

**UNIVERSIDAD DE PLAYA ANCHA**

Vicerrectoría Académica  
Unidad de Estudios Curriculares

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
DEPARTAMENTO DE ESTRATEGIAS APLICADAS A LA FORMACIÓN DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA FORMATIVO:  
NEUROCIENCIA APLICADA A LA PRÁCTICA DEL YOGA

JUNIO 2022

Timbre de recepción UEC

Clave y Sigla  
Timbre  
Vicerrectoría Académica

Folio

## ESTRUCTURA DEL PROGRAMA FORMATIVO

NOMBRE DEL PROGRAMA FORMATIVO	Neurociencia aplicada a la práctica del Yoga
CLAVE	
TOTAL DE CRÉDITOS	2
DOCENTE RESPONSABLE	Tatiana Alarcón Godoy
DATOS DE CONTACTO	
CORREO ELECTRÓNICO	
TELÉFONO	322205086

### COMPLEJIDAD ACTUAL Y FUTURA

Actividad curricular teórico-práctica, basada en un enfoque biopsicosocial en salud, el cual ofrece al estudiante la posibilidad de acceder a saberes relacionados con los lineamientos de desarrollo del movimiento y su interacción con el sistema nervioso, a través del Yoga de la rama Patanjali, sentando las bases de esta práctica contemplativa, en procesos de la neurociencia, promoviendo así, en el estudiante, además del desarrollo de competencias propias del ámbito de la salud, también aquellas vinculadas al Sello Institucional, como el componente de la **autovaloración** de su propio ser y del otro, como persona en la comunidad.

Este curso, contribuye a que los estudiantes desarrollen el componente **analítico, crítico y propositivo**, demostrando un actuar proactivo y en consonancia con las diversas demandas de innovación del contexto profesional.

### UNIDAD DE COMPETENCIA GENERAL (UCG)

Practica técnicas contemplativas del yoga, a través de los componentes corporales propios de la disciplina, específicamente de la rama Patanjali, haciendo uso de las capacidades del ser humano terrenal y espiritual, vinculándose con los procesos de neurociencias.

No	SUB-UNIDADES DE COMPETENCIA (SUC)
1	Describe las bases anatómicas funcionales del sistema nervioso central y periférico, relacionadas con las actividades corporales del cuerpo humano.
2	Asocia los vínculos de la neurociencia con las prácticas contemplativas, específicamente el Yoga
3	Analiza los lineamientos de la neurociencia aplicada al Yoga y su impacto en la práctica de Asanas corporales.

SUB-UNIDAD DE COMPETENCIA	RESULTADO DE APRENDIZAJE	SABERES
Describe las bases anatómicas funcionales del sistema nervioso central y periférico, relacionadas con las actividades corporales del cuerpo humano.	Distingue los componentes del Sistema Nervioso Central y Periférico, y su relación funcional la fisiología de la actividad corporal del cuerpo humano	<p>1.- Introducción a la práctica del Yoga.</p> <p>2.- Sistema Nervioso Central y Periférico. Estructuras principales y rol que desempeñan desde la fisiología vinculada a la actividad corporal y procesos cognitivos.</p> <p>3.- Sistema Nervioso Autónomo: Actividad Simpática y Parasimpática.</p> <p>4.- Moduladores del balance y la homeostasis frente a situaciones de alta demanda.</p>
Asocia los vínculos de la neurociencia con las prácticas contemplativas, específicamente el Yoga	Reconoce mediante la práctica del Yoga, la vinculación de la neurociencia "neuroplasticidad" con las prácticas contemplativas del medio oriente y occidente.	<p>1.-Neuroplasticidad: Establecimiento de Neurona como unidad principal, y dinámicas sinápticas requeridas para procesos de adquisición o pérdida de habilidades.</p> <p>2.-Vínculo de la Neurociencia en las prácticas, contemplativas.</p> <p>3.- Relación entre el Medio Oriente y Occidente para el estudio de la espiritualidad del ser.</p>
Analiza los lineamientos de la neurociencia aplicada al Yoga y su impacto en la práctica de Asanas corporales.	Experimenta mediante la práctica del Yoga, los aspectos de neurociencia aplicada en la disciplina de las prácticas Asanas corporales.	<p>1.- Aplicación de la disciplina del Yoga.</p> <p>2.- Neurociencia aplicada al Yoga acorde a ramas de Yoga Sutras de Patanjali.</p> <p>3.-Lineamientos neurocientíficos e Impacto en práctica de Asanas Corporalidad.</p>

## MODELO GENERAL DE RÚBRICA

### Estándares y rúbricas: SUC 1, SUC 2 y SUC 3.

Para organizar los procesos evaluativos en todas sus formas, se ha definido previamente una escala que orienta el proceso de construcción de rúbricas a partir de la definición de un estándar de desempeño para la competencia. Un estándar es una declaración que expresa el nivel de logro requerido para poder certificar la competencia ante la secuencia curricular. El estándar de desempeño se refiere a cada una de las competencias y operacionaliza los diversos indicadores o capacidades que las describen. La siguiente tabla da cuenta del modelo de construcción general de rúbricas.

