UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA **Clave: 08MSU0017H** **FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA** **SECRETARÍA ACADÉMICA** **PROGRAMA DEL SEMINARIO:** **Comportamiento Humano, Individual y Social** **Elaboró:** **M.T.B. Osiris Quiñones Domínguez** **Dr. Rigoberto Marín Uribe**	**DES:**	**SALUD**
	Programa Educativo:	**Licenciatura en Educación Física**
	Área de Formación:	**Profesional**
	Área Curricular	**Educación**
	Clave de la materia:	**DS106**
	Semestre:	**Primer Semestre**
	N° de Créditos:	**5**
	Total de horas por semana:	**3**
	Horas de teoría:	**3**
	Horas de taller:	**1**
	Horas de laboratorio:	**1**
	Horas de práctica:	**0**
	Prácticas complementarias (no aplica para el total de horas del semestre):	**0**
	Trabajo independiente (no aplica para el total de horas del semestre):	**2**
	Total de horas Semestre:	**48**
	Materia (s) prerrequisito (s):	**Ninguna**
	Fecha de actualización	**Enero 2023**

Descripción del curso

Desarrollar competencias que faciliten identificar características básicas del comportamiento humano y, a su vez, permitan definir estrategias útiles para su labor profesional; contando con un mejor entendimiento respecto de los cambios comportamentales en el individuo desde una perspectiva socio-educativa y de salud. Lo anterior para promover la adherencia a hábitos que fortalezcan la calidad de vida a través de la práctica en cultura física.

Problema del contexto:

Los conocimientos adquiridos en cuanto al comportamiento humano y las competencias que se desarrollan en este programa, proveen al estudiante de la Licenciatura en Educación Física herramientas efectivas de comunicación y motivación (por mencionar algunas), con la finalidad de atender a poblaciones interesadas en la educación física, implementando estrategias, para diseñar y aplicar principios, métodos y técnicas pedagógicas y didácticas de la educación física.

Competencia a desarrollar

Las competencias a desarrollar son tanto básicas como profesionales y específicas. Las competencias básicas que se abordan son: 1) Solución De Problemas al emplear diferentes formas de pensamiento (observación, análisis, reflexión, etc.) y aplicando un enfoque sistémico, 2) Comunicación, puesto que se utilizan diferentes lenguajes para lograr una mejor expresión y permitir que el proceso comunicativo se lleve a cabo de forma efectiva, 3) Trabajo en equipo y liderazgo, demostrando comportamientos efectivos en el trabajo en equipo y compartiendo conocimientos, experiencias y aprendizajes para la toma de decisiones y el enriquecimiento grupal.

La competencia profesional a desarrollar es la de Cultura en Salud, puesto que se propone desarrollarla adoptando un estilo de vida saludable, interpretando los componentes del sistema y de la situación de salud prevaleciente, coadyuvando en el mejoramiento de la calidad de vida humana.

También se implementará la competencia específica de Docencia en Educación Física, Deporte y Recreación, en la promoción, enseñanza y práctica de la actividad física al diseñar, aplicar y evaluar acciones educativas en apego a planes y programas de educación física vigentes.

OBJETOS DE ESTUDIO	COMPETENCIAS	DOMINIOS	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Objeto de estudio 1 Hoy día existen una serie de problemas de salud relacionados con la falta de actividad física, por lo que se requiere un mayor conocimiento por parte de los educadores físicos para poder comunicarse efectivamente con la gente y para ello es conveniente que se preparen en aspectos generales de la personalidad que les permitan conocer sobre las conductas y les facilite su labor. - Visión General de Teorías de la personalidad. - Personalidad y educación Física - Educación física en el desarrollo de la personalidad. - Qué son las conductas. Tipos de conductas: asertivas, adaptativas, voluntarias, observables, encubiertas, aprendidas; ocultas, manifiestas.	**Básicas:** 2- Solución de Problemas 3-Comunicación 5. Trabajo en equipo y liderazgo.	2.2. Analiza los diferentes tipos de componentes de un problema y sus interrelaciones. 2.3. Distingue los diferentes tipos de sistemas. 3.1 Desarrolla la capacidad de expresión forma efectiva. 3.2. Desarrolla la habilidad de lectura e interpretación de textos. 3.7. Desarrollar la capacidad de comunicación interpersonal. 5.7. Respeta tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos distingue los diferentes tipos de sistemas	Exposiciones por equipo. Foro Debate Cuadro comparativo de actitudes proactivas y reactivas. Mapa mental	Presentación con apoyo visual (ejemplo: power point, canva, prezi, genially). Cuadro comparativo Mapa mental	Lista de cotejo para la presentación. Rúbricas para cuadro comparativo y mapa mental.
Objeto de estudio 2 La adherencia a la actividad física mantiene una fuerte relación con las actitudes, por lo que se requiere que los estudiantes en educación física,	**Básicas:** 3.- Comunicación	3.3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (internet, correo	Proyecto formativo.	Fichas bibliográficas de los documentos investigados. Mapa conceptual de las actitudes de forma individual de los diferentes tipos de actitudes.	Lista de cotejo para evaluar las fichas bibliográficas. Rúbrica para evaluar el mapa conceptual

