



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">• Xalapa;• Veracruz-Boca del Río;• Orizaba-Córdoba• Poza Rica-Tuxpan;• Coatzacoalcos-Minatitlán

5. Código	6. Nombre de la Experiencia Educativa
ADEP 80076	Fútbol Asociación

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

9. Agrupación curricular distintiva
Salud y bienestar

10. Valores

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

11. Modalidad y ambiente de aprendizaje	12. Espacio	13. Relación disciplinar	14. Oportunidades de evaluación
curso/taller	Presencial	Múltiples	Multidisciplinaria
			Ordinario

15. EE prerequisite(s)

No aplica

16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
25	5

17. Justificación y contribución a la formación de los estudiantes

La práctica deportiva, y en particular el Fútbol Asociación, juega un papel crucial en la formación integral del estudiante universitario. Este deporte, al ser de conjunto, fortalece habilidades esenciales como el trabajo en equipo, la autoestima, el carácter, y promueve actitudes y valores personales fundamentales. A través del Fútbol Asociación, los estudiantes desarrollan competencias cognitivas como la percepción, el análisis y la toma de decisiones, lo que contribuye de manera significativa a su desarrollo integral.

La Experiencia Educativa de Fútbol Asociación surge como respuesta a la necesidad de diversificar las opciones formativas en el Área de Elección Libre de nuestra institución. La inclusión de esta experiencia no solo amplía el repertorio de actividades disponibles para los estudiantes, sino que también responde a la demanda de modalidades de aprendizaje adaptadas a las exigencias actuales. En este sentido, se ha implementado una modalidad mixta que incluye 15 horas de trabajo teórico en línea y 60 horas de práctica presencial, resultando en un total de 75 horas. Esta estructura permite una mayor flexibilidad y enriquece el aprendizaje al combinar la teoría con la práctica.

El incremento en los valores asignados a esta experiencia, alcanzando un total de 6 créditos, se justifica por su relevancia en el currículo académico y su impacto en la formación de los estudiantes. La EE de Fútbol Asociación está diseñada para proporcionar a los estudiantes una comprensión integral de las dinámicas grupales, la toma de decisiones bajo presión y la resiliencia, competencias que son directamente relevantes para los objetivos del proyecto educativo de nuestra universidad. Este enfoque asegura que los alumnos no solo adquieran conocimientos técnicos del deporte, sino también habilidades interpersonales y de gestión que son esenciales para su éxito profesional y personal.

18. Unidad de competencia (UC)

El/la estudiante adquiere conocimientos teóricos a través de la plataforma institucional Eminus, combinando este aprendizaje con actividades prácticas presenciales. De este modo, además de perfeccionar sus habilidades técnicas, los estudiantes desarrollan estrategias de aprendizaje a distancia y fortalecen el uso de plataformas virtuales como herramientas de apoyo. Este enfoque fomenta un ambiente de responsabilidad, disciplina, comunicación, trabajo en equipo, y solidaridad, con el objetivo de inculcar hábitos de autodisciplina y un espíritu competitivo.

19. Saberes

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none">• Antecedentes históricos del Fútbol Asociación.• Reglamento oficial del Fútbol.• Calentamiento físico:<ul style="list-style-type: none">○ Flexibilidad○ Propiocepción○ Coordinativo○ Estimulación al Sistema Nervioso Central	<ul style="list-style-type: none">• Análisis de información bibliográfica.• Uso y manejo de paquetería básica de Office (Word, Excel, Power Point).• Uso de la tecnología de la información (correo electrónico, chat, Eminus, Reloj inteligente, cronometro).	<ul style="list-style-type: none">• Autodisciplina• Autonomía• Confianza• Cooperación• Compañerismo• Interés• Motivación• Respeto• Creatividad• Puntualidad

<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento Técnico: Coordinación y Técnica Propiocepción con Gesto Técnico Control y dominio técnico Definición • Trabajo coordinativo en el Fútbol: • Componentes de la Condición Física: <ul style="list-style-type: none"> a) Conceptos teóricos: <ul style="list-style-type: none"> ○ Flexibilidad ○ Velocidad ○ Resistencia ○ Fuerza b) Aspecto Práctico <ul style="list-style-type: none"> ○ Entrenamiento de las capacidades físicas en el Fútbol ○ Baterías de Evaluación • Fundamentos Técnicos del Fútbol Asociación. <ul style="list-style-type: none"> a) Conceptos Teóricos: Golpeo del Balón Recepción del Balón Conducción del Balón b) Metodología del Entrenamiento de los Gestos Técnicos c) Baterías de Evaluación • Fundamentos Tácticos: <ul style="list-style-type: none"> a) Conceptos Teóricos: Conceptos Tácticos Principios Defensivos Principios Ofensivos b) Sistemas de Juego Sistema 4-3-3 Sistema 4-4-2 Sistema 4-5-1 Sistema 3-4-3 Sistema 3-5-2 c) Estrategia Estrategia defensiva Estrategia ofensiva Charla Táctica 	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades analíticas del pensamiento. • Desarrollo de destrezas motrices. • Análisis de las 17 reglas de juego y su práctica. • Desarrollo de las capacidades físicas. • Evaluación de las capacidades físicas. • Identificación de los segmentos corporales para la ejecución de los gestos técnicos. • Desarrollo de los fundamentos técnicos del deporte en cuestión. • Evaluación de las diferentes acciones técnicas en el Fútbol. • Manejos teóricos de los conceptos tácticos en el deporte en cuestión. • Desarrollo práctico de las acciones defensivas y ofensivas. • Análisis de los diferentes sistemas de juego. • Operatividad de los principales sistemas de juego. • Ejecución de acciones y tareas de manera individual y colectiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tenacidad • Autocontrol • Liderazgo • Tolerancia a la frustración • Trabajo en equipo y compañerismo • Disciplina • Esfuerzo • Responsabilidad • Compromiso
--	---	---