E	D	C	B	A
Rechazado	Deficiente	Estándar	Modal	Destacado
1,0-2,9	3,0-3,9	4,0-4,9	5,0-5,9	6,0-7,0
No satisface prácticamente nada de los requerimientos del desempeño de la competencia.	Nivel de desempeño por debajo del esperado para la competencia.	Nivel de desempeño que permite acreditar el logro de la competencia.	Nivel de desempeño que supera lo esperado para la competencia; Mínimo nivel de error; altamente recomendable.	Nivel excepcional de desempeño de la competencia, excediendo todo lo esperado.

## PLAN EVALUATIVO

### Evaluación SUC 1

En el desarrollo de este módulo se modelarán los siguientes tipos de evaluación:

**Heteroevaluación:** Referida a la evaluación que los académicos encargados del módulo realizan a cada uno de sus estudiantes, es la más utilizada en cualquier comunidad educativa y su implantación tan fuertemente arraigada está dada por la consecuencia natural de la relación maestro y aprendiz.

#### Instrumentos de Evaluación del módulo:

- Pruebas o Certámenes: Tiene por finalidad verificar la habilidad de las personas para operar con los contenidos aprendidos, a través de acciones más elaboradas y complejas. Análisis de Videos

### Evaluación SUC 2

En el desarrollo de este módulo se modelarán los siguientes tipos de evaluación:

**Heteroevaluación:** Referida a la evaluación que los académicos encargados del módulo realizan a cada uno de sus estudiantes, es la más utilizada en cualquier comunidad educativa y su implantación tan fuertemente arraigada está dada por la consecuencia natural de la relación maestro y aprendiz.

**Instrumento de Evaluación del módulo:**

- Portafolio de las prácticas realizadas de la neurociencia y el Yoga, en las diferentes áreas disciplina en el medio oriente y occidente, el que será presentado en un plenario de estudiantes y, evaluado con una rúbrica.

**Evaluación SUC 3**

En el desarrollo de este módulo se modelarán los siguientes tipos de evaluación:

**Heteroevaluación:** Referida a la evaluación que los académicos encargados del módulo realizan a cada uno de sus estudiantes, es la más utilizada en cualquier comunidad educativa y su implantación tan fuertemente arraigada está dada por la consecuencia natural de la relación maestro y aprendiz.

**Instrumentos de Evaluación del módulo:**

- Evaluación práctica de sesión de intervención basada en terapias contemplativas a partir de la planificación del propio estudiante, de la ejecución del yoga

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS O RECURSOS DIDÁCTICOS	ACTIVIDADES: PRIORIZAR DE LA MÁS SIMPLE A LA MÁS COMPLEJA, PRIORIZARLAS; INDICAR LA ACTIVIDAD DE INICIO, SEGUIMIENTO Y LA FINAL.		
	SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
SUC 1 Análisis de contenido teórico/práctico	Reconoce el Sistema Nervioso Central (SNC) y Sistema Nervioso Periférico (SNP), con las actividades corporales del cuerpo humano, utilizando modelos anatómicos y biológicos.	Describe los componentes del Sistema Nervioso Central y periférico, así como su relación funcional con la actividad del movimiento, desde una forma teórica o digital, utilizando modelos anatómicos y corporales del cuerpo	Demuestra un comportamiento ético (respeto y seriedad) hacia sus compañeros, docentes como también de las muestras anatómicas que se mostraron en la clase.
SUC 2 Aprendizaje basado en problemas	Contrasta el desarrollo de la disciplina del Yoga y la neuro-plasticidad con el desarrollo ontogenético típico del cuerpo humano, y su vinculación con el medio oriente y occidente de la espiritualidad, mediante la resolución de problemas de casos simulados.	Prepara el un análisis comparativo entre el desarrollo típico y la práctica del yoga basado en la resolución de problemas simulados.	Valora la diversidad de planteamientos posibles para la resolución de problemas

SUC 3 Aprendizaje basado en problemas.	Experimenta los movimientos básicos de terapias contemplativas del Yoga, integrándolos al con la Neurociencia.	Ejecuta los movimientos básicos de terapias contemplativas, siendo capaz de identificar la conexión de la neuro-plasticidad en las actividades corporales del individuo.	Desarrolla una visión holística del individuo.  Desarrolla su capacidad creativa.
---	--	--	---

