

PROGRAMA ANUAL – PROFESORADO

CÓDIGO	
--------	--

CARRERA	Tecnicatura Preparación Física – 2021	
CAMPO Y TRAYECTO	ACCIONES MOTRICES	
UNIDAD/ ESPACIO CURRICULAR	FISIOLOGÍA APLICADA I	
FORMATO	ASIGNATURA	AÑO: primer año
RESOLUCIÓN:	RÉGIMEN: Anual	HORAS SEMANALES: 3 hs
CONDICIONES DE REGULARIDAD	ASISTENCIA: 60%	EVALUACIÓN: TRIBUNAL
PROFESORES	SEDE GODOY CRUZ Ruiz, Juan Manuel	
LÍNEAS DE ACCIÓN	<p><i>DEL TRAYECTO A QUE PERTENECE</i></p> <p>Trayecto del Sujeto, Motricidad, Acciones Motrices y Contexto</p> <p>Las finalidades de la carrera implican abordar y caracterizar a los sujetos de aprendizaje de la Educación Física. Esto es, la enseñanza de la Educación Física abarca todas las etapas etáreas del ciclo vital, con sus singularidades y las añadidas por los diversos contextos de desarrollo y capacidades diferenciales de los sujetos. Así, es preciso transitar en la formación, la caracterización del sujeto de las acciones motrices desde las primeras edades hasta la finalización de la vida, en los distintos niveles y ciclos del sistema educativo y en otros ámbitos institucionales y contextos de desempeño.</p> <p>Si bien la formación docente para el sistema educativo formal solicita ocuparse de niños y adolescentes, eventualmente de adultos, la educación física permanente requiere atender, como se ha señalado, también a sujetos jóvenes, adultos y adultos mayores en diversos ámbitos institucionales, como es el caso de los Centros de Educación Física que dependen, en varias jurisdicciones provinciales, de los organismos educativos estatales, a los a se suman otras instituciones que se articulan de distintos modos con la Educación Física.</p> <p>Atendiendo a estas especificaciones del Profesorado en Educación Física, el trayecto incluye el estudio del sujeto de las acciones motrices en sus dimensiones o perspectivas psicológicas, sociológica, biológica, cultural, política e histórica junto al abordaje pedagógico didáctico desde la singularidad de la enseñanza de la educación física.</p> <p>Las unidades curriculares que aportan al conocimiento de los sujetos de aprendizaje con particular atención a la dimensión corporal y motriz, se desarrollan en dos ejes; El primer eje se configura desde ámbitos disciplinares tradicionales, como los de la Biología Humana, la Anatomía, y la Fisiología convirtiéndose en los fundamentos biológicos; El segundo, desde la Psicología, Sociología y Didácticas Especiales, aborda las manifestaciones motrices del sujeto en contextos concretos, debiendo articular las unidades y contenidos curriculares con los Campos de la Formación General y de la Practica Profesional.</p>	
CAPACIDADES DEL TRAYECTO	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Diseñar programas saludables, adaptados a necesidades emergentes.</i> 	
CAPACIDADES DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL DOCENTE	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Gestionar la información a través de la búsqueda, selección, interpretación e integración.</i> - <i>Utilizar vocabulario específico en las producciones</i> 	

