UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA	DES:	SALUD
	Programa Educativo:	**Licenciatura en Educación Física**
	Área de Formación:	**Optativa**
	Área Curricular	**Salud**
	Clave de la materia:	**S104**
	Semestre:	**Séptimo y Octavo**
	N° de Créditos:	**8**
	Total de horas por semana:	**6**
	Horas de teoría:	**4**
	Horas de taller:	**2**
	Horas de laboratorio:	**2**
	Horas de práctica:	**2**
Clave: 08MSU0017H	**Prácticas complementarias (no aplica para el total de horas del semestre):**	**2**
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA	**Trabajo independiente (no aplica para el total de horas del semestre):**	**5**
SECRETARÍA ACADÉMICA	**Total de horas Semestre:**	**118**
PROGRAMA DEL SEMINARIO:	**Materia (s) prerrequisito (s):**	**Ninguna**
Programas de Actividad Física para Grupos en Riesgo		
Elaboró:	**Fecha de actualización**	**Enero 2023**
M.C.D. Cinthia Verónica Villegas Balderrama		

Descripción del curso

El seminario abona en su quehacer profesional aportando una actitud ética, analítica, crítica y resolutiva dentro de cualquier problemática que se le presente, y ofrece un refuerzo importante en el área de la salud, referente a la programación, diseño y control de la actividad física, incluyendo personas con enfermedades crónicas, desde la infancia hasta el adulto mayor.
Así mismo, incluye el construir su propio material que apoye tanto a la colección de datos y posterior a ello su análisis.
Es por ello que el objetivo del curso es que el estudiante aplica satisfactoriamente los fundamentos, principios, lineamientos y recomendaciones para diseñar e implementar programas de actividad física para la salud, para poblaciones y grupos en riesgo o con enfermedades no transmisibles (ENT) y orientar la clase de educación física adecuada para poblaciones escolares en riesgo.

Problema del contexto

La sociedad se enfrenta a una problemática de salud importante; la obesidad, es una enfermedad que desarrolla problemas metabólicos que terminan en enfermedades crónicas en la edad adulta, por lo que el seminario aporta las bases para la prevención y control de la actividad física para la salud, así como inculcar una cultura físicamente activa desde la clase de educación física en edades tempranas, con la finalidad de aminorar la obesidad infantil.

Competencia a desarrollar

Básicas:

1.-Sociocultural*:*

Evidencia respeto hacia valores, costumbres, pensamientos y opiniones de los demás, apreciando y conservando el entorno.

2.- Solución de problemas:

Emplea las diferentes formas de pensamiento; observación, análisis, síntesis, reflexión, inducción, inferir la deducción, intuición e inteligencias múltiples, para la solución de problemas aplicando un enfoque sistémico.

3.- Comunicación:

Utiliza diversos lenguajes y fuentes de información para comunicarse efectivamente.

5.- Trabajo en equipo y liderazgo:

Demuestra comportamientos efectivos al interactuar en equipos, compartir conocimientos, experiencias y aprendizajes para la toma de decisiones y el desarrollo grupal.

Profesionales:

6.- Cultura en salud:

Desarrolla una cultura en salud adoptando estilos de vida saludable. Interpreta los componentes del sistema y de la situación de salud prevaleciente, coadyuvando en el mejoramiento de la calidad de vida humana.

7.- Elementos conceptuales básicos:

Introyecta la conceptualización de los elementos básicos del área de la salud e identifica su interacción para valorar y respetar en el trabajo interdisciplinario el papel de cada disciplina.

8.-Prestación de Servicios de Salud

Proporciona servicios de salud integral de calidad a la sociedad, e interactúa en grupos Inter, y multidisciplinarios, mediante la aplicación de métodos y técnicas orientadas a la operatividad de modelos y niveles de atención y prevención.

10.- Investigación en el área de la salud y educación:

Desarrolla y aplica la capacidad de investigación de fenómenos biológicos, psicológicos y sociales del individuo y la sociedad.

Específicas:

11.- Educación Física, deporte y recreación:

Promueve la enseñanza y práctica de la actividad física al diseñar y aplicar de una forma sistemática y metodológica, acciones que corresponden a programas de educación física deporte y recreación; desarrollando actitudes de respeto y participativas, interactuando con varios grupos, promoviendo su calidad de vida y generando cultura física.

