

Universidad Guadalajara
Centro Universitario del Sur

Programa de Estudio

1. IDENTIFICACIÓN DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

División

Ciencias Sociales y Humanidades

Departamento

Artes y Humanidades

Academia

Academia de Cultura

Programa(s) educativo(s)

Cultura Física y Deportes

Denominación de la unidad de aprendizaje:

FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES DE COMBATE

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Carga horaria global:	Valor en créditos:
I8771	32	32	64	6

Tipo de curso:		Nivel en que se ubica:	Prerrequisitos:
C = curso		Técnico Medio	Ninguno
CL = curso laboratorio		Técnico Superior	
L = laboratorio		Universitario	
P = práctica		Licenciatura	
T = taller		Especialidad	
CT = curso - taller		Maestría	
N = clínica		Doctorado	
M = módulo			
S = seminario			

Área de formación:

BASICA PARTICULAR SELECTIVA

Perfil docente:

Licenciado en Cultura Física y Deportes

Elaborado por:

Actualizado por:

Lic. Quetzalcóatl Marcelino Oregel Leja	Mtro. Francisco Javier Cortés Ochoa
---	-------------------------------------

Fecha de elaboración:

Fecha de última actualización:

Fecha de última evaluación:

Fecha de aprobación por Colegio Departamental:

06/04/2016	05/06/2023		
------------	------------	--	--

1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

curso de Fundamentos de deportes de combate aborda los elementos básicos de la preparación física, metodológica, reglamento y movimientos técnicos, de los deportes de combate olímpicos en este caso el boxeo. El curso presencial tiene una carga horaria de 64 horas, de las cuales 32 son teoría y 32 practicas; tiene un valor de 6 créditos. La unidad de aprendizaje está ubicada en el área de formación básica particular obligatoria relacionada con las Unidades de Aprendizaje de Entrenamiento Deportivo.

2. OBJETIVO GENERAL/COMPETENCIA

Implementa, los conocimientos de la pedagogía y la didáctica para la enseñanza del boxeo, utilizado como deporte competitivo o como programa de entrenamiento para el bienestar y el mejoramiento de la condición física.

3. CAMPO DE APLICACIÓN PROFESIONAL DE LOS CONOCIMIENTOS

Diseña, dirige y evalúa programas de entrenamiento personalizado para la competencia deportiva, el bienestar y para el mejoramiento de la condición física de individuos y de grupos.

4. SABERES:

Prácticos	Elabora, aplica y evalúa programas para el aprendizaje del boxeo a partir de sus fundamentos tácticos y técnicos.
Teóricos	Reconoce los modelos de intervención para el aprendizaje del boxeo. Analiza los aspectos reglamentarios del boxeo Olímpico.
Formativos	Participa activamente en el desarrollo de las sesiones y las actividades llevadas a cabo a lo largo de la unidad de aprendizaje.

5. CONTENIDO TEMÁTICO (TEÓRICO-PRÁCTICO)

Unidad 1. Fundamentos del boxeo

- Introducción al boxeo.
- Metodología del curso.
- Historia del boxeo.
- ¿En qué consiste el boxear?
- Reglas del boxeo.

Unidad 2. Herramientas y equipos de trabajo

- Implementos para entrenar boxeo.
- Equipos para boxear.
- Materiales para entrenar boxeo.

Unidad 3. Conceptos asociados al boxeo.

- Términos complementarios al boxeo.
- Errores al momento de iniciar la práctica del boxeo.
- Normas complementarias en boxeo.
- La alimentación del deportista.

Unidad 4. Ser entrenador de boxeo.

- Aspectos fundamentales para ser entrenador de boxeo.
- Cualidades del buen entrenador.

Unidad 5. Valoración de la condición física del boxeador

- Test y evaluación del boxeador.
- Pruebas físicas en boxeo.
- Pruebas físicas en boxeo y adolescencia.
- Test de valoración y condición física.

Unidad 6. Planificación y sesiones de entrenamiento

- Entrenamiento general en boxeo.
- Planificación del entrenamiento.
- Preparación física e intensa del boxeador.
- Planificación y aspectos técnicos del entrenamiento.