CALENDARIZACIÓN		
FECHA	SABERES	BIBLIOGRAFÍA
Semana 1	<p>SUC 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducción a la práctica del Yoga.</li> <li>- Sistema Nervioso Central y Periférico. Estructuras principales y rol que desempeñan desde la fisiología vinculada a la actividad corporal y procesos cognitivos.</li> </ul>	<p>Snell, R. (2003). <i>Neuroanatomía Clínica</i>. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 9500620499.</p> <p>Netter, F. (2019). <i>Atlas de Anatomía Humana</i>. 7° Edición, Elsevier. ISBN: 9788491134688.</p> <p>Drake, R., Vogl, W., Mitchell, A. (2010). <i>Gray Anatomía para Estudiantes</i>, Elsevier. ISBN: 8481748323.</p> <p>Moore, K., Dalley, A. Agur, A. (2018). <i>Anatomía con Orientación Clínica</i>. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 9788417033637.</p> <p>*Dauber, W. (2021). <i>Feneis Nomenclatura anatómica ilustrada</i>. (6ta ed.). Elsevier. ISBN: 9788491137887.</p>
Semana 2	<p>SUC 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistema Nervioso Central y Periférico. Estructuras principales y rol que desempeñan desde la fisiología vinculada a la actividad corporal y procesos cognitivos.</li> </ul>	<p>Snell, R. (2003). <i>Neuroanatomía Clínica</i>. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 9500620499.</p> <p>Netter, F. (2019). <i>Atlas de Anatomía Humana</i>. 7° Edición, Elsevier. ISBN: 9788491134688.</p> <p>Drake, R., Vogl, W., Mitchell, A. (2010). <i>Gray Anatomía para Estudiantes</i>, Elsevier. ISBN: 8481748323.</p>

		<p>Moore, K., Dalley, A. Agur, A. (2018). Anatomía con Orientación Clínica. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 9788417033637.</p> <p>Dauber, W. (2021). Feneis Nomenclatura anatómica ilustrada. (6ta ed.). Elsevier. ISBN: 9788491137887.</p>
Semana 3	<p>SUC 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistema Nervioso Autónomo: Actividad Simpática y Parasimpática.</li> <li>- Moduladores del balance y la homeostasis frente a situaciones de alta demanda.</li> </ul>	<p>Snell, R. (2003). Neuroanatomía Clínica. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 9500620499.</p> <p>Netter, F. (2019). Atlas de Anatomía Humana. 7° Edición, Elsevier. ISBN: 9788491134688.</p> <p>Drake, R., Vogl, W., Mitchell, A. (2010). Gray Anatomía para Estudiantes, Elsevier. ISBN: 8481748323.</p> <p>Moore, K., Dalley, A. Agur, A. (2018). Anatomía con Orientación Clínica. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 9788417033637.</p> <p>**Dauber, W. (2021). Feneis Nomenclatura anatómica ilustrada. (6ta ed.). Elsevier. ISBN: 9788491137887.</p>
Semana 4	<b>SUC 1 Evaluación SUC 1</b>	
Semana 5	<p>SUC 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Neuroplasticidad: Establecimiento de Neurona como unidad principal, y dinámicas sinápticas requeridas para procesos de adquisición o pérdida de habilidades.</li> </ul>	<p>Purves, D. (2008). <i>Neurociencia</i> (3rd ed.). Ed. Médica Panamericana. ISBN: 9788479039899.</p> <p>Kandel, E. (1991). <i>Principles of neural science</i> (3rd ed.). McGraw Hill Professional. ISBN: 0838580688.</p> <p>Snell, R. (2010). <i>Neuroanatomía clínica</i> (7th ed.). Wolters Kluwer. ISBN: 9788496921511.</p> <p>**Shumway-Cook, A. (2016). <i>Motor control</i> (5th ed.). Wolters Kluwer Law &amp; Business. ISBN-10: 149630263X.</p>

