

PROGRAMA DE TENIS II

1. Datos:

Nombre de la disciplina: TENIS						
Nombre de la disciplina	clave de la disciplina	semestre en que se imparte	ht	hp	total	número créditos
1	TENIS II	AD02	segundo	6	30	36
Modalidad de trabajo: curso (x)						
Tipo de curso, seminario o taller (x)ordinario ()intensivo (x)obligatorio ()optativo						

2. Datos de Elaboración:

Lugar y fecha de elaboración: ENERO 2006
Participantes PROF. EDGAR MARCELO SUAREZ CASTILLO.

3. Justificación del Programa:

La actividad del tenis como práctica deportiva es un escenario muy apropiado para fomentar hábitos saludables, valores morales y recursos psicosociales que contribuirán significativamente, a la formación integral de los alumnos. La práctica adecuada del tenis contribuye a la disminución del estrés y ayuda al mantenimiento de una postura corporal correcta evitando lesiones futuras.

Se ha diseñado este programa para dar seguimiento de los conocimientos pedagógicos que proporcionará el desarrollo de actividades psicomotrices que se vincularán con áreas cognoscitivas y afectivas.

Las cuatro unidades temáticas comprendidas se aplicarán simultáneamente en dos hora clase de sesión deportiva; la unidad II y III estarán implícitas en las unidades I y IV, enfatizando en los principios y valores de identidad universitaria que están establecidos por unidad.

Conocimiento de los elementos básicos en el deporte de tenis. Para así mejorar el nivel físico de los alumnos.

4. Objetivo General:

Disciplina	El Alumno conocerá los conceptos básicos del tenis y de la actividad física orientado a objetivos, a través de su análisis con el instructor de forma teórico practica, permitiéndole adquirir los conocimientos necesarios para el diseño y aplicación de actividad deportiva, que ayuden a mejorar sus actividades académicas y de la vida diaria.
------------	--

5. Ubicación de la Materia:

a) Relación con otras asignaturas.

Antecedentes		Consecuentes	
Asignaturas	Temas	Asignaturas	Temas
Primer semestre INTRODUCCIÓN AL CUDER	<ul style="list-style-type: none"> • Materia deportiva • Deporte selectivo • Currículo de los instructores • Infraestructura deportiva • Conocimiento del cuerpo • Capacidades físicas • Introducción al Tenis • El calentamiento • Trabajo en equipo 	Segundo semestre <u>tenis II</u>	Biología básica Anatomía Fisiología Psicología Conocimiento del cuerpo I Reglas básicas Fundamentos técnicos - tácticos

b) Aportación de la materia al perfil del egresado.

Como resultado del abordaje y tratamiento de los contenidos, el alumno logrará adquirir y desarrollar:

a) Conocimientos: Conocerá los elementos técnicos básicos del tenis como son los seis golpes básicos del tenis sin raqueta, así como los beneficios de la actividad deportiva y de salud.

b) Habilidades: Desarrollo de experiencias vivenciales que les permitan agudizar los sentidos, resolución de problemas y trabajo en equipo.

c) Actitudes: Creativo, observador, comprensivo, analítico, reflexivo y emprendedor.

d) Valores: Responsabilidad, honestidad y respeto.

6. Antecedentes que debe tener el alumno para cursar las asignaturas:

Disciplina	Conocimientos	Habilidades y procedimientos	Actitudes y valores
TENIS	* Conocimiento de su cuerpo y sus capacidades físicas. * ¿Qué es el tenis? * El calentamiento	* Dominio de movimientos básicos coordinación y sincronización * Razonamiento lógico, creativo, comprensivo, observador y analítico	* R e s p o n s a b l e (Puntualidad a la clase, cumplir con tareas y su uniforme y participaciones extras) * Honesto (Hablar siempre con la verdad) * Respetuoso (Tratar con

		respeto a sus compañeros poniendo atención a la opinión de sus compañeros)
--	--	--

