

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL CUIDADO DE LA SALUD</u>	DES:	Salud
	Programa académico	LEF
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Optativa
	Clave de la materia:	SE104
	Semestre:	Septimo
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	8
	<i>Teoría: Presencial o Virtual</i>	3
	<i>Laboratorio o Taller:</i>	0
	<i>Prácticas:</i>	3
	<i>Trabajo extra-clase:</i>	2
	Créditos Totales:	8
	Total de horas semestre (x sem):	16
	Fecha de actualización:	07/08/2024
	<i>Prerrequisito (s):</i>	Ninguna
DESCRIPCIÓN: En el presente curso promueve la comunicación efectiva, la reflexión y la argumentación para comprender la importancia de la educación física como una herramienta clave en el cuidado de la salud mediante el desarrollo de habilidades que le permitan evaluar y diagnosticar el impacto de los factores psicosociales en el bienestar de los niños y jóvenes en el ámbito escolar. A través de diversos métodos de evaluación, los estudiantes aprenderán a medir y analizar el desempeño en educación física y los efectos que tiene la actividad física en la salud física, emocional y social de los estudiantes, promoviendo un enfoque integral en su desarrollo. En este proceso, los estudiantes serán capaces de desarrollar estrategias didácticas orientadas al cuidado de la salud, que se adapten a las características y necesidades específicas de las poblaciones con las que trabajen, considerando las particularidades del contexto social y cultural que las rodea. Esto les permitirá diseñar e implementar programas efectivos que fomenten el desarrollo humano y promuevan una cultura de salud integral y con una perspectiva ética, en consonancia con los principios de equidad, inclusión y accesibilidad. Los objetos de aprendizaje las desarrollará con participación activa, presentación de trabajos y actividades de investigación.		

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.

B4. Transformación Digital

Transforma la cultura digital en la sociedad, en las organizaciones e instituciones educativas para aprovechar al máximo el potencial de las tecnologías y herramientas digitales, con responsabilidad y ética solidaria; propicia su uso responsable y ético que estimule la creatividad, innovación, la comunicación efectiva y el trabajo colaborativo y transdisciplinar en la solución de problemas de la sociedad digital; promoviendo la privacidad y la seguridad, así como el respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual.

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.

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,	Objeto de estudio 1 Educación física en la salud. 1.1. Formas de conservar la salud. 1.2. Beneficios y ventajas de la educación física en la salud. 1.3. Importancia de la educación física,	Identifica Identifica las formas de conservar la salud. Identifica Identifica y conoce los beneficios y ventajas de la educación física en la salud. Establece	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información Análisis y discusión en grupos Exposición por estudiante Video: Charla: Beneficios de la actividad física en	Ensayo "Quien soy" 1T Ensayo De las formas de conservar la salud. 2T Infografía de los beneficios y ventajas de la educación física. 3T.

humanística y tecnológica). B4.9. Se mantiene actualizado en las tendencias y herramientas digitales. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad.	aspectos del entorno de la salud escolar.	Establece la importancia de la educación física y el aspecto del entorno de salud escolar.	la salud Clínica Alemana. https://youtu.be/3e1ThqeTKfM Video: Qué es la educación física y para qué sirve. https://youtu.be/ITbcpPKosHE	Exposición de la infografía a 5 grupos de compañeros de diferentes semestres. 1L. Video de la importancia de la educación física. 2L. Examen escrito
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).	Objeto de estudio 2 Impacto psicosocial en la educación física en el ámbito escolar 2.1. Importancia de la educación física para el desarrollo de la personalidad. 2.2. Autoimagen, autoconcepto, hábitos saludables. 2.3. Beneficios psicosociales de la educación física y el deporte. 2.4. Enfermedades como el sobrepeso, obesidad, diabetes, hipertensión relacionada con la educación física.	Identifica la importancia de la educación física para el desarrollo de la personalidad. Determina el impacto psicosocial en la educación física. Identifica las enfermedades no transmisibles y la relación con la educación física. Diseña juego interactivo de acuerdo al tema de exposición de cada equipo. Diseña y planea juegos recreativos	Exposición por estudiante Búsqueda y análisis de información Exposiciones del profesor APRENDIZAJE COLABORATIVO APRENDIZAJE INTERACTIVO Multimedia	Mapa Mental de la importancia de la educación física y la personalidad. 4T. Exposición de factores psicosociales y educación física. 5T. Y dramatización 3L. Diseño de juego interactivo de factores psicosociales y beneficios en actividad física y deporte. 6T. Material didáctico para el desarrollo de los hábitos saludables en niños y jóvenes. 7T. Reporte de 5 juegos para mejorar la autoimagen y autoconcepto. 4L.

