



DE EDUCACIÓN

**SÍLABO DEL ÁREA: CIENCIAS BIOLÓGICAS APLICADAS AL MOVIMIENTO II**

**I. DATOS GENERALES.**

- 1.1. Programa de estudios : Educación física VI
- 1.2. Área curricular : Ciencias biológicas aplicadas al movimiento II
- 1.3. Periodo académico : 2020 – II
- 1.4. Semestre académico : **VI NO PRESENCIAL O REMOTO**
- 1.5. Etapa : Formación especializada
- 1.6. Horas semanales : **4 NO PRESENCIALES**
- 1.7. Créditos : 3
- 1.8. Duración : 18 semanas
  - 1.8.1. Fecha de inicio : 21 de setiembre de 2020
  - 1.8.2. Fecha de término: 22 de enero de 2021
- 1.9. Formador : Mg. César V. Cosavalente Pretel
- 1.10. Email : cesarp\_10@hotmail.es

**II. FUNDAMENTACIÓN**

El área Ciencias biológicas aplicadas al movimiento II desarrolla en los estudiantes los conocimientos propios de los procesos de la educación y reeducación física comprendidos en diferentes tipos de actividades físicas, psicomotrices, cognitivas y valorativas en su aspecto bioquímico y nutricional.

**III. PROYECTO DEL PROGRAMA DE ESTUDIO**

<b>PROYECTO DEL PROGRAMA DE ESTUDIOS</b>
Cuidamos y conservamos el ambiente social y natural de manera saludable y sostenible

**IV. DESEMPEÑOS**

4.1. Marco del Buen Desempeño Docente (MBDD)

CRITERIOS DE DESEMPEÑO	
2	Demuestra conocimientos actualizados y comprensión de los conceptos fundamentales de las disciplinas comprendidas en el área curricular que enseña. Propicia oportunidades para que los estudiantes utilicen los conocimientos en la solución de problemas reales con actitud reflexiva y crítica (Desempeño 2 del MBDD).
11	Construye de manera asertiva y empática, relaciones interpersonales con y entre todos los estudiantes, basados en el afecto, la justicia, la confianza, el respeto mutuo y colaboración
19	Propicia oportunidades para que los estudiantes utilicen los conocimientos en la solución de problemas reales con una actitud reflexiva y crítica.
22	Desarrolla estrategias pedagógicas y actividades de aprendizaje que promuevan el pensamiento crítico y creativo en sus estudiantes y que los motiven a aprender (Desempeño 22 del MBDD).
37	Participa en experiencias significativas de desarrollo profesional, en concordancia con sus necesidades, las de los estudiantes y las de la escuela (Desempeño 37 del MBDD).
39	Actúa de acuerdo con los principios de la ética profesional docente y resuelve dilemas prácticos y normativos de la vida escolar con base en ellos.

## V. VALORES INSTITUCIONALES

VALORES	ACTITUDES
Responsabilidad	Cumple con sus deberes en la institución y en la comunidad
Solidaridad	Práctica y fomenta la ayuda mutua y el compañerismo
Honestidad	Demuestra transparencia en su comunicación y actuación
Respeto	Considera a sus semejantes en su dignidad

## VI. MATRIZ ORGANIZATIVA DEL PERFIL DE EGRESO

Dimensión	Competencia global	Unidad de competencia	Criterios de desempeños
Personal	1. Gestiona su autoformación permanente y practica la ética en su quehacer, estableciendo relaciones humanas de respeto y valoración, para enriquecer su identidad, desarrollarse de manera integral y proyectarse socialmente a la promoción de la dignidad humana.	1.1 Demuestra conducta ética con responsabilidad y compromiso en los escenarios en los que se desenvuelve para fortalecer su identidad.  1.2 Cuida su salud integral, incorporando prácticas saludables para mejorar la calidad de vida.	1.1.1. Demuestra ética, compromiso y autodisciplina en las tareas que asume  1.2.1 Preserva y conserva el ambiente para mejorar su calidad de vida.
Profesional pedagógica	2. Investiga, planifica, ejecuta y evalúa experiencias educativas, aplicando los fundamentos teórico-metodológicos vigentes en su carrera con responsabilidad, para contribuir a la formación integral del ser humano y responder a las demandas del contexto.	2.1 Domina teorías y contenidos básicos, los investiga y contextualiza con pertinencia en su tarea docente, dando sustento teórico al ejercicio profesional.	2.1.1 Analiza y sistematiza información de fuentes primarias, de resultados de innovaciones e investigaciones, así como de bibliografía actualizada, referido al medio ambiente y la salud del entorno.
Socio-comunitaria	3. Actúa como agente social, con respeto y valoración por la pluralidad lingüística y de cosmovisiones, para aprehender significativamente la cultura, gestionar proyectos institucionales y comunitarios, a fin de elevar la calidad de vida desde el enfoque de desarrollo humano.	3.1. Participa en el desarrollo de proyectos institucionales, a fin de incentivar la responsabilidad social, potenciar las posibilidades y oportunidades de equidad e inclusión social y de esta manera contribuir a mejorar la calidad de vida de la población con la que se vincula.	3.1.2. Promueve desde su práctica una cultura de prevención y cuidado de la salud integral (salud física, mental y ambiental).