7. Condiciones de Operación:

ESPACIO: (X) TÍPICA () MAQUINARIA (X) PRÁCTICA	
AULA: (X) CLASES TEORICAS () CONFERENCIA () MULTIMEDIA	TALLER: (X) CANCHAS (X) GIMNASIO (X) PISTA
LABORATORIO: () EXPERIMENTAL () CÓMPUTO () SIMULACIÓN	
Material deportivo: (Barra de 10 y 20 kilos con 5 discos de 1 Kgs, 5 de 10 kgs. Y 5 de 8 kgs.) (5 balones medicinales de 3 kgs.) (5 balones medicinales de 5 kgs) (10 cuerdas para saltar de piola). (10 raquetas de tenis marca head o Wilson). (1000 pelotas para tenis marca wilson o penn.) (2 canastas para pelota.)	(30 conos de 24 cm.) (30 conos de 35 cm.) (1 cronómetro.) (5 silbato marca fox.) (10 colchonetas de gimnasia de salto.) (10 pares de mancuernas de 3 kgs.) (3 Caja danesa de gimnasia para la práctica del salto.) (3 Barras fijas.)
Tendrá una durabilidad de 1 año (en el entendido que mucho de este material su durabilidad depende de su uso.)	
Material didáctico: () proyector de acetatos (x) pizarrón (X) proyector () unidades de almacenamiento (x) pagina Web (x)	
Material educativo de uso frecuente: (X) computadora (X) rota folio () retroproyector (x) video (x) cañón para proyección () acetatos (x) Plumogises () pantalla () () red otros:	
Población deseable: 30 alumnos por hora clase	

8. Contenidos y Tiempos Estimados:

UNIDAD	TEMAS	SUBTEMAS	TIEMPO ESTIMADO (EN HORAS) PROGRAMADO
I C u l t u r a	1.1 Conocimiento del cuerpo	1.1. El Calentamiento 1.1.1 Ejes y planos 1.1.2 Anterior 1.1.3 Posterior 1.1.4 Lateral 1.1.5 Medial 1.1.6 Oblicuo 1.1.7 Plantar 1.1.8 Palmar 1.1.2 Postura 1.1.2.1 Dos puntos de apoyo 1.1.2.2 Tres puntos de apoyo 1.1.2.3 Cuatro puntos de apoyo 1.1.2.4 Posición boca arriba 1.1.2.5 Posición boca abajo	1 hr. 1 hr. 2hrs.
	1.2 Capacidades físicas condicionales	1.2 Capacidades físicas condicionales 1.2.1 Concepto 1.2.2 Resistencia 1.2.2.1 Concepto 1.2.2.2 Ejemplos prácticos 1.2.3 Fuerza 1.2.3.1 Concepto 1.2.3.2 Ejemplos prácticos 1.2.4 Flexibilidad 1.2.4.1 Concepto 1.2.4.2 Ejemplos prácticos 1.2.5. Velocidad 1.2.5.1 Concepto 1.2.5.2 Ejemplos prácticos	2 hr.
	1.3 Capacidades físicas coordinativas	1.3 Capacidades físicas coordinativas 1.3.1 Concepto 1.3.2 Coordinación	2 hr.

		1.3.2.1 Concepto 1.3.3 Equilibrio 1.3.3.1 Concepto 1.3.4. Ritmo. 1.3.4.1. Concepto. 1.4 Recreación 1.4.1 Juegos organizados	
	1.4 Recreación		

9. Instrumentación Didáctica:

UNIDAD DE APRENDIZAJE: 1

Contenidos conceptuales	Contenidos procedimentales	Contenidos actitudinales
Postura, capacidades físicas condicionales, coordinativas y recreación.	Mediante lecturas de comprensión y sus conocimientos previos para analizar los conceptos del esquema corporal.	Reconocer la importancia de la aplicación de una buena postura además de reconocer las capacidades físicas en general.
Objetivos del aprendizaje		
El alumno reconocerá su esquema corporal y sus posibilidades de movimiento para su desempeño deportivo y la aplicación de conocimientos que utilizará en la práctica de actividad física. Así como los valores y fundamentos técnicos- básicos del tenis.		
Unidad 1: Cultura física		
Enfoque Metodológico	<p>El procedimiento que utilizaremos para su enseñanza será mediante el análisis de la información hasta crear el conocimiento estableciendo mecanismo de resumen y la aplicación con el ejemplo</p> <p>Recopilación de información</p> <ul style="list-style-type: none"> *Discusión del tema en clase *Demostración de la actividad *Realización de la actividad *Corrección y retroalimentación. 	

