

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: Responsable: Natanael Cervantes Hernández Briseidy Ortiz Rodríguez	DES:	Salud
	Programa académico	LMH
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	LMH303
	Semestre:	Tercero
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	6
	<i>Teoría: Presencial o Virtual</i>	4
	<i>Laboratorio o Taller:</i>	1
	<i>Prácticas:</i>	1
	<i>Trabajo extra-clase:</i>	0
	Créditos Totales:	6
	Total de horas semestre (x sem):	96
	Fecha de actualización:	07/08/2024
	<i>Prerrequisito (s):</i>	Ninguno
DESCRIPCIÓN: Dado que todos somos diferentes y que la manera en la que cursan ciertas enfermedades, también es necesario una evaluación individual para conocer la forma física que permita establecer una adecuada prescripción del ejercicio físico adaptado a sus condiciones motrices y a las características personales y sociales con la finalidad de establecer objetivos a corto plazo en función de su nivel y de su forma actual; así como valorar el progreso de los individuos que ayuden al cumplimiento de objetivos a largo plazo de un programa de ejercicio físico. Los objetos de aprendizaje se desarrollarán a través de participación activa con presentación de trabajos y actividades de investigación.		
COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR: B1. Excelencia y Desarrollo Humano La excelencia educativa promueve el desarrollo humano integral con resultados tangibles obtenidos en la formación de profesionales con conciencia ética y solidaria, pensamiento crítico y creativo, así como una capacidad innovadora, productiva y emprendedora. Se puntualiza en los aprendizajes, como referente para construir nuevas propuestas y soluciones en el marco de la innovación y pertinencia social, con matices éticos y de valores, que desde su particularidad cultural le permitan respetar la diversidad, promover la inclusión, valorar la interculturalidad. P6. Atención integral a la salud con sentido humano Construye una cultura de atención integral a la salud con sentido humano desde la prevención de la enfermedad y la promoción de estilos de vida saludable, mediante el análisis de problemas y su prevalencia, a través de la colaboración inter y transprofesional para establecer programas de salud con calidad y equidad, que impacten en la calidad de vida desde el enfoque del desarrollo sostenible.		

P9. Prestación de Servicios de Salud

Participa en la prestación de servicios de salud integral accesibles, asequibles y de calidad a la sociedad mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas orientadas a la operatividad de modelos de atención en todas las comunidades, interactuando de forma ética con grupos inter y transprofesionales.

E1. Actividad Física para la Salud

En coordinación con otros profesionales del área de la salud, mantiene o mejora la calidad de vida de grupos en riesgo, al diseñar, adecuar y/o implementar los programas de actividad física, para ellos; con sentido ético y responsabilidad social.

E3. Enfoque Biomédico y BioSocial

Valora integralmente el proceso salud enfermedad como sustento en la práctica de la actividad física sostenible, con base en las características biopsicosociales para promover e implementar estrategias, que coadyuven al bienestar de grupos en riesgo.

DOMINIOS	OBJETOS DE ESTUDIO	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS
B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. P9.1. Elabora diagnósticos presuntivos, a partir de las necesidades específicas del individuo mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas de vanguardia en la atención de la salud. P9.3. Proporciona información objetiva y comprensible a las personas a través de una comunicación ética y efectiva, con respeto a la privacidad y confidencialidad. E1.1. Evalúa las capacidades motrices del individuo, antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física para grupos en riesgo; reconociendo y respetando las limitaciones dentro del proceso salud	Objeto de estudio 1 Composición corporal 1.1 Definición 1.2 Métodos para evaluar la composición corporal - Directos - Indirectos - Doblemente indirectos 1.3 Técnica de medición - Marcaje de puntos - Medidas básicas - Pliegues cutáneos - Circunferencias y diámetros 1.4 Índices utilizados para la interpretación de peso y talla - Índice de masa corporal - Índice de peso corporal/estatura - Índice de peso corporal/edad - Índice cintura/estatura 1.5 Indicadores antropométricos para la interpretación de circunferencias - Perímetro de brazo - Perímetro de brazo/edad - Circunferencia cintura - Circunferencia cadera - Perímetro cefálico /edad 1.6 Indicadores para la interpretación de pliegues cutáneos - Sumatoria de pliegues - Estimación de grasa por ecuaciones 1.7 Somatotipo	Muestra Reportes de evaluaciones antropométricas Manifiesta El manejo y uso de software para antropometría, hojas de cálculo, software estadístico, etc. Desarrolla El manejo de indicadores antropométricos y su interpretación	Práctica de laboratorio Manejo de Equipo	Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio De las mediciones de composición corporal Procedimiento De la medición antropométrica y el procesamiento de datos

enfermedad de la patología, la dis E3.1. Caracteriza a los grupos en riesgo de manera integral y su relación con la Actividad Física. E3.3. Valora a través de técnicas, instrumentos y herramientas, considerando parámetros bioquímicos, físicos y psicosociales para el diagnóstico de la capacidad funcional.				
B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. P9.1. Elabora diagnósticos presuntivos, a partir de las necesidades específicas del individuo mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas de vanguardia en la atención de la salud. P9.3. Proporciona información objetiva y comprensible a las personas a través de una comunicación ética y efectiva, con respeto a la privacidad y confidencialidad. E1.1. Evalúa las capacidades motrices del individuo, antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física para grupos en riesgo; reconociendo y respetando las limitaciones dentro del proceso salud enfermedad de la patología, la dis	Objeto estudio 2 2.1 Capacidad aerobia - Test de Course Navette. - Test de la milla. - Test de 1000 m - Test de Burpees. 2.2 Tablas de interpretación	Deduce Identifica La metodología de las pruebas las analiza y aplica cada una de ellas e interpreta resultados	Investigaciones Exposición por estudiante	Bitacora de Procedimiento Portafolio Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio

