

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>Recreación En El Ámbito Laboral</u>	DES:	Salud
	Programa académico	LEF
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Optativa
	Clave de la materia:	RF106
	Semestre:	Octavo
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	6
	Teoría: Presencial o Virtual	Presencial
	Laboratorio o Taller:	0
	Prácticas:	3
	Trabajo extra-clase:	
	Créditos Totales:	8
	Total de horas semestre (x sem):	96
	Fecha de actualización:	13/11/2024
	Prerrequisito (s):	• Planeación de actividades recreativas. • Taller de diseño de juego. • Recreación en el medio acuático. • Investigación de tiempo libre y ocio
DESCRIPCIÓN: El estudiante adquirirá las competencias necesarias para el análisis, diseño, aplicación y evaluación de programas recreativos, enfocados a la solución de problemáticas en el ámbito laboral que apoyan al bienestar biopsicosocial de los trabajadores; contribuyendo, a la mejora de la calidad de vida y de los procesos laborales, creando una cultura de impulso del cambio, con una visión global en proyectos, que inspire y motive al desarrollo del espíritu emprendedor. desarrollo organizacional		
COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR: 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. E15. Recreación Física Competencia para desarrollar aprendizajes orientados al bienestar físico, mental y emocional del individuo y colectividades, a través de desarrollar actividades de intervención recreativa con un enfoque innovador para la enseñanza y práctica de la educación física, con la finalidad de promover estilos de vida saludables desde la perspectiva de la práctica de la actividad física en diversos contextos socioeconómicos, en ambientes complejos y de sustentabilidad y en colaboración con equipos multi y transdisciplinarios.		

Competencia para desarrollar aprendizajes orientados al bienestar físico, mental y emocional del individuo y colectividades, a través de desarrollar actividades de intervención recreativa con un enfoque innovador para la enseñanza y práctica de la educación física, con la finalidad de promover estilos de vida saludables desde la perspectiva de la práctica de la actividad física en diversos contextos socioeconómicos, en ambientes complejos y de sustentabilidad y en colaboración con equipos multi y transdisciplinarios. Competencia para desarrollar aprendizajes orientados al bienestar físico, mental y emocional del individuo y colectividades, a través de desarrollar actividades de intervención recreativa con un enfoque innovador para la enseñanza y práctica de la educación física, con la finalidad de promover estilos de vida saludables desde la perspectiva de la práctica de la actividad física en diversos contextos socioeconómicos, en ambientes complejos y de sustentabilidad y en colaboración con equipos multi y transdisciplinarios.

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)
B5.4. Promueve la participación de la comunidad en proyectos de emprendimiento y transformación comunitaria y social para propiciar los cambios sociales que se necesiten. E15.4. Diseña programas recreativos que incluyen actividades innovadoras, producto de su creatividad.	Objeto de estudio 1 1.- Fundamentos de recreación La recreación es fundamental... pero ¿realmente es pertinente en el sector laboral, por qué? 1.1. Epistemología de la recreación laboral (tiempo libre, ocio, deporte, actividad física, recreación física, manifestaciones, características, beneficios biológicos, diversión desarrollo integral) 1.2. Elementos básicos (salud, estrés, e estrés, distrés, estrés laboral, enfermedad, ansiedad). Síndrome de Burnout 1.2.2 Test de Maslach	1.- Recopila un Glosario con los términos en torno a la epistemología de la recreación, es válido colocar la definición de dos o más autores. 2.- valida un Video en el que el estudiante demuestre su dominio conceptual de la recreación, debe comparar conceptos, teorías, beneficios, manifestaciones etcétera. 3.- Presentar un documento con el análisis de los resultados de la aplicación del Test de Maslach a por lo menos 15 trabajadores.	Búsqueda y análisis de información	Portafolio Lista de cotejo
B5.4. Promueve la participación de la comunidad en proyectos de	Objeto de estudio 2 2. Recreación y Tiempo Libre en el	1.- Describe un Ensayo, el estudiante consulta	Proyectos Preguntas generadoras Investigación	Portafolio

