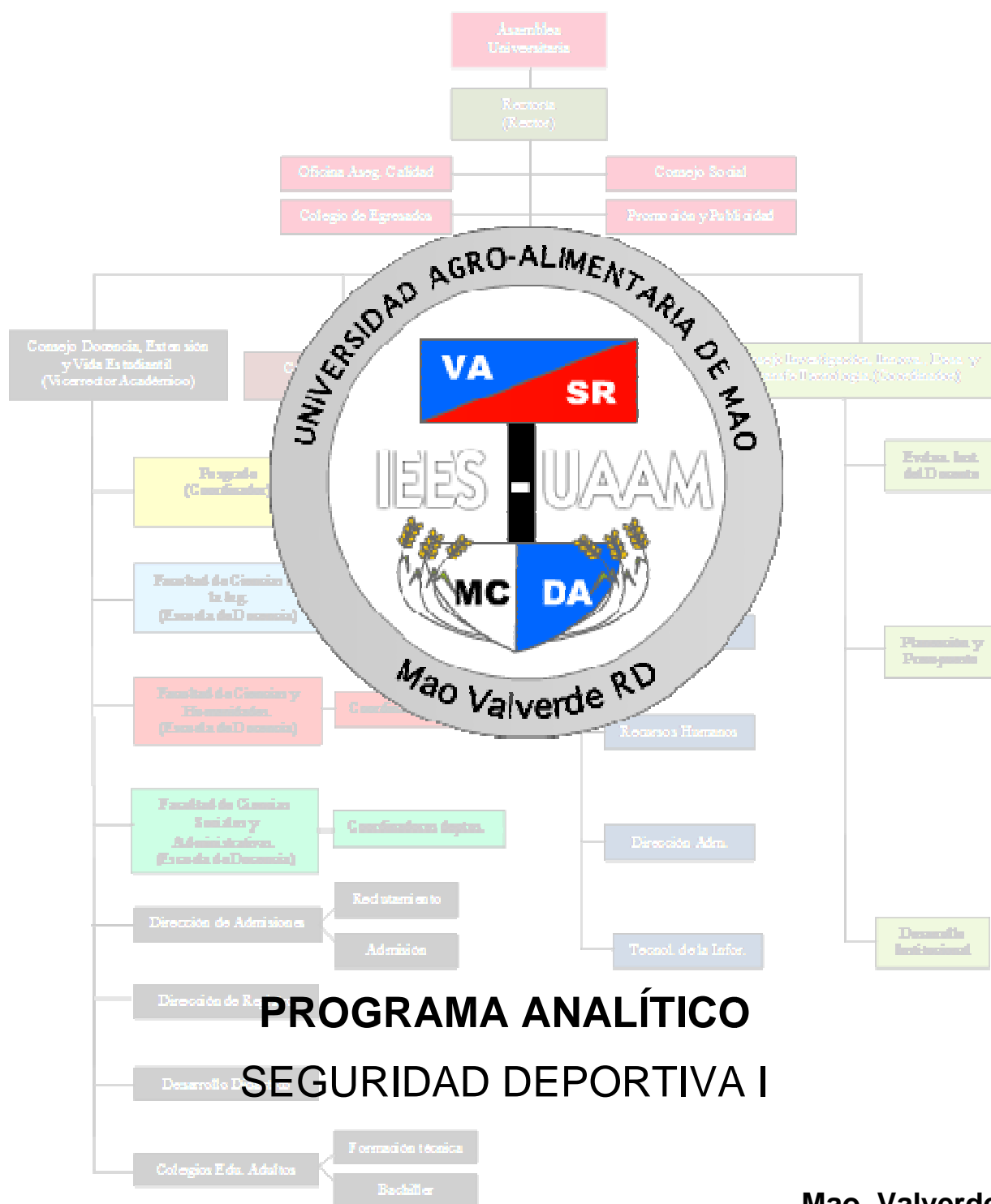


# UNIVERSIDAD AGRO-ALIMENTARIA DE MAO "IEES-UAAM"



**Mao, Valverde  
República Dominicana**



## I. DATOS DE LA ASIGNATURA

Nombre de la asignatura:	Seguridad Deportiva I
Clave de la asignatura:	SED-101
Pre-requisito:	
Co-requisito:	
Horas teóricas – Horas práctica – Créditos	2 – 2 – 3

## II. PRESENTACIÓN:

Mediante la asignatura de Seguridad deportiva I, el estudiante aprenderá a conocer a fondo con mas detalles las lesiones más comunes que ocurren en los deportes de alto desempeño y como deben tratarse esas lesiones.

## III. PROPÓSITOS GENERALES:

Al finalizar el curso, el alumno será capaz de:

- Conocer los riesgos de las actividades físicas.
- Prevenir tales riesgos para evitar lesiones en la práctica de deportes de alto rendimiento.

## IV. GUIAS APRENDIZAJE:

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD I.- Lesiones y prevenciones.** En esta unidad el alumno estudiará algunas de las lesiones más frecuentes que se pueden ver en los deportes de alto desempeño.

- Lección 1.1. El calentamiento como prevención.
- Lección 1.2. Las lesiones más frecuentes en el futbol.
- Lección 1.3. Las lesiones más frecuentes en el beisbol.
- Lección 1.4. Las lesiones más frecuentes en el baloncesto.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 1.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD II.- Otras lesiones importantes.** En esta unidad el alumno será capaz de conocer algunas lesiones que no son tan comunes, pero muy graves en cuestiones de seguridad y aprenderá como tratarlas.

- Lección 2.1. Heridas.
- Lección 2.2. Esguinces.
- Lección 2.3. Distensión.



- Lección 2.4. Calambres.
- Lección 2.5. Tendinitis.
- Lección 2.6. Contusiones.
- Lección 2.7. Fracturas y dislocaciones.
- Lección 2.8. Fracturas por sobre cargas.
- Lección 2.9. Lesiones genitales y abdominales.
- Lección 2.10. Conmoción cerebral.
- Lección 2.11. Lesiones faciales.
- Lección 2.12. Lesiones en la columna cervical.
- Lección 2.13. Ampollas.
- Lección 2.14. Frio.
- Lección 2.15. Compresión.
- Lección 2.16. Elevación.
- Lección 2.17. Reposo.
- Chat. - .
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 2.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD III.- Métodos y medidas de seguridad a adoptar en la práctica de deportes de alto desempeño.** En esta unidad el alumno será capaz de conocer todos los métodos y medidas que se toman en cuenta a la hora de practicar un deporte de alto desempeño.

- Lección 3.1. Como debe ser el medio en el que trabajamos.
- Lección 3.2. Forma de actuar en caso de necesidad.
- Lección 3.3. Primeros auxilios básicos.
- Lección 3.4. Botiquín.
- Chat. - .
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 3.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD IV.- Trastornos por radiación solar.** En esta unidad el alumno será capaz tratar y conocer los trastornos principales ocasionados por una larga exposición al sol.

- Lección 4.1. Jugar bajo altas temperaturas.
- Lección 4.2. Como evitar los problemas que causa el calor.
- Lección 4.3. Pautas para lograr una adecuada de líquido.
- Chat. - .
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 4.
- Prueba Final.