Unidad 7. Técnicas y pasos fundamentales para entrenar boxeo

- Calentamiento enfocado en el boxeo.
- Golpear el saco de boxeo.
- Elegir el tipo de saco de boxeo.
- Saltar la comba en el entrenamiento de boxeo.
- Hacer sombra en boxeo.
- Vendarse la mano para boxeo.
- Adaptar el bucal del boxeo.
- Esquivar golpes en boxeo.
- Golpes básicos de boxeo.
- La guardia en boxeo.

Unidad 8. Entrenamientos especializados y técnicas

- Golpes fundamentales en el boxeo.
- Como lanzar el jab + uppercut.
- Uppercut en el boxeo.
- Como dar el golpe uppercut y el hook (gancho).
- Defender y esquivar golpes en boxeo.
- Técnicas fundamentales de defensa.
- Enfrentarse a alguien más alto en el boxeo.
- Enfrentarse a alguien más bajo en el boxeo

6. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

SQA
RA-P-RP
Mapa Semántico.
PNI
Debate
Taller

7. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

8.1. Evidencias de aprendizaje	8.2. Criterios de desempeño
SQA RA-P-RP Mapa Semántico. PNI Debate Taller	25% Entrega de evidencias de aprendizaje firmadas. 25% Creación de contenido. 30% Participación activa en la práctica. 20% Examen teórico/practico.

8. CALIFICACIÓN

25% Entrega de evidencias de aprendizaje firmadas.
25% Creación de contenido.
30% Participación activa en la práctica.
20% Examen teórico/practico.

Para tener derecho a calificación se debe tener el 80% de la asistencia y participación a las prácticas.

9. ACREDITACIÓN

Periodo ordinario. De conformidad con el artículo 20 del Reglamento General de Evaluación y Promoción de Alumnos de la Universidad de Guadalajara, para que el alumno tenga derecho al registro del resultado final de la evaluación en el periodo ordinario, establecido en el calendario escolar aprobado por el Consejo General Universitario, se requiere:

- I. Estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y
- II. Tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades registradas durante el curso.

Periodo extraordinario. De conformidad con el artículo 27 del Reglamento General de Evaluación y Promoción de Alumnos de la Universidad de Guadalajara, para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, se requiere:

- I. Estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente.
 - II. Haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente.
 - III. Tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades registradas durante el curso.
- Se exceptúan de este caso las materias de orden práctico que requerirán la repetición del curso (Art. 23 RGEYPA).

10. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

01. Análisis de las acciones técnico-tácticas del boxeo de rendimiento autor Maykel Balmaseda Albuquerque.pdf. (s/f). Google Docs. Recuperado el 17 de junio de 2023, de

<https://drive.google.com/file/d/1jrICzRduKAOL0oikxCTvPhgq0KKbG7ks/view>

Guterman, T. (s/f). Metodología de la enseñanza aprendizaje de los elementos técnicos del boxeo formativo. Efdportes.com. Recuperado el 17 de junio de 2023, de

<https://efdeportes.com/efd184/metodologia-del-boxeo-formativo.htm>

Boxeo, A., Rama, C., & Femenil Varonil, V. (s/f). Nacionales CONADE 2023 Anexo Técnico Boxeo. Gob.mx. Recuperado el 17 de junio de 2023, de

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/807143/Boxeo_NC_2023_ver_2.pdf

07. El Boxeo como Tecnología de la Masculinidad autor Hortensia Moreno Esparza.pdf. (s/f). Google Docs. Recuperado el 17 de junio de 2023, de

https://drive.google.com/file/d/1tKte_9W3sblCqh1eTodyVnTSFqUKuVoT/view

Nutrición para el entrenamiento y la competición (Artículo) autor Dra. Cristina Olivos O, Dra. Ada Cuevas M, Dra. Verónica Álvarez V. y Nut. Carlos Jorquera A..pdf. (s/f). Google Docs. Recuperado el 17 de junio de 2023, de

<https://drive.google.com/file/d/1fbXtOnkUvNdYDSsSkpvnLE1S1Kx0qdGb/view>

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

--

11. RECURSOS COMPLEMENTARIOS (páginas web, mooc's, plataformas, objetos de aprendizaje)

--

Firma:

Presidente de Academia

Vo. Bo.

Jefe de Departamento