



SÍLABO

Nombre del curso: Slackline

Código del curso: 900478

Año y semestre académico: 2014-II

Sección: CA-A

E-mail: V.VillaranP@up.edu.pe ; slackperu@gmail.com

Nombre completo de los docentes del curso:

- Valerie Villaran
- Rosa Tokumoto
- Nicolás Castañeda
- Martin Albán

I. Sumilla

El slackline es un deporte de equilibrio en el que se usa una cinta fijada a dos puntos, y en donde la flexibilidad de esta permite hacer trucos como saltos, flips, posturas de yoga, etc. Entre sus beneficios están: corrige la postura del cuerpo, control del centro de gravedad, mejora el equilibrio y fortalece la concentración y actitud.

II. Resultado de aprendizaje

El estudiante muestra concentración, enfoque y determinación a través de la actitud y perseverancia demostrada en la actividad, habiendo superado algunas de sus propias limitaciones.

III. Competencias que desarrolla debe estar en tercera persona y tiempo presente.

1. Liderazgo: El estudiante conoce las reglas/ características del deporte y sus beneficios, conoce y maneja el equipo (instalación y desinstalación); toma decisiones y resuelve diversos problemas haciendo uso pertinente y oportuno de los conocimientos adquiridos, siempre con una actitud humilde y dispuesta a asumir riesgos.
2. Trabajo en equipo: el estudiante utiliza el autoconocimiento de sus fortalezas y límites y muestra tener tolerancia a la frustración para superar los retos propuestos con una actitud enérgica y perseverante, lo cual invita a la autocrítica y reconocimiento de limitaciones y a la vez, las respectivas oportunidades de mejora.



IV. Contenido

Unidad I: Introducción al Slackline

1. Historia del Slackline
2. Modalidades de slackline (trickline, highline, longline, waterline, rodeoline)
3. Slackline en el mundo y el Perú
4. Conociendo el equipo (partes, sistemas, instalación/desinstalación)
5. Seguridad en la actividad

Unidad II: Trucos estáticos

1. Básicos: Pararse, caminar hacia adelante/atrás, dar la vuelta, etc.
2. Montadas estáticas: pistol mount, chongo mount, sitting mount, etc.
3. Intermedios: Agacharse, arrodillarse o 'kneedrop', Footplant, etc.
4. Avanzados: Double drop-knee, plane, buddha sit, tree, etc.

V. Estrategia Didáctica

- Dinámicas grupales
- Videos
- Investigaciones
- Invitados
- Visita de campo

VI. Evaluación

La desaprobación de uno de los siguientes criterios significará la desaprobación del taller (es decir, no se otorgará el crédito paraacadémico).

Instrumento	Criterio de evaluación
Asistencia	Se permitirá únicamente el 30% de faltas (4 faltas máximo). 3 tardanzas equivalen a una falta. Asistencia= llegar a la hora, tolerancia 10 min. Tardanza= del minuto 11 al 15. Falta= después de los 15 minutos de la hora de inicio de clase. Todo alumno deberá presentarse a clases con ropa cómoda o deportiva
Observación	Se observará durante el ciclo el desempeño y evolución del alumno sobre el slackline, considerando también la actitud y entusiasmo que le dedique a la actividad
Salida de campo	Obligatoria



Trabajo de investigación	El alumno deberá elegir después de la 1era clase, cual es la modalidad de slackline que más le llama la atención y deberá investigar sobre ese tema (definición, equipo necesario, historia, principales representantes, recomendaciones, etc.) para presentar un ppt al final del ciclo.
--------------------------	---

VII. Referencias (Videos)

- Toda la serie 'Trick in a minute' de Gibbon, por ejemplo:
 - Butt-bounce: <http://www.youtube.com/watch?v=rKexxK8rCZk>
 - Double drop-knee: <http://www.youtube.com/watch?v=c0j1PLcfU-c>
 - Foot plant: <http://www.youtube.com/watch?v=IVWiupeG3RU>
- Enciclopedia digital de trucos:
<http://slackline.hivefly.com/slackline-tricks-encyclopedia/>

VIII. Cronograma

SEMANA	FECHAS	UNIDADES DIDÁCTICAS Y CONTENIDOS	ACTIVIDADES A REALIZAR
1era y 2da semana	13 y 15 de Octubre	Introducción al Slackline	<ul style="list-style-type: none"> • Historia del Slackline • Modalidades de slackline (trickline, highline, longline, waterline, rodeoline) <ul style="list-style-type: none"> • Slackline en el mundo y el Peru • Conociendo el equipo (partes, sistemas, instalación / desinstalación) <ul style="list-style-type: none"> • Seguridad en la actividad • 1era sesión de slackline y contacto con la cinta; repaso de seguridad en la actividad e instalación y desinstalación del equipo.
	20 y 22 de Octubre	Trucos estáticos	Básicos: Pararse, mantener el equilibrio en la posición estática básica
3era semana	27 y 29 de Octubre	Trucos estáticos	Básicos: Caminar hacia adelante / atrás
4ta semana	3 y 5 de Noviembre	Trucos estáticos	Básicos: Caminar y dar la vuelta (180°)
5ta semana	10 y 12 de Noviembre	Trucos estáticos	Montadas estáticas
6ta semana	17 y 19 de Noviembre	Trucos estáticos	Intermedios: Agacharse, arrodillarse o 'kneedrop', Footplant, etc.
7ma semana	24 y 26 de Noviembre	Trucos estáticos	Avanzados: Double drop-knee, plane, buddha sit, tree, etc.

