



PROGRAMA ANALITICO Y DE EXAMEN.

Elaborado en base a la RESOLUCIÓN N.º 2726/06-C.D.

1. MATERIA: KINEFILAXIA I Obligatoria –

Áreas (que incluye):

////////////////////////////////////

Departamento: KINESIOLOGIA

Carga Horaria: Semanal

3 HS.

Total:

60 HS

2. CONFORMACION DEL EQUIPO DOCENTE:

Cargo (dedicación)	Situación	Área
1 titular (E)	Ordinario	-----
2 J.T.P (S)	Ordinarios	-----

3. DESCRIPCION GENERAL DE LA MATERIA (integrando todas las áreas)

La materia de **Kinefilaxia 1** en el segundo año tiene como objetivo principal proporcionar a los estudiantes una comprensión profunda de los principios y técnicas relacionadas con la prevención de lesiones a través del movimiento. Se busca capacitar a los estudiantes para aplicar de manera efectiva métodos de promoción de la salud en diversos contextos, (clínicos y deportivos).

Es necesario aclarar que en cierto modo esta Asignatura reseña en gran parte, los conocimientos teóricos prácticos de las actividades físicas, gestos corporales y la forma de evaluar correctamente las capacidades condicionantes de cada persona por el estudiante en el transcurso del cursado de la asignatura, contribuyendo a enfatizar el desarrollo de los procesos de razonamiento, formación científica, del criterio de las evaluaciones, de las actitudes éticas racionales, en las decisiones y prácticas de salud, del espíritu crítico, como así también promover la utilización de los procedimientos científicos de investigación, en la construcción y aplicación de los conocimientos, que conformaran las teorías y prácticas del hacer profesional.

4. PRE-REQUISITOS (condiciones del alumno que inicia el cursado)

Haber aprobado Anatomía Normal y Funcional o Histología y Embriología y regularizado las Asignaturas del primer año curricular. Estar inscripto en el SIU GUARANI.

5. COMPETENCIAS a desarrollar (generales y específicas, perfil del egresado). Formuladas en términos de conocimientos, habilidades y actitudes.

COMPETENCIAS GENERALES- Lograr que el estudiante

- Adquiera los conocimientos teóricos y prácticos indispensables, para el análisis del movimiento
- Identifique los diferentes tipos de gestos deportivos de distintas disciplinas.



- Desarrolle habilidades en el manejo de la metodología de las evaluaciones para aplicarlas correctamente en todas las cualidades físicas
- Incorpore conceptos teóricos-prácticos, relacionando con los contenidos de otras asignaturas de la carrera.
- Elabore Protocolos Kinésicos, para su desempeño futuro.
- Transfiera conocimientos teórico-prácticos adquiridos, en la elaboración de protocolos de evaluación, indicación, y evolución, de personas sanas o con lesiones.
- Alcance una actitud indagadora, asentada desde ya en la investigación científica, en el espíritu crítico y el razonamiento.
- Comprenda el respeto por la vida y la integridad de las personas, que constituyen el sujeto-objeto del trabajo en el quehacer profesional.

COGNITIVAS

- Comprenda el movimiento humano en todos sus aspectos y un sentido profiláctico de ellos.
- Adquiera la información necesaria para poder interpretar gestos deportivos.
- Entienda a la actividad física como un medio de mejorar la condición de vida y la práctica deportiva de competencias en sus distintos niveles, “aficionados, mediano y alto rendimiento”

ACTITUDINALES:

- Utilice con responsabilidad los materiales brindados por la carrera.
- Cumpla con los plazos que le establezca la cátedra” trabajos, monografías, desarrollo del programa de asistencia a teóricos, prácticos.

6. CONTENIDOS

Unidad Temática I:

Objetivos de la unidad: Que el alumno incorpore el concepto de kinefilaxia a través del estudio interdisciplinario.

Concepto de Kinefilaxia: Análisis etimológicos de la palabra. Movimiento humano: concepto, origen. Postura erecta, interacción entre gravedad y movimiento, concepto del patrón de movimiento, patrones de movimientos antiguos, patrones de movimientos en masa. Sistemas simbólicos. Característica del movimiento individual, respuestas a nuevas experiencias motrices, factores que afectan las características del movimiento.

