

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: Recreación Elaboró: Dra. Yunuen Socorro Rangel Ledezma Colaboró: Dra. Ma. De los Ángeles Bibiano Mejía M.C. Eric Salas González	DES:	Salud
	Programa académico	LMH
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	LMH504
	Semestre:	Quinto
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	5
	Teoría: Presencial o Virtual	3
	Laboratorio o Taller:	1
	Prácticas:	0
	Trabajo extra-clase:	1
	Créditos Totales:	5
	Total de horas semestre (x sem):	64
	Fecha de actualización:	03/12/2024
	Prerrequisito (s):	Ninguna
	DESCRIPCIÓN:	
	Se examinarán los fundamentos y estrategias metodológicas de la recreación, que permitan al estudiante integrar saberes y desarrollar habilidades para el diagnóstico, diseño y aplicación de programas recreativos como un medio para mejorar o preservar la calidad de vida de las personas. Lo anterior con actitud ética colaboradora e inclusiva. El acelerado y demandante ritmo de vida actual, ha aumentado el estrés y los estilos de vida sedentarios en detrimento de la salud. Equilibrar, orientar y gestionar el tiempo libre a través de la recreación, potencia el desarrollo integral del individuo para el bienestar de todos. Lo anterior, resulta ser una oportunidad para que los futuros profesionales en la actividad física y la recreación demuestren su capacidad para dinamizar el uso positivo del tiempo libre con la transformación de espacios, innovación, creatividad.	

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.

B3. Responsabilidad Social

Asume con responsabilidad y liderazgo social los problemas más sensibles de las comunidades cercanas ante su propio contexto, con el propósito de contribuir a la conformación de una sociedad más justa, libre, incluyente y pacífica, así como al desarrollo sostenible y al cuidado del medio ambiente, en el ámbito local, regional y nacional; y a la preservación, enriquecimiento y difusión de los bienes y valores de las diversas culturas y con la internacionalización solidaria.

E2. Recreación

Promueve la recreación, como un medio de salud, para la atención a individuos y grupos en riesgo a través del diagnóstico planeación, aplicación y evaluación de programas recreativos, con actitud ética colaboradora e inclusiva.

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
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B3.7. Fortalece el tejido social a través del desarrollo de principios de solidaridad, reciprocidad, lealtad y gratitud. E2.1. Fundamental y valora la importancia de la recreación: teorías, conceptos, clasificación y relevancia como	Objeto de estudio 1 Teorías del juego y la recreación. 1.1. Definiciones y características generales del juego. 1.2. Orígenes y valores del juego. 1.3. Fundamentos didácticos y pedagógicos de la recreación (estilos de mando).	Compara conceptos de juego y recreación. Participa con elementos básicos de conceptos. Discrimina secuencias y relaciones entre los orígenes y valores del juego y la recreación desde diferentes perspectivas. Implementa actividades recreativas donde se evidencien las orientaciones metodológicas de la recreación.	Preguntas generadoras y discusión dirigida. Revisión bibliográfica y síntesis. Estudio de caso. Trabajo colaborativo. Simulación pedagógica. ABP (aprendizaje basado en proyectos).	Cuadro comparativo Participación en foro. Presentación Modelación

critérios en el empleo sano del tiempo libre. E3.1. Caracteriza a los grupos en riesgo de manera integral y su relación con la Actividad Física. E3.2. Caracteriza varias patologías para la correcta prescripción de la Actividad Física.				
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B3.7. Fortalece el tejido social a través del desarrollo de principios de solidaridad, reciprocidad, lealtad y gratitud. E2.2. Diagnostica y caracteriza los motivos, necesidades y el empleo del tiempo libre en individuos y colectividades. E3.3. Valora a través de técnicas, instrumentos y herramientas, considerando parámetros bioquímicos, físicos y psicosociales para el diagnóstico de la capacidad funcional.	Objeto de estudio 2 Recreador como herramienta de construcción social 2.1. Competencias del recreador 2.2. La recreación como medio para la transformación social	Participa de forma activa en debate acerca del impacto del recreador y la recreación en la sociedad. Elabora conclusiones. Identifica cómo la recreación puede ser un medio para la transformación social. Describe competencias del recreador. Genera ficha de juego. Identificar fases	Debate grupal Trabajo colaborativo Simulación pedagógica Análisis de lecturas ABP (aprendizaje basado en proyectos)	Poster Ficha de juego Cuadro sinóptico
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de	Objeto de estudio 3 El programa recreativo	Identifica las fases de la programación recreativa.	Exposición docente Estudio de caso	Cuadro sinóptico Identificar fases

