de soporte para la enseñanza - Aula de clase. - Zonas deportivas.
8. Trabajos en laboratorio y proyectos No aplica.
9. Métodos de aprendizaje

- *En sesiones de una hora teórica y dos horas prácticas, se realizará al inicio una exposición teórica del tema correspondiente, posteriormente, a través de actividades prácticas que ofrezcan al grupo una mayor probabilidad de aprendizaje de acuerdo con el contexto y su valoración inicial, se procurará fomentar varios aspectos fundamentales relacionados con los temas vistos.*

10. Métodos de evaluación

La asignatura será evaluada a partir de controles y seguimiento de lecturas, talleres, trabajos escritos, salidas, exámenes escritos, mapas mentales, informes, con los siguientes porcentajes:

- *Práctica deportiva (60%): Voleibol, fútbol, deporte aventura, baloncesto.*
- *Laboratorio antropometría (10%).*
- *Exposiciones (15%).*
- *Ensayo final (15%).*