Unidad Temática II:

Objetivos de la unidad: Que el alumno reconozca las cualidades físicas, y las identifique en el Proceso de entrenamiento de los distintos deportes.

La Educación Física: concepto, objetivos, historia, agentes de la educación física, Cualidades físicas. Deportes: clasificación, conceptos generales de los deportes, tradicionales y no tradicionales, Entrenamientos, concepto, métodos de entrenamientos generales.

Unidad Temática III:

Objetivos de la unidad: Que el alumno integre los conocimientos básicos de la fisiología del músculo-esquelético. Aplicación en la biomecánica en deporte.

Fisiología del Ejercicio: Reseña histórica, mecanismos básicos circulatorios y respiratorios durante el ejercicio. Control nervioso de la acción muscular. Tipos de fibras musculares. Tipos de contracciones musculares.



Isotónica. Isométrica. Isocinética. Cadenas cinéticas de movimiento. Termorregulación. Fatiga y Recuperación. Rendimiento deportivo, sobreentrenamiento.

Unidad Temática IV:

Objetivos de la unidad: Que el alumno adquiera los conocimientos didácticos - pedagógicos del Proceso de enseñanza - aprendizaje para la conducción de una clase o sesión.

Metodología general de la práctica deportiva: Nociones pedagógicas del proceso de enseñanza-aprendizaje, Estructura de una clase-sesión, Conducción de una clase. Termodinámica pre-actividad.

Unidad Temática V:

Objetivos de la unidad: Que el alumno obtenga los conocimientos básicos sobre la Kinefilaxia en distintas patologías. Kinefilaxia: cardiovascular, geriátrica, infanto-juvenil, obstétrica, obesidad y diabetes, Osteoporosis, hemiplejías (ACV) La Hidroterapia como agente de la Kinefilaxia general, concepto, aplicación.

CONTENIDOS RELACIONADOS CON EL EJE TRANSVERSAL N.º 1: PRESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.

La Educación Física: concepto, objetivos, historia, agentes de la educación física, clasifica, Cualidades físicas. Deportes: clasificación, conceptos generales de los deportes, tradicionales y no tradicionales. Entrenamientos, concepto, métodos de entrenamientos generales.

Metodología general de la práctica deportiva: Nociones pedagógicas del proceso de enseñanza-aprendizaje, Estructura de una clase-sesión, Conducción de una clase. Termodinámica pre-actividad.

CONTENIDOS RELACIONADOS CON EL EJE TRANSVERSAL N.º 2: ABORDAJE INTEGRAL DE LA DISCAPACIDAD.

Kinefilaxia: cardiovascular, geriátrica, Infanto-juvenil, obstétrica, obesidad y diabetes, Osteoporosis, hemiplejías (ACV) La Hidroterapia como agente de la Kinefilaxia general, concepto, aplicación.

CONTENIDOS RELACIONADOS CON EL EJE TRANSVERSAL N.º 3: SEGURIDAD DEL PACIENTE

Fisiología del Ejercicio: Reseña histórica, Mecanismos Básicos Circulatorios y respiratorios durante el Ejercicio. Control nervioso de la acción muscular. Tipos de fibras musculares. Tipos de contracciones musculares. Isotónica. Isométrica. Biocinética. Cadenas cinéticas de movimiento. Termorregulación. Fatiga y Recuperación. Rendimiento deportivo, Sobreentrenamiento.

CONTENIDOS RELACIONADOS CON EL EJE TRANSVERSAL N.º 4: AMBIENTE Y SALUD.

La Educación Física: concepto, objetivos, historia, agentes de la educación física, Cualidades físicas. Deportes: clasificación, conceptos generales de los deportes, tradicionales y no tradicionales. Entrenamientos, concepto, métodos de entrenamientos generales.

CONTENIDOS RELACIONADOS CON LA PEDIATRÍA Y GERIATRÍA.