la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B3.7. Fortalece el tejido social a través del desarrollo de principios de solidaridad, reciprocidad, lealtad y gratitud. E2.2. Diagnostica y caracteriza los motivos, necesidades y el empleo del tiempo libre en individuos y colectividades. E3.3. Valora a través de técnicas, instrumentos y herramientas, considerando parámetros bioquímicos, físicos y psicosociales para el diagnóstico de la capacidad funcional.	3.1. Diagnóstico, objetivos y metas. 3.2. Diseño. 3.3. Implementación. 3.4. Evaluación.	Analiza alguna situación de las poblaciones que atiende para establecer un diagnóstico Diseña una sesión de actividad recreativa que implementará. Genera un informe de resultados y relato de experiencia.	Trabajo colaborativo Simulación pedagógica ABP (aprendizaje basado en proyectos)	Diagnóstico-sesión Implementación Informe de resultados y relato de experiencia
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B3.7. Fortalece el tejido social a través del desarrollo de principios de solidaridad, reciprocidad, lealtad y gratitud. E2.1. Fundamental y valora la importancia de la recreación: teorías, conceptos,	Objeto de estudio 4 Ámbitos de la recreación 4.1 Eco-recreación 4.2. Turismo recreativo 4.3. Actividad de aventura 4.4 Proyecto general	Presentar consulta y síntesis sobre eco-recreación, turismo recreativo y actividades de aventura. Argumentar sobre los temas, en relación con problemas, soluciones y cuidados que se deben tener al realizar las actividades. Modelar actividades en un ámbito específico.	Trabajo colaborativo Estudio de caso ABP (aprendizaje basado en proyectos) Método ABEP (aprendizaje basado en escenarios prácticos)	Presentación Consulta y síntesis Discusión Modelación de actividades Video

clasificación y relevancia como criterios en el empleo sano del tiempo libre.		Generar video donde se evidencie el diseño e implementación de actividades recreativas en los diferentes ámbitos y prácticas.		
E3.4. Desarrolla dinámicas grupales como medio de intervención biopsicosocial para la construcción de relaciones empáticas.				

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Castañer, M., y Camerino, O. (2013). <i>1001 Ejercicios y juegos de recreación</i>: Paidotribo. Cortés, M. C. (2016). El tiempo libre y el juego en la educación: Homo Sapiens Ediciones. Delgado, V. H., Pérez, L. J., Mera, D. G., Villafuerte, J., y Macias, R. L. (2019). <i>Juegos recreativos para la optimización del equilibrio motriz de niños</i>: Editorial Mar y Trinchera. González, R. A., Núñez, O., Salido, J. O., Santos, G., y Bibiano, M. d. I. A. (2022). EL Propuesta para realizar intervenciones recreativas. <i>Revista Mexicana de Ciencias de la Cultura Física</i>, 1(1), 9-9. González, R. A., y Zueck, M. d. C. (2020). Experiencia didáctica: “los piratas de barba negra”. <i>EmásF: revista digital de Educación Física</i>, 11(65), 111-125. Medina, R. T., Ramos, I. G., y Andrade, A. I. (2021). El tiempo libre y la recreación en la adolescencia durante el confinamiento por COVID-19 (Original). <i>Revista científica Olimpia</i>, 18(1), 279-293. https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2226. Ochoa, V., Aguilar, E., Paula, G., y Ortiz, J. (2022). <i>Técnicas y dinámicas recreativas para la comunidad: Una aproximación de lo informal a lo teórico</i>: Círculo Rojo. Organización Mundial de la Salud, (OMS, 2020). <i>Directrices de la OMS Sobre Actividad Física y Hábitos Sedentarios</i>. Peralta, M. A., Antiga, L., Peralta, C. L., Arriaga, C. E., Peralta, L., y Peralta, R. (2021). <i>Recreación Inclusiva: Un modelo de recreación para PcD basado en capacidades</i>: Editorial Casa de las Preguntas. Posso, R. J., Otáñez, N. R., Cóndor, J. D. R., Cóndor, M. G., y Lara, L. D. R. (2021). Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestésica durante la pandemia COVID-19. Podium. <i>Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física</i>, 16(2), 564-575.	Saber: Conceptual Demuestre capacidad de análisis de información para la concepción de un enfoque integral. Saber hacer: Procedimental Presentación de una actividad entre los mismos compañeros Saber ser y convivir: Actitudinal Modelación de actividades. Parcial 1 Cuadro comparativo 10% Participación en foro 10% Presentación 15% Modelación e implementación de Actividades recreativas 30% Participación en debate 15% Ensayo 20% Parcial 2 Poster 10% Ficha de juego 10% Cuadro sinóptico 10% Identificar fases 15% Diagnóstico-sesión 20% Implementación 20% Informe de resultados y relato de experiencia 15% Parcial 3

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200564 . Rodríguez, Á. F., Rodríguez, J. C., Guerrero, H. I., Arias, E. R., Paredes, A. E., y Chávez, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. <i>Revista Cubana de Medicina General Integral</i> , 36(2), 1-14. http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v36n2/1561-3038-mgi-36-02-e1535.pdf .	Presentación consulta y síntesis 20% Discusión 15% Modelación de actividades 20% Video 35% Autoevaluación 10%
---	---

CRONOGRAMA

Objetos de estudio	Semanas															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.- Teorías del juego y la recreación	x	x	x													
2. Recreador como herramienta de construcción social				x	x	x	x									
3.- El programa recreativo								x	x	x	x	x	x			
4.- Ámbitos de la recreación													x	x	x	x