Experiencias de Aprendizaje	De investigación	Investigación documental de diferentes conceptos para elaborar resúmenes y mapas conceptuales. Investigación de campo donde aplique las guías de observación y la interacción con los demás deportistas. Búsquedas en Internet de sitios de interés para asistir a conferencias, consultar libros o visitar exposiciones relacionadas con el tema.
	De extensión y difusión	Asistencia a eventos convocados por la dirección de educación y promoción deportiva para observar la conducta (comportamiento) de los participantes y aplicar la guía de observación.
	De vinculación	Establecer contacto con diferentes lugares de la comunidad universitaria donde se concentra gente con diferentes tipos de conducta: por ejemplo; un partido de exhibición donde se observará la aplicación de los fundamentos técnico-tácticos de los jugadores.
Medios y recursos didácticos		Proyector de acetatos, pizarrón, proyector, unidades de almacenamiento, unidad deportiva, canchas, pistas, gimnasio, raquetas, pelotas de tenis, canasta para pelotas y ropa deportiva.
Fuentes de información y consulta		http://www.ATP.com CONADE edición 2000 Educación física Santillana edición 2000 Http://www.reduaeh.mx/ (símbolos universitarios, misión y visión) Http://www.elmundo.es/diccionarios.com Reglamento de la F.I.T. Manual del entrenador, Expedido por la F.M.T. Manual para el entrenador, Editorial CONADE SICCED. Sistematización en el entrenamiento deportivo, Curso de la ANUIES. Http://www.gogle.com.mx (Historia del Tenis)

10. Evaluación del Aprendizaje:

Unidad de aprendizaje	Criterios de acreditación	Instrumentos de evaluación	Productos o evidencias de aprendizaje
Unidad 1:	80 % de asistencia a clase para tener derecho a examen final Evaluación continua, participación en equipo, Examen parcial (40%)	Lista de asistencia Prueba objetiva. Portafolio de evaluación. (Colección de trabajos significativos del alumno.) Demostración. Auto evaluación del trabajo en equipo e	Elaboración de mapas conceptuales cuadros sinópticos y resúmenes. Presentación de observaciones y entrevistas. Trabajo y participación en torneos. Formato de test pedagógico ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06.

	Teórico 25% Físico 25% Técnico 50% Examen final (60%) Teórico 25% Físico 25% Técnico 50%	individual. Formato ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R0 6	
--	---	---	--

8. Contenidos y Tiempos Estimados:

Unidad	Temas	Subtemas	Tiempo estimado (en horas) programado
I I C U L T U R A C Í V I C A	2.1 Principios y valores	2.2.1 Responsabilidad 2.2.2 Honestidad 2.2.3 Respeto	1 hr.

9. Instrumentación Didáctica:

UNIDAD DE APRENDIZAJE: 2 .

Contenidos conceptuales	Contenidos procedimentales	Contenidos actitudinales
Responsabilidad Honestidad Respeto	Mediante lecturas de comprensión y sus conocimientos previos para analizar los conceptos y valores.	Reconocer la importancia de la aplicación de valores en el desempeño diario de su conducta.
Objetivos del aprendizaje:		
El alumno reconocerá y aplicará los diferentes valores (Responsabilidad, Honestidad Respeto en la practica de actividad física y en lo cotidiano.)		

Unidad II: Cultura cívica		
Enfoque Metodológico		El procedimiento que utilizaremos para su enseñanza será mediante el análisis de la información hasta crear el conocimiento estableciendo mecanismo de resumen y la aplicación con el ejemplo Recopilación de información *Discusión del tema en clase *Demostración de la actividad *Realización de la actividad *Retroalimentación
Experiencias de Aprendizaje	De investigación	Investigación documental de diferentes conceptos para elaborar resúmenes y mapas conceptuales. Investigación de campo donde aplique las guías de observación y entrevista. Búsquedas en Internet de sitios de interés para asistir a conferencias, consultar libros o visitar exposiciones relacionadas con el tema.
	De extensión y difusión	Asistencia a un evento para observar la conducta (comportamiento) de los participantes y aplicar la guía de observación.

