

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                         |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------|
| <p>UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA</p>  <p>UNIDAD ACADÉMICA:<br/>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA</p>  <p>PROGRAMA ANALÍTICO DE LA<br/>UNIDAD DE APRENDIZAJE:</p> <p>Actividad Física en el Medio Natural</p> | DES:                                    | Salud      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Programa académico                      | LMH        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Tipo de materia (Obli/Opta):            | Optativa   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Clave de la materia:                    | LMHA104    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Semestre:                               | Séptimo    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Área en plan de estudios:               | Específica |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Total de horas por semana:              | 8          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Teoría: Presencial o Virtual            | 4          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Laboratorio o Taller:                   | 2          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Prácticas:                              | 2          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Trabajo extra-clase:                    | 0          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Créditos Totales:</b>                | 8          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Total de horas semestre (x sem):</b> | 128        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Fecha de actualización:                 | 15/11/2024 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Prerrequisito (s):                      |            |

#### DESCRIPCIÓN:

El estudiante desarrollará competencias que le permitan generar estrategias para el desarrollo de actividades eco-recreativas a través de distintos medios. Teniendo como principal elemento o herramienta pedagógica el uso del medio natural, promoviendo una cultura en favor de la recreación y del tiempo libre. Haciendo uso y conservación responsable del medio ambiente y actividades por medio de la recreación para el emprendedurismo. Fomentando el uso y cuidado del medio natural a través de la actividad física, el deporte y la recreación; para el desarrollo de planes y programas de estrategias a través del compromiso con la responsabilidad social, innovación e inclusión.

#### 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.

##### B5. Innovación y Emprendimiento Social

Construye de forma colaborativa con actores académicos y no académicos, proyectos innovadores de emprendimiento social considerando los avances científicos y tecnológicos para la transformación de la sociedad; mediante la habilitación de redes y comunidades de práctica que posibiliten el diálogo abierto, la pluralidad epistémica, la participación, la realimentación y, la construcción de conocimiento, con valores de solidaridad, justicia, equidad, sostenibilidad, interculturalidad, democracia y derechos humanos.

