

Nombre y código de la asignatura			Deportes I – BU101				
Área académica			Vicerrectoría de Bienestar Universitario				
Semestre	Créditos	Requisitos	Horas presenciales (HP)			Horas de trabajo independiente	Total de horas
			Teóricas	Prácticas	HP Totales		
1	1	Ninguno	0	2	2		48

Año de actualización de la asignatura: 2025

1. Breve descripción

Con el desarrollo de los contenidos programáticos del deporte I, se implementan los postulados de la dimensión teleológica, así como el abordaje de los principios y valores institucionales, tendiente a mantener vivo ese legado inmaterial y material de la UTP de manera autónoma. La dimensión teleológica y la identidad institucional planteadas en el Proyecto educativo Institucional (PEI) de la Universidad Tecnológica de Pereira, también son asumido en el deporte I, como compromiso para la formación profesional integral; que implica ir más allá de la preparación intelectual y buscar un compromiso institucional con la formación en valores humanos, culturales y sociales, coadyuvando a fortalecer las competencias blandas del ser.

2. Objetivo general

Fomentar la práctica de la Actividad Física y el Deporte para crear hábitos y estilos de vida saludable, que coadyuvan a la formación integral.

3. Resultados de aprendizaje de asignatura

Generar conciencia alrededor de los factores de riesgo de la salud en el cumplimiento diligente y honesto de su rol individual y colectivo dentro de la sociedad, en búsqueda del bienestar y calidad de vida. → Identifica la importancia de la actividad física y el deporte, como factor protector del cuidado y autocuidado del cuerpo (físico, mental y emocional), bajo el cumplimiento diligente y honesto con capacidad de asumir las consecuencias de sus actos.

4. Contenido

Conceptualización: introducción al espacio vivencia y el deporte para la salud. 6 horas. Seres humanos en formación para la vida: talleres de formación integral, recreación lúdica y actividad física. 8 horas. Practiquemos: mediante la exploración deportiva en diferentes disciplinas. 18 horas.

5. Recursos y bibliografía

Bibliografía • Sánchez, D. B. (2004). El calentamiento: una vía para la autogestión de la actividad física (Vol. 572). Inde. • AA. VV. (2007). Iniciación a los deportes de raqueta. Editorial Paidotribo México. • i Obrador, E. M. S. (2000). Actividades acuáticas recreativas (Vol. 565). Inde. • Cardozo, J. M. C. (2006). Poder, tiempo y libre y recreación. Lúdica pedagógica, 2(11). • Sánchez-Ojeda, M. A., & Luna-Bertos, E. D. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. Nutrición hospitalaria, 31(5), 1910-1919. J Ibarra Mora, C Hernández-Mosqueira - Sportis, 2019. • Gombrich, E. H. (2002). Cuatro teorías sobre la expresión artística. EGA: revista de expresión gráfica arquitectónica, (7), 11-18.

6. Metodología

Clases Magistrales y talleres participativos
Clases prácticas de campo
Clases teórico practicas

7. Evaluación

Criterios

Participación en clase 25 %

Creatividad y recursividad 25 % Asimilación de contenidos 25 % Asistencia 25 %

Escala de Evaluación Cualitativa y codificación:

Excelente AAA

Sobresaliente AA

Bueno A

Regular R

Deficiente RR

La asignatura se aprueba con Excelente, Sobresaliente y Bueno y se reprueba con Regular y Deficiente.