	De vinculación	Establecer contacto con diferentes lugares donde se concentra gente con diferentes tipos de conducta: por ejemplo; un partido de exhibición donde se observara la aplicación de los valores que demuestran los jugadores.
Medios y recursos didácticos		Proyector de acetatos, pizarrón, proyector, unidades de almacenamiento, unidad deportiva, canchas, pistas, gimnasio, raquetas, pelotas de tenis, ropa deportiva, canastas para pelotas de tenis.
Fuentes de información y consulta		CONADE edición 2000 Educación física santillana edición 2000 Http://www.reduaeh.mx/ (símbolos universitarios, misión y visión) Http://www.elmundo.es/diccionarios.com Reglamento de la F.I.T Manual del entrenador Expedido por la F.M.T Manual para el entrenador Editorial CONADE SICCED Sistematización en el entrenamiento deportivo Curso de la ANUIES Htt://www.gogle.com.mx (Historia del Tenis)

10. Evaluación del Aprendizaje:

Unidad de aprendizaje	Criterios de acreditación	Instrumentos de evaluación	Productos o evidencias de aprendizaje
Unidad II:	80 % de asistencia a clase para tener derecho a examen final. Evaluación continua, participación en equipo, Examen parcial (40%) Teórico 25% Físico 25% Técnico 50% Examen final (60%) Teórico 25% Físico 25% Técnico 50%	Lista de asistencia Prueba objetiva. Portafolio de evaluación. (Colección de trabajos significativos del alumno) Demostración. Auto evaluación del trabajo en equipo e individual. Formato ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06	Elaboración de mapas conceptuales cuadros sinópticos y resúmenes. Presentación de observaciones y entrevistas. Trabajo y participación en torneos. Formato de test pedagógico ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06

8. Contenidos y Tiempos Estimados:

Unidad	Temas	Subtemas	tiempo estimado (en horas) programado
III Identidad universitaria	3.1 Símbolos Universitarios 3.2 Áreas deportivas 3.3 Campeones Universitarios	3.1 Símbolos Universitarios 3.1.1 Edificio central 3.1.1.1 Antecedentes históricos 3.2 Áreas deportivas 3.2.1 Polideportivo 3.2.2 Villa deportiva 3.2.3 Ceuni 3.2.4 Instalaciones deportivas de las escuelas preparatorias (1,2,3,4 y anexo 3) 3.3 Campeones universitarios 3.3.1 Del Tenis. 3.3.2 Campeones municipales, estatales y nacionales. 3.3.3 Jugadores destacados.	2 hr.

9. Instrumentación Didáctica:

UNIDAD DE APRENDIZAJE: 3

Contenidos conceptuales	Contenidos procedimentales	Contenidos actitudinales
Símbolos universitarios Áreas deportivas Campeones Universitarios	Mediante lecturas de comprensión y sus conocimientos previos para analizar los conceptos de los símbolos universitarios, áreas deportivas y nuestros campeones.	Reconocer la importancia de las áreas y símbolos y campeones con que cuenta nuestra universidad.

Objetivos del aprendizaje:

El alumno reconocerá el significado de los símbolos universitarios, áreas deportivas para su identificación como parte de su institución y miembros de la comunidad universitaria. Y sus diferentes campeones universitarios del tenis.

Unidad III: Identidad universitaria

Enfoque Metodológico		<p>el procedimiento que utilizaremos para su enseñanza será mediante el análisis de la información hasta crear el conocimiento estableciendo mecanismo de resumen y la aplicación con el ejemplo: Recopilación de información *Discusión del tema en clase *Demostración de la actividad *Realización de la actividad *Retroalimentación</p>
Experiencias de Aprendizaje	De investigación	<p>Investigación documental de diferentes conceptos para elaborar resúmenes y mapas conceptuales. Investigación de campo donde aplique las guías de observación y entrevista. Búsquedas en Internet de sitios de interés para asistir a conferencias, consultar libros o visitar exposiciones relacionadas con el tema.</p>
	De extensión y difusión	<p>Asistencia a un evento universitario para observar la conducta (comportamiento) de los participantes y aplicar la guía de observación.</p>
	De vinculación	<p>Asistencia a eventos convocados por la dirección de educación y promoción deportiva para observar la conducta (comportamiento) de los participantes y aplicar la guía de observación.</p>
Medios y recursos didácticos		<p>Proyector de acetatos, pizarrón, proyector, unidades de almacenamiento, unidad deportiva. Canchas, pistas, gimnasio, pelotas de tenis, raquetas de tenis, ropa deportiva, canasta para pelotas y pagina web.</p>

