

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA   UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>ACTIVIDAD FÍSICA Y NUTRICIÓN PARA LA SALUD</u> Dra. Zuliana Paola Benítez Hernández	DES:	Administración
	Programa académico	LAD
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	AD204
	Semestre:	Segundo
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	4
	Teoría: Presencial o Virtual	4
	Laboratorio o Taller:	0
	Prácticas:	0
	Trabajo extra-clase:	2
	Créditos Totales:	6
	Total de horas semestre (x sem):	64
	Fecha de actualización:	21/06/2024
	Prerrequisito (s):	Ninguna
DESCRIPCIÓN:		
Las personas necesitan conocer los principios básicos de la gestión administrativa que se requieren para aplicar los conocimientos, técnicas relacionadas con la actividad física y la nutrición para promover estilos de vida saludable. Así como utilizar y diferenciar los instrumentos, técnicas y organización de un evento. Al finalizar el curso, el estudiante deberá diseñar, organizar y gestionar actividades para el aprovechamiento del tiempo tanto laboral como libre con responsabilidad, ética, pensamiento crítico y creativo.		

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.

P9. Creatividad, Innovación y Gestión

Genera una cultura emprendedora y una visión integral sobre las capacidades y herramientas necesarias para la dirección y desarrollo de proyectos de negocios y creación de una empresa industrial, comercial o de servicios, en diferentes entornos económicos, políticos, sociales, culturales, en los ámbitos nacional y global.

Esta competencia promueve la capacidad de adaptación a entornos cambiantes, la búsqueda de oportunidades de mejora continua y el liderazgo en la implementación de proyectos innovadores.

E12. Administración del Deporte y Recreación

Aplica procesos administrativos en la práctica de proyectos innovadores en el deporte y recreación, con un enfoque biopsicosocial, favoreciendo la calidad de vida.

E13. Nuevas Tendencias y Mercadotecnia en el Deporte

Implementa los conocimientos de software, información y mercadotecnia; aplicados al desarrollo, logística e innovación de negocios deportivos y recreación.

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.	Objeto de estudio 1 Orientación a la actividad física 1.1. Introducción a la actividad física. 1.2. Gestión en la actividad física. 1.3. Planificación estratégica en las organizaciones de actividad física	Identifica Identifica la relación de los contenidos sobre la orientación a la actividad física Describe Describe y compara los diferentes modelos de gestión en la	Plataforma Moodle Búsqueda y análisis de información Elaboración de ensayos Multimedia APRENDIZAJE INTERACTIVO	Ensayo de ¿Quién soy? Infografía en el que se establezca la relación de los contenidos de actividad física. Ensayo comparativo de diferentes modelos
B4.9. Se mantiene actualizado en las tendencias				

y herramientas digitales. P9.3. Adquiere un profundo entendimiento para planificar, organizar, dirigir y controlar proyectos de innovación de manera eficiente y efectiva. E12.2. Diseña programas administrativos en favor de la promoción del deporte y recreación en diversos grupos de población (desde la infancia hasta la tercera edad).		actividad física Planifica Planifica estrategias para el desarrollo de un campamento de verano.	Aprendiaje orientado en proyectos AUTOAPRENDIZAJE	de gestión de la actividad física. Reporte de planeación de estrategia para un campamento de verano. Examen escrito
B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). B4.9. Se mantiene actualizado en las tendencias y herramientas digitales. P9.1. Desarrolla la capacidad para generar ideas nuevas y originales que aporten	Objeto de estudio 2 Función de los administradores en actividad física 2.1 Seis pasos para evaluar los programas de actividad física. 2.2 Cuestionarios de evaluación para la actividad física.	Identifica Identifica cada uno de los 6 pasos para la evaluación de la actividad física a través de las actividades. Explica Explica y expone los cuestionarios de evaluación para la actividad física.	Plataforma Moodle Búsqueda y análisis de información Exposición por estudiante AUTOAPRENDIZAJE Multimedia APRENDIZAJE INTERACTIVO	Actividades de cada uno de los 6 pasos para la evaluación de un programa de actividades físicas. De acuerdo a las especificaciones del docente. Video de exposición de cuestionarios de evaluación de la AF y su aplicación. De acuerdo a las especificaciones del docente. Examen escrito

