

**REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA  
UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL  
POLITÉCNICA DE LA FUERZA ARMADA BOLIVARIANA  
VICERRECTORADO DE ASUNTOS SOCIALES  
DIRECCIÓN DE EXTENSIÓN  
DIVISIÓN ACADÉMICA**



**PROGRAMA**

**CURSO: DESARROLLO INTEGRAL HUMANO**

**CARACAS, 2009**



**REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL**  
**POLITÉCNICA DE LA FUERZA ARMADA BOLIVARIANA**  
**VICERRECTORADO DE ASUNTOS SOCIALES**  
**DIRECCIÓN DE EXTENSIÓN**  
**DIVISIÓN ACADÉMICA**

<b>CURSO</b>	TERMINO
<b>DESARROLLO INTEGRAL HUMANO</b>	

ÁREAS TEMÁTICAS	CÓDIGO
<b>EL DESARROLLO FÍSICO. DESARROLLO COGNITIVO. DESARROLLO EMOCIONAL. DESARROLLO DEL ENTORNO NATURAL. DESARROLLO SOCIAL Y DESARROLLO ESPIRITUAL.</b>	06.1

HORAS POR SEMANA				HORAS / CURSO	PRELACIÓN
TEORÍA	PRÁCTICA	OTRAS ACTIVIDADES	HORAS/ SEMANA		
2	2		4	60	<b><u>Ninguna</u></b>

<b>1.- OBJETIVO GENERAL</b>
<p>Impulsar y facilitar el desarrollo integral del ser humano, a través de la vivencia cotidiana y consciente de valores universales como la voluntad, templanza, amor, tolerancia, fortaleza y libertad interior a fin de contribuir con la solidaridad, la unidad y la paz de la sociedad desde la comunidad.</p>

## 2.- SINÓPSIS DE CONTENIDO

- 1.- **Área Física:** La yoga como elemento de superación. Posturas fundamentales (Asanas). Gimnasia Psicofísica. Técnicas de respiración.
- 2.- **Área Cognitiva:** El eje de vida. Actitud Mental Constructiva. Técnicas de Atención Mental.
- 3.- **Área Emocional:** Relajación. Emoción y sentimiento. El autodomínio emocional. Auto imagen y autoestima.
- 4.- **Área Espiritual o de la Conciencia:** El desarrollo espiritual y los Valores y virtudes.
- 5.- **Área de Entorno Natural:** Nuestro Universo y nuestra tierra. Niveles de integración en la evolución del planeta.
6. **Área de Entorno Social:** El hombre y su trayectoria en el tiempo. La comunicación humana y sus obstáculos.

## 3.- ESTRATEGIA METODOLÓGICA

Se trata de una experiencia fundamentada en la participación, de atención personalizada, donde se privilegia la atención constante del participante y y la construcción en conjunto de un ambiente propicio para el aprendizaje.

## 4.- BIBLIOGRAFÍA