emprendimiento y transformación comunitaria y social para propiciar los cambios sociales que se necesiten.	ámbito laboral La recreación es un aspecto poco conocido y tomado con seriedad en la sociedad en general. ¿Cómo justificar la intervención recreativa en las empresas? 2.1 El entorno sociocultural y empresarial. 2.2 El papel del educador Físico en el área laboral 2.3 Normativas y leyes Normativas internacionales sobre tiempo libre, ocio y recreación. 2.4 Leyes nacionales que fundamentan la recreación Norma Oficial Mexicana 035	en artículos científicos, bases de datos Nacionales INEGI.	documental y de campo Práctica de diversos y diferentes juegos enfocados a personas laboralmente activas Entrevistas	
B5.4. Promueve la participación de la comunidad en proyectos de emprendimiento y transformación comunitaria y social para propiciar los cambios sociales que se necesiten.	Objeto de estudio 3 Programa Recreativo en empresas. Ahora que conoces la fundamentación de la recreación como intervención ¿cómo diseñar un buen programa recreativo, que sea innovador y desarrolle habilidades laborales y personales? 3.1 Liderazgo, creatividad e Innovación en recreación. 3.2 El juego como recurso Fundamental en la recreación. Espacios para la recreación 3.4. Adaptación de materiales para la recreación. 3.5 Diseño de un programa	Revisar un Video en donde el estudiante expone 3 juegos modificando espacios y materiales, el juego debe ser creativo e inédito. Se sube a la plataforma de youtube, el video debe ser lo más creativo posible, excelente presentación y con una duración de entre 5 a 8 minutos. A la plataforma se subirá un Word con el enlace del video. 2.- Analizar diversas propuestas de programas recreativos identificando fortalezas y debilidades.	Exposición por estudiante	Portafolio

	recreacional para una empresa (The Challenge Course o Cursos de Desafío) 3.6 Estrategias y técnicas de conducción en la aplicación del programa recreativo			
B5.4. Promueve la participación de la comunidad en proyectos de emprendimiento y transformación comunitaria y social para propiciar los cambios sociales que se necesiten.	Objeto de estudio 4 Responsabilidad Social de las Organizaciones y Calidad de Vida Laboral 4.1 Cultura Organizacional Temas actuales en cultura organizacional 4.3 Recreación Organizacional, Calidad de Vida Laboral.	Elija un elemento. Desarrollar un proyecto de programa recreativo con aplicación pensando en una	Proyectos	Portafolio

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Abella, M. A., Fonseca, F. J., Piratova, D. A., & Ruiz, L. J. (2018). <i>Módulo de profundización en recreación y manejo de tiempo libre</i>. Universidad Santo Tomás Arcentales, C. J. P., & Mero, J. L. C. (2020). Influencia de los espacios recreativos en el desarrollo territorial. <i>Dominio de las Ciencias</i>, 6(2), 525-538. Cardozo, J. M. C., Velasco, A. D., Domínguez, S. L., & Reyes, J. A. M. (2019). ¿Qué se investiga en formación docente en educación física y en recreación? <i>Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación</i>, (36), 3-8. Colina, D. M. (2011). Recreación laboral: Su efecto motivacional en los trabajadores. <i>Observatorio laboral revista venezolana</i>, 4(8), 37-51. Cutrerá Juan C. (1993). <i>Técnicas de Recreación</i>. Buenos Aires. Estadium González, P. D. (2018). Derecho humano al tiempo libre y la recreación y su incidencia en la productividad de los trabajadores. <i>Ánfora</i>, 25(44), 69-90. Graglia, E. & Heinig, P. (s/f). La industria del tiempo libre. Recuperado el 20 de enero de 2022 de https://tiempolibreyocio.files.wordpress.com/2010/09/la-industria-del-tiempo-libre.pdf Jasso R. Jesús. (2008). <i>Tiempo Libre, Educación y Recreación una Propuesta Pedagógica</i>. México Mocha-Bonilla, J. A., Barquin, C., & Castro, W. (2018). Efectos de un programa de juegos recreativos en la definición de la lateralidad. <i>Revista ESPACIOS</i>, 39(23). Serna, F. V. (2020). Panorama de la Recreación y la Animación en el Uruguay: sus orígenes y su presente, incluyendo una perspectiva socioeducativa. <i>Animation, territoires et pratiques socioculturelles Revue ATPS</i>, (18), 49-62. Trilla, J. (1997). <i>Concepto, discurso y universo de la animación sociocultural en Animación sociocultural</i>. Barcelona: Ariel Vargas, P. C., & Castro, K. C. (2015). Recreación como estrategia para el afrontamiento del estrés en ambientes laborales. <i>EmásF: revista digital de educación física</i>, (36), 43- 55. Waichman. Pablo. (2000). <i>Tiempo Libre y Recreación. Un Desafío Pedagógico</i>. Waichman. Pablo. (2004). <i>Tiempo Libre y Recreación. Un Desafío Pedagógico</i>	PRIMER PARCIAL 30% Valores: Examen teórico 40% Tareas 30% Exposiciones 30% Total: 100% Avance portafolio derecho a examen. SEGUNDO PARCIAL 30% Valores: Examen teórico 40% Tareas 30% Exposiciones 30% Total: 100% Avance portafolio derecho a examen. TERCER PARCIAL 40% Valores: Tareas 40% Exposiciones 20% Portafolio Final 60%

CRONOGRAMA

[illegible]