



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
RECTORADO
PROGRAMA DE ESTUDIOS BÁSICOS



SÍLABO 2025 – II

ACTIVIDADES ARTÍSTICAS Y DEPORTIVAS

I. DATOS ADMINISTRATIVOS

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Asignatura | : Taller de Fútbol. |
| 2. Código | : EB-0001 |
| 3. Condición | : Obligatorio |
| 4. Naturaleza | : Práctica |
| 5. Ciclo | : I |
| 6. Requisitos | : Ninguno |
| 7. N° Créditos | : 1 |
| 8. N° de horas | : 2 horas |
| 9. Semestre Académico | : 2025-II |
| 10. Coordinador | : Leon Mesia De Licetti Giovanna Mercedes |
| 11. Correo institucional | : giovanna.leonm@urp.edu.pe |
| 12. Docentes | : López Franco Edward Gerardo |

II. SUMILLA

El taller de Actividades Artísticas y Deportivas es de carácter obligatorio y de naturaleza práctica, correspondiente a la Formación General. Aporta a la competencia genérica del pensamiento crítico, creativo y de liderazgo compartido. Su propósito es ofrecer a los estudiantes los conocimientos, procedimientos y actitudes que le permitan descubrir, proponer y aplicar los principios del arte y el deporte mediante el ejercicio de las diferentes actividades artísticas y deportivas sensibilizando sus habilidades creativas, su libre expresión, su potencial humano y capacidad física. Sus principales ejes temáticos son: la percepción visual, la inteligencia emocional, la resiliencia, la expresión creativa, la interrelación social y la potencialidad física.

III. COMPETENCIA

COMPETENCIAS GENÉRICAS A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA

- Liderazgo compartido

IV. DESARROLLA EL COMPONENTE DE:

- INVESTIGACIÓN FORMATIVA ()
- RESPONSABILIDAD SOCIAL ()

V. LOGRO DE LA ASIGNATURA

Al finalizar la signatura el estudiante conoce y aplica los principios del deporte mediante el ejercicio de las diferentes estrategias y técnicas del deporte sensibilizando sus habilidades creativas, su libre expresión, su potencial humano y capacidad física. Desarrolla la percepción visual, la inteligencia emocional, la resiliencia, la técnica creativa, la interrelación social y la potencialidad física a través del futbol.

VI. PROGRAMACIÓN DE LOS CONTENIDOS

UNIDAD I: TÉCNICA DE FÚTBOL		
Logros de aprendizaje	Desarrolla habilidades físicas fundamentales, como la resistencia, la fuerza, la velocidad, agilidad, la técnica y táctica para el fútbol.	
Semana	Tipo de clase	Contenidos
1	Clase Práctica	Introducción al fútbol Familiarización con las reglas de fútbol (Regla 1 y 2) Trabajo de Coordinación. Conducción (Trabajo Técnico).
2	Clase Práctica	Reglas de Fútbol (regla 3y4) Velocidad, reacción y aceleración. Pase (Trabajo Técnico)
3	Clase Práctica	Trabajos Físicos (Resistencia Aeróbica) Reglas de Fútbol (5, 6 y 7) Recepción (control), Trabajo Técnico.
4	Clase Práctica	Reglas de Fútbol (8 y 9) Dribling, (gambeta o amague) Trabajo técnico. Trabajo Físico (Fuerza explosiva) Práctica Calificada 1

UNIDAD II TÉCNICA DE FÚTBOL		
Logros de aprendizaje	Conoce la técnica del dominio del balón. Dominio de las reglas de juego. Diferenciar las capacidades físicas. Conocimiento de los sistemas de juego.	
Semana	Tipo de clase	Contenidos
5	Clase Práctica	Sobre las reglas de juego de fútbol vistas hasta el momento (Reglas del #1 a la regla #12)
6	Clase Práctica	Remate (Trabajo Técnico) Trabajo físico (Resistencia Aerodinámica)
7	Clase Práctica	Resumen de la técnica en el fútbol Trabajo Técnico Trabajo físico (zona media) Práctica Calificada 2
8	Clase Práctica	Semana de evaluaciones parciales

UNIDAD III TÁCTICA Y ESQUEMA		
Logros de aprendizaje	Domina del sistema de juego. Diferenciar entre principios ofensivos y defensivos. Conocimiento de estructuras menores de juego.	
Semana	Tipo de clase	Contenidos

9	Clase Práctica	Reglas de fútbol (13 y 14) Estructuras menores (2 vs 2, 3 vs 3, 5 vs 5) Trabajos de Flexibilidad
10	Clase Práctica	Reglas de Fútbol (15 y 16) Principios ofensivos Ataque, contraataque Sistemas de Juego (1 – 4 – 4 – 2)
11	Clase Práctica	Reglas de fútbol (17) Principio defensivo (marcaje, anticipación, repliegues y coberturas) Sistema de Juego (1 – 3 – 5 – 2)
12	Clase Práctica	Velocidad, resistencia (Trabajo físico). Juegos para el cambio de orientación y pressing Práctica Calificada 3

UNIDAD IV			JUEGO EN EL CAMPO
Logros de aprendizaje	Domina del sistema de juego. Dominio de las reglas de Juego teóricas y prácticas.		
Semana	Tipo de clase	Contenidos	
13	Clase Práctica	Trabajo técnico Test de Resistencia	
14	Clase Práctica	Repaso de los sistemas de juego. Pruebas técnicas (Conducción, pase y remate) Trabajo físico (Agilidad)	
15	Clase Práctica	Análisis de un partido de fútbol, Técnico y táctico. Práctica Calificada 4	
16	Clase Práctica	Semana de exámenes finales	

VII. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

- Exposición, Simulación, Juego de roles, Aula invertida.

VIII. RECURSOS

- Equipos: Computadora Celular
- Materiales:
 - a. Ropa Deportiva y zapatillas.
 - b. Balón de fútbol.
 - c. Colchoneta.
 - d. Conos.
 - e. Aros.
 - f. Arco Movibles

IX. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- La nota mínima promedio para aprobar el curso es 11 (once).
- La asistencia a clase es obligatoria y el 30% de faltas injustificadas inhabilita continuar con las evaluaciones.
- No existe examen sustitutorio por ser un curso eminentemente taller-práctico

UNIDAD	TIPO DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS	PORCENTAJE
I	Practica calificada 1	Lista de cotejo	25%
II	Practica calificada 2	Lista de cotejo	25%
III	Practica calificada 3	Lista de cotejo	25%
IV	Practica calificada 4	Lista de cotejo	25%

Fórmula:

$$\text{Promedio final} = (\text{PRA1} \times 0.25) + (\text{PRA2} \times 0.25) + (\text{PRA3} \times 0.25) + (\text{PRA4} \times 0.25)$$

X. REFERENCIAS

Bibliografía Básica

- Reglamento del Juego de Fútbol – FIFA
- Endre, B. János P. (2004). Programas para el entrenamiento del fútbol
- Gilles, C. (2002). La preparación física en el fútbol
- Jürgen, W. (2005). Entrenamiento físico de futbolista.

Bibliografía complementaria

- <https://www.circuitoultras.org/wp-content/uploads/2021/05/Gilles-Cometti-La-Preparacio%CC%81n-Fi%CC%81sica-En-El-Fu%CC%81tbol-1%C2%B0-Edicio%CC%81n.pdf>
- <https://books.google.com.pe/books?id=hjXauVVQmSEC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- <https://www.amazon.com/-/es/J%C3%BCrgen-Weineck/dp/8480191619>
- www.paidotribo.com