



**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO" – PUERTO MALDONADO**

D.S.N°12-85.ED del 20 de Febrero de 1985

Revalidada según R.D. N° 00087-2020-MINEDU/VMGP/DIGEDD/DIFOID

SILABO DE ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL CUERPO HUMANO II

I. INFORMACIÓN GENERAL

1.1. Programa Profesional	: Educación Física
1.2. Curso	: Anatomía y Fisiología del Cuerpo Humano II
1.3. Ciclo	IV
1.4. Componente Curricular	: Formación Específica
1.5. Competencia del Perfil de Egreso	: 1, 4, 5
1.6. Extensión horaria	: 64 horas
1.7. Duración	: 16 semanas
1.8. Créditos	3
1.9. Semestre académico	: 2023-II
1.10. Horas semanales	: 4 (2 horas de teoría -2 horas práctica)
1.10.1. Fecha de Inicio	: 21 de agosto del 2023
1.10.2. Fecha de término	: 15 de diciembre del 2023
1.11. Jefe de Unidad Académica	: Mg. José Elmer Sotomayor Rivera
1.12. Docente formador	: Prof. Eduardo Martín Espinoza Troncoso
1.13. Correo electrónico del formador	: edmaestro2009@hotmail.com
1.14. Celular	974615690

II. SUMILLA

El curso tiene como propósito que los estudiantes de FID conozcan la relación entre la estructura del cuerpo humano, su funcionamiento y adaptación a la actividad física y deportiva. Serán capaces de explicar las bases biológicas y fisiológicas de los movimientos y la terminología anatómica. Comprenderán los procesos bioquímicos, de inhibición y excitación y los tipos de trabajo muscular asociados a la actividad física y el deporte, lo que garantizará la integración de los conocimientos y la interpretación de los procesos del organismo al realizar algún tipo de actividad física. Por otra parte, estudiarán la repercusión del proceso de planificación, aplicación y control de las cargas en el mejoramiento de la calidad de vida y en los resultados deportivos. También se ofrecen oportunidades para comprender los fundamentos de la mediación pedagógica y la calidad de las interacciones didácticas al conducir actividades de aprendizaje. A lo largo del curso se discuten los fundamentos de la evaluación por competencias en la educación física y se aplican instrumentos para recoger evidencias de aprendizaje.

Algunos de los desempeños específicos que se esperan alcanzar al final del curso son los siguientes:

- Explica los cambios que experimenta el organismo al realizar actividades físicas o deportivas y discute de qué modo ello repercute en los aprendizajes.
- Propone situaciones de aprendizaje que posibilitan que los estudiantes de EB desarrollen competencias vinculadas a la educación física.
- Describe evidencias de aprendizaje de estudiantes de educación básica relacionadas con el funcionamiento del cuerpo humano a partir de lo que indica el currículo escolar vigente y de los conceptos desarrollados en el curso.

III. VINCULACIÓN CON EL PROYECTO INTEGRADOR

El curso contribuye al Proyecto Integrador “**Planificamos y desarrollamos experiencias de aprendizaje con un sólido soporte teórico, a partir de la caracterización de los estudiantes de EBR, su realidad problemática y contexto social**”

Intencionalidad del Proyecto	Que los estudiantes de FID a partir de las experiencias de aprendizaje en la práctica profesional tengan un buen manejo teórico de los procesos pedagógicos que coadyuven a las EdAs.
-------------------------------------	---

IV. TRATAMIENTO DE LOS ENFOQUES TRANSVERSALES A NIVEL DEL CURSO

Con el propósito de orientar el trabajo pedagógico y lograr el aprendizaje en las estudiantes de Educación Física en el curso de **Anatomía y Fisiología del Cuerpo Humano II**, y tomando en cuenta los desempeños y los enfoques transversales al momento de desarrollar el curso, se requiere la contextualización de los aprendizajes así como la articulación de cursos, talleres y módulos del programa, a fin de desarrollar las capacidades de acuerdo a los enfoques seleccionados que garanticen el logro de las competencias.