Fuentes de información y consulta	CONADE edición 2000 Educación física santillana edición 2000 Http://www.reduaeh.mx/ (símbolos universitarios, misión y visión) Http://www.elmundo.es/diccionarios.com Reglamento de la F.I.T Manual del entrenador Expedido por la F.M.T Manual para el entrenador Editorial CONADE SICCED Sistematización en el entrenamiento deportivo Curso de la ANUIES Htt://www.google.com.mx (historia del tenis) Htt://www.ATP.com
--	--

10. Evaluación del Aprendizaje:

Unidad de aprendizaje	Criterios de acreditación	Instrumentos de evaluación	Productos o evidencias de aprendizaje
Unidad III:	80 % de asistencia a clase para tener derecho a examen final Evaluación continua, participación en equipo, Examen parcial (40%) Teórico 25% Físico 25% Técnico 50% Examen final (60%) Teórico 25% Físico 25% Técnico 50%	Lista de asistencia Prueba objetiva. Portafolio de evaluación. (Colección de trabajos significativos del alumno) Demostración. Auto evaluación del trabajo en equipo e individual. Formato ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06	Elaboración de mapas conceptuales cuadros sinópticos y resúmenes. Presentación de observaciones y entrevistas. Trabajo y participación en torneos. Formato de test pedagógico ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06

**EXAMENES: PARCIAL ENERO-JUNIO: ULTIMA SEMANA DE MARZO- PRIMERA DE ABRIL.
 JULIO-DICIEMBRE: ULTIMA SEMANA DE SEPTIEMBRE- PRIMERA DE OCTUBRE.**

**GLOBAL ENERO-JUNIO: ULTIMA SEMANA DE MAYO-PRIMERA DE JUNIO.
 JULIO-DICIEMBRE: ULTIMA SEMANA DE NOVIEMBRE-PRIMERA DE DICIEMBRE.**

ESTOS EXAMENES DEBERÁN TENER TODOS LOS CONTENIDOS DEL PROGRAMA

8. Contenidos y Tiempos Estimado:

Unidad	Temas	Subtemas	tiempo estimado (en horas) programado
IV	4.1 Concepto de Tenis	4.1 Concepto de tenis 4.1.1 propósitos de concepto.	

F o r m a c i ó n D e	4.2 Antecedentes Históricos del Tenis	4.1.2 características de concepto 4.2 Antecedentes históricos 4.2.1 origen 4.2.2 evolución	1 hr,
	4.3 Reglamento del Tenis	4.3 Reglamento de tenis	
	4.4 Fundamentos Técnicos-Tácticos del Tenis.	4.4 Fundamentos técnico-tácticos 4.4.1 posición fundamental 4.4.2 trabajo de pies 4.4.3 manejo de implementos raquetas y pelotas 4.4.4 introducción a la técnica de golpes básicos sin raqueta 4.4.5 variantes en la aplicación técnica de los golpes básicos sin raqueta 4.4.6 motografía en la aplicación técnica del los golpes básicos sin raqueta 4.4.7 introducción a la técnica de la derecha y revés sin raqueta	1 hr. 2 hr. 3 hr. 3 hr. 3 hr. 3 hr. 3 hr. 3 hr.
	4.5 Técnica Individual	4.5.1 motografía en la aplicación técnica de recepción sin raqueta 4.5.2 formación sencilla para la aplicación de la recepción de pelota de tenis 4.5.3 recepción dirigida a los golpes de derecha, revés, servicio y bolea sin raqueta. 4.5.4 recursos para la aplicación de la recepción de derecha y revés sin raqueta. 4.5.5 variantes en la aplicación técnica de la recepción	3 hr.

9. Instrumentación Didáctica:

UNIDAD DE APRENDIZAJE: 4

Contenidos conceptuales	Contenidos procedimentales	Contenidos actitudinales
Concepto de tenis Antecedentes históricos del tenis Reglamento del tenis Fundamentos técnico-tácticos Técnica individual	Mediante lecturas de comprensión y sus conocimientos previos para analizar los conceptos del tenis y sus fundamentos técnicos-tácticos(golpe de derecha, revés, bolea y servicio sin raqueta de tenis)	Reconocer la importancia de los conocimientos básicos del deporte de tenis.
Objetivos del aprendizaje:		
El alumno reconocerá su esquema corporal y sus posibilidades de movimiento para su desempeño deportivo y la aplicación de los fundamentos básicos de los golpes de derecha, revés, bolea, servicio y remate del conocimientos que utilizará en la práctica de su actividad física.		
Unidad IV: Formación deportiva		
Enfoque Metodológico	El procedimiento que utilizaremos para su enseñanza será mediante el análisis de la información hasta crear el conocimiento estableciendo mecanismo de resumen y la aplicación con el ejemplo Recopilación de información *Discusión del tema en clase *Demostración de la actividad *Realización de la actividad *Corrección y retroalimentación	