reconozcan los diferentes tipos de actitudes que puedan influir en la toma decisiones en su actuar profesional. Qué son las actitudes y cómo surgen. Componentes de la actitud. Tipos de actitudes: proactivas, reactivas, negativas, positivas, neutras. Actitudes que favorecen la clase de EF. -Prejuicio (funciones). -Congruencia Cognitiva y cambio de actitud -Actitudes y acciones -Persuasión -Influencia Social		electrónico, audio, conferencias de voz, entre otros). 3.5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes. 3.8 Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información.			
Objeto de estudio 3 La educación física tiene un fuerte impacto en la calidad de vida y en el desarrollo de estilos de vida saludable, por lo que el estudiante en el área debe reconocer su influencia en los mismos como futuro promotor de salud. - Importancia de la salud y la relación mente y cuerpo. - Ambiente, salud y educación. - Calidad de vida - Patógenos e inmunógenos conductuales. El educador físico como promotor de estilos de vida saludables.	**Básicas:** 3.-Comunicación **Profesionales:** 6. Cultura en salud **Específica:** 11. Docencia en Educación Física, Deporte y Recreación	3.3.- Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información. 6.2.-Describe necesidades, problemas, expectativas, creencias y valores de salud de la sociedad. 6.4.-Promueve el mejoramiento de la calidad de vida humana atendiendo a indicadores de bienestar establecidos. 11.3 Contribuye al desarrollo integral del Individuo,	Continuación de proyecto formativo: Implementar una encuesta sobre estilo de vida sobre una población determinada. Análisis de información bibliográfica. Análisis y evaluación de resultados obtenidos.	Gráfica que evidencie la información obtenida en las encuestas aplicadas y su análisis e interpretación	Evaluación escrita. Síntesis del análisis de la información

		planeando, trasponiendo y evaluando acciones educativas congruentes al enfoque de los planes y programas educativos vigentes y de actividad física.			
Objeto de estudio 4 El estrés es una enfermedad de la vida moderna, por lo que se requiere profesionistas que cuenten con herramientas para hacer frente a los diferentes efectos del estrés en la salud. - Fuentes de ansiedad y estrés. - Tipos de estrés. - Efectos del estrés en el cuerpo, en el comportamiento y el estado de ánimo. - Síntomas emocionales, físicos y conductuales. - Reacciones al estrés: psicológicas, comportamentales y físicas. - Estrategias psicológicas de afrontamiento ante situaciones de estrés.	**Básicas:** 2.- Solución de problemas componentes **Profesionales:** 6. Cultura en salud	2.2.- Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones 6.2.-Describe necesidades, problemas, expectativas, creencias y valores de salud de la sociedad. 6.3.-Determina, practica y promueve estilos de vida saludable.	Continuación de proyecto formativo: Identificar las manifestaciones fisiológicas, cognitivas y conductuales del estrés. Investigar estrategias de afrontamiento haciendo énfasis en la actividad física.	Presentar información investigada en documento de word. Presentar un video donde expliquen la estrategia de afrontamiento	Lista de cotejo para verificar la información obtenida. Rúbrica para calificar el video.
Objeto de estudio 5 Promover estilos de vida saludable	**Básicas:** 2.- Solución de problemas	2.7.- Demuestra comportamientos de búsqueda.	Conclusión de proyecto formativo:	Producto integrador	Entrega del proyecto formativo.

requiere adquirir herramientas para motivar a la sociedad a mejorar su salud. - Motivación para el cambio - Teorías de la motivación: - Teoría de la motivación de logro. Teoría de la atribución - Teoría del establecimiento de metas.	componentes 3.- Comunicación **Específicas:** 11. Docencia en Educación Física, Deporte y Recreación	3.2.- desarrolla habilidades de lectoescritura a través de textos. 11.3 Contribuye al desarrollo integral del Individuo, planeando, trasponiendo y evaluando acciones educativas congruentes al enfoque de los planes y programas educativos vigentes y de actividad física.	Análisis del video "Self motivation de Scott Geller" https://www.youtube.com/watch?v=7sxpKhIbr0E Análisis de las variables motivacionales que influyen en el cambio.	(proyecto formativo por ejemplo)	**P.I. 40%**

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	**EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES** (Criterios, ponderación e instrumentos)
Becoña, E., Oblitas, G. Y Becoña, E. (2013). Psicología de la Salud. Editorial Plaza y Valdes. ISBN 13 9789688568101 Carver, Ch. Y Sheier, M. (2014). Teorías de la Personalidad. Séptima Edición. Edit. Pearson Educación de México, S.A. de C.V. Díaz, P. (2018). Supera tu ansiedad. Editorial Oberon. Estrada, L. (2018). Motivación y emoción. Fundación Universitaria del Área Andina. Feist, G. , Roberts, TA. (2014). Teorías de la personalidad. Editorial McGraw Hill Reeve, J. (2010). Motivación y emoción. Edit. McGraw Hill. ISBN 9786071503008	**Primer Parcial 30 %** Exposición en equipo. 30% Tareas. 20% Participación 10% Evaluación escrita 40% **Segundo Parcial 30%** Tareas 20% Video de estrategia de Afrontamiento 50% Evaluación escrita 30% **Tercer Parcial 40%** Proyecto formativo. 60% Tareas 10% Autoevaluación. 10% Evaluación escrita 20%

"Educar para la vida, a través del movimiento"

CRONOGRAMA DEL AVANCE PROGRAMÁTICA

SEMANAS

Objetos de Estudios	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de estudio 1:	X	X	X													
Objeto de estudio 2:				X	X	X										
Objeto de estudio 3:							X	X	X	X						
Objeto de estudio 4:											X	X	X	X		
Objeto de estudio 5:	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

"Educar para la vida, a través del movimiento"