



Universidad Veracruzana  
Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa  
Dirección de Innovación Educativa / Departamento de Desarrollo Curricular

**Área de Formación de Elección Libre**  
**Programa de experiencia educativa**

**1. Área Académica**

**Todas las áreas académicas**

**2. Programa Educativo**

**Todos los programas educativos**

3. Entidad(es) Académica(s)	4. Región(es)
Dirección de Actividades Deportivas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Xalapa;</li><li>• Veracruz-Boca del Río;</li><li>• Poza Rica-Tuxpan;</li><li>• Coatzacoalcos-Minatitlán;</li><li>• Orizaba-Córdoba</li></ul>

5. Código	6. Nombre de la Experiencia Educativa
<b>ADEP 80075</b>	<b>Capacidades coordinativas</b>

7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional	8. Carácter
Área de Formación de Elección Libre	<b>N/A</b>

9. Agrupación curricular distintiva
<ul style="list-style-type: none"><li>• Salud y bienestar</li></ul>

**10. Valores**

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	<b>No Aplica</b>	60	<b>6</b>	<b>No Aplica</b>

**11. Modalidad y ambiente de aprendizaje**

**12. Espacio**

**13. Relación disciplinaria**

**14. Oportunidades de evaluación**

M: curso-taller	A: Mixto	<b>Múltiples</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Multidisciplinaria</li></ul>	<b>Ordinario</b>
-----------------	----------	------------------	--	------------------

**15. EE prerequisite(s)**

**No Aplica**

## 16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
25	5

## 17. Justificación

A cada individuo se le atribuyen diferentes posibilidades motoras, esto implica la experiencia motriz que posea, sus posibilidades físicas y el tipo de actividad que realice.

La motricidad es el proceso donde se conjugan elementos particulares del desarrollo humano a fin de realizar una tarea. Pradet (2000) es del criterio de "que es más importante la cualidad que la capacidad, ya que la capacidad cubre el supuesto de que un individuo pueda poseer una posibilidad motora, lo que no implica, según sus consideraciones, que el individuo sea capaz de utilizarla"

La coordinación motriz como EE constituye una actividad de significativa importancia para la formación integral del estudiante, ya que no sólo utiliza su tiempo libre en una actividad recreativa, sino que contribuye a potencializar su proceso de evolución en sus habilidades y destrezas motrices.

## 18. Unidad de competencia (UC)

El estudiante ejecuta las diferentes capacidades motrices, a través de una demostración de saberes teórico/prácticos ejecutando de manera correcta el desarrollo de las habilidades físicas básicas en un ambiente de cooperación, respeto, integración, disciplina y compromiso, con la finalidad de mejorar su capacidad de movimiento como producto de un aprendizaje motor.

## 19. Saberes:

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos básicos de la coordinación motriz</li> <li>• Factores que afectan la coordinación motriz</li> <li>• Capacidades coordinativas básicas</li> <li>• Regulación y dirección del movimiento</li> <li>• Adaptación y cambios motrices</li> <li>• Capacidades coordinativas especiales.</li> <li>-Coordinación, ritmo, anticipación, diferenciación, coordinación.</li> <li>• Capacidades coordinativas complejas.</li> <li>Aprendizaje motor, agilidad, recepción de móviles y objetos</li> <li>• Capacidad de movilidad</li> <li>-Activa y pasiva</li> <li>• Desplazamientos naturales</li> <li>-Marcha, carrera, salto, rodar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acceso, evaluación, recuperación y uso de información en fuentes diversas.</li> <li>• Manejo de paquetería básica.</li> <li>• Identificación de evidencias y criterios de evaluación.</li> <li>• Análisis de movimientos</li> <li>• Desarrollo de las capacidades coordinativas básicas</li> <li>• Desarrollo de las capacidades coordinativas especiales</li> <li>• Desarrollo de las capacidades coordinativas complejas</li> <li>• Desarrollo de movilidad activa y pasiva</li> <li>• Desarrollo de desplazamientos naturales</li> <li>• Dominio de la corporeidad</li> <li>• Relajación</li> <li>• Manejo de bitácoras</li> <li>• Dominio de la planeación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disposición para la investigación</li> <li>• Constancia</li> <li>• Disposición para el aprendizaje</li> <li>• Fomento al trabajo grupal y el intercambio de información</li> <li>• Respeto a las reglas</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Colaboración</li> <li>• Disposición para el trabajo físico</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> <li>• Disciplina</li> <li>• Tenacidad</li> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Disposición para el análisis</li> <li>• Confianza</li> <li>• Respeto a la diversidad de opinión</li> </ul>

