



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

RECTORADO

PROGRAMA DE ESTUDIOS BÁSICOS

SÍLABO ADAPTADO PARA EL PERIODO DE ADECUACIÓN A LA EDUCACIÓN NO PRESENCIAL

SÍLABO

AÑO ACADÉMICO 2021 - I

I. DATOS ADMINISTRATIVOS

1.1. Asignatura	: Kung Fu
1.2. Código	: EB0001
1.3. Condición	: OBLIGATORIO
1.4. Naturaleza	: TEÓRICO-PRÁCTICO
1.5. Ciclo	: PRIMER
1.6. Créditos	: 01
1.7. N° de horas por semana	: 02 Horas
1.8. Requisito	: NINGUNO
1.9. Semestre Académico	: 2021-I
1.10. Coordinador	: RUBEN FERNANDEZ CABRERA
1.11. Profesor	: GUSTAVO LUIS GALINDO MENDEZ

II. SUMILLA

Este curso electivo de naturaleza teórico y principalmente practico, brinda los conocimientos básicos de los fundamentos técnicos-tácticos, un sistema de defensa personal, la orientación mental sobre los valores humanos, el respeto por todas las manifestaciones de vida practicando una estrecha comunión con nuestro creador y las reglas oficiales del Kung Fu Wushu deportivo, permitiendo que el alumno pueda desarrollar actividades físicas elementales. De esta manera el alumno se fortalecerá en tres campos humanos; Espiritual, Mental y Físico, para así vivir una sana disciplina de vida.

III. COMPETENCIA GENERICA DEL PEB A LA QUE TRIBUTA LA ASIGNATURA

- Desarrollarse responsable y eficientemente como profesional ante la sociedad.
- Lograr y desarrollar habilidades en trabajos grupales.
- Conseguir una mentalidad competitiva y de ganador en el aspecto profesional.
- Lograr una actitud mental y coherente frente a las adversidades en la profesión.

IV. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA

- Esta asignatura permitirá al alumno conocer el arte marcial del Kung Fu Wushu, con sus identificaciones como tal.
- Historia y características generales.
- Contribuirá a la optimización de la salud, el desarrollo orgánico, motriz, cognitivo, afectivo y aumento de la seguridad en sí mismo.
- Ayuda al desarrollo de la personalidad.

V. DESARROLLA EL COMPONENTE DE: INVESTIGACIÓN () RESPONSABILIDAD SOCIAL ()

VI. LOGRO DE LA ASIGNATURA

- Lograr con el entrenamiento desarrollar física y mentalmente para una competencia.
- Ir desarrollando a través de un programa paulatino las condiciones y habilidades del alumno.
- Entrenar al alumno para formar parte de un equipo de competencia y defender los colores de su Alma Mater (universidad).

- Participar en competencias “noveles” y posteriormente “avanzadas” según el nivel desarrollado por los alumnos practicantes.

VII. PROGRAMACIÓN DE LOS CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

7.1. UNIDAD 1: Conceptos básicos Kung Fu, Wushu, Sanda y Taolu, posiciones básicas, desplazamientos básicos, técnicas y posturas básicas de Chuan Fa (manos) y Tui Fa (pies)

Logros de Aprendizaje:

- El alumno adquirirá el conocimiento y la visión de que se trata el Kung Fu, lo conducirá a querer informarse más acerca de este deporte.
- Aprenderá posiciones técnicas básicas de Sanda y Taolu.

Semana	Horas	Contenidos
01	02	<ul style="list-style-type: none"> • Posiciones básicas de Taolu: Mabu y Gong Bu • Posiciones básicas de Sanda
02	02	<ul style="list-style-type: none"> • Posiciones básicas de Taolu: Mabu y Gong Bu con desplazamiento • Técnica básica de Chuan Fa Sanda
03	02	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica básica de Chuan Fa Sanda con desplazamiento • Técnica básica de Tui Fa Sanda
04	02	<ul style="list-style-type: none"> • Repaso Técnica básica de Chuan Fa Sanda con desplazamiento • Técnica básica de Tui Fa Sanda Con desplazamiento

Técnicas didácticas a emplear: Explicación, demostración, ejecución y corrección de los movimientos técnicos.

Equipos y materiales: Colchonetas, marcadores y guantes

7.2. UNIDAD 2: Taolu Nan Chuan básico y técnicas de Sanda: Chuan Fa (manos) Rectos y Cruzados; y Tui Fa (pies) frontales y semi circulares

Logros de Aprendizaje:

- El alumno aprenderá la primera parte del nan chuan.
- Aprenderá a utilizar las técnicas de manos y pies del Sanda.