valor a la organización en las diferentes áreas de desempeño. E12.2. Diseña programas administrativos en favor de la promoción del deporte y recreación en diversos grupos de población (desde la infancia hasta la tercera edad).				
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). B4.9. Se mantiene actualizado en las tendencias y herramientas digitales.	Objeto de estudio 3 Orientación a la nutrición para la salud 3.1. Características de la nutrición (leyes de la alimentación). 3.2. Macronutrientes y micronutrientes 3.3. Suplementos y Wada 3.4. Norma oficial mexicana NOM-051	Identifica Identifica las leyes de la alimentación y planifica el desarrollo de un menú. Identifica Identifica los macronutrientes y su contenido a través de un cuadro sinóptico. Describe Describe y compara los suplementos y Wada. Identifica Identifica y describe la norma oficial mexicana NOM-051.	Plataforma Moodle Búsqueda y análisis de información Multimedia APRENDIZAJE INTERACTIVO AUTOAPRENDIZAJE Tareas individuales	Planificación y desarrollo de un menú de acuerdo a las leyes de la alimentación. Cuadro sinóptico de los macros y micronutrientes. Ensayo comparativo de suplementos aprobados y prohibidos. Infografía de la NOM-051.
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la	Objeto de estudio 4 Planificación de programas de Orientación alimentaria 4.1. Análisis de programas de	Analiza Analiza y explica los programas de orientación alimentaria a nivel nacional e internacional.	Plataforma Moodle Búsqueda y análisis de información Exposición por estudiante	Video de exposición de programas de orientación alimentaria y actividad física.

argumentación.	orientación alimentaria nacional y estatal.	Diseña Diseña y explica su proyecto de promoción a la alimentación y la actividad física.	Multimedia	Video de exposición y diseño de un proyecto de orientación alimentaria y actividad física de acuerdo a la edad seleccionada. Examen escrito
P9.2. Desarrolla la habilidad para implementar soluciones novedosas que mejoren procesos, productos o servicios. E12.2. Diseña programas administrativos en favor de la promoción del deporte y recreación en diversos grupos de población (desde la infancia hasta la tercera edad).	4.2. Diseño de un proyecto de promoción de orientación alimentaria y actividad física.			

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Agencia Mundial Antidopaje. Juego Limpio. (2021). Código Mundial Antidopaje 2021. www.wada-ama.org Carranza Bautista, D. (2013). Modelo de Gestión de la Calidad para el Servicio en Actividad Física o Deportivas. Enfoque reflexivo sobre la calidad del servicio, Consejo Superior del Deporte. (2021). Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte. Plan A+D. Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes. Gobierno de España. Departamento de Salud y Asistencia Pública de los Estados Unidos. (2006). Manual de Evaluación de la Actividad Física. Atlanta, Georgia. Departamento de Salud y Asistencia Pública de los Estados Unidos, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Jáuregui Ulloa, E. (2006). Evaluación de Programas de Intervención. Fundamentos, diseño y evaluación de programas de intervención. Mestre Sancho, J. A., (2004) Planificación Deportiva, Teoría y Práctica: Bases Metodológicas para una Planificación de la	Parcial 1: 30% 30% Examen 1er parcial 10% ¿Quién soy? 15% Infografía en el que se establezca la relación de los contenidos. 20% Ensayo comparativo de diferentes modelos de gestión. 20% Reporte de planeación de estrategia para un campamento de verano. 5% Actitud, participación, puntualidad Parcial 2: 30% 20% Examen 2do parcial 10% Actividades de cada uno de los 6 pasos para la evaluación de un programa de actividades físicas. De acuerdo a las especificaciones del docente. 20% Video de cuestionarios de evaluación para la actividad física y su aplicación. De acuerdo a las especificaciones del docente.

Educación Física y el Deporte. España, Inde. París Roche, F. (2005) La Planificación Estratégica en las Organizaciones Deportivas. España, Editorial Paidotribo. Soucie, D. (2002). Administración, Organización y Gestión Deportiva. INDE Publicaciones.	Parcial 3: 40% 20% Planificación y desarrollo de un menú. 15% Cuadro sinóptico de los macros y micronutrientes en un cuadro sinóptico. 15% Actividades del SMAE 15% Ensayo comparativo de suplementos aprobados y prohibidos. 15% Infografía de la NOM-051. 20% Video de exposición y diseño de un proyecto de orientación alimentaria y actividad física de acuerdo a la edad seleccionada.
--	--

CRONOGRAMA

Objetos de estudio	Semanas															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. Orientación a la actividad física.	X	X	X	X												
2. Función de los administradores en actividad física.					X	X	X	X								
3. Función de los administradores en actividad física.									X	X	X	X				
4. Planificación de programas de Orientación alimentaria.													X	X	X	X