



USMP
UNIVERSIDAD DE
SAN MARTÍN DE PORRES

Facultad de
Medicina
Humana

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

SÍLABO

ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES

I. DATOS GENERALES

1.1	Unidad Académica	: Ciencias Básicas
1.2	Semestre Académico	: 2026 – I
1.3	Tipo de asignatura	: Obligatoria
1.4	Modalidad de la asignatura	: Presencial
1.5	Código de la asignatura	: 10143101010
1.6	Ciclo	: I
1.7	Créditos	: 01
1.8	Horas totales	: 32
	Horas de Práctica	: 32 horas
1.9	Requisitos	: Ninguno
1.10	Docente Responsable	: Mg. Antonio Fernando Quezada Reyes

II. SUMILLA

La asignatura pertenece al área curricular general, eje humanístico ético, que se dicta en el ciclo primero del plan de estudios de la carrera de Medicina Humana y es de naturaleza práctica, de carácter obligatorio y se dicta en la modalidad presencial. Su propósito es fomentar el bienestar físico y cultural a través de actividades prácticas elegidas por el estudiante. Durante el semestre se desarrolla el componente práctico con talleres de los cuales el estudiante elige uno:

- Entrenamiento y salud;
- Danzas;
- Coro e instrumentos;
- Ajedrez;
- Taichí;
- Yoga.

Se utilizan clases teóricas, donde se desarrolla el razonamiento crítico

III. COMPETENCIAS Y SUS COMPONENTES COMPRENDIDOS EN LA ASIGNATURA

3.1. Competencias

GENERAL INSTRUMENTAL:

- Planifica y organiza eficazmente sus actividades y el tiempo dedicado a ellas.
- Lidera y participa activamente en equipos de trabajo, se compromete con las tareas y logro de los mismos.

3.2. Componentes:

Actitudes y valores generales

- Respeto al ser humano, reconocimiento de sus derechos y deberes.
- Búsqueda de la verdad.
- Compromiso ético en todo su quehacer.

IV. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	HORAS LECTIVAS
SEMANA 1	Sesión 1: Generalidades del curso y estrategias metodológicas. Evaluación de entrada sobre fundamentos de la actividad.	Entrega de fichas y elección de grupos por horario de clases. Lectura del silabo	- Se realizarán trabajos individuales y en parejas. - Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2
SEMANA 2	Sesión 2: Trabajo de fundamentos técnicos de la actividad deportiva y cultural.	Ejecuta ejercicios para el desarrollo de la actividad deportiva y cultural.	-Se realizarán trabajos individuales y en parejas. -Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2
SEMANA 3	Sesión 3: Fundamento de la actividad deportiva y cultural Desarrollo de las capacidades.	Realiza la ubicación del sitio y con desplazamientos. Ejecuta ejercicios de la actividad deportiva y cultural.	-Se realizarán trabajos individuales y en parejas. -Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2
SEMANA 4	Sesión 4: Desarrollo de la actividad.	Realiza la técnica de la actividad deportiva y/o cultural	-Se realizarán trabajos individuales y en parejas. -Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2

