

**DECANATURA DE ESTUDIANTES  
DEPORTES  
PROGRAMA ESTRATEGIAS  
DEPORTIVAS A TRAVÉS DEL  
TCHOUKBALL  
2021-10**

**CURSO DE DEPORTES CON FORMACIÓN ÉTICA: SI\_X\_ NO\_\_**

**1. INFORMACIÓN DEL CURSO NOMBRE DEL**

**CURSO:** Estrategias deportivas a través del Tchoukball

**CÓDIGO:** DEPO- 1245

**SECCIÓN:** 4

**CRÉDITO:** 1

**PROFESOR RESPONSABLE:** Rosario Robles Moreno

**CORREO ELECTRÓNICO:** [r.robles@uniandes.edu.co](mailto:r.robles@uniandes.edu.co)

**SALÓN:** VIRTUAL

**PLATAFORMA:** Blackboard Collaborate

**HORARIO:** miércoles 2:00 – 2:45 p.m.

**2. DESCRIPCIÓN DEL CURSO:**

El curso de “Estrategias deportivas a través del Tchoukball” es un espacio de unión, aprendizaje e integración para los estudiantes donde se les permite seguir con un desarrollo integral en la Universidad de los Andes. En cualquier momento del semestre los asistentes a este curso pueden pasar por situaciones difíciles, de diferente índole: personales, académicas, familiares, entre otras, si en esos momentos complicados no puedes cumplir con el curso, no dudes en comunicarse mediante mi correo [r.robles@uniandes.edu.co](mailto:r.robles@uniandes.edu.co), lo importante de este curso no es que aprendas tchoukball sino también es un espacio para escuchar tus problemas y ayudarte con ellos.

Se pretende inculcar y afianzar el respeto por los demás (estudiantes, administrativos, docentes y demás personas dentro y fuera de la Universidad), la cooperación grupal, solidaridad, integración social, favorecer a la sana competencia en pro de una superación personal y grupal, induce a aprender de los errores, el tchoukball enseña a estimar, apreciar los valores, mejora el autoestima y crea un sentimiento de unidad en el esfuerzo del grupo.

En este nivel la enseñanza del tchoukball adquiere un reto por parte de los estudiantes, ya que se presentan a lo largo del curso retos individuales y grupales que tendrán que superar para que todos mejoren en sus habilidades físicas, psicológicas y sociales.

Durante el semestre se realizarán 16 sesiones cada sección constara de tres fases: fase inicial, central y final.

° Fase Inicial: compuesta del calentamiento mediante, movilidad articular, desplazamientos y formas jugadas. Duración 10 minutos.

° Fase central: el estudiante aprenderá técnicas, tácticas y estrategias nuevas del tchoukball a través de actividades de reflexión, cooperación, trabajo en equipo, juego de roles y desarrollo de estrategias para la resolución de problemas, que les ayudará si practican otros deportes. Duración 30 minutos.

° Fase final: vuelta a la calma con estiramientos y aclaración de dudas sobre lo visto ese día. Duración 5 minutos.

### 3. OBJETIVOS DEL CURSO:

**Objetivo general:**

Mejorar las habilidades técnicas (correr, saltar, atrapar y lanzar) utilizada en otros deportes completando la formación integral de los estudiantes a través de los valores aportados por el tchoukball.

**Objetivos específicos:**

Mejorar las habilidades del juego en equipo desde el punto de vista técnico individual.

Desarrollar el respeto y la equidad entre géneros, así como el trabajo en grupo.

Reforzar a los estudiantes a través del tchoukball las competencias personales tales como trabajo en equipo, tolerancia, perseverancia, respeto a los demás y sus ideas, con una formación integral, crítica y ética fortaleciendo las capacidades de liderazgo que le servirán al iniciar un proyecto de vida.

Aumentar la autoestima y confianza en sí mismo, de los estudiantes.

#### 4. METODOLOGÍA DE TRABAJO:

<u>Metodología para desarrollo de contenidos teóricos y prácticos</u>		Requerimientos materiales. Lecturas didácticas, apoyos digitales.
<p><i>Actividades virtuales:</i></p> <p><b>Fase inicial de la clase:</b> Calentamiento: mediante movilidad articular, desplazamientos o formas jugadas Duración 10 min.</p> <p><b>Fase central de la clase:</b> mejoramiento de las capacidades físicas combinadas con el aprendizaje del tchoukball Duración 30 min.</p> <p><b>Fase final de la clase:</b> Vuelta a la calma con estiramiento y aclaración de dudas sobre la sesión. Duración 5 min.</p>	<p><i>Actividades independientes:</i></p> <p>Ver videos de tchoukball analizando jugadas tanto en equipo como individuales.</p> <p>Realizar lecturas sobre el reglamento y la interpretación de este.</p> <p>Llevar preguntas o dudas a las diferentes sesiones del curso, sobre la temática a tratar en cada una de ellas.</p>	<p>Contar con un dispositivo electrónico con conexión a internet.</p> <p>Un balón, sino se tiene en la primera clase haremos uno.</p> <p>Lecturas de apoyo Tchoukball: Shen-Szu Fang. 2010, Teaching and Training Tchoukball Techniques, Solid and thorough learning – tchoukball basics and tactics.</p> <p>Reglas Oficiales de Tchoukball se encuentran en el siguiente enlace: <a href="http://www.tchoukball.org/resources">http://www.tchoukball.org/resources</a></p>