En este contexto, en el trabajo pedagógico se tomarán en cuenta los siguientes valores y actitudes descritas en el cuadro adjunto:

ENFOQUE	Acciones concretas de los docentes formadores	Acciones de los estudiantes de la FID
Intercultural	<ul style="list-style-type: none"> - Promueve espacio de intercambio cultural y propicia el trabajo colaborativo entre todos los estudiantes, sin excluir a nadie considerando las diferentes perspectivas culturales de la cosmovisión de los pueblos originarios de nuestra región, así como la de estudiantes de otras regiones del Perú y de otras culturas extranjeras. - Se brindará las oportunidades para que todos los estudiantes, sin exclusión, compartan sus ideas, como interlocutores válidos. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Valora las diversas identidades culturales y relaciones de pertenencia de los estudiantes. ➤ Propicia un diálogo continuo entre diversas perspectivas culturales, instaurando compromisos para generar el dialogo de saberes, el trabajo colaborativo y los mejores canales de comunicación.
Ambiental	<ul style="list-style-type: none"> - Planifica y desarrolla acciones pedagógicas a favor de la preservación de la flora y fauna local, promoviendo la conservación de la diversidad biológica nacional, a través de micro proyectos de ornamentación institucional. - Promueve campañas de sensibilización y ejecución del mantenimiento óptimo de las aulas y áreas comunes, vistos como espacios educativos que benefician la salud y el bienestar común. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participa activamente con el bienestar y la calidad de la naturaleza, asumiendo el cuidado del planeta, a partir del cuidado y la preservación de las áreas verdes a su cargo. ➤ Protege el medio ambiente a través del manejo de residuos, implementando y practicando las tres R (reducir, reusar y reciclar) ➤ Organiza equipos de limpieza y mantenimiento de los diferentes espacios donde gestiona sus aprendizajes.

<p>Búsqueda de la Excelencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Acompaña al estudiante FID en su proceso de aprendizaje a fin de que este desarrolle el máximo de sus potencialidades inherentes a su carrera. - Retroalimenta efectiva y oportunamente al estudiante sobre su progreso y formas de mejorar a través de propuestas de su interés. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adquiere nuevas cualidades para mejorar el propio desempeño. (arte, música, danza, teatro). ➤ Implementa sus potencialidades referidas al manejo de actividades lúdicas, desarrollo de la comunicación oral (oratoria) y manejo de auditorio con público objetivo.
---	--	---

V. MATRIZ DE PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

DOMINIO 1: PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES.				
COMPETENCIA 1 Conoce y comprende las características de todos sus estudiantes y sus contextos, los contenidos disciplinares que enseña, los enfoques y procesos pedagógicos, con el propósito de promover capacidades de alto nivel y su formación integral.				
ESTANDAR: Comprende el aprendizaje como un fenómeno complejo, en el que intervienen diferentes procesos cognitivos, afectivos y socioculturales y que puede ser interpretado desde diversas teorías, con implicancias distintas para las prácticas pedagógicas. Describe los patrones típicos de desarrollo de niños, jóvenes y adultos. Comprende los conceptos centrales de distintas disciplinas involucradas en el currículo vigente, y explica cuál es la relación entre el conocimiento disciplinar y el enfoque por competencias. Sustenta dicho enfoque como uno de los fundamentos del currículo vigente, el modo en que este enfoque contribuye al desarrollo progresivo de aprendizajes y cómo responde a las demandas de la sociedad actual. Conoce estrategias de enseñanza y evaluación que guardan coherencia con el enfoque de las áreas.				
CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
<ul style="list-style-type: none"> • Comprende las características individuales, evolutivas y socioculturales de sus estudiantes y sus contextos, así como la forma en que se desarrollan los aprendizajes. • Comprende los conocimientos disciplinares que fundamentan las competencias del currículo vigente y sabe cómo promover su desarrollo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conoce y Explica los cambios que experimenta el organismo al realizar actividades físicas o deportivas y discute de qué modo ello repercute en los aprendizajes. ✓ Describe evidencias de aprendizaje de estudiantes de educación básica relacionadas con el funcionamiento del cuerpo humano a partir de lo que indica el currículo escolar vigente y de los conceptos desarrollados en el curso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo grupal a través de infografías • Evaluación Individual teórica práctica. • Participación activa y espontánea. • Prueba Individual teórica práctica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposiciones grupales. • Organizadores de conocimientos. • Ficha de recojo de información. <p>Instrumento: Prueba mixta Guías de aprendizaje Rúbrica para evaluar Cuestionario</p>	<p>Auto evaluación</p> <p>Coevaluación</p> <p>Heteroevaluación</p>

DOMINIO 2: ENSEÑANZA PARA EL APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES.

COMPETENCIA 4 Conduce el proceso de enseñanza con dominio de los contenidos disciplinares y el uso de estrategias y recursos pertinentes para que todos los estudiantes aprendan de manera reflexiva y crítica lo que concierne a la solución de problemas relacionados con sus experiencias, intereses y contextos culturales.