Experiencias de Aprendizaje	De investigación	Investigación documental de diferentes conceptos para elaborar resúmenes y mapas conceptuales. Investigación de campo donde aplique las guías de observación y Búsquedas en Internet de sitios de interés para asistir a conferencias, consultar libros o visitar exposiciones relacionadas con el tema.
	De extensión y difusión	Asistencia a un evento universitario para observar la conducta (comportamiento) de los participantes y aplicar la guía de observación.
	De vinculación	Asistencia a eventos convocados por la dirección de educación y promoción deportiva para observar la conducta (comportamiento) de los participantes y aplicar la guía de observación.
Medios y recursos didácticos		Proyector de acetatos, pizarrón, proyector, unidades de almacenamiento, unidad deportiva. Canchas, pistas, gimnasio, raquetas y pelotas de tenis, ropa deportiva.
Fuentes de información y consulta		CONADE edición 2000 Educación física santillana edición 2000 Http://www.reduaeh.mx/ (símbolos universitarios, misión y visión) Http://www.elmundo.es/diccionarios.com Reglamento de la F.I.T Manual del entrenador Expedido por la F.M.T Manual para el entrenador Editorial CONADE SICCED Sistematización en el entrenamiento deportivo Curso de la ANUIES Diccionario Htt://www:google.com.mx (historia del tenis)

10. Evaluación del Aprendizaje:

Unidad de aprendizaje	Criterios de acreditación	Instrumentos de evaluación	Productos o evidencias de aprendizaje
Unidad IV:	80 % de asistencia a clase para tener derecho a examen final Evaluación continua: participación en equipo, Examen parcial (40 %) Teórico 25% Físico 25% Técnico 50% Examen Global (60%) Teórico 25% Físico 25% Técnico 25%	Lista de asistencia Prueba objetiva. Portafolio de evaluación. (colección de trabajos significativos del alumno). Demostración. Auto evaluación del trabajo en equipo e individual. Formato ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06 6	Elaboración de mapas conceptuales cuadros sinópticos y resúmenes. Presentación de observaciones y entrevistas. Trabajo y participación en torneos. Formato de test pedagógico ISO 9001 2000 DEPD-PO-751-01-R06

**EXAMENES: PARCIAL ENERO-JUNIO: ULTIMA SEMANA DE MARZO PRIMERA DE ABRIL.
 JULIO-DICIEMBRE: ULTIMA SEMANA DE SEPTIEMBRE PRIMERA DE**

OCTUBRE.

**GLOBAL ENERO-JUNIO: ULTIMA SEMANA DE MAYO PRIMERA DE JUNIO.
 JULIO-DICIEMBRE: ULTIMA SEMANA DE NOVIEMBRE PRIMERA DE DICIEMBRE.**

ESTOS EXAMENES DEBERÁN TENER TODOS LOS CONTENIDOS DEL PROGRAMA

11. Objetivos por unidad y tipo de contenidos: se procede a determinar los tipos de contenidos que se desarrollan (conceptuales, procedimentales y actitudinales.)

Disciplina:

Objetivos	Contenidos conceptuales	Contenidos procedimentales	Contenidos actitudinales
	<p>El alumno reconocerá su esquema corporal y sus posibilidades de movimiento para su desempeño deportivo</p> <p>El alumno será capaz comprender lo básico de su disciplina además de desarrollar habilidades y capacidades físicas, psicológicas y sociales</p> <p>El alumno reconocerá y aplicará los diferentes valores en la practica de actividad física.</p>	<p>El alumno aplicará los conocimientos adquiridos y que utilizará en la práctica de actividad física.</p> <p>El alumno será capaz aplicar el conocimiento básico de su disciplina además de desarrollar habilidades y capacidades físicas, psicológicas y sociales.</p>	<p>El alumno será capaz ser honesto con el mismo determinando si entendió o no la clase ,será respetuoso de las cosas de los demás así como los materiales deportivos que se utilicen tanto del alumno como del profesor, llegará temprano a sus sesiones de clase responsabilizándose de sus tareas, uniforme y todo, lo que se encargue para la clase, además será disciplinado leal y tolerante con sus compañeros.</p>