PROGRAMA ANUAL – PROFESORADO

CAPACIDADES DE LA UNIDAD CURRICULAR	<ul style="list-style-type: none"> - Que desarrollen la capacidad de identificar las modificaciones en los diferentes sistemas fisiológicos, el funcionamiento del ser humano durante el ejercicio y el reposo. - Que logre identificar los cambios a largo plazo que sufre el funcionamiento del ser humano como consecuencia de programas de ejercicios a corto, mediano y largo plazo.
EXPECTATIVAS DE LOGRO	<p><i>LAS DETERMINADAS POR EL DISEÑO</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las bases de la fisiología humana durante el desarrollo de las actividades físicas. • Relacionar e interpretar los conceptos, principios y leyes de la biología en función a los diferentes tipos de acciones motrices. • Caracterizar las actividades físicas a partir del compromiso energético de las mismas.
<p>MARCO CONCEPTUAL: (FUNDAMENTACIÓN –JUSTIFICACIÓN): <i>(ACUERDOS SEGÚN EL ENFOQUE CURRICULAR DEL DISEÑO, Y PAUTAS DETERMINADAS PARA LA UNIDAD CURRICULAR EN TODAS LAS SEDES Y CURSOS DE LA INSTITUCIÓN)</i></p> <p>El estudio del funcionamiento del ser humano es determinante para el estudiante de educación física. El ser humano es puesto en movimiento en cada situación de nuestra práctica profesional. Para comprender al ser humano en movimiento es imprescindible estudiar su funcionamiento en situación de reposo para luego comprender al sujeto en movimiento en diferentes situaciones.</p>	
<p>PROGRAMA ANALÍTICO: (CONTENIDOS/SABERES- SU DISTRIBUCIÓN – POR MÓDULOS/UNIDADES/OTROS) <i>(ACUERDOS SOBRE CONTENIDOS Y/O SABERES PARA LA UNIDAD CURRICULAR EN TODOS LOS CURSOS DE LA INSTITUCIÓN)</i></p> <p>Unidad 1. Muscular Control muscular del movimiento. Microestructura y función del músculo esquelético. Filamentos contráctiles: Actina y miosina. Teoría de la contracción muscular: filamentos deslizables. Tipos de contracción. Relación tensión-longitud. Relación fuerza-velocidad: Ley de Hill. Clasificación de fibras musculares de acuerdo a características físicas, histoquímicas y mecánicas. Hipertrofia. Proliferación de miofibrillas. Célula satélite. Hiperplasia. Concepto de fuerza y sus diferentes manifestaciones. Diferencias por sexo. Adaptaciones celulares por entrenamiento. Síntesis proteica. Transcripción y traducción. Interconversión de fibras musculares. Hipertrofia selectiva. Adaptaciones por diferentes modalidades de entrenamiento y desentrenamiento (atrofia muscular). Pliometría: ejercicios pliométricos.</p> <p>Unidad 2. Neural Control neurológico del movimiento. Estructura y función del sistema nervioso. Neuronas. Excitación y conducción. Sinapsis. Unión neuromuscular. Fisiología sensitiva. Neurotransmisores. SNC y SNP. Sistema autónomo. Integración sensomotora. Control motor y de la fuerza. Reflejos: Órgano tendinoso de golgi y huso muscular. Reclutamiento de unidades motoras. Principio del tamaño. Excepciones. Frecuencia de disparo de las motoneuronas. Comprobaciones electromiográficas. Concepto de unidad motora. Adaptaciones neurales por entrenamiento. Fuerza y potencia muscular. Velocidad de desarrollo de la fuerza.</p> <p>Unidad 3. Respiratorio Estructura y función en situación de reposo. Composición del aire ambiental y del aire espirado. Ventilación pulmonar: capacidades y flujos en reposo y ejercicio. Difusión pulmonar. Ley de Dalton Ley de Fick. Transporte del O₂ y CO₂. Presiones parciales de la cascada respiratoria. Mecánica respiratoria. Intercambio en diferentes tejidos de O₂ y CO₂. Función de la hemoglobina y mioglobina. Curvas de disociación. Equivalente ventilatorio. Cociente respiratorio. Umbral ventilatorio.</p> <p>Unidad 4. Circulatorio Estructura y función del sistema circulatorio. Circulación periférica y central. Sangre. Ritmo cardíaco. Presiones de la bomba cardiaca. Sístole y diástole. Presión sanguínea en diferentes tipos de ejercicio. Maniobra de Valsalva. Adaptaciones cardiovasculares al ejercicio. Volumen minuto cardíaco en reposo y ejercicio. Concepto de consumo máximo de O₂. Velocidad aeróbica máxima, ejercicio continuo, intervalado e intermitente. Volumen minuto cardíaco en reposo y ejercicio. Redistribución del flujo sanguíneo. Modificaciones del volumen sanguíneo y el hematocrito.</p>	

PROGRAMA ANUAL – PROFESORADO

Hipertrofia cardíaca (corazón de atleta). Adaptaciones cardiovasculares al ejercicio: acento en niños y adultos jóvenes. Potencia aeróbica y anaeróbica. Concepto de consumo máximo de O₂. Consumo relativo y absoluto. Valores de referencia. Cambios con la edad.

Unidad 5. Metabolismo

Sistemas de producción de energía en reposo y en diferentes tipos de ejercicio. Enzimas y coenzimas involucradas. Concepto de producción de energía. Calorimetría directa e indirecta. Caloría. Kcal. Tasa metabólica basal. Equivalente calórico del O₂. Sistema de ATP - PC. Carbohidratos: fuentes y metabolismo. Glucogenólisis. Glucólisis. Producción de lactato. PH. Regulación ácido - base. Destinos del lactato. Sistemas Buffer. Metabolismo energético de lípidos y proteínas. Ciclo de Krebs. Cadena de transporte de electrones. Fatiga muscular: causas. Utilización de PC, grasas e hidratos de carbono durante el ejercicio.

TRABAJOS PRÁCTICOS/TRABAJO DE CAMPO: *(ACUERDOS SOBRE PRÁCTICAS/PRÁCTICOS/SALIDAS/ U OTROS PARA LA UNIDAD CURRICULAR EN TODAS LAS SEDES Y CURSOS DE LA INSTITUCIÓN)*

METODOLOGÍA: (ACTIVIDADES - RECURSOS)

Clases magistrales, buceo bibliográfico, medios visuales y material multimedia, trabajos prácticos individuales y grupales a presentar y ejercicios prácticos a realizar en el terreno. Resolución de problemas. Presentación y exposición oral. Programas informáticos para interpretación y elaboración de conceptos, gráficos y conclusiones. Actividades de repaso con uso de TICs.

EVALUACIÓN: INSTRUMENTOS/MODELO. *(ACUERDOS EVALUATIVOS PARA LA UNIDAD CURRICULAR EN TODAS LAS SEDES Y CURSOS DE LA INSTITUCIÓN)*

Se tomarán 3 controles de aprendizajes y 1 evaluación de Síntesis Final.