La Educación Física: concepto, objetivos, historia, agentes de la educación física, clasifica, Cualidades físicas. Deportes: clasificación, conceptos generales de los deportes, tradicionales y no tradicionales. Entrenamientos, concepto, métodos de entrenamientos generales.

7. METODOLOGIA DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:

PROPUESTAS METODOLOGICAS

Los objetivos prioritarios de la cátedra Kinefilaxia I en cuanto a la orientación metodológica, están en directa relación con el desarrollo profundo de los conocimientos, además de habilidades y destrezas desde el punto de vista práctico, que son valores importantes para su aprendizaje y para su formación profesional. Se han planeado y diseñado las experiencias de aprendizaje de los alumnos para los contenidos de la asignatura a



través de las estrategias, utilizando técnicas didácticas tales como, talleres, exposiciones teóricas dialogadas, uso de casos, trabajo en la comunidad, ejercicio de debate en el aula, trabajos prácticos de campo con presentación de protocolos de trabajo, etc.

El verdadero desafío está dado por la posibilidad de que el alumno comprenda como, evaluar, como indicar y como dosificar la actividad física, para que, desde allí, pueda resolver situaciones problemáticas diseñadas por los docentes.

Es de vital importancia estimular la investigación ya que le abre posibilidades de hipotetizar con soluciones a situaciones planteadas, estimula el pensamiento, permite al estudiante ser responsable de sus propios aprendizajes, estimula el intercambio de opiniones, para posteriormente volcar los resultados obtenidos. De esta manera el rol docente va a ser el facilitador de los aprendizajes, va a actuar como guía, orientador de los procesos cognitivos, así el alumno profundizará los conocimientos y descubrirá la relevancia que estos tienen. El aula se transformará en un lugar donde se realizarán tres tipos de actividades de mucha importancia:

- El profesor tiene la posibilidad de intervenir si se han adquirido los conocimientos impartidos.
- A medida que se desarrolla el proceso, el profesor genera disparadores, ampliado la formación y eleva el nivel de conceptualización, para así de esa manera llegar al grado de profundidad de conocimientos requeridos.
- Los alumnos, el otro componente de la triangulación didáctica, a través de la interpretación y comunicación permanente desarrollan sus propias herramientas que les permite encontrar y consolidar habilidades, actitudes, valores que les van a servir para su desempeño como profesionales.

los docentes además de ser los facilitadores en el proceso de enseñanza-aprendizaje, motivaran a los alumnos, guiaran sus trabajos de investigación, presentaran casos, realizaran aperturas teórico-prácticas de lo aprendido.

Estas propuestas metodológicas serán mediatizadas y llevadas al contexto de la Asignatura a través de Clases Teóricas con una carga horaria de 120 minutos semanales; prácticos en clubes con duración de 180 minutos semanales y prácticos en el Centro de Alto Rendimiento de la Facultad de Medicina con una carga semanal de 120 minutos.

8. AMBITOS DE PRACTICA (ubicación y características)

Las clases prácticas se llevan a cabo con la modalidad de trabajos de campo, dada la exigencia de la materia, en clubes deportivos, gimnasios, espacios verdes y sectores que así lo requieran, con la autorización, en todos los casos de las Autoridades de la Carrera y de la Facultad. Tales como el Club de Regatas de Corrientes.

9. PROPUESTAS DE ARTICULACION (vertical y horizontal)

En esta materia se trata de establecer una Relación Transversal con otras asignaturas (FISIOLOGIA HUMANA, NUTRICION Y EDUCACION PARA LA SAUD, BIOMECANICA), necesarias para la comprensión de la fisiopatología, que son los pilares importantes de la formación teórica-práctica de los estudiantes.

También se intenta lograr una Relación Longitudinal con las asignaturas que cimientan la formación, las Ciencias Básicas (Introducción a la Kinesiología Área Antropología, Anatomía, e Histología).

10. EVALUACION

- a) 2 (dos) Exámenes Parciales Escritos estructurados, con el sistema múltiple Choice de 50 preguntas cada uno a desarrollar en 60 minutos con 2 (dos) recuperatorios de igual modalidad.
- b) Presentación de una Monografía sobre un tema a elección del alumno, en la fecha pautada en la planificación de la Cátedra.