## **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.

### **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.

### **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.

| <b>DOMINIOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>OBJETOS DE ESTUDIO</b>                                                                                                                                                                                                                                    | <b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                 | <b>METODOLOGÍA</b>                                                                                                                                                                                                          | <b>EVIDENCIAS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación.</p> <p>B5.5. Participa en proyectos innovadores de protección al medio ambiente y al desarrollo sostenible.</p> <p>E1.3. Promueve estilos de vida saludable para grupos en riesgo planeando, dirigiendo y evaluando acciones de actividad física; en coordinación con otros profesionales; fomentando siempre una actitud humanitaria y positiva hacia estos grupos y sus familiares</p> | <p><b>Objeto de estudio 1</b></p> <p><b>1. Análisis de la realidad del medio natural.</b></p> <p>1.1 Conceptualización de las actividades en la naturaleza</p> <p>1.2 Actividad Física para el medio natural</p> <p>1.3 Función de los tipos de práctica</p> | <p>Comprende la conceptualización de las actividades en la naturaleza</p> <p>Analiza y aplica la actividad física para el medio natural y su función y los tipos de práctica</p> | <p>Consulta de textos escritos y en línea.</p> <p>Ejercicios de reflexión, así como paráfrasis de lo entendido.</p> <p>Aula invertida. Preguntas generadoras.</p> <p>Trabajo individual.</p> <p>Exposición del docente.</p> | <p>El alumno presenta una reflexión de la consulta de la investigación, un reporte de las conclusiones, para así realizar un debate grupal e identificar los puntos integrales de la planeación estratégica.</p> <p>Presentado por escrito los diferentes puntos de lo aprendido, reflexionando, así como las observaciones de sus prácticas, atendiendo fondo y forma.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica).</p> <p>E2.5. Demuestra habilidades prácticas en la aplicación de programas recreativos.</p>                                                                                     | <p><b>Objeto de estudio 2</b><br/> <b>2. Características de las actividades físicas en el medio natural, como practica educativa.</b></p> <p>2.1 Carácter lúdico<br/> 2.1 Carácter motivacional<br/> 2.3. Carácter de convivencia</p>                               | <p>Analiza las características de las actividades físicas en el medio natural de carácter lúdico, motivacional y de convivencia</p> | <p>Consulta de textos escritos y en línea.</p> <p>Ejercicios de reflexión, así como paráfrasis de lo entendido.</p> <p>Aula invertida.<br/> Preguntas generadoras.</p> <p>Trabajo individual.</p> <p>Exposición del docente.</p> | <p>El alumno presenta una reflexión de la consulta de la investigación, un reporte de las conclusiones, para así realizar un debate grupal e identificar los puntos integrales de la planeación estratégica.</p> <p>Presentado por escrito los diferentes puntos de lo aprendido, reflexionando, así como las observaciones de sus prácticas, atendiendo fondo y forma.</p> |
| <p>P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad.</p> <p>E2.4. Planea, aplica y evalúa programas recreativos individuales o colectivos.</p> <p>E2.5. Demuestra habilidades prácticas en la aplicación de programas recreativos.</p> | <p><b>Objeto de estudio 3</b><br/> <b>3. Actividades al aire libre</b></p> <p>3.1. Dinámica de las actividades al aire libre.<br/> 3.2. Actividades (recreativas, deportivas, educativas, convivencia, aventura)</p>                                                | <p>Conoce y aplica las actividades recreativas, deportivas, educativas, convivencia y aventura</p>                                  | <p>Consulta de textos escritos y en línea.</p> <p>Ejercicios de reflexión, así como paráfrasis de lo entendido.</p> <p>Aula invertida.<br/> Preguntas generadoras.</p> <p>Trabajo individual.</p> <p>Exposición del docente.</p> | <p>El alumno presenta una reflexión de la consulta de la investigación, un reporte de las conclusiones, para así realizar un debate grupal e identificar los puntos integrales de la planeación estratégica.</p> <p>Presentado por escrito los diferentes puntos de lo aprendido, reflexionando, así como las observaciones de sus prácticas, atendiendo fondo y forma.</p> |
| <p>E1.2. Diseña y adecúa, con responsabilidad ética y social, programas de actividad física, para la atención de grupos en riesgo (desde la infancia y hasta la tercera edad), con el fin de mejorar su estilo de vida.</p> <p>E1.2. Diseña y adecúa, con responsabilidad ética y social,</p>    | <p><b>Objeto de estudio 4</b><br/> <b>4. Proyecto de actividad física en el medio natural.</b></p> <p>+ Título de proyecto<br/> + Descripción del proyecto<br/> + Objetivo general<br/> + Lugar<br/> + Destinatarios<br/> + Tipo de actividades<br/> + Programa</p> | <p>Desarrolla y presenta un proyecto en actividad física en el medio natural</p>                                                    | <p>Consulta de textos escritos y en línea.</p> <p>Ejercicios de reflexión, así como paráfrasis de lo entendido.</p> <p>Aula invertida.<br/> Preguntas generadoras.</p> <p>Trabajo individual.</p> <p>Exposición del docente.</p> | <p>El alumno presenta una reflexión de la consulta de la investigación, un reporte de las conclusiones, para así realizar un debate grupal e identificar los puntos integrales de la planeación estratégica.</p> <p>Presentado por escrito los diferentes puntos de lo aprendido, reflexionando, así como las observaciones de sus prácticas,</p>                           |

|                                                                                                                                                           |  |  |  |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|---------------------------|
| programas de actividad física, para la atención de grupos en riesgo (desde la infancia y hasta la tercera edad), con el fin de mejorar su estilo de vida. |  |  |  | atendiendo fondo y forma. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|---------------------------|