12. Glosario por Unidad del Aprendizaje:

- 1) DEPORTE: Es una actividad física reglamentada y competitiva que se encarga de desarrollar capacidades y habilidades físicas, psicológicas y sociales
- 2) ACTIVIDAD DEPORTIVA: Es una practica deportiva basada en el rendimiento físico mediante una metodología estructurada para optimizar capacidades y habilidades con un enfoque pedagógico que brinde posibilidades de desarrollo.
- 3) TENIS: Es un deporte competitivo y reglamentado que se encarga de desarrollar capacidades y habilidades físicas, psicológicas y sociales, y su objetivo es que se juega en lo Individual y en parejas (dobles) en un rectángulo de 10.97 x 23.77 divididos por una red, cuya esencia es hacer que la pelota caiga dentro de la cancha del contrario, con un solo golpe o de bolea.
- 4) VELOCIDAD: Es la capacidad que tiene el sistema nervioso de mandar impulsos a las diferentes partes del cuerpo para efectuar acciones motrices en el menor tiempo posible.
- 5) FUERZA: Es la capacidad de superar una resistencia mediante una contracción muscular.
- 6) FUERZA EXPLOSIVA: Esta consiste en superar esa fuerza en el menor tiempo posible
- 7) FUERZA RAPIDA: Es la capacidad neuromuscular de superar una resistencia con una alta velocidad de contracción y relajación muscular.
- 8) FUERZA DE RESISTENCIA: Es la capacidad de soportar una resistencia el mayor tiempo posible
- 9) RESISTENCIA: Es la capacidad que tiene el cuerpo de recuperarse y soportar la fatiga
- 10) RESISTENCIA AEROBICA: esta implica esfuerzos inferiores a 170 pulsaciones por minuto y poca aportación de oxígeno.
- 11) RESISTENCIA ANAEROBICA: Esta implica esfuerzos superiores a 170 pulsaciones por minuto y gran aportación de oxígeno.
- 12) COORDINACION: es la capacidad que tiene un cuerpo para realizar un ejercicio con eficacia y economía y depende del sistema nervioso.
- 13) EQUILIBRIO: Es la capacidad de controlar el centro de gravedad y de mantener el cuerpo en un estado estable procurando que el centro de gravedad permanezca dentro de la base de sustentación.
- 14) FLEXIBILIDAD: Es la capacidad que nos permite realizar movimientos con la máxima amplitud posible en una articulación determinada
- 15) MOTOGRAFÍA: Forma metodológica para segmentar aspectos técnicos para el desarrollo y perfeccionamiento de los fundamentos del deporte.

RESPONSABILIDAD: El hombre reflexiona y dice, soy responsable ante mi conciencia, tiene en si mismo' el sentimiento de tal acción que depende de la voluntad y que al realizarla, merece un gozo o remordimiento. La responsabilidad social, por el contrario, es la responsabilidad ante la Sociedad, ante la Ley: La ley determina las condiciones por las Guales un individuo será considerado el verdadero autor de ciertos actos. Si estos actos son buenos merecerá un premio, si son malos, será sancionado por la Sociedad y sus leyes.

En conclusión la responsabilidad, es un Valor, que conduce al premio o castigo, según sus actos del hombre.

HONESTIDAD Es aquella cualidad humana por la que la **persona** se determina a elegir actuar siempre con base en la verdad y en la auténtica **justicia** (dando a cada quien lo que le corresponde, incluida ella misma). La **honestidad** expresa **respeto** por uno mismo y por los demás, que, como nosotros, "son como son" y no existe razón alguna para esconderlo. Esta **actitud** siembra confianza en uno mismo y en aquellos quienes están en contacto con la persona honesta.

RESPECTO: El respeto por la autonomía del individuo, que se sustenta, esencialmente, en el respeto de la capacidad que tienen las personas para su autodeterminación en relación con las determinadas opciones individuales de que disponen. Protección de los individuos con deficiencias o disminución de su autonomía en el que se plantea y exige que todas aquellas personas que sean vulnerables o dependientes resulten debidamente protegidas contra cualquier intención de daño o abuso por otras partes.