B4.2. Utiliza de forma responsable las tecnologías de la información, comunicación, conocimiento y aprendizaje (TICCA), en el proceso de construcción de saberes y el desarrollo de proyectos sociales innovadores en el ámbito digital. P6.1. Atiende los problemas de salud actuales y futuros, a partir del diagnóstico de salud de la comunidad.		para mejorar la autoimagen, autoconcepto y material didáctico de hábitos saludables. Diseña Diseña y planea ejercicios para niños o jóvenes con sobrepeso, obesidad, hipertensión y diabetes.		Reporte de cuestionarios de autoimagen y autoconcepto. 5L. Reporte de 10 ejercicios con dibujos para niños o jóvenes con sobrepeso y obesidad. 6L. Reporte de 10 ejercicios con dibujo para niños o jóvenes con diabetes. 7L. Reporte de 10 ejercicios con dibujo para niños o jóvenes con HTA. 8L. Examen escrito
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. E12.8. Interpreta la evaluación de las capacidades físicas tomando en cuenta los fundamentos biológicos del individuo	Objeto de estudio 3 Elementos que ayudan la evaluación e interpretación en la educación física. 3.1. Evaluaciones antropométricas. 3.2. Cuestionarios para la valorar o realizar un diagnóstico en la educación física. 3.3. Importancia de la condición física funcional.	Identifica Identifica y aplica las mediciones antropométricas. Identifica Identifica y aplica cuestionarios para el diagnóstico en la educación física. Determina Determina la importancia de la condición física funcional.	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información Práctica de laboratorio APRENDIZAJE COLABORATIVO APRENDIZAJE INTERACTIVO	Reporte de 10 evaluaciones antropométricas básicas. 9L. Reporte de cuestionarios para valorar la educación física. 8T. Reporte de evaluación de la batería ALPHA FITNESS. 10L. Reporte de interpretación ALPHA FITNESS. 9T.

antes, durante y después del desarrollo de un programa de actividad física.				
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. E12.3. Propone alternativas de la promoción de la salud y prevención de enfermedades no transmisibles mediante la implementación de programas de actividad física.	Objeto de estudio 4 Programa de actividad física en la comunidad 4.1. Feria de la salud escolar	Organiza Organiza feria de la salud para escolares.	Búsqueda y análisis de información Exposición por estudiante Proyectos APRENDIZAJE INTERACTIVO APRENDIZAJE COLABORATIVO	Feria de la salud. 11L. Examen escrito

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Organización Panamericana de la Salud. (S.F.). ¡A moverse! Guía de actividad física. https://www.paho.org/uru/dmdocuments/WEB%20-%20Guia%20de%20actividad%20fisica2%20-%20MSP-compressed.pdf Tóala Pilay, M.A., García Martínez, A.J., Zambrano Cedeño, S.N., Escobar Lozano, D.M., y Delgado Moreira, J.A. (2019). Psicología de la educación física y el deporte escolar. 3 ciencias. Editorial área de innovación y desarrollo, S, L. Medicina y salud. http://dx.doi.org/10.17993/Med.2019.67 Centro para el desarrollo y la prevención de las enfermedades-CDC. (s.f). Los beneficios de la actividad física. https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/spanish/los-beneficios-de-la-actividad-fisica.htm Ventura, T. C., Laborda, J. L. A., y Álvarez, Á. L. (2018). La educación física y las relaciones sociales en educación primaria. <i>International Journal of Developmental and Educational Psychology</i>, 2(1), 269-282. https://www.redalyc.org/journal/3498/34985603029/349856003029.pdf Bushman, B, (2017). Bushman, B. (2017). Complete Guide to Fitness & Health. American College SportMedicine Second edition. Molina Puche, M., y García Sola, F. J. (2011). Tratamiento de la obesidad desde el área de educación física. <i>Efdeportes</i>, 16(156). https://efdeportes.com/efd156/la-obesidad-desde-educacion-fisica.htm Aguilar Cordero, M. J., Ortegón Piñero, A., Mur Villar, N., Sánchez García, J. C., García Verazaluce, J. J., García García, I., y Sánchez López, A. M. (2014). Programas de actividad física para reducir sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes: revisión sistemática. <i>Nutrición hospitalaria</i>, 30(4), 727-740. Meza, N. Y. C., Gascón, M. B., Armendariz-Anguiano, A. L., y Cruz, A. J. (2016). Validación del Cuestionario de Actividad Física del IPAQ en Adultos Mexicanos con Diabetes Tipo 2. <i>Journal of Negative and No Positive Results: JONNPR</i>, 1(3), 93-99.	Estrategias de evaluación: Listas de cotejo. Rubricas, autoevaluación y coevaluación. Parcial 1: Teoría...30% 40% Examen parcial 1 15% Ensayo. Quien soy 20% Ensayo de las formas de conservar la salud 25% Infografía beneficios y ventajas de la EF. Parcial 1: Laboratorio...30% 40% Exposición de la infografía a 5 grupos de diferentes semestres. 45% Video sobre la importancia de la EF. 15% Actitud, participación, puntualidad. Parcial 2: Teoría...30% 25% Examen parcial 2 10% Mapa mental. Importancia de la EF y la personalidad 20% Exposición factores psicosociales y EF 20% Diseño de juego interactivo de factores psicosociales y beneficios en AF y deporte 20% Material didáctico hábitos saludables 5% Actitud, participación, puntualidad. Parcial 2: Laboratorio...30% 15% Dramatización de factores psicosociales y EF 15% Reporte de 5 juegos de autoimagen y autoconcepto 10% Reporte de cuestionario de autoimagen y autoconcepto 20% Reporte de práctica de 10 ejercicios con sobrepeso y obesidad 20% Reporte de práctica de 10 ejercicios de diabetes 20% Reporte de práctica de 10 ejercicios de HTA Parcial 3: Teoría...40% 40% Examen parcial 3 25% Cuestionario para valorar la E.F. 25% Reporte de interpretación ALPHA FITNESS 10% Actitud, participación, puntualidad. Parcial 3: Laboratorio...40% 25% Evaluaciones antropométricas 30% Batería ALPHA FITNESS 35% Feria de la salud 10% Actitud, participación, puntualidad

CRONOGRAMA

[illegible]