ESTÁNDAR: Comprende que el desarrollo de los aprendizajes requiere de interacciones pedagógicas que les confieran un papel protagónico a los estudiantes y les permitan construir conocimientos desde sus saberes previos. Explica que la gestión de estas interacciones supone brindar múltiples oportunidades para favorecer la apropiación con sentido de los aprendizajes. En coherencia con ello, conduce actividades de aprendizaje desarrollando interacciones pedagógicas para que los estudiantes elaboren ideas, exploren soluciones o confronten puntos de vista. Además, comprende que para realizar lo anterior debe brindar apoyo pedagógico que responda a la diversidad de necesidades y situaciones que emergen en el aula.

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
<ul style="list-style-type: none"> • Gestiona interacciones pedagógicas con el fin de facilitar la construcción de aprendizajes por parte de los estudiantes. • Fomenta que los estudiantes comprendan el sentido de las actividades que realizan en el marco de propósitos de aprendizaje más amplios. • Brinda apoyo pedagógico a los estudiantes de forma flexible para responder a sus necesidades y a situaciones inesperadas. • Optimiza el uso del tiempo de modo que sea empleado principalmente en actividades que desarrollen los propósitos de aprendizaje. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprende la repercusión del proceso de planificación, aplicación y control de las cargas en el mejoramiento de la calidad de vida y en los resultados deportivos. ✓ Comprende y explica las bases biológicas y fisiológicas de los movimientos y la terminología anatómica. ✓ Propone situaciones de aprendizaje que posibilitan que los estudiantes de EB desarrollen competencias vinculadas a la educación física. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza una planificación de una base de entrenamiento considerando las diferentes etapas, Macro-Meso-Micro y sesiones de entrenamiento. • Estructura una base de datos en base a los cambios generados en la aplicación del plan de entrenamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposiciones grupales. • Organizadores de conocimientos. • Ficha de recojo de información. • Planificación de un Macro ciclo de entrenamiento. <p>Instrumento: Prueba mixta Guías de aprendizaje Rúbrica para evaluar Cuestionario</p>	<p>Coevaluación</p> <p>Auto evaluación</p> <p>Heteroevaluación</p>

COMPETENCIA 5 Evalúa permanentemente el aprendizaje de acuerdo con los objetivos institucionales previstos para tomar decisiones y retroalimentar a sus estudiantes y a la comunidad educativa, teniendo en cuenta las diferencias individuales y los diversos contextos culturales.

ESTÁNDAR: Explica que una de las principales finalidades de la evaluación es retroalimentar y potenciar el proceso de enseñanza y aprendizaje. En coherencia, fundamenta por qué la enseñanza y la evaluación guardan una estrecha vinculación. Explica y fundamenta en qué medida toda evaluación puede realizarse desde una perspectiva formativa y comprende la centralidad de contar con criterios explícitos para interpretar evidencias de aprendizaje y retroalimentar a los estudiantes, así como la relevancia de construir una práctica de evaluación positiva para los estudiantes, es decir, en la que se sientan seguros, respetados y en la que los errores y dificultades se conciben como oportunidades de aprendizaje para todos. Conoce y aplica estrategias e instrumentos de evaluación para recoger evidencias de aprendizaje en función de los propósitos planteados.

CAPACIDADES	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PROCESO / INSTRUMENTO	FUENTE
<ul style="list-style-type: none"> • Involucra continuamente a los estudiantes en el proceso de evaluación. • Usa una variedad de estrategias y tareas de evaluación acordes a las características de los estudiantes y pertinentes para recoger evidencias sobre los aprendizajes. • Interpreta las evidencias de aprendizaje usando los criterios de evaluación y, a partir de ellas, toma decisiones sobre la enseñanza. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Propone situaciones de aprendizaje que posibilitan que los estudiantes de EB desarrollen competencias vinculadas a la educación física. ✓ Comprende los procesos bioquímicos, de inhibición y excitación y los tipos de trabajo muscular asociados a la actividad física y el deporte. ✓ Comprende los fundamentos de la evaluación por competencias en la educación física y se aplican instrumentos para recoger evidencias de aprendizaje. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica correctamente la terminología relacionada con la Anatomía y Fisiología Humana. • Identifica la importancia de los procesos bioquímicos en la actividad física-deportiva. • Estructura en una base de datos los resultados de la evaluación por competencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposiciones grupales. • Organizadores de conocimientos. • Ficha de recojo de información. <p>Instrumento: Prueba mixta Guías de aprendizaje Rúbrica para evaluar Cuestionario</p>	<p>Auto evaluación</p> <p>Coevaluación</p> <p>Heteroevaluación</p>
EVIDENCIA FINAL DEL CURSO/INSTRUMENTO				
<p>Al finalizar el curso el estudiante FID, será capaz de conocer la relación entre la estructura del cuerpo humano, su funcionamiento y adaptación a la actividad física y deportiva. Asimismo, será capaz de explicar las bases biológicas y fisiológicas de los movimientos y la terminología anatómica. Comprenderá los procesos bioquímicos, de inhibición y excitación y los tipos de trabajo muscular asociados a la actividad física y el deporte, comprenderá la repercusión del proceso de planificación, aplicación y control de las cargas en el mejoramiento de la calidad de vida y en los resultados deportivos. También comprenderá los fundamentos de la mediación pedagógica y la calidad de las interacciones didácticas al conducir actividades de aprendizaje. Conocerá los fundamentos de la evaluación por competencias en la educación física y se aplicará los diversos instrumentos para recoger evidencias de aprendizaje.</p>				<p>Heteroevaluación</p> <p>Autoevaluación</p> <p>Coevaluación</p>

