

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: Práctica Deportiva I Elabora: <u>M.C Pedro Quintana Arroyo</u>	DES:	Salud
	Programa académico	LED
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	ED505
	Semestre:	Quinto
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	6
	Teoría: Presencial o Virtual	2
	Laboratorio o Taller:	4
	Prácticas:	0
	Trabajo extra-clase:	0
	Créditos Totales:	6
	Total de horas semestre (x sem):	96
	Fecha de actualización:	06/08/2024
	Prerrequisito (s):	
DESCRIPCIÓN: Desarrollar y aplicar planes de entrenamiento dentro del ámbito deportivo, poniendo en práctica los conocimientos adquiridos en los programas de la licenciatura en Entrenamiento Deportivo, favoreciendo la adquisición de habilidades y actitudes que lo lleven a un óptimo desempeño profesional.		

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.

P9. Prestación de Servicios de Salud

Participa en la prestación de servicios de salud integral accesibles, asequibles y de calidad a la sociedad mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas orientadas a la operatividad de modelos de atención en todas las comunidades, interactuando de forma ética con grupos inter y transprofesionales.

E13. Ciencias aplicadas al Deporte

Integra conocimientos específicos desarrollados en las ciencias del deporte y su relación con diferentes criterios de investigación conforme a las tendencias de evaluación y enseñanza deportiva.

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)
B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinaria (científica, humanística y tecnológica). B1.8. Impulsa el desarrollo profesional	Objeto de estudio 1 1. Estrategias de aprendizajes para el desarrollo profesional de un Entrenador Deportivo	Evalúa A los clientes o deportistas, para adecuar los planes de o rutinas de entrenamiento según las necesidades específicas	Proyectos Elaboran un proyecto semestral de acuerdo con las necesidades de la institución, club o gimnasio donde van a practicar	Resumen de las exposiciones realizadas por el profesor durante la clase

continuo a lo largo de la vida, como un proceso flexible, adaptativo y estratégico B3.4. Combate a la ignorancia, la pseudociencia y todos aquellos prejuicios que obstaculizan la transformación de la sociedad. P6.5. Diseña programas de atención primaria a la salud de las enfermedades prevalentes y emergentes con base en la articulación de actividades de docencia, investigación y servicio, con herramientas tecnológicas disponibles.		Diseña planes de entrenamiento con forme a los conocimientos adquiridos en semestres anteriores	Exposiciones del profesor donde se atienden las dudas que surgen durante la práctica deportiva Discusión de artículos de los diferentes métodos de entrenamiento deportivo y el uso de nuevas tecnologías aplicadas el entrenamiento	Elaboración de ensayos Relacionados a los artículos de discusión durante la clase Entrega de practicas por semana de por lo menos 4 horas en las instituciones correspondiente s para ser evaluada la practica
P6.5. Diseña programas de atención primaria a la salud de las enfermedades prevalentes y emergentes con base en la articulación de actividades de docencia, investigación y servicio, con herramientas tecnológicas disponibles.	Objeto de estudio 2 2.Corrección y adecuación de programas personalizados de entrenamiento deportivo	Argumenta cada uno de sus planes de entrenamiento de acuerdo con estudios científicos actuales, de forma anatómica, fisiológica y biomecánica Diseña planes de entrenamiento con forme a los conocimientos adquiridos en	Debates durante la clase sobre temas de interés relacionados con la mejora de las prácticas deportivas Aprendizaje basado en problemas derivados de las prácticas deportivas, que	Elaboración de ensayos Relacionados a los artículos de discusión durante la clase Entrega de prácticas por semana de por lo menos 4 horas en las instituciones correspondiente s para ser evaluada la practica

P10.4. Aplica la normatividad correspondiente al proceso administrativo con responsabilidad ética y empatía al considerar la importancia de su rol como profesional de la salud. E13.2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte. E13.5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la integridad del deportista		semestres anteriores Valora las mejoras de los sujetos entrenados mediante test de capacidades físicas, analiza los resultados y da respuesta a circunstancias provenientes del entrenamiento con respecto a ganancias o pérdidas de las capacidades físicas	son compartidos en clase para la mejora de estas	
---	--	--	--	--

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2007). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. Paidotribo Bosco, C. (1987). Valoraciones funcionales de la fuerza dinámica, de la fuerza explosiva y de la potencia anaeróbica aláctica con los test de Bosco. <i>Apunts Medicina del" Esport (Castellano)</i>, 24(093), 151-156 Brown, L. E., & Weir, J. P. (2001). Recomendación de Procedimientos de la ASEP (Sociedad Americana de Fisiólogos del Ejercicio): Evaluación Exacta de	Dominio sobre: - Conocimiento previo - Conocimiento específico del área de interés - conocimiento sobre el área de preparación física 30% EXÁMENES PARCIALES Evidencia de desempeño Procedimental Dominio sobre:

la Fuerza y la Potencia Muscular-G-SE/Editorial Board/Dpto. Contenido. *PubliCE*

Coburn, J. W., & Malek, M. H. (2018). *Manual NSCA: Fundamentos del entrenamiento personal (Segunda edición.)*. Barcelona: Paidotribo

Gil, r. c. a., & secundaria, e. p. y. Educación física: la preparación física en edad escolar.

González, J. Y. D., & Vega, C. J. E. C. El control y la evaluación de la preparación física en el deporte contemporáneo.

Lopez, J. C., & Fernandez, A. V. (2006). *Fisiología del ejercicio/Physiology of Exercise*. Ed. Médica Panamericana.

Raposo, A. V. (2000). *Planificación y organización del entrenamiento deportivo* (Vol. 24). Editorial Paidotribo.

- Interpreta textos de los temas del curso.
- Trabajo en equipo.
- Identifica problemas en la evaluación de la tarea en el individuo.
- Análisis de casos.
- Analiza información de los temas tratados enfocados al deporte de elección.
- Obtención de información útil para su desempeño.

20 % Resumen de exposiciones

10% Exposición de temas (individual)

15% Ensayo de artículo científico del deporte de interés.

Evidencia de desempeño Actitudinal

Dominio sobre:

- Tolerancia a la diversidad de pensamiento.
- Respeto ante exposición de ideas.
- Actitud ética en su desempeño.
- Motivación por profundizar en el conocimiento.
- Interés de investigar.
- Puntualidad.

10% Participación en clase y en debates con aportaciones de calidad.

15% Ensayo individual por objeto de estudio.

Todo lo anterior es objeto de estudio.

Para considerar acreditado el curso deberá cumplir con los siguientes criterios

- Haber acreditado los exámenes parciales.
- Haber presentado el trabajo final por objeto de estudio cumpliendo los criterios de calidad requeridos.
- Haber asistido al 80% de las clases impartidas.
- Haber presentado los reportes semanales en tiempo y cumpliendo los criterios de calidad solicitados.
- Haber presentado tareas y trabajos

Portafolio final: Entrega por definir

Todos los trabajos se deben presentar en letra Arial 12, interlineado 1.5, márgenes 2.54 cm.

Deberán contar con:

- Portada
- Introducción
- Marco teórico
- Justificación
- Análisis de datos
- Discusión
- Conclusiones