| FUENTES DE INFORMACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Baena, A., &amp; Granero, A. (2009). Deportes de aventura indoor: Enseñanza de la Espeleología en los Institutos de Educación Secundaria. <i>Revista Tándem. Didáctica de la Educación Física</i>, 30, 47-60.</p> <p>Baena-Extremera, A., &amp; Granero-Gallegos, A. (2013). Efecto de un programa de Educación de Aventura en la orientación al aprendizaje, satisfacción y autoconcepto en secundaria. <i>Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica</i>, 2(36), 163-182.</p> <p>Baena-Extremera, A., Ruiz-Montero, P. J., &amp; Rodríguez, J. C. E. (2019). Evolución de la investigación de las actividades físicas en el medio natural en revistas españolas. <i>Revista Española de Educación Física y Deportes</i>, (424), 57-65.</p> <p>Gómez, V., Velasco, J., Mediavilla, L., &amp; Gómez, V. (2019). Las actividades físicas en el medio natural: un recurso educativo para el desarrollo de competencias transversales. <i>Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers</i>, (377), 23-29.</p> <p>González-Rivas, R. A., Nuñez Enriquez, O., Ramírez-García, A.A., &amp; Alaniz-Bernal, C.A. (2022). Inclusión del modelo emergente de Educación Aventura en la Educación Física en México. <i>Ciencias de la Actividad Física UCM</i>, 23(1), 1-13.</p> <p>González-Rivas, R., Zueck Enríquez, M., Baena-Extremera, A., Marín Uribe, R., Soto Valenzuela, M.C., &amp; Irigoyen Gutiérrez, H. (2021). Desarrollo de competencias en educadores físicos en formación a través de la inclusión de programas de educación aventura en México. <i>Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación</i>, 42, 126-135.</p> <p>Méndez-Giménez, A., &amp; Fernández-Rio, J. (2016). El aprendizaje cooperativo: Modelo pedagógico para Educación Física. <i>Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación</i>, (29), 201-206.</p> <p>Merino, R. G., &amp; Mora, J. L. (2022). La hibridación de los modelos pedagógicos de aprendizaje cooperativo y educación aventura como estrategia didáctica para la mejora de la convivencia y la gestión de conflictos en el aula: una experiencia práctica desde las clases de educación física y tu. <i>Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación</i>, (43), 1037-1048.</p> <p>Peñarrubia, C., Guillén, R. y Lapetra, S. (2016). Las actividades en el medio natural en educación física, ¿teoría o práctica?. <i>Cultura</i>, 11(12), 27-36.</p> <p>Peñarrubia-Lozano, C., Tabuenca-Castejón, A., &amp; Canales-Lacruz, M. I. (2021). Valoración de una propuesta didáctica de</p> | <p><b>Parcial 1</b> <b>30%</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Examen 40%</li> <li>● Tareas 40%</li> <li>● Portafolio 20%</li> <li>● Practica 100%</li> </ul> <p><b>Parcial 2</b> <b>30%</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Examen 40%</li> <li>● Exposición Teórica 20%</li> <li>● Exposición Practica 20%</li> <li>● Portafolio 10%</li> <li>● Practica 100%</li> </ul> <p><b>Final Ordinario</b> <b>40%</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Examen 35%</li> <li>● Exposición T y P 35%</li> <li>● Portafolio 30%</li> </ul> <p><b>Practica 100%</b></p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>actividades físicas en el medio natural fundamentada en el uso de la realidad aumentada (No. ART-2021-121468).</p> <p>Saldaña, L. M., Gómez, V., Talavera, L. M., &amp; Encinas, V. G. (2020). Las actividades en el medio natural y la metodología experiencial como herramientas para el desarrollo integral de los individuos. <i>Espiral. Cuadernos del profesorado</i>, 13(27), 134-143.</p> <p>Santos-Pastor, M., Muñoz, L.F.M., &amp; Martín, L.C. (2018). Actividades físicas en el medio natural, aprendizaje-servicio y discapacidad intelectual. <i>Espiral. Cuadernos del profesorado</i>, 11(22), 52-60.</p> <p>Vivar, L. I., Rodríguez, C. F. y Sánchez, D. J. (2013). Propuesta de actividades para vincular el medio ambiente a través de la cultura física y el deporte. <i>Efdeportes</i>, 17(176), 1-1.</p> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

Santos-Pastor, M., Muñoz, L.F.M., & Martín, L.C. (2018). Actividades físicas en el medio natural, aprendizaje-servicio y discapacidad intelectual. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 11(22), 52-60.

Vivar, L. I., Rodríguez, C. F. y Sánchez, D. J. (2013). Propuesta de actividades para vincular el medio ambiente a través de la cultura física y el deporte. *Efdeportes*, 17(176), 1-1.

## CRONOGRAMA

[illegible]