E3.3. Valora a través de técnicas, instrumentos y herramientas, considerando parámetros bioquímicos, físicos y psicosociales para el diagnóstico de la capacidad funcional.				
B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. P9.1. Elabora diagnósticos presuntivos, a partir de las necesidades específicas del individuo mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas de vanguardia en la atención de la salud. P9.3. Proporciona información objetiva y comprensible a las personas a través de una comunicación ética y efectiva, con respeto a la privacidad y confidencialidad. E1.1. Evalúa las capacidades motrices del individuo, antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física para grupos en riesgo; reconociendo y respetando las limitaciones dentro del proceso salud enfermedad de la patología, la dis E3.1. Caracteriza a los grupos en riesgo de manera integral y su relación con la Actividad Física. E3.3. Valora a través de técnicas, instrumentos y herramientas, considerando parámetros bioquímicos, físicos y psicosociales para el	Objeto estudio 3 3.1 Evaluación de la fuerza. - Test de repetición máxima (RM). - Test de push ups (1 min) - Test de abdominals (1min). 3.2. Tablas de interpretación 3.3. Potencia - Test de salto vertical. - Test de salto horizontal. 3.4. Tablas de interpretación	Identifica La metodología de las pruebas las analiza y aplica cada una de ellas e interpreta resultados	Investigaciones Proyectos Exposición por estudiante	Elija un elemento. Bitacora de Procedimiento Portafolio Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio

diagnóstico de la capacidad funcional.				
B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. P9.1. Elabora diagnósticos presuntivos, a partir de las necesidades específicas del individuo mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas de vanguardia en la atención de la salud. P9.3. Proporciona información objetiva y comprensible a las personas a través de una comunicación ética y efectiva, con respeto a la privacidad y confidencialidad. E1.1. Evalúa las capacidades motrices del individuo, antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física para grupos en riesgo; reconociendo y respetando las limitaciones dentro del proceso salud enfermedad de la patología, la dis E3.1. Caracteriza a los grupos en riesgo de manera integral y su relación con la Actividad Física. E3.3. Valora a través de técnicas, instrumentos y herramientas, considerando parámetros bioquímicos, físicos y psicosociales para el diagnóstico de la capacidad funcional.	Objeto estudio 4 4.1 Evaluación de la velocidad. - Test de 10 m - Test 50 m - Test de Matsudo. 4.2. Tablas de interpretación 4.3 Evaluación de la flexibilidad - Test sit and reach 4.4. Tablas de interpretación	Identifica La metodología de las pruebas las analiza y aplica cada una de ellas e interpreta resultados	Investigaciones Tareas individuales Exposición por estudiante	Elija un elemento. Bitacora de Procedimiento Portafolio Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Kinanthropometry. International standards for anthropometric assessment. Flores-Olivares, L.A.; De-León-Fierro, L.G.; Jiménez-Ponce, B.P.; Ortiz-Rodríguez, B. (2019). Circunferencia de cintura en cuatro sitios y su relación con indicadores de obesidad en escolares de 6 a 11 años. <i>CienciaUAT</i>, 13, 18–27. https://doi.org/10.29059/cienciauat.v13i2.1057 Gálvez-Cuenca, L. A., Ortiz-Rodríguez, B., Carrasco-Legleu, C. E., Candia-Luján R., De León, L. G. (2017). Anthropometric indicators that best estimate adiposity: A systematic review. <i>ECORFAN Journal-Bolivia</i>, 4-7: 34-41. https://www.ecorfan.org/bolivia/journal/vol4num7/ECORFAN_Journal-Bolivia_V4_N7.pdf Haag, H., Dassel. H. (1995) Test de condición física. Editorial Hispano Europea. Martínez, E. (2008). Pruebas de aptitud física. Editorial Paidotribo. Norton, K. & Olds, T. (eds.). (1996).Antropometrica. UNSW Press. Ortiz-Rodríguez, B., De León, F. L. G., & Carrasco-Legleu, C. E. (2015). Indicadores antropométricos y su relación con marcadores bioquímicos en mujeres. <i>Nutrición Hospitalaria</i>, 32(6), 2547-2550. Programa Institucional de Cultura Física y Deporte (2018). Manual de pruebas para evaluación de la forma física. Universidad Autónoma de Yucatán. Zúñiga Galaviz, U., & De León Fierro, L. G. (2007). Somatotipo en futbolistas semiprofesionales clasificados por su posición de juego. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte3(9).	Parcial 1 – 30% - Entrega de trabajos 50% - Examen escrito 40% - Participación en clase 10% Parcial 2 – 30% - Entrega de trabajos 20% - Entrega de reportes 60% - Participación en clase 20% Parcial 3 – 40% - Entrega de trabajos 20% - Entrega de reportes 60% - Participación en clase 20%

CRONOGRAMA

[illegible]