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

	(X)Actividad presencial	(X)Actividad virtual/ Actividad en línea
--	---------------------------	---

De aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas. • Exposición oral. • Simulación del juego. • Lluvia de ideas. • Repetición simple y acumulativa. • Imitación de modelos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura comprensiva de hechos históricos, aportes teóricos y de diversos autores. • Análisis de textos alusivos al contenido. • Elaboración de resúmenes o síntesis. • Elaboración de Bitácoras. • Elaboración de ensayos. • Uso del Debate en foro virtual. • Estudio dirigido. • Estudio corporativo.
De enseñanza	<ul style="list-style-type: none"> • Encuadre • Evaluación diagnóstica • Organización de grupos colaborativos • Discusión dirigida • Dirección de prácticas • Simulaciones • Modelaje • Observación directa 	<ul style="list-style-type: none"> • Encuadre • Exposición con apoyo tecnológico variado • Discusión dirigida • Exposición magisterial

21. Apoyos educativos.

<p>Material didáctico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libros • Revistas PDF • Antologías • Páginas Web • Videos <p>Recursos didácticos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pizarrón • Balones • Conos o platos de entrenamiento • Casacas • Estacas • Vallas de entrenamiento • Elásticos • Aros de entrenamiento • Bancos de equilibrio • Barra • Balón medicinal • Cronometro • Pizarra táctica

22. Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por productos	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento(s) e instrumento(s) de evaluación	Porcentaje
---------------------------------------	------------------------------------	---	------------

Trabajos de investigación, participación y discusión en foros entre otras actividades.	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad • Participación individual • Foros de debate • Habilidades analíticas del pensamiento 	Plataforma Eminus 4	20%
--	--	---------------------	-----

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento(s) e instrumento(s) de evaluación	Porcentaje
Baterías de Evaluación de las Capacidades Físicas: <ul style="list-style-type: none"> • Resistencia aeróbica: Test de Cooper • Fuerza:(Sentadillas, abdominales y brazos) • Salto Horizontal • Salto Vertical • Flexibilidad Sentado 	<ul style="list-style-type: none"> • Condición Física • Constancia • Disciplina • Trabajo individual 	Terreno de juego (campo y cancha)	15%
Evaluación de los Fundamentos Técnicos: <ul style="list-style-type: none"> • Golpeo • Recepción • Conducción 	<ul style="list-style-type: none"> • Precisión • Control y ejecución del gesto técnico • Coordinación motriz • Desempeño individual 	Terreno de juego (campo y cancha)	35%
Simulación de juego: <ul style="list-style-type: none"> • Aspectos tácticos • Acciones individuales 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en equipo • Respeto al reglamento • Apego a las instrucciones • Apego a los valores 	Terreno de juego (campo y cancha)	10%
Examen Teórico	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento teórico • Compromiso • Dedicación 	Plataforma Eminus	20%
		Porcentaje Total	100%

23. Acreditación de la EE

Para acreditar esta experiencia educativa, el estudiante deberá demostrar suficiencia en cada evidencia de desempeño, es decir, obtener al menos un 60% en cada una de ellas. Además, se requiere que cuente con un mínimo del 80% de asistencias..

24. Perfil académico del docente

Licenciatura en Educación Física, preferentemente con Diplomado y/o Especialidad en Entrenamiento Deportivo de Fútbol, con formación pedagógica, actualización docente en el área deportiva y en el uso de plataformas virtuales en los últimos 2 años, con experiencia profesional docente a nivel superior.

25. Fuentes de información

Bauer, G. (1998). *Fútbol: entrenamiento de la técnica, la táctica y la condición física: Planes, ejercicios y juegos*,

preparación para la competición. Barcelona: Hispano Europea.

Bromberger, C. (2002). El fútbol como visión del mundo. *Revista Digital*, 8(47). Buenos Aires.

Calderón, J. (2003). *Antología del Diplomado en entrenamiento deportivo fútbol soccer*. ITESM Campus Monterrey.

Conde, M. T. (1999). *La organización del entrenamiento para el desarrollo y la mejora de la resistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación y equilibrio*. Madrid: Gymnos.

Davis, M. H. (1999). Problem-based learning: A practical guide. *Medical Teacher*, 21(2), 130-140. <https://doi.org/10.1080/01421599979743>

González Ruano, E. (1999). *Guía de alimentación del jugador de fútbol*. Madrid: Gymnos.

Lanier Soto, A. (2000). *La metodología de la planificación del entrenamiento deportivo por el sistema de capacidades*. U.A.N.L., México.

Lozano, R. (2013). Determinación y valoración cinemática en el lanzamiento del tiro libre preferencial en el fútbol. *Revista Actividad Física y Desarrollo Humano*, 5(2), 45-58.

Manual de Educación Física y Deportes, Técnicas y Actividades Prácticas. (2004). Barcelona: Editorial Desconocida.

26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
Julio de 2016	Agosto/2024	Órgano Equivalente a Consejo Técnico de la Dirección de Actividades Deportivas

27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

Mtra. Selma Hernández Hernández, Mtro. Eder Alfonso Blen García