Los criterios de evaluación de la monografía son:

- Vocabulario sencillo; frases cortas, sin abusar de adjetivos, adverbios.
- Pertinencia y adecuación al tema propuesto.
- Párrafos de no más de 15 líneas, con un tema por cada párrafo.
- Sintaxis clara.
- Puntuación correcta.

Pautas de presentación de la monografía:

- Escribir en computadora:

Hoja A4. Interlineado: 1,5.

Fuente: Arial. Tamaño: 11, 12

Los títulos deben estar centrados, destacados con un tamaño mayor de letra o subrayados o en negritas.

Dejar sangrías al comenzar un nuevo párrafo Enumerar las páginas.

Se escribe solamente en el anverso de la hoja.

Cada apartado o capítulo de la monografía se escribe en hoja aparte.

Se presenta anillada, o en carpeta.

Bibliografía, ordenada alfabéticamente. Índice:
al inicio del trabajo.

11. REGIMEN DE PROMOCION de la asignatura:

Requisitos para la Regularización de la asignatura y aprobación con examen Final:

- Asistencia al 75% de las clases teóricas y prácticas de la asignatura correspondiente a cada parcial •
Aprobar los dos exámenes parciales o sus respectivos recuperatorios • Presentar y
aprobar en fecha acordada el trabajo monográfico.

El Examen Final para los alumnos regulares consistirá en un examen oral.

El Examen Final para los alumnos libres constara de la aprobación de una evaluación oral teórica y luego una actividad práctica, sin elección de bolilla sobre cualquier tema del programa vigente.

12. INFRAESTRUCTURA Y EQUIPAMIENTO

Aula virtual, Aulas de la Facultad de Medicina equipadas con pizarrón ecológico, fibrones y sistema multimedia. Las instalaciones del Club y del Centro de Alto Rendimiento, consisten en áreas físicas apropiadas para la práctica de la Asignatura, así como el equipamiento adecuado para la enseñanza y práctica deportiva.



13. PROGRAMACION DE ACTIVIDADES (teóricas, prácticas y evaluaciones) por semana

SEMANAS	CLASES TEORICAS	CLASES PRACTICAS	DOCENTES
1	19 DE MARZO CLASE INAUGURAL ESTRUCTURA PEDAGOGICA DE UNA SESION PRESENCIAL		LIC. AUDIZZIO Y EQUIPO DOCENTE
2	4 DE ABRIL DIABETES-OBESIDAD ZOOM		LIC. RIVOLTA
3	11 DE ABRIL KINEFILAXIA RESPIRATORIA Y SUS PATOLOGIAS ZOOM		LIC. RIVOLTA
4	16 DE ABRIL TEORICO ENFOQUE PREVENTIVO		LIC. AUDIZZIO
4	18 DE ABRIL CUALIDADES FISICAS GENERALES TEORICO – PRACTICO PRESENCIAL		LIC. AUDIZZIO
5	23 DE ABRIL TEORICO – PRACTICO ENTRENAMIENTO ESPECIFICO DE LA FUERZA		LIC. AUDIZZIO
5	25 DE ABRIL FISIOLOGIA DEL EJERCICIO PRESENCIAL	27 DE ABRIL ENTRENAMIENTOS PREVENTIVOS GENERALES	LIC. AUDIZZIO
6	02 DE MAYO BIOMECANICA APLICADA A LOS EJERCICIOS CON SOBRECARGAS PRESENCIAL		LIC. AUDIZZIO
7	07 DE MAYO TALLER CON LOS INSUMOS DE PLANILLAS DE OBSERVACIONES	07 DE MAYO	LIC. AUDIZZIO
7	PRIMER EVALUACIÓN EN TRAMO	09 de mayo	LIC. AUDIZZIO
8	14 DE MAYO KINEFILAXIA EN PATOLOGIAS TRAUMATOLOGICAS ZOOM		LIC. FERRARI



