

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>Evaluación Funcional de Actividad Física para la Salud</u>	DES:	Salud
	Programa académico	LEF
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	EFI302
	Semestre:	Tercero
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	4
	Teoría: Presencial o Virtual	3
	Laboratorio o Taller:	1
	Prácticas:	0
	Trabajo extra-clase:	2
	Créditos Totales:	6
	Total de horas semestre (x sem):	64
	Fecha de actualización:	05/12/2024
	Prerrequisito (s):	
DESCRIPCIÓN:		
Valorar e implementar recursos, metodologías y protocolos específicos para la evaluación funcional del individuo por medio de la educación física; aplicando y cuantificando el efecto de la actividad física por medio de la evaluación e incorporación de programas para su orientación con actitud profesional e implementación de las competencias formativas buscando impactar en la calidad de vida con una actitud socialmente responsable.		
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.		
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.

E12. Fundamentos Biológicos de la Educación Física, la Actividad Física, el Deporte y la Recreación

Competencia que permite al estudiante aplicar los fundamentos de la biología del ser humano con un enfoque integrador, acorde al contexto del comportamiento humano con orientación hacia los sectores sociales y económicos del país, para el fomento en educación para la salud y estilos de vida saludable.

DOMINIOS (Se toman de las competencias)	OBJETOS DE ESTUDIO (Contenidos necesarios para desarrollar cada uno de los dominios)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Se plantean de los dominios y contenidos)	METODOLOGÍA (Estrategias, secuencias, recursos didácticos)	EVIDENCIAS (Productos tangibles que permiten valorar los resultados de aprendizaje)
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. B3.4. Combate a la ignorancia, la pseudociencia y todos aquellos prejuicios que obstaculizan la transformación de la sociedad.	Objeto de estudio 1 ¿Cómo la salud es reflejo de calidad de vida en el escolar y como aprendizaje para la vida generadora de un estilo de vida saludable? <i>Evaluación Funcional en personas sanas.</i> 1. Descripción Fisiológica: aptitud física, actividad física, ejercicio, desempeño físico y deporte 2. Análisis de la relación entre Aptitud física y la salud 3. Evaluación: Prueba (test) y medición Evaluación Formativa y Sumativa Normas y criterios de referencia estandarizados Validez, confiabilidad, objetividad y valores normales 4. Valoración inicial del estado de salud por medio de cuestionarios PAR-	Desarrolla habilidades de Lectura e interpretación de textos. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónico que Apoyan a la comunicación y búsqueda de información (internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros. Adapta el conocimiento y habilidades al desarrollo de proyectos. Analiza la toma de decisiones con base en las	-Lluvia de ideas -Videos - Lecturas complementarias. - Proyecto formativo -Exposición en equipo -Mesa de discusión. -Circulo conversacional. --Exposición individual -Trabajo en pequeños grupos. -Taller de evaluación	Explica la influencia del micro y macro ambiente en el niño, joven y en la persona relacionada con la clase de educación física por medio de un ensayo con conclusión de 2 cuartillas. Evalúa y da seguimiento al desempeño físico funcional del individuo en el entorno escolar y de la actividad física por medio de la presentación de un reporte escrito. Entrega ensayo de 2 cuartillas de la consulta de artículos científicos relacionados con

P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. 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. E12.1. Analiza la relación del proceso de salud-enfermedad y la actividad física. E12.8. Interpreta la evaluación de las capacidades físicas tomando en cuenta los fundamentos biológicos del individuo antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física.	Q, IPAQ y otros cuestionarios. - Valoración médica previa a la participación en un programa de actividad física en personas sanas y en riesgo - Anamnesis - Batería de pruebas para evaluar a escolares y la salud. - Evaluación postural - Control de indicadores bioquímicos de riesgo - Procedimiento de toma de frecuencia cardiaca (FC), pulso, presión arterial (TA) - Cálculo de zona de actividad. - Aspecto legal	ventajas y desventajas de una situación en las decisiones tomadas. Trabaja cumpliendo las normas y leyes establecidas en el contexto. Impulsa el mejoramiento de la calidad de vida humana atendiendo a indicadores de bienestar establecidos. Identifica la influencia del micro y macro ambiente en la persona.	funcional.	la evaluación funcional consultando la Base de datos del SUBA. Elaboración de cuestionario del primer objeto de aprendizaje. Ensayo de videos revisados relación del rendimiento deportivo. https://www.youtube.Com/watch?v=VjkZt7pbkZ Ensayo de 2 cuartillas de conclusión del análisis de lectura de evaluación funcional en escolares basándose en artículo científico. Ensayo de cuartillas de conclusión de la revisión de la NOM 004-SSa3-2012. Elaboración de expediente escolar para la clase de educación física. Entrega resumen del resultado de la mesa de discusión. Elabora mapa conceptual de la evaluación funcional.
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el	Objeto de estudio 2 ¿El problema de la obesidad infantil y del	Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y	-Lecturas complementarias.	Ensayo de composición corporal basado