VI. ORGANIZACIÓN DE UNIDADES DE APRENDIZAJE

NOMBRE DE LA UNIDAD	DURACIÓN	DESEMPEÑOS ESPECÍFICOS	CONOCIMIENTOS	EVIDENCIAS DE PROCESO	EVIDENCIA FINAL
<p>Situación Auténtica</p> <p><i>“Explico las estructuras de mi cuerpo y su funcionamiento”</i></p> <p>Unidad 1 La fisiología del cuerpo humano y su funcionamiento.</p>	<p>6 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende y explica las bases biológicas y fisiológicas de los movimientos y la terminología anatómica. • Comprende los procesos bioquímicos, de inhibición y excitación y los tipos de trabajo muscular asociados a la actividad física y el deporte. 	<p>Conceptualizaciones terminológicas con la actividad física y la salud.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud. - Hábitos saludables. - Actividad física y actividad física saludable - Estilo de vida - Calidad de vida. <p>Bioquímica aplicada al esfuerzo físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Metabolismo intermediario - Ciclos metabólicos - Bioenergética - Combustibles del músculo esquelético. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposiciones grupales. • Organizadores de conocimientos. • Ficha de recojo de información. • Comprende y explica las bases biológicas y fisiológicas del cuerpo humano y su funcionamiento PIA. 	<p>Explica la relación entre el conocimiento del cuerpo humano y el desarrollo de la educación física en estudiantes de educación básica, utilizando conceptos y casos abordados en el curso.</p>

<p>Situación Auténtica</p> <p><i>“Identifico las reacciones fisiológicas de mi organismo con el entrenamiento deportivo”</i></p> <p>Unidad 2</p> <p>Fisiología del esfuerzo y del deporte.</p>	<p>5 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende la repercusión del proceso de planificación, aplicación y control de las cargas en el mejoramiento de la calidad de vida y en los resultados deportivos. • Conoce y Explica los cambios que experimenta el organismo al realizar actividades físicas o deportivas y discute de qué modo ello repercute en los aprendizajes. 	<p>Fisiología del esfuerzo y del deporte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reacciones fisiológicas agudas al ejercicio - Principios básicos del entrenamiento <ul style="list-style-type: none"> ✓ Principio de la individualidad ✓ Principio de la especificidad ✓ Principio de desuso ✓ Principio de sobrecarga progresiva. <p>Tipos de programas de entrenamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ El entrenamiento contra resistencia. ✓ El entrenamiento interválico. ✓ El entrenamiento continuo. ✓ El entrenamiento en circuito. <p>Bases fundamentales de la planificación del entrenamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Planificación del entrenamiento - Bases de la planificación - Duración y contenidos de la planificación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Exposiciones grupales. • Organizadores de conocimientos. • Ficha de recojo de información. • Comprende y explica la relación que existe entre la fisiología y el entrenamiento deportivo. PIA. 	<p>Identifica las reacciones del cuerpo humano frente a los principios del entrenamiento deportivo en bases a la planificación.</p>
<p>Situación Auténtica</p> <p><i>“Valora la actividad física en beneficio del cuerpo humano”</i></p> <p>Unidad 3</p> <p>La evaluación en la educación física y los deportes.</p>	<p>5 semanas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende los fundamentos de la evaluación por competencias en la educación física y se aplican instrumentos para recoger evidencias de aprendizaje. 	<p>Evaluación en la educación física y deportes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Características y premisas básicas de la evaluación en la educación física y deportes. - Herramientas de evaluación en la educación física - Programación de la evaluación. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Evaluación inicial. ✓ Evaluación continua y formativa. ✓ Evaluación sumativa o final. 	<p>Exposiciones grupales.</p> <p>Organizadores de conocimientos.</p> <p>Ficha de recojo de información.</p> <p>Identifica las diferentes herramientas de evaluación en la educación física.</p> <p>PIA</p>	<p>Demuestra al aplicar las herramientas respectivas su conocimiento de la evaluación en la educación física y el deporte.</p>