	• de la actividad física	
--	--------------------------	--

## 20. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	( x ) Actividad presencial	( ) Actividad virtual/ ( x ) En línea
De aprendizaje	Exposición Clases prácticas Demostración Repetición Imitación de modelos	Búsquedas de fuentes de información Elaboración de bitácoras personales Entrega de evidencias (Plataforma Emminus)
De enseñanza	Exposición de temas Ejecuciones Demostraciones Supervisión	Uso de videos Lecturas comentadas

## 21. Apoyos educativos.

Plataforma Eminus 4 Lienzos, material deportivo, material didáctico, material bibliográfico virtual, videos.

## 22. Evaluación integral del aprendizaje

Evidencias de desempeño por productos	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Portafolio de evidencias	Autoevaluación inicial Bitácoras Suficiencia Claridad de redacción Entrega puntual Pertinencia	Técnica: análisis de desempeño Instrumento: rubrica, registro de observación, cuestionarios escritos	20%

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Demostración de las capacidades coordinativas: básicas, especiales y complejas	Eficacia y eficiencia en la ejecución de los ejercicios Suficiencia	Técnica: Observación directa Instrumento: Rubrica	60%
Demostración de una rutina de capacidades coordinativas	Ejecución precisa Secuencia lógica Suficiencia	Técnica: Observación directa Instrumento: Rubrica	20%
		Porcentaje total:	100%

## 23. Acreditación de la EE

Para acreditar la Experiencia educativa el estudiante deberá haber presentado con suficiencia mínimo el 60% de las evidencias de desempeño y cumplir con el 80% de asistencia al curso.

## 24. Perfil académico del docente

Licenciada(o) en Educación física, deporte y recreación, con experiencia en el campo del ejercicio físico y entrenamiento deportivo, manejo de plataformas educativas, con mínimo 2 años de experiencia en docencia en nivel superior.

## 25. Fuentes de información

- .ARNOLD, R (1981) Aprendizaje del desarrollo de las habilidades deportivas. Paidotribo. Barcelona
- HANDERUEDI, H (1991). Función e importancia de las cualidades coordinativas. Revista STADIUM, año 25, 148, 24-25.
- JACOB, F. (1991). Función e importancia de las cualidades coordinativas. Revista Stadium, año 25, 147, 36-40
- JOSE MARIO HERNANDEZ PEREZ, ANGEL JOSE RODRIGUEZ FERNANDEZ, LA PRAXIOLOGÍA MOTRIZ EN LOS PROGRAMAS PARA LA MEJORA DE LA CONVIVENCIA, Acción Motriz: Vol. II Núm. I (2013)
- LEON, O. (2003) Bioquímica básica. La Habana.
- LORA RISCO (1991). La Educación Corporal. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- MANNO, R. (1985). La capacidad coordinativa. Revista Stadium, III, 2-13. Paidotribo.
- MORALES VARGAS, PARRA BUENDIA y MONTENEGRO Ar, . (2022). Entrenamiento de las capacidades coordinativas y el enfoque en la práctica variada. Colombia: Kinesis
- RIGAL, R. (1987). Motricidad humana: fundamentos y aplicaciones pedagógicas. Madrid. Editorial Pila Teleña.
- RIVERA, E.; TRIGUEROS, C. Y TORRES, J. (1993). Coordinación

## 26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
11/10/2016.	8/08/2024	Órgano Equivalente a Consejo Técnico de la Dirección de Actividades Deportivas

## 27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

Dr. José de Jesús Cid de León Faces