EDIFICIO CENTRAL: Una de las Instituciones de mayor importancia en el Estado de Hidalgo y en particular de la ciudad de Pachuca, es sin duda alguna, de

la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. No obstante que la actual universidad se diversifica en distintos campus, el Edificio Central, ubicado en la céntrica calle de Abasolo, sigue siendo un símbolo institucional debido a que gran parte de su trayectoria se desarrolló precisamente en él. Recorrer los caminos de su historia es conceptuar en sus raíces, el ser y deber ser del universitario.

POLIDEPORTIVO: Organización que surge para brindar apoyo logístico y de servicios que sirvan en la elaboración de convenciones, seminarios, conferencias, congresos, eventos deportivos, culturales, religiosos, políticos, así como ferias, tianguis y exhibiciones, en donde se contemplen todos los apoyos que garanticen una alta calidad en el desarrollo de los mismos.

VILLA DEPORTIVA: La actualización de la infraestructura y equipamiento de espacios que propicien el desarrollo de la educación física y la promoción deportiva entre los universitarios y la sociedad, fueron los propósitos que orientaron este proyecto.

El nombre que tiene actualmente la Villa, **Mario Vázquez** Raña, fue aprobado por el H. Consejo Universitario el 8 de noviembre del 2001.

CEUni: Dentro de las funciones de mayor relevancia que desarrolla esta casa de estudios está la vinculación con la sociedad, en este sentido nos es muy grato brindar una serie de servicios al público en general como son: espacios donde practicar su deporte favorito, hospedaje cómodo para usted y sus invitados, organización de eventos en las áreas de seminarios y la mejor atención en el restaurante universitario.

COORDINACIÓN : Regulación, armonización, organización, acoplamiento, combinación de una serie de ejercicios y de movimientos técnicos.

EQUILIBRIO: Estado en que se encuentra un cuerpo cuando las fuerzas que actúan sobre él se compensan y anulan mutuamente.

RITMO : Velocidad a que se desarrolla algo.

13. PERFIL DEL DOCENTE PARA EL DESARROLLO DEL PROGRAMA.

3.1. Perfil del docente de bachillerato

Ámbito de la formación:

1. Grado académico mínimo de licenciatura.
2. Formación en el área del conocimiento validada por la academia.
3. Pertenencia al catálogo de profesores de excelencia de nivel medio superior.
4. Manejo de un segundo idioma a nivel intermedio.
5. Manejo de herramientas informáticas.
6. Posesión de cultura general.

Características personales para la docencia:

1. Identificación institucional, compromiso con la visión y misión de la UAEH.
2. Desarrollo de valores éticos (responsabilidad, honestidad, respeto, compromiso, lealtad, justicia y equidad).
3. Capacidad de liderazgo.
4. Actitud y habilidad para el trabajo en equipo.
5. Habilidad para motivar.
6. Actitud crítica, innovadora y propositiva.

7. Disposición para la formación y actualización permanente.
8. Disposición para autoevaluarse y ser evaluado.

Competencias docentes:

1. Dominio del conocimiento del área disciplinar y sus relaciones con otras áreas (interdisciplinariedad).
2. Habilidad en el manejo de la metodología del área disciplinar.
3. Manejo de metodologías centradas en el aprendizaje.
4. Conocimiento de psicología del adolescente.
5. Manejo de técnicas de enseñanza.
6. Manejo de recursos didácticos.
7. Habilidad en el uso de tecnología educativa.
8. Manejo de estrategias eficientes de evaluación de los aprendizajes.
9. Habilidad para comunicarse oralmente y por escrito.
10. Disposición para el servicio comunitario.

Ámbito de la investigación:

1. Manejo de metodologías y técnicas de investigación en el ámbito educativo y disciplinar que imparte.
2. Incorporación activa de alumnos a sus proyectos de investigación.

Desempeño institucional:

1. Conocimiento y cumplimiento de la normatividad institucional.
2. Conocimiento del programa educativo en el que se desempeña.
3. Participación de calidad en las comisiones académicas.
4. Productividad del trabajo en academias.
5. Participación en tutorías.
6. Participación en asesorías.
7. Promoción de altos índices de asistencia.
8. Promoción de bajos índices de deserción.
9. Generación de altos índices de satisfacción entre alumnos, pares académicos, directivos, padres de familia y de sí mismo, con su labor docente.
10. Generación de una evaluación docente institucional de calidad.
11. Vinculación con el entorno para proponer alternativas de solución a problemas específicos.