8	RECUPERATORIO	16 DE MAYO	LIC. AUDIZZIO
8		18 DE MAYO PRACTICO FUERZA-RESISTENCIA- POTECIA GENERALIDADES PRESENCIAL	LIC. AUDIZZIO LIC. FERRARI
8	16 DE MAYO KINEFILAXIA EN PATOLOGIAS TRAUMATOLOGICAS ZOOM		LIC. FERRARI
9	23 DE MAYO TEORICO KINEFILAXIA EN ACV PRESENCIAL		LIC. FERRARI
10	30 DE MAYO TEORICO KINEFILAXIA EN LA DISCAPACIDAD ZOOM		LIC. FERRARI
11	06 DE JUNIO GIMNASIO TERAPEUTICO ADAPTADO A DEVERSAS PATOLOGIAS TEORICO – PRACTICO		LIC. FERRARI
12	11 DE JUNIO TALLER CON LOS INSUMOS DE PLANILLAS DE OBSERVACIONES		LIC. FERRARI
12	13 DE JUNIO TEORICO – PRACTICO KINEFILAXIA EN PATOLOGIAS CARDIOVASCULARES		LIC. AUDIZZIO LIC. FERRARI
13	20 DE JUNIO TEORICO HIDROTERAPIA ZOOM		LIC. FERRARI
	SEGUNDA EVALUACIÓN EN TRAMO	27 DE JUNIO	LIC. FERRARI
	RECUPERATORIO	04 DE JULIO	LIC. FERRARI LIC. AUDIZZIO
A PARTE DE LOS PRACTICOS ESPECÍFICOS DADOS POR LOS DOCENTES DE LA CATEDRA, SE DESARROLLARÁN ACTIVIDADES PRACTICAS OBSERVATIVAS EN INSTITUCIONES DEPORTIVAS (CLUB DE REGATAS CORRIENTES), CON UNA PLANILLA DE OBSERVACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA CATEDRA. ESTO ESTARA ORGANIZADO POR COMISIONES DE 10 ALUMNOS POR TURNOS EN LOS SIGUIENTES DIAS MARTES, MIERCOLES Y VIERNES EN			



LOS SIGUIENTES HORARIOS 1º TURNO DE 17:00 HORA Y EL 2º TURNO 18:30 HS HORAS, EN TODOS LOS CASOS COORDINADOS POR LA CATEDRA.

14- BIBLIOGRAFIA DE BASE SUGERIDA:

- METODO DE PERIODIZACION, LEYES Y PRINCIPIOS EN LOS ENTRENAMIENTOS DEPORTIVOS. Tudor Bompá.
- TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN EN LA MEDICINA DEPORTIVA. W. Prentice. Edición I. Editorial Paidotribo.
- FISIOPATOLOGIA PULMONAR. West, J. V Edición.
- LESIONES DEPORTIVAS. Peterson, L- Renstron. I Edición
- KRUSEN. MEDICINA FÍSICA Y REHABILITACION. Kottke, F; Lehmann, J. IV Edición.

- ESTRUCTURA DEL MUSCULO ESQUELETICO, FUNCION Y PLASTICIDAD. R. Liebre. Edición II- Editorial McGraw-Hill-Interamericana. 2004

- LOS METODOS MODERNOS DE MUSCULACION. G. Cometti. Edición I. Editorial Paidotribo. 1999.
- TEST Y PRUEBAS FISICAS. J. George. G. Fisher. P. Vehrs. Editorial Paidotribo. 2000
- KINESIOTERAPIA I, II. C Genot. Editorial Panamericana. 1999
- FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO 3ª Edición- López Chicharo Ed. Medica Panamericana
- FISIOLÓGÍA DEL DEPORTE 3º Edición – Fox - Ed. Medica Panamericana
- FUNDAMENTO DE FISIOLÓGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE Meri Vived – Ed. Medica Panamericana.

- KELLEY MEDICINA INTERNA 2 EDICION

Bibliografía Alternativa.

- THE AMERICAN JOURNAL OF SPORT MEDICINE • SPORT MEDICINE.
- REVISTA DE LA AKD DE KINESIOLOGIA DEPORTIVA
- PROKINESIO

Prof. Lic. DANIEL RICARDO RIVOLTA

Profesor Titular