## VII. METODOLOGÍA

TEMPORALIZACIÓN		CRITERIO DE DESEMPEÑO	INDICADORES/ ACTITUDES	Instrumentos de Evaluación	CONTENIDOS	ESTRATEGIAS / RECURSOS TIC	PRODUCTOS ACADÉMICOS Y ACTIVIDADES
BLOQUES TEMATICOS	SEMANA / Fecha						
<b>SESIÓN 01</b> Introducción al área	01y 02 21 AL 10- 20	<u>DIMENSIÓN PERSONAL</u> 1.1.1. Demuestra ética, compromiso y autodisciplina en las tareas que asume.	<u>DIMENSIÓN PERSONAL</u> - Es responsable con sus actos en el cumplimiento de sus tareas en los tiempos señalados.	- Cuestionario - Escala valorativa	<b>Semana 01</b> <b>Semana de inducción</b> <b>Semana02</b> Contacto con los estudiantes Presentación del silabo. Evaluación diagnóstica Semana 03 Los alimentos: clasificación y Características: psicosensoriales,nutricionales,higienico sanitario Semana 04 Requisitos que debe reunir un alimento Semana 05 Categorías y función de los alimentos Importancia de una buena alimentación Semana 06 Nutrición y alteración de la nutrición Trabajo en grupo. Semana 07 Relación entre actividad física y nutrición Alimentación descanso y recuperación Semana 08 Estudio de la bioquímica: ciclo de Krebs Semana 09 Estudio de los carbohidratos Semana 10 Estudio de los lípidos Semana 11 Estudio de las proteínas Semana 12 Las vitaminas SEMANA 13 Agua y sales minerales Semana 14 Estudio de las enzimas Semana 15 Los ácidos nucleicos Semana 16 retroalimentación Semana 17 producto final Semana 18 portafolio y entrega de notas	Interactuación dialogada  PDF  <b>ABI (aprendizaje basado en la investigación)</b>  PPT  Consulta a expertos  Lectura crítica.  <b>Audio Y WhatsApp</b> videoconferencia mediante Zoom, .  <b>WhatsApp</b>  Sistematización de información  Comentario crítico de Vídeos  Trabajo colaborativo  Consultas virtuales usando el internet.  Plataforma virtual	- Socialización del silabo estudiantes.  - Resolución del cuestionario (ED)  - Organizadores gráficos composición química de los seres vivos.  - Resolución del cuestionario (EF-ES)  - Dieta balanceada semanal (desayunos, comidas y cenas)  - Ilustraciones de lectura de etiquetas nutricionales de alimentos saludables y no saludables.  - Resolución del cuestionario (EF-ES)  - cuadro de evaluación nutricional familiar.  - Decálogo de una cultura alimentaria para conservar la salud y el bienestar  - Ensayo sobre alimentación y nutrición en la actividad física.  - Portafolio virtual.
<b>SESIÓN 02</b> Los alimentos	03,04,05y06 12 AL 30-20	1.1.2. Preserva y conserva el medio ambiente para mejorar su calidad de vida.  <u>DIMENSIÓN PROFESIONAL PEDAGÓGICA.</u>	- Cambia hábitos alimentarios para prevenir enfermedades y vivir saludable.  <u>DIMENSIÓN PROFESIONAL PEDAGÓGICA.</u>  -Investiga información relevante en fuentes físicas y virtuales, sobre el estudio de la bioquímica, alimentación, metabolismo de nutrientes e higiene del sistema metabólico. -Sistematiza información relevante en fuentes físicas y virtuales, sobre el estudio de la bioquímica, alimentación y nutrición. -Sustenta información relevante en fuentes físicas y virtuales, sobre el estudio de la bioquímica, alimentación y nutrición.	- Lista de cotejo (26)  - Escala valorativa			
<b>SESIÓN 03</b> Alimentación y nutrición	06y 07 02 AL 27-20	2.1.1 Analiza y sistematiza información de fuentes primarias, de resultados de innovaciones e investigaciones, así como de bibliografía actualizada y virtual, referido al medio ambiente y la salud del entorno.		Cuestionario calificado (16)  Guía de calificación de exposición (2)  Lista de cotejo (26)			
Actividad física, nutrición, alimentación, descanso y recuperación	07 y 08 30 AL 18- 20	<u>DIMENSIÓN SOCIO COMUNITARIA</u>		Cuestionario calificado (16)			
<b>SESIÓN 05</b> Bioquímica	08,09,10,11,12,13,14 18 AL 04 - 21	3.1.2. Promueve desde su práctica una cultura de prevención y cuidado de la salud integral (salud física, mental y ambiental).	<u>DIMENSIÓN SOCIO COMUNITARIA</u>  - Promueve una cultura alimentaria y nutricional en su comunidad.	Rubrica para evaluar el producto final (9)  Lista de cotejo para evaluar el portafolio virtual (17)			
Producto final y portafolio y entrega de notas <b>SESIÓN 06</b>	16, 17, y 18 04 AL 22- 21						

