

**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

CURSO	TERMINO
DESARROLLO INTEGRAL HUMANO	

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

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

1.- OBJETIVO GENERAL
<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