SEMANA 5	Sesión 5: Fundamento técnico individual de la actividad	Realiza la técnica del término de la actividad deportiva y/o cultural en forma individual con y sin instrumento	-Se realizarán trabajos individuales y en parejas. -Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2
SEMANA 6	Sesión 6: Control del tiempo y movimiento de la actividad por medio de uso adecuado del instrumento.	Controla el inicio, desarrollo y finalización de la actividad deportiva y/o cultural.	-Se realizarán trabajos individuales y en parejas. -Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2
SEMANA 7	Sesión 7: Formaciones básicas de la actividad	Conoce y aplica las formaciones básicas en acciones de la actividad deportiva y/o cultural	-Se realizarán trabajos individuales y en parejas. -Entrenamiento para el trabajo de sus capacidades deportivas y/o culturales. -Driles técnicos para el desarrollo de los fundamentos básicos. Individuales y por parejas. -Trabajos por grupos para el desarrollo del fundamento del acto principal -Práctica real.	2
SEMANA 8	SEMANA DE EXÁMENES PARCIALES: 20/04/26 – 25/04/26			
SEMANA 9	Sesión 8: Actividades técnicas de inicio, rendimiento y final SEMANA DE LA SALUD MENTAL	Ejecuta ejercicios con coordinación y colaboración de docente y compañeros.	-Situaciones de actividad, técnica y táctica básica -Juego real, aplicación del reglamento. -Juego real, aplicación del reglamento.	2
SEMANA 10	Sesión 9: Introducción a los sistemas básicos de la actividad	Identifica las diferentes situaciones de desarrollo de la actividad deportiva y/o cultural.	-Situaciones de actividad, técnica y táctica básica -Juego real, aplicación del reglamento. -Juego real, aplicación del reglamento.	2

SEMANA 11	Sesión 10: Formaciones de inicio, mantenimiento y final.	Diferencia y utiliza estos tipos de formaciones en el desarrollo de la actividad deportiva y/o cultural.	-Situaciones de actividad, técnica y táctica básica -Juego real, aplicación del reglamento. -Juego real, aplicación del reglamento.	2
SEMANA 12	Sesión 11: Sistemas de finalización de la actividad	Ejecuta la actividad deportiva y/o cultural con mantenimiento de calidad.	-Situaciones de actividad, técnica y táctica básica -Juego real, aplicación del reglamento. -Juego real, aplicación del reglamento.	2
SEMANA 13	Sesión 12: Sistemas de finalización de la actividad.	Se desplaza anticipadamente a una posible zona de desarrollo de la actividad.	-Situaciones de actividad, técnica y táctica básica -Juego real, aplicación del reglamento. -Juego real, aplicación del reglamento.	2
SEMANA 14	Sesión 13: Torneo interno de la actividad – semifinal	Se organizan por equipos y aplican los fundamentos y sistemas aprendidos en situaciones de la actividad deportiva y/o cultural.	Formación de equipos para torneo interno.	2
SEMANA 15	Sesión 14: Presentaciones de competencia interna de la actividad Final	Aplica estrategias de juego y respeta las reglas de la actividad deportiva y/o cultural	Formación de equipos para torneo interno.	2
SEMANA 16	SEMANA DE EXÁMENES FINALES: 15/06/26 – 20/06/26			

V. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Las prácticas se desarrollarán en los campos deportivos de la Facultad de Medicina Humana, en grupos no mayores de 30 alumnos, de acuerdo al horario establecido.

Los alumnos realizarán cada sesión de entrenamiento dirigidos por su profesor buscando lograr el desarrollo de sus capacidades, habilidades y destrezas descritas en cada sesión.

La evaluación es permanente y constante, por ello cada estudiante debe asistir preparado para ejecutar las indicaciones del entrenador.

Es de carácter obligatorio el uso de indumentaria y zapatillas apropiadas para la práctica deportiva.

VI. RECURSOS DIDÁCTICOS

- Balones oficiales.
- Postes de voley y mallas de voley y mallas de arco de fútbol
- Equipos de sonido. Guitarras, cajones, triángulos.
- Conos y sogas, colchonetas.
- Guitarra, acordeón y papel pentagramado.
- Campo deportivo.
- CD de danzas folclóricas (Audio y Video)
- Proyector multimedia, DVD, televisores.

VII. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

El promedio final de la asignatura se determina de acuerdo con lo establecido en la Directiva de Evaluación de Estudiantes de Pregrado vigente para el año 2026. Se adjuntan los artículos que corresponden.

Artículo N° 11.- La escala de calificación será única: vigesimal, de cero (0.00) a veinte (20.00). La nota mínima aprobatoria será **ONCE** (11.00). Al calcularse la nota final de una asignatura que esté aprobada, se considerará medio (0.5) punto adicional a favor del alumno.