VII. METODOLOGÍA

El formador de docentes orienta los aprendizajes, organizando las experiencias, recursos y condiciones óptimas para que los estudiantes alcancen el nivel del logro esperado en el curso. Favorece el desarrollo de las competencias a través de una retroalimentación permanente, oportuna e individualizada. También propone a los estudiantes espacios para reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje, introduciendo actividades y recursos para apoyar procesos metacognitivos al final de cada unidad.

VIII. RECURSOS Y MATERIALES.

Se utilizarán los siguientes recursos y materiales

- Plataforma EVA 365 A1/Google Meet/WhatsApp
- Equipos de multimedia, Proyector/TV: Material audiovisual,
- Medios didácticos informáticos: tutoriales, software de aprendizaje.
- Soportes físicos: Guías de aprendizaje, separatas y bibliografía considerada.
- Guías de normas APA 7ma Ed.
- Reglamento de investigación e innovación
- Pizarrón y marcadores indelebles.
- Material de escritorio.

IX. EVALUACIÓN

En el marco de la evaluación formativa, la calificación es **cualitativa** y **descriptiva**. Considera una explicación detallada del nivel alcanzado por el estudiante, así como recomendaciones para la mejora de los aprendizajes. Se realiza durante el desarrollo del curso o módulo.

La calificación de las competencias profesionales docentes en el curso o módulo se expresa mediante niveles de desempeño, de acuerdo con la siguiente escala:

Nivel de desempeño del estudiante	
Previo al Inicio	No logra demostrar lo descrito en el nivel Inicio
Inicio	Muestra un progreso mínimo de acuerdo al nivel de desempeño esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.
En proceso	Evidencia el nivel de desempeño próximo o cerca a lo esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.
Logrado	Evidencia el nivel de desempeño esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado.
Destacado	Evidencia un nivel de desempeño superior a lo esperado en el curso o módulo respecto a la competencia profesional docente.

Calificación del curso /módulo

La calificación del curso o módulo es determinada por el SIA. El SIA consigna la condición de “aprobado” o “desaprobado” del curso o módulo. Se consigna “aprobado” si la calificación del curso o módulo del estudiante se encuentra “En Proceso”, “Logrado” o “Destacado”. Se consigna “desaprobado” si la calificación final se encuentra en “Previo al inicio” o “Inicio”, de acuerdo con lo siguiente:

Condición	Calificación del curso/módulo	Resultado obtenido
Desaprobado	Previo al inicio	1 a 1.9
	Inicio	2 a 2.9
Aprobado	En Proceso	3 a 3.9
	Logrado	4 a 4.9
	Destacado	5

X. BIBLIOGRAFÍA.

- Bompa, T. (2001) Periodización del entrenamiento deportivo
De la Reina, L (2003) Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico
Garrido, A. (2014) La práctica de la actividad física y los hábitos de salud.
Lozano, L (2012) La evaluación en la educación física y el deporte.
MacMillan, N, (2006) Nutrición deportiva
Marieb, E. (2008) Anatomía y Fisiología Humana – Pearson Educación.
Netter, F. (2010) Atlas de Anatomía Humana 5ta. Edición Elsevier Masson.

- **Webgrafía.**

https://eureka.upo.es/discovery/fulldisplay?vid=34CBUA_UPO:VU1&search_scope=MyInstitution&tab=LibraryCatalog&docid=alma991001076109704989&lang=es&context=L&adaptor=Local%20Search%20Engine&query=any,contains,%22DEPORTE%20abril%202019%22&ortby=title&offset=0

<https://www.studocu.com/pe/document/universidad-norbert-wiener/fisiologia/fisiologia-del-movimiento/16535685>

<https://cienciasdeportivas.com/que-es-la-fisiologia-del-ejercicio/>

- **Link de consultas**

<https://www.youtube.com/watch?v=ITjJAIn6F4A>

<https://www.youtube.com/watch?v=ga88pqiForY>

<https://www.youtube.com/watch?v=4QEy8LLCjRM>

<https://www.youtube.com/watch?v=VnVOqlmq51Y>

https://www.youtube.com/watch?v=4jZ-rh_XEEY

