



UADEC



FACULTAD DE
CIENCIA, EDUCACIÓN
Y HUMANIDADES

UNIDAD I

Introducción a las disciplinas deportivas

FORMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

UNIDAD 1. INTRODUCCIÓN A LAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS

INTRODUCCIÓN DE LA UNIDAD

El deporte es parte fundamental en la vida de las personas, porque no solo contribuye al cuidado del cuerpo, sino también al desarrollo de valores, habilidades y hábitos saludables. Desde edades tempranas, la práctica deportiva permite a los individuos conocerse mejor, aprender a convivir con otros y descubrir distintas habilidades.

En esta unidad, se abordará una introducción a las disciplinas deportivas, con el propósito de conocer su clasificación general y sus características principales. Se analizarán los diferentes tipos de deportes, ya sean los individuales, colectivos, de combate, de raqueta y acuáticos, así como todos los elementos que los componen, como las reglas, terreno de juego, puntuación y los roles de quienes participan.

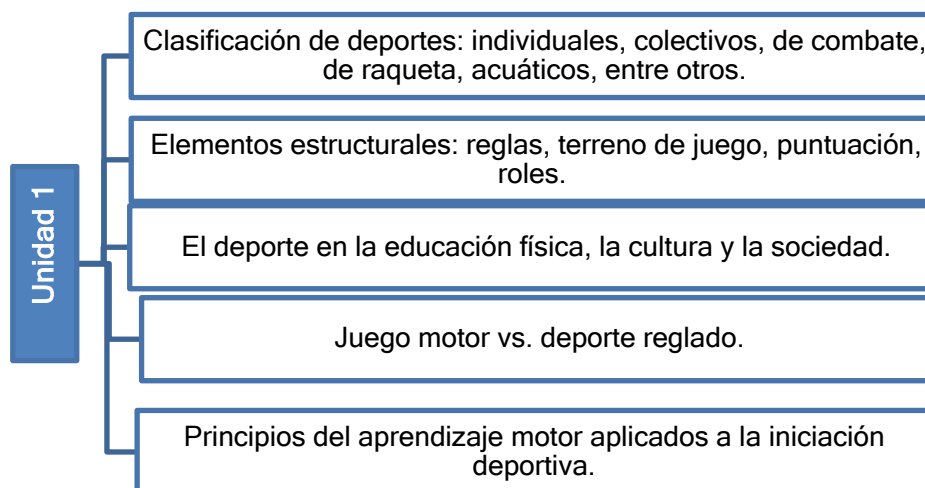
OBJETIVO DE LA UNIDAD

Conocer la clasificación general y las características esenciales de las disciplinas deportivas, así como su valor educativo y formativo.

MAPA DE CONTENIDO

Carta descriptiva

- Clasificación de deportes: individuales, colectivos, de combate, de raqueta, acuáticos, entre otros.
- Elementos estructurales: reglas, terreno de juego, puntuación, roles.
- El deporte en la educación física, la cultura y la sociedad.
- Juego motor vs. deporte reglado.
- Principios del aprendizaje motor aplicados a la iniciación deportiva.



ACTIVIDADES DE LA UNIDAD

Tema	Actividad
Clasificación de deportes: individuales, colectivos, de combate, de raqueta, acuáticos, entre otros.	<ul style="list-style-type: none"> • Video explicativo: deporte favorito y sus elementos. • Examen de unidad.
Elementos estructurales: reglas, terreno de juego, puntuación, roles.	
El deporte en la educación física, la cultura y la sociedad.	
Juego motor vs. deporte reglado.	
Principios del aprendizaje motor aplicados a la iniciación deportiva.	

EJERCICIOS DE LA UNIDAD

Tema	Actividad
Clasificación de deportes: individuales, colectivos, de combate, de raqueta, acuáticos, entre otros.	<ul style="list-style-type: none"> • Control de lectura. • Foro: ¿Qué hace que una actividad sea un deporte?
Elementos estructurales: reglas, terreno de juego, puntuación, roles.	
El deporte en la educación física, la cultura y la sociedad.	
Juego motor vs. deporte reglado.	
Principios del aprendizaje motor aplicados a la iniciación deportiva.	

EVALUACIÓN DE LA UNIDAD

Elemento	Puntuación
Video con extensión de 8 a 15 min.	5 puntos
Control de lectura	5 puntos
Evaluación de la unidad	10 puntos
Total:	20 puntos