

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>Educación Física y Vida Saludable</u>	DES:	Salud
	Programa académico	LEF
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Optativa
	Clave de la materia:	DEF104
	Semestre:	Septimo
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	6
	Teoría: Presencial	1
	Laboratorio o Taller:	2
	Prácticas:	3
	Trabajo extra-clase:	2
	Créditos Totales:	8
	Total de horas semestre (x sem):	96
	Fecha de actualización:	11/11/2024
	Prerrequisito (s):	

DESCRIPCIÓN:
El estudiante desarrollará las competencias necesarias para aplicar intervenciones en educación física con equidad, inclusión y cuidando el medio ambiente, para que los escolares desarrollen un estilo de vida activo y saludable.

COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:
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.
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.
E11. Docencia en Educación Física, Deporte y Recreación
Comprende y actúa de manera adecuada en la promoción, enseñanza y práctica de la actividad física al diseñar, aplicar, trasponer y evaluar acciones educativas en apego a planes y programas de educación física vigentes,

deportivos y de recreación; considera el contexto y las características de los estudiantes para lograr aprendizajes sostenibles, integrales, inclusivos y para la vida promoviendo estilos de vida saludables para la calidad de vida.

DOMINIOS	OBJETOS DE ESTUDIO	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS
B3.2. Analiza la interacción entre la naturaleza y la sociedad, para garantizar la preservación del entorno natural y promover estilos de vida sostenible. P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible. E11.15. Diseña y aplica proyectos de actividad física y deporte con un enfoque emprendedor que impacten en la calidad de vida de la población destinataria	Objeto de estudio 1 Alfabetización física en escolares: 1.1 Alfabetización física 1.2 Desarrollo motor grueso y actividad física para la salud 1.3 Condición física relacionada con la salud	Discute el termino alfabetización física Asocia El desarrollo motor grueso y la condición física con la alfabetización física Establece la relación entre la alfabetización física y un estilo de vida activo y saludable	Búsqueda y análisis de información Discusión y debates	Exposición Ideas principales
B3.2. Analiza la interacción entre la naturaleza y la sociedad, para garantizar la preservación del entorno natural y promover estilos	Objeto de estudio 2 Instrumentos de evaluación en educación física:	Utiliza instrumentos para evaluar el desempeño motor grueso Aplica instrumentos para evaluar los niveles de actividad física	Aprendiaje orientado en proyectos Entrevistas	Protocolo Proyecto Portafolio

de vida sostenible. P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible. E11.15. Diseña y aplica proyectos de actividad física y deporte con un enfoque emprendedor que impacten en la calidad de vida de la población destinataria	2.1 Instrumentos para evaluar el desarrollo motor grueso 2.2 Instrumentos para evaluar niveles de actividad física 2.3 Pruebas para evaluar el desempeño de la condición física relacionada con la salud. 2.4 Instrumentos para evaluar los conocimientos relacionados con un estilo de vida activo y saludable.	Aplica baterías de pruebas físicas para determinar el nivel de desempeño físico Aplica instrumentos para evaluar conocimientos de actividad física para la salud	Aprendizaje basado en problemas Estudio de casos	
Elija un elemento. B3.2. Analiza la interacción entre la naturaleza y la sociedad, para garantizar la preservación del entorno natural y promover estilos de vida sostenible. P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible. E11.15. Diseña y aplica proyectos de actividad física y deporte con un enfoque emprendedor que impacten en la calidad de vida de la población destinataria	Objeto de estudio 3 Intervención en educación física para desarrollar estilos de vida activos y saludables: 3.1 Planea 12 sesiones con el objetivo de desarrollar estilos de vida activos y saludables. 3.2 Realizar un reporte semanal y mensual de las actividades realizadas en la intervención. 3.3 Presenta estrategias utilizadas en la intervención para desarrollar estilos de vida activos y saludables. 3.4 Presenta principales resultados de la intervención.	Agrupar por bloques los aprendizajes para planear las sesiones de educación física. Construye y demuestra informes sobre la intervención realizada con las sesiones. Interpreta los resultados y datos recabados para explicar y los efectos de la intervención	Aprendizaje orientado en proyectos Estudio de casos Diagnóstico	Protocolo Portafolio Realización de audios y videos