análisis, la reflexión y la argumentación. B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. B3.4. Combate a la ignorancia, la pseudociencia y todos aquellos prejuicios que obstaculizan la transformación de la sociedad. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. 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. E12.1. Analiza la relación del proceso de salud-enfermedad y la actividad física. E12.8. Interpreta la evaluación de las capacidades físicas tomando en cuenta los fundamentos	adulto impacta de manera negativa en la atención del sistema de salud? Debiendo el educador físico intervenir para generar un estilo de vida saludable por medio de la actividad física para disminuir este problema de salud. Evaluación de la Composición Corporal 2.1 Composición Corporal 2.2 Técnica antropometría ISAK (perfil restringido) 2.3 Somatotipo (Heath-Carter)	apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal. Determina, practica y promueve estilos de vida saludable. Propone acciones para realizar actividad física en distintos ámbitos de forma innovadora y creativa, de acuerdo con las necesidades actuales.	-Trabajo en pequeños grupos - Videos -Taller evaluativo de la técnica del ISAK (perfil restringido Nivel 1). -Exposición en equipo. -Exposición individual	en artículos científicos. Ensayo de 3 videos de composición corporal https://www.youtube.com/watch?v=1K4Qxmgc1k y dos adicionales. Entrega reporte de la evaluación de la composición corporal de los integrantes del equipo. Ensayo de Antropometría Ensayo de las escuelas somatológicas. Ensayo del efecto de la actividad física en la composición corporal de personas con ECDNT. Revisar 3 videos de medición antropométrica con su respectivo reporte. https://www.youtube.com/watch?v=YVAJn0kbbhU Ensayo de 3 videos de somatotipo https://www.youtube.com/watch?v=Hmif79776E4
--	---	---	---	---

biológicos del individuo antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física.				
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). B1.4. Ejerce su libertad con una conciencia ética y solidaria, enfocada a valores de honestidad, igualdad, solidaridad y responsabilidad social. B3.4. Combate a la ignorancia, la pseudociencia y todos aquellos prejuicios que obstaculizan la transformación de la sociedad. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad. 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.	Objeto de estudio 3 ¿El trabajo de resistencia cardiorrespiratoria es un factor que contribuye a mejorar el estado de salud? Y está identificado como una actividad física que mejora la salud que forma parte del trabajo del educador físico dentro la promoción de la salud. Evaluación Cardiopulmonar 3.1 Resistencia cardiorrespiratoria (RCR), función cardíaca y VO2 máx. 3.2 Factores básicos en la evaluación y monitoreo de la RCR 3.3 Uso de tecnología, pulsómetro. Oxímetro, 3.4 Baumanómetro, Termómetro. 3.5 3.6 Protocolos para la evaluación Cardiorespiratoria (Pruebas de campo y laboratorio) 3.7 Evaluación respiratoria pos- COVID-19	Adaptar el conocimiento y habilidades al desarrollo de proyectos. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal. Propone acciones para realizar actividad física en distintos ámbitos de forma innovadora y creativa, de acuerdo con las necesidades actuales.	-Trabajo en pequeños grupos -Lluvia de ideas - Mapa conceptual -Análisis de lectura -Exposición en equipo. -Exposición individual Taller de evaluación cardiovascular.	Elabora una base de datos y estructura del reporte de resultados. Analiza los diferentes componentes de un problema del fenómeno físico del movimiento y sus interrelaciones Evalúa parámetros biomecánicos funcionales en la capacidad cardiorrespiratoria. Transforma información por medio de un informe del desempeño físico en indicadores y criterios de valoración de la capacidad cardiovascular. Elabora mapa conceptual del objeto de estudio Ensayo de videos revisados respecto a la resistencia cardiorrespiratoria. Elaborar ensayo del entrenamiento cardiorrespiratorio después del

E12.1. Analiza la relación del proceso de salud-enfermedad y la actividad física. E12.8. Interpreta la evaluación de las capacidades físicas tomando en cuenta los fundamentos biológicos del individuo antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física.				COVID- 19
---	--	--	--	-----------

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
ACSM (2022). Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio. 4ª edición. Wolters Kluwer Diario Oficial de la Federación (2021). Programa Institucional 2021-2024 de la Comisión Nacional de la Cultura Física y Deporte. Disponible en https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5617903&fecha=10/05/2021 Exercise is Medicine (2021) A series on today's most common chronic conditions and their exercise prescriptions. American College of Sport Medicine. Disponible en https://www.exerciseismedicine.org/eim-in-action/health-care/resources/rx-for-health-series/ Centros para el control y la Prevención de enfermedades (2022) Los beneficios de la actividad física. Disponible en https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/spanish/los-beneficios-de-la-actividad-fisica.htm aquí en este también viene para diferentes grupos de edad y condición de salud Fukuda, D.H. (2020). <i>Libro</i> Evaluación de la aptitud física para el rendimiento deportivo. Editorial Tutor. Posso P., R. J., Otañez E., J. M., Paz V., S., Ortiz B., N. A., & Núñez S., L. F. X. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 15(3), 705-716. Disponible en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000300705 Exercise is Medicine (2021) A series on today's most common chronic conditions and their exercise prescriptions. American College of Sport Medicine. Disponible en https://www.exerciseismedicine.org/eim-in-action/health-care/resources/rx-for-health-series/ Rosselli C., P. (2018). La actividad física, el ejercicio y el deporte en niños y adolescentes. Editorial Médica Panamericana Ignaszewski, M., Lau, B., Wong, S., y Isserow, S. (2017). The science of exercise prescription: Martti Karvonen and his contributions. <i>British Columbia Medical Journal</i>, 59(1). Disponible en https://bcmj.org/articles/science-exercise-prescription-martti-karvonen-and-his-contributions	Evaluación de los Objetos de aprendizaje: Examen escrito 25% Reportes (de clase) y trabajos 30% Exposición en equipo 10%. Autoevaluación 5% Co-evaluación 5% del trabajo realizado en la exposición. Exposición individual 10% Participación en clase con calidad 10% Reporte diario 5% 1 Parcial 30% = 1er. Objeto de aprendizaje. 2 Parcial 30%= 2do. Objeto de aprendizaje. 3 Parcial 40%= 3er. Objeto de aprendizaje.

CRONOGRAMA

[illegible]