## 5. CONTENIDOS DEL CURSO:

N° de clase	Temas para la clase	Se evaluará	Se busca en el estudiante
1	Introducción al curso. Presentación de contenidos y metodología a seguir.  Construcción de mi balón de tchoukball.  Repaso del reglamento: reglas básicas y complejas.	La relación con sus compañeros el primer día de clase.  La atención y participación.	Que se quite la pena y timidez del primer día, realizando socialización.  El descubrimiento de nuevas habilidades motrices y sociales, a través del tchoukball.
2	Acondicionamiento físico uno en tchoukball.	La capacidad para relacionarse con los compañeros.  La sincronización del movimiento.	Una relación entre los estudiantes con carreras afines, que se conozcan y se puedan apoyar a lo largo de su carrera al tomar alguna materia en común.  Desarrollar la concentración, atención y relaciones interpersonales.
3	Acondicionamiento físico dos en tchoukball.	La interacción con los compañeros.	La capacidad para relacionarse con los compañeros.
4	Reglas de juego y filosofía del tchoukball.	La capacidad de reflexión.	El entendimiento de la filosofía del tchoukball y la ética en el deporte.
5	Pase, recepción y lanzamientos inspirados en el squash y voleibol.	El desarrollo de la técnica en el lanzamiento.  Apropiación de elementos del squash y el voleibol para el entendimiento del tchoukball.	Desarrollar y/o mejorar la lateralidad. Así como coordinación óculo-manual.  La interacción con un familiar, amigo o vecino.
6	Desplazamientos inspirados en el balonmano y voleibol.	El desarrollo de la técnica de desplazamiento.  Apropiación de elementos del balonmano y el voleibol para el entendimiento del tchoukball.	Que el estudiante aprenda a controlar la frustración y aprender de los errores.  Desarrollar y/o mejorar la lateralidad. Así como coordinación viso-pédica.
7	La defensa inspirada en el squash.	La coordinación óculo-manual.	Ampliar su campo de aprendizaje.  La interacción con un familiar, amigo o vecino.
8	El tchoukball me ayuda a mejorar en mi deporte.	Coordinación en carrera, viso-manual y viso-pédica.	La destreza de adaptarse a los cambios.  Ampliar su campo de aprendizaje.

9	Árbitro de mesa por un día.	La colaboración entre los estudiantes.	Permitir que todos participen en la construcción de la planilla, utilizando el diálogo y acuerdos.
10	Árbitro principal o auxiliar por un día.	Autoevaluación sobre la honestidad y confianza.	Reflexione sobre la trampa y las acciones éticas.
11	Retos de tchoukers.	La destreza de realizar los retos individuales y en equipo.	Desarrollar la movilidad y agilidad corporal, así como la atención y concentración a lo largo del semestre, junto con la colaboración y apoyo en sus compañeros.
12	Concentración en movimiento.	El trabajo en equipo y apoyo a compañeros con destrezas diferentes.	La colaboración y apoyo en sus compañeros.
13	Anticipación en el deporte.	La capacidad de soportar la presión de un juego desde otra perspectiva.	Desarrollar habilidades de pensamiento estratégico y el liderazgo.
14	Partido de tchoukball	La capacidad de mantener la atención y concentración durante un partido de tchoukball.	Mejorar la concentración y toma de decisiones.
15	Mundial de tchoukball ¿qué harías tú?	El apoyo a los compañeros y respeto a todos los actores que intervienen.	Desarrollar el auto control y respeto por los compañeros, el adversario y árbitros
16	Presentación de los Retos	La participación.	Observar el proceso individual que el estudiantes ha hecho durante el semestre.

## 6. EVALUACIÓN:

La evaluación como proceso permanente de la intención educativa posee un sentido netamente formativo, del cual se desprenden las acciones pertinentes para su planeación, ejecución y control. Por tratarse de una actividad centrada en la práctica (en la cual existe un pequeño apoyo en lo teórico), es menester que cada fundamento técnico, sea analizado, practicado y evaluado en forma estructurada y continua.

De acuerdo con lo anterior, la temática abordada y practicada en cada clase, cuyo objetivo y parámetros está previamente determinada por los docentes, está sujeta a la evaluación con base en la ejecución de los principales patrones corporales del tchoukball. Los parámetros asociados a la ejecución de la técnica evitan basarse en consideraciones cuantitativas como el número de golpes. A cambio, se refieren al manejo de los segmentos corporales, la relación de estos con el balón y la pared, el manejo del espacio y el tiempo y la superación de los retos individuales y grupales por parte de los estudiantes.

En cuanto al resultado de la evaluación, se compone de los siguientes elementos:

- Ejecución de la tarea programada.
- Contexto de motivación y control.
- Autoevaluación.

Con base en lo anterior se obtienen logros porcentuales en cada clase y se verifica constantemente el proceso de evolución de los estudiantes. Todos estos porcentajes parciales, se promediarán al final del curso, obteniendo un puntaje que deberá ser igual o superior al 75% de cumplimiento de los objetivos del curso.

A lo largo del desarrollo de las clases, se evidencian contenidos teóricos que apoyan la propuesta técnica y física. Estos contenidos son referenciados mediante estrategias de investigación y divulgación colectiva, tratando siempre de que su aplicación práctica sea el resultado del análisis previamente concebido y de acuerdo con ello son tenidas en cuenta para la evaluación. Finalmente, el estudiante plasma su autogestión dentro del desarrollo de la electiva y su evolución dentro del deporte practicado, a través de la autoevaluación que es tenida en cuenta para en primera instancia, realizar una adecuada retroalimentación y en segunda instancia, como parte integral de la evaluación.

El segundo requisito indispensable, es el cumplimiento a las sesiones de clase, donde se establece que el mínimo de asistencia para aprobar el curso es del 75% de las sesiones programadas.