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Fane, J., Pill, S., & Rankin, J. (2019). How do pre-service physical education teachers understand health education and their role as health educators? <i>Health Education Journal</i>, 78(3), 288–300. https://doi.org/10.1177/0017896918800519 Fynmore, R. J., Moore, L. L., Lombardi, D. A., White, M. J., Campbell, J. L., Oliveria, S. A., ... Bolivariana, U. P. (2015). Supporting Public Health Priorities: Recommendations for Physical Education and Physical Activity Promotion in Schools. <i>Progress in Cardiovascular Diseases</i>, 57(3), 2020–2028. https://doi.org/10.1001/jama.2018.14854 García Perujo, M., & Carrillo López, P. J. (2020). Niveles de actividad física y calidad de la dieta en escolares de Educación Primaria. <i>Revista Iberoamericana de Ciencias de La Actividad Física y El Deporte</i>, 9(2), 16–31. https://doi.org/10.24310/riccafd.2020.v9i2.7155 Pradipta, A. A., Muhammad, F. H., Slamet, R., & Bramastia. (2024). Analysis of Physical Activity To Improve Students Basic Movement Skills Physical Literacy Based Primary School. <i>Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan</i>, 15(01), 10–23. https://doi.org/10.21009/gjik.151.02 Plowman, S.A. & Meredith, M.D. (Eds.). (2013). <i>Fitnessgram/Activitygram Reference Guide</i> (4th Edition). Dallas, TX: The Cooper Institute. Retrieved from: https://www.cooperinstitute.org/vault/2440/web/files/662.pdf Richards, K. A. R., Housner, L. D., & Templin, T. J. (2018). Addressing Physical Education Teacher Socialization Through Standards-based Reform of Physical Education Teacher Education. <i>Quest</i>, 70(3), 334–353. https://doi.org/10.1080/00336297.2017.1388262 SHAPE America. (2013). <i>Grade-Level Outcomes for K-12 Physical Education</i>. Reston, VA: Author, 1–45. Retrieved from https://www.shapeamerica.org/MemberPortal/standards/pe/default.aspx SHAPE America. (2024). <i>National Physical Education Standards Task Force</i>. Retrieved from: https://www.shapeamerica.org/standards/pe/NPES_Task_Force.aspx The cooper Institute (2023), <i>Measuring Fitness, FitnessGram Assessment</i>, disponible en: https://fitnessgram.net/assessment/ Tandon, P. S., Downing, K. L., Saelens, B. E., & Christakis, D. A. (2019). Two approaches to increase physical activity for preschool children in child care centers: A matched-pair cluster-	Parcial I 1. El estudiante reconoce a la educación física puede contribuir a la mejora de la salud de los escolares (Proyecto Fase I) (100% = 30%) Conocimientos 30% (Pruebas orales, informes escrito, argumentación y discusión) - Explica, argumenta y reporta la aplicación de instrumentos de evaluación para el desarrollo motor grueso - Mide, clasifica y reporta los niveles de actividad física y condición física de los escolares - Desarrolla un programa de intervención educativa para promover un estilo de vida saludable Habilidades y destrezas (60%) - Audios y videos de la intervención - Reportes e informes (análisis e interpretación de las evaluaciones) - Informes electrónicos y digitales (expedientes) - Creaciones (Bases de datos, formatos, poster, trípticos). Actitudes (10%) - Asistencia - Responsabilidad académica Parcial II El estudiante evalúa y los niveles de actividad física como pare de un estilo de vida saludable. (Proyecto Fase II) (100% = 30%) Conocimientos 30% (Pruebas orales, informes escrito, argumentación y discusión) - Explica, argumenta y reporta la aplicación de instrumentos de evaluación parara la condición física. Presenta informes mensuales Habilidades y destrezas (60%) - Audios y videos de la intervención - Reportes e informes (análisis e interpretación de las evaluaciones) - Informes electrónicos y digitales (expedientes) - Creaciones (Bases de datos, formatos, poster, trípticos). Actitudes (10%) - Asistencia - Responsabilidad académica Parcial III El estudiante realiza un seguimiento y evalúa una intervención en educación física para desarrollar estilos de vida saludables. (Proyecto Fase III) (100% = 40%) Conocimientos 30% (Pruebas orales, informes escrito, argumentación y discusión) - Explica, argumenta y reporta la aplicación de instrumentos de avaluación en la práctica docente. - Reporta resultados de la intervención Habilidades y destrezas (60%) - Audios y videos de la intervención - Reportes e informes (análisis e interpretación de las evaluaciones) - Informes electrónicos y digitales (expedientes) - Creaciones (Bases de datos, formatos, poster, trípticos). Actitudes (10%) Asistencia Responsabilidad académica

randomized trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 1–11.
<https://doi.org/10.3390/ijerph16204020>

Ulrich, D. A. (2019). The Test of Gross Motor Development. 3rd ed. Austin, TX: Pro-ed.
<https://www.kines.umich.edu/tgmd-3>

Wainwright, N., Goodway, J., John, A., Thomas, K., Piper, K., Williams, K., & Gardener, D. (2019). Developing children's motor skills in the Foundation Phase in Wales to support physical literacy. *Education 3-13*, 48(5), 565–579.
<https://doi.org/10.1080/03004279.2019.1633374>

CRONOGRAMA

Objetos de estudio	Semanas															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de estudio 1: El estudiante reconoce a la educación física puede contribuir a la mejora de la salud de los escolares	X	X	X	X	X											
Objeto de estudio 2: El estudiante evalúa y desarrolla una intervención en educación física para mejorar el estilo de vida de los escolares				X	X	X	X	X	X							
Objeto de estudio 3: El estudiante realiza un seguimiento y evalúa una intervención en educación física para desarrollar estilos de vida saludables									X	X	X	X	X	X	X	