Semana	Horas	Contenidos
05	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan básico primera parte. • Técnica básica de Chuan Fa Sanda Rectos y Cruzados
06	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan básico segunda parte. • Técnica de Chuan Fa Sanda Rectos y Cruzados con desplazamiento
07	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan básico tercera parte. • Técnica de Tui Fa Sanda Frontales y Semicirculares
08	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan cuarta parte. • Técnica de Tui Fa Sanda Frontales y Semicirculares con desplazamiento

Técnicas didácticas a emplear: Explicación, demostración, ejecución y corrección de los movimientos técnicos.

Equipos y materiales: Colchonetas, marcadores y guantes

7.3. UNIDAD 3: Taolu Nan Chuan rutina completa y técnicas de Sanda combinaciones de Chuan Fa (manos) Tui Fa (pies).

Logros de Aprendizaje:

- El alumno aprenderá la rutina completa de Nan Chuan manejando los tiempos.
- Aprenderá a combinar las técnicas de ataque de manos y pies del Sanda.

Semana	Horas	Contenidos
09	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan enlace primera y segunda parte. • Técnica de combinación Chuan Fa Rectos y Tui Fa Frontales
10	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan enlace tercera y cuarta parte. • Técnica de combinación Chuan Fa cruzados y Tui Fa semi circulares
11	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan enlace de todas las partes. • Técnica de combinación Chuan Fa Rectos y Tui Fa Frontales
12	02	<ul style="list-style-type: none"> • Taolu Nan Chuan rutina completa manejando los tiempos • Tecnicas de combinación con desplazamiento hacia adelante, atrás y laterales.

Técnicas didácticas a emplear: Explicación, demostración, ejecución y corrección de los movimientos técnicos.

Equipos y materiales: Colchonetas, marcadores y guantes

7.4. UNIDAD 4: Técnicas de Sanda combinación de los tres fundamentos Chuan Fa (manos) Tui Fa (pies) y Shuai Fa (Derribos).

Logros de Aprendizaje:

- El alumno aprenderá las técnicas de ataque con giro de manos y pies.
- Aprenderá a combinar las técnicas de manos, pies y derribos del Sanda.

Semana	Horas	Contenidos
13	02	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnica de Shuai Fa primera forma derribos con piernas. • Técnica de combinación Chuan Fa y Tui Fa
14	02	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnica de Shuai Fa segunda forma derribos con cadera. • Técnica de combinación Chuan Fa con giro y Tui Fa con giro corto
15	02	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnica de Shuai Fa tercera forma derribos con brazos. • Técnica de combinación Chuan Fa y Tui Fa con desplazamiento circular
16	02	<ul style="list-style-type: none"> • Tecnica de Shuai Fa combinadas. • Técnica de combinación de los tres fundamentos del Sanda Shuai Fa, Chuan Fa y Tui Fa

Técnicas didácticas a emplear: Explicación, demostración, ejecución y corrección de los movimientos técnicos.

Equipos y materiales: Colchonetas, marcadores y guantes

VIII. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Aula invertida, Aprendizaje Colaborativo, Disertación

IX. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE VIRTUAL

La modalidad no presencial desarrollará actividades sincrónicas (que los estudiantes realizarán al mismo tiempo con el docente) y asincrónicas (que los estudiantes realizarán independientemente fortaleciendo su aprendizaje autónomo. La metodología del aula invertida organizará las actividades de la siguiente manera:

Antes de la sesión

Exploración: preguntas de reflexión vinculada con el contexto, otros.

Problematización: conflicto cognitivo de la unidad, otros.

Durante la sesión

Motivación: bienvenida y presentación del curso, otros.

Presentación: PPT en forma colaborativa, otros.

Práctica: resolución individual de un problema, resolución colectiva de un problema, otros.

Después de la sesión

Evaluación de la unidad: presentación del producto.

Extensión / Transferencia: presentación en digital de la resolución individual de un problema.

IX. EVALUACIÓN

La modalidad no presencial se evaluará a través de productos que el estudiante presentará al final de cada unidad. Los productos son las evidencias del logro de los aprendizajes y serán evaluados a través de rúbricas cuyo objetivo es calificar el desempeño de los estudiantes de manera objetiva y precisa.

Retroalimentación. En esta modalidad no presencial, la retroalimentación se convierte en aspecto primordial para el logro de aprendizaje. El docente devolverá los productos de la unidad revisados y realizará la retroalimentación respectiva.

X. RECURSOS

- Equipos: computadora, laptop, Tablet, celular
- Materiales: apuntes de clase del Docente, separatas de problemas, lecturas, videos.
- Plataformas: Flipgrid, Simulaciones PhET, Kahoot, Thatquiz, Geogebra.

XI. REFERENCIAS

Bibliografía Básica

- www.iwuf.com
- www.taolu.com
- www.sanda.com
- www.shuaijiao.com