Artículo N° 25.- No se programan exámenes de aplazados en las asignaturas que solo tienen componente práctico.

Al ser un curso netamente práctico, el promedio se obtiene de los siguientes componentes:

$$\text{NOTA FINAL} = \text{NOTA ACTITUDINAL} \times 50\% + \text{NOTA PRÁCTICA} \times 50\%$$

Sobre las asistencias:

Art. 6.- El alumno que supere el 30% de inasistencias de las actividades académicas, ya sean teoría, prácticas incluyendo las hospitalarias y/o seminarios, casos clínicos, revista de revistas, **de manera individual**, será considerado **inhabilitado por inasistencias** (IPI), y **deberá figurar con nota CERO** (00) en el promedio general final de la asignatura.

El profesor deberá realizar un informe al responsable de asignatura, quien a su vez informa a la Unidad Académica que corresponda, con los alumnos que estén en condición de IPI; el alumno por lo tanto no tendrá derecho a evaluación continua, rendir exámenes parciales, finales, ni de aplazados, por lo que deberá matricularse en la misma asignatura nuevamente.

Sobre las faltas de disciplina:

Art. 7.- Está prohibido portar celulares, cualquier otro tipo de dispositivos tecnológicos y/o materiales inapropiados durante las evaluaciones, ya que se considera una falta grave. En dicho caso, el examen será anulado y calificado con CERO (0) por el docente responsable de la asignatura o quien haga sus veces y el alumno será sometido a la Comisión de Disciplina de la Facultad de Medicina Humana y podría ser suspendido hasta dos ciclos académicos regulares y, con agravante, separado de la Universidad, según el Reglamento de Procedimientos Disciplinarios para Estudiantes de la Universidad de San Martín de Porres (Art. 9 inc. b núm. 10).

Art. 8.- En caso de detectar de manera flagrante la suplantación física o por medios electrónicos el examen será anulado y calificado con CERO (0) por el docente responsable de la asignatura o quien haga sus veces y el alumno será sometido a la Comisión de Disciplina de la Facultad de Medicina Humana y denunciado a las autoridades nacionales pertinentes.

Art. 9.- En caso de fraude académico se procederá de acuerdo con el capítulo VII del Reglamento de Evaluación del Aprendizaje de la USMP.

VIII. FUENTES DE INFORMACIÓN

8.1. Bibliográficas

1. Manual de Educación Física y deportes – Grupo Docente – Editorial Océano
2. Los estiramientos – Michael J. Alter – Editorial Paidotribo.
3. Manual de la unidad técnica – federación peruana de voleibol.
4. Manual del entrenador – Juan Luis Hernández Álvarez. Editorial Paidotrio.
5. De la Cruz y Aguilar Emilio, Chronicas de la tuna o memoria de andariegos y vagantes escolares Ed Civitas , Madrid-
6. Muñoz Ismael y Mantilla Luis. Historia de la tuna Ed Espasa-Calpe, Madrid.
7. Canfiel Curtis, El arte de la dirección escénica, Ed ADE, 1995.
8. Jeremy Silman , Como repensar tu ajedrez, 4 edición.
9. Bobby Fisher, Mis 60 partidas memorables.
10. Huang Ai Chung-liang , Tai Ji, Berkeley, calif, Celestial Arts 2001.

IX. ANEXO – PLANA DOCENTE

- Lic. María del Pilar Retamozo Noriega (Voley)
- Mg. Benjamín Gutiérrez González (Taichi)
- Prof. Jorge Ángel Garrido-Lecca Lastarria (Coro)
- Prof. John Gómez García (Tuna)
- Mg. Susana María León Cavassa (Yoga)
- MF. Javier García Toledo (Ajedrez)
- Mg. Elsa Marianella Sosa Delgado (Danza)
- Prof. Edgar Agui Reynoso (Futbol)
- Prof. Federico Agui Reynoso (Futbol)
- Prof. José Luis Guillón Aviles (Música Criolla)