Semana 6	<p>SUC 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vínculo de la Neurociencia en las prácticas, contemplativas.</li> </ul>	<p>Purves, D. (2008). <i>Neurociencia</i> (3rd ed.). Ed. Médica Panamericana. ISBN: 9788479039899.</p> <p>Kandel, E. (1991). <i>Principles of neural science</i> (3rd ed.). McGraw Hill Professional. ISBN: 0838580688.</p> <p>Snell, R. (2010). <i>Neuroanatomía clínica</i> (7th ed.). Wolters Kluwer. ISBN: 9788496921511.</p> <p>**Shumway-Cook, A. (2016). <i>Motor control</i> (5th ed.). Wolters Kluwer Law &amp; Business. ISBN-10: 149630263X.</p>
Semana 7	<p>SUC 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vínculo de la Neurociencia en las prácticas, contemplativas.</li> <li>- Relación entre el medio Oriente y Occidente para el estudio de la espiritualidad del ser.</li> </ul>	<p>Purves, D. (2008). <i>Neurociencia</i> (3rd ed.). Ed. Médica Panamericana. ISBN: 9788479039899.</p> <p>Kandel, E. (1991). <i>Principles of neural science</i> (3rd ed.). McGraw Hill Professional. ISBN: 0838580688.</p> <p>Aucouturier, B., &amp; Mendel, G. (2004). <i>¿Por qué los niños y las niñas se mueven tanto?: Lugar de acción en el desarrollo psicomotor y la maduración psicológica de la infancia.</i> (Vol. 1). Graó. ISBN: 9788478273188.</p>
Semana 8	<p>SUC 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relación entre el Medio Oriente y Occidente para el estudio de la espiritualidad del ser.</li> </ul>	<p>McGinnis, P.M. (2013). <i>Biomechanics of sport and exercise.</i> (3ra ed.). Human Kinetics. ISBN: 073607966.</p>
Semana 9	<b>Evaluación SUC 2:</b>	
Semana 10	<p>SUC 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación de la disciplina del Yoga.</li> </ul>	<p>Patanjali (2018): <i>Yoga Sutra de Patanjali</i>, Editorial Edaf</p> <p>ISBN13: 9788441438293</p> <p>Yoga corporal  <a href="https://uttamayoga.com/yoga-">https://uttamayoga.com/yoga-</a></p>



		corporal.html Recuperado el 03 de junio 2022
Semana 11	<p>SUC 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación de la disciplina del Yoga.</li> </ul>	<p><u>Patanjali</u> (2018): <i>Yoga Sutra de Patanjali</i>, Editorial <u>Edaf</u></p> <p>ISBN13: 9788441438293</p> <p>Yoga corporal</p> <p><a href="https://uttamayoga.com/yoga-corporal.html">https://uttamayoga.com/yoga-corporal.html</a> Recuperado el 03 de junio 2022</p>
Semana 12	<p>SUC 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación de la disciplina del Yoga.</li> <li>- Neurociencia aplicada al Yoga acorde a ramas de Yoga Sutras de Patanjali.</li> </ul>	<p>Yassine Bendriss (2019) Los Yoga Sutras de Patanjali (Versión en Sánscrito), Editorial Dilema</p> <p>ISBN: 9788498274653</p> <p>Cerebro y Meditacion. Dialogo Entre el Budismo y las Neurociencias, Editorial Kairos</p> <p>ISBN13: 9788499886183</p>
Semana 13	<p>SUC 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Neurociencia aplicada al Yoga acorde a ramas de Yoga Sutras de Patanjali.</li> <li>- Lineamientos neurocientíficos e Impacto en práctica de Asanas Corporalidad.</li> </ul>	<p>Cerebro y Meditacion. Dialogo Entre el Budismo y las Neurociencias, Editorial Kairos</p> <p>ISBN13: 9788499886183</p> <p>Yassine Bendriss (2019) Los Yoga Sutras de Patanjali (Versión en Sánscrito), Editorial Dilema</p> <p>ISBN: 9788498274653</p>
Semana 14	<p>SUC 3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Neurociencia aplicada al Yoga acorde a ramas de Yoga Sutras de Patanjali.</li> <li>- Lineamientos neurocientíficos e Impacto en práctica de Asanas Corporalidad.</li> </ul>	<p>Matthieu Ricard; Wolf Singer (2018) Cerebro y Meditacion. Dialogo Entre el Budismo y las Neurociencias, Editorial Kairos</p> <p>ISBN13: 9788499886183</p> <p>Yassine Bendriss (2019) Los Yoga Sutras de Patanjali (Versión en Sánscrito), Editorial Dilema</p> <p>ISBN: 9788498274653</p>

Semana 15	Evaluación SUC 3  - Evaluación Recuperativa SUC 1, SUC 2 y SUC 3	
Semana 16	- Evaluación Sumativa SUC 1, SUC 2 y SUC 3	

**\*\*Bibliografía Complementaria**

**PERFIL DOCENTE**

Profesional con experiencia en el área de la neurociencia y terapias contemplativas del Yoga. Deseable con experiencia en docencia en educación superior.

SCT-CHILE: N°2 CRÉDITOS			
SUB-UNIDAD DE COMPETENCIA	HORAS PRESENCIALES	HORAS PLATAFORMA	HORAS DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ESTUDIANTE
SUC 1	6	6	0
SUC 2	7	7	3
SUC 3	18	4	3
	<b>SUBTOTAL 31</b>	<b>SUBTOTAL 17</b>	<b>SUBTOTAL 6</b>
	<b>TOTAL 54</b>		