## VIII. METODOLOGÍA

La metodología es activa, centrada en el estudiante como constructor de su aprendizaje. Se parte de la reflexión crítica de la acción pedagógica, para luego teorizar y retornar a una práctica pedagógica enriquecida. Utiliza como estrategia el ABI como método fundamental del aprendizaje situado.

Se fundamenta en el enfoque crítico-reflexivo, que plantea que el estudiante debe tener la capacidad de realizar trabajo autónomo y colaborativo, para analizar el entorno educativo, identificando episodios críticos para proponer nuevas prácticas. Las herramientas esenciales para lograr lo mencionado son el uso de Guías de aprendizaje y el Portafolio Virtual como instrumentos de aprendizaje. Hará uso de recursos tecnológicos, plataforma virtual y redes sociales.

## IX. EVALUACIÓN:

Los pesos para la evaluación serán sometidos a discusión por el enfoque de un currículo por competencias que se está asumiendo. (A continuación, los pesos considerados en el sistema de evaluación aplicado para los DCBN)

Producto de proceso	25%
Autoevaluación y coevaluación	15%
Producto final	35%
Portafolio integrado de aprendizaje	25%

- La nota mínima de aprobación es 11 (Puede ser redondeado de 10.5 sólo en el promedio final)
- Todo estudiante debe participar al 100% de las actividades de la plataforma virtual.
- Las actividades de la Plataforma Virtual deben ser cumplidas al 100%
- Todo estudiante debe asistir como mínimo al 70% de clases sincrónicas programadas. El 30% o más de inasistencias injustificadas será retirado y su calificación final será 00.
- El estudiante que tenga inasistencia injustificada en proceso de evaluación será considerado en el registro de evaluación con NSP, sin derecho a recuperación y será calificado con 00.

## X. FUENTES DE INFORMACIÓN

Chávez, T. (2000). Biología VIII Edición 1990. Cobra Editores S.A.

Espinoza, Francisco y otros. (1995). Curso de biología Editorial Alhambra S.A. México, Argentina, Perú

Lexus Editores. (1997). Nueva Enciclopedia Autodidáctica. Impreso en Colombia.

Parramón Ediciones (2006). Atlas visual de fisiología. Q.W. Editores S.A.

Roldan, G. (1998). Biología Integrada. Tomos del 1-4 ediciones norma, Bogotá Colombia

Harper, J.Y otros (2005). Bioquímica décima edición.

Lehninger y otros. (2009). Bioquímica. Octava edición.

### REFERENCIAS ELECTRÓNICAS

[https://www.academia.edu/40026355/LIBRO\\_BIOQU%C3%8DMICA\\_ILUSTRADA\\_de\\_HARPER](https://www.academia.edu/40026355/LIBRO_BIOQU%C3%8DMICA_ILUSTRADA_de_HARPER)

<https://books.google.com.pe/books?id=MiiEAWAAQBAJ&lpg=PP1&dq=nutricion%20y%20metabolismo%20pdf&pg=PP1#v=twopage&q&f=false>

<https://www.3ciencias.com/wp-content/uploads/2018/10/LIBRO-BIOQUIMICA.pdf>

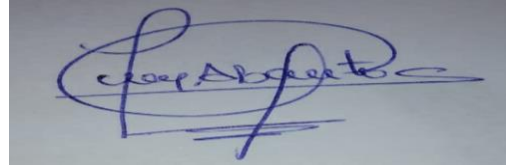
<https://es.scribd.com/document/412483501/Guia-de-Alimentacion-Actividad-Fisica-y-Nutricion-Para-Docentes>

[https://www.sap.org.ar/docs/congresos\\_2015/Metropolitana/nutricion\\_y\\_actividad\\_fisica\\_dra\\_ozuna.pdf](https://www.sap.org.ar/docs/congresos_2015/Metropolitana/nutricion_y_actividad_fisica_dra_ozuna.pdf)



---

Mg. César V. Cosavalente Pretel  
Formador



Delegado de Aula



---

Mg. Eliodoro Martínez Suárez  
Jefe de Unidad Académica del IESPP "DSI"



Prof. Pedro Javier Dioses  
Jefe del Programa de Educación física