Régimen de Asistencias extraído del RAI de la Institución

La regularidad y aprobación de la asignatura siguen lo dispuesto por el régimen de asistencia, promoción y evaluación aprobado por el C.D. para el año 2016 para los Exámenes de Síntesis Parcial y aprobación por Examen Final Tribunal. (RAI)

Evaluaciones escritas, múltiple opción, gráficos, situaciones de casos a resolver, descripciones. Trabajos prácticos. Resolución de problemas.

RANGO (%)	NOTA	CONDICION
96 - 100	10	ACREDITACIÓN DIRECTA ASISTENCIA 75% NOTA MÍNIMA 7 (siete)
91 - 95	9	
86 - 90	8	
79 - 85	7	
74 - 78	6	TRIBUNAL ORAL O ESCRITO
67 - 73	5	
60 - 66	4	
45 - 59	3	TRIBUNAL ORAL O ESCRITO
30 - 44	2	
15 - 29	1	
0 - 14	0	

BIBLIOGRAFÍA: *(ACUERDOS BIBLIOGRÁFICOS PARA LA UNIDAD CURRICULAR EN TODOS LOS CURSOS DE LA INSTITUCIÓN)*

- Fisiología del ejercicio. Wilmore y Costill. 6 edición. Paidotribo.
- Fisiología del ejercicio. Lopez Chicharro. Panamericana.
- Fisiología del Trabajo Físico. Astrand y Rodahl.
- Fisiología del Ejercicio. Mc Ardle, Katz V., Katz F.
- Fisiología humana. Sylverthorn.
- Fisiología humana. Guyton.

PROGRAMA ANUAL – PROFESORADO

Diagrama con contenidos.

Estructura y función del sistema circulatorio.

Circulación periférica y central. Sangre.

Ritmo cardíaco. Presiones de la bomba cardíaca. Sístole y diástole.

Presión sanguínea en diferentes tipos de ejercicio. Maniobra de Valsalva.

Adaptaciones cardiovasculares al ejercicio.

- Volumen minuto cardíaco en reposo y ejercicio. Modificaciones del volumen sanguíneo y el hematocrito
- Concepto de consumo máximo de O₂. Consumo relativo y absoluto. Valores de referencia. Cambios con la edad.
- Velocidad aeróbica máxima, ejercicio continuo, intervalado e intermitente.
- Redistribución del flujo sanguíneo.
- Hipertrofia cardíaca (corazón de atleta).
- Potencia aeróbica y anaeróbica.

Transporte del O₂ y CO₂. Intercambio en diferentes tejidos de O₂ y CO₂. Función de la hemoglobina y mioglobina. Curvas de disociación

Estructura y función en situación de reposo.

Composición del aire ambiental y del aire espirado.

Mecánica respiratoria.

Ventilación pulmonar: capacidades y flujos en reposo y ejercicio.

Equivalente ventilatorio. Cociente respiratorio. Umbral ventilatorio

Difusión pulmonar. Ley de Dalton Ley de Fick.

Presiones parciales de la cascada respiratoria.

Estructura y función del sistema nervioso, SNC y SNP. Sistema autónomo.

Neuronas. Excitación y conducción.

Reflejos. Reflejos. Órgano tendinoso de golgi y huso muscular.

Adaptaciones del Sistema Nervioso al Entrenamiento:

- Reclutamiento de Unidades Motoras. Principio del tamaño.
- Frecuencia de disparo de motoneuronas

Unión neuromuscular

Tipos de contracción. Relación tensión-longitud.

Relación fuerza-velocidad: Ley de Hill

Control motor y de la fuerza. Fuerza y potencia

muscular. Velocidad de desarrollo de la fuerza.

Microestructura y función del músculo esquelético. Filamentos

contráctiles: Actina y miosina.

Clasificación de fibras musculares

Teoría de la contracción muscular: filamentos deslizables

Adaptaciones celulares por entrenamiento

- Hipertrofia selectiva: Síntesis proteica. Transcripción y traducción.
- Interconversión de fibras musculares.

Sistemas de producción de energía en reposo y en diferentes tipos de ejercicio.

- Sistema de ATP - PC. Carbohidratos: fuentes y metabolismo. Glucogenólisis.

- Glucólisis. Producción de lactato. PH. Regulación ácido - base. Destinos del lactato. Sistemas Buffer.

- Metabolismo energético de lípidos y proteínas. Ciclo de Krebs. Cadena de transporte de electrones.

Fatiga muscular: causas. Utilización de PC, grasas e hidratos de carbono durante el ejercicio.

Concepto de producción de energía. Calorimetría directa e indirecta. Caloría. Kcal. Tasa metabólica basal. Equivalente calórico del O₂.

PERIODIZACION Y TEMPORALIZACION

ABRIL :

- Sistema Muscular

MAYO,:

- Sistema Neuronal

JUNIO:

- Sistema Cardíaco

SEPTIEMBRE:

- Sistema Respiratorio

OCTUBRE:

- Sistema Metabólico