12. Enfoque psicopedagógico de la educación física, deporte y recreación:

Proporciona servicios de salud integral de calidad a la sociedad, e interactúa en grupos Inter, y multidisciplinarios, mediante la aplicación de métodos y técnicas orientadas a la operatividad de modelos y niveles de atención y prevención.

13.- Fundamentos bilógicos de la educación física, deporte y la recreación:

Integra los conocimientos biológicos y su relación con la enseñanza y práctica de la actividad. Analiza, reflexiona e interpreta la relación entre la salud, la enfermedad y la enseñanza y práctica de la actividad física.

OBJETOS DE ESTUDIO	COMPETENCIAS	DOMINIOS	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Objeto de estudio 1 1. El estado de salud actual y el impacto de las enfermedades no transmisibles (ENT) en el contexto nacional y mundial. 1.1 Enfoques actuales de la Salud. 1.1.1 Visión médica. 1.1.2 Visión educativa-preventiva. 1.2 Etiología y principales manifestaciones de las enfermedades no transmisibles (ENT) relacionadas al sedentarismo: T1.2.1 Obesidad. T1.2.2 Dislipidemia. T1.2.3 Hipertensión arterial. T1.2.4 Diabetes Mellitus T2. T1.2.5 Síndrome metabólico T1.2.6 Osteoporosis. T1.2.7 Entrevista al usuario / paciente.	**Básicas:** 1.-Sociocultural 2.- Solución de problemas 3.- Comunicación 5.- Trabajo en equipo y liderazgo **Profesionales:** 6.- Cultura en salud 7.- Elementos conceptuales básicos **Específicas:** 10.- Investigación en el área de la salud y educación:	1.3 Demuestra interés por diferentes fenómenos sociales y culturales. 2.8 Desarrolla interés y espíritu científico. 3.2 Desarrolla su habilidad de lectura e interpretación de textos. 3.3 Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información. 1.7 Participa en propuestas que contribuyan al mejoramiento social y cultural. 3.1 Desarrolla su capacidad de comunicación verbal de forma efectiva. 3.8 Maneja y aplica paquetes computacionales para realizar documentos, presentaciones y bases de información 5.5 Desarrolla y estimula una cultura de trabajo en equipo, hacia el logro de una meta común. 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.	1. "Panel de discusión y debate grupal" 2. "Exposición por el docente" 3. "Preguntas detonadoras" y "autorregulación de propuestas" 4. "Consulta y análisis de material" "Exposición por el alumno"	1. Participa de manera efectiva y proactiva a la tarea inicial del curso, manifestando su pensamiento, reflexión y análisis de la lectura abordada de manera individual con debate. 2. Se presenta el programa del curso, sus propiedades e implicaciones, el estudiante Identifica la materia en la cadena de créditos y reconoce su contribución al logro del perfil de egreso (LEF). 3. Como evidencia redacta un ensayo breve donde demuestra interés por los fenómenos sociales y culturales de salud de diferentes grupos sociales. 4. Elabora y diseña sus diapositivas y prepara en equipo la exposición, consultando y analizando información Expone su tema.	1. Participación en clase. 2.- No incluye evaluación 3.- No incluye evaluación. 4.- Rúbrica de evaluación para exposición (anexo 1) y Evidencia de entrega del tríptico en espacio de prácticas (foto).

		7.4 Explica la salud y la enfermedad como un *continum* de la vida humana. 10.2 Identifica los problemas interrelacionados de salud y educación.		Elaboran un tríptico/folleto o artículo/de difusión.	
Objeto de estudio 2 Análisis cinesiológico del ejercicio y la estructura de la sesión de Actividad Física para la salud: Calentamiento adecuado. -Diseño de un calentamiento -Práctica 1: "el calentamiento" 2.2 Estructura del Plan de Sesión de actividad física para la salud: 2.2 Control de las variables necesarias para una sesión de AF para la salud: - Frecuencia Cardiaca (FC), Tensión Arterial (TA), percepción de Esfuerzo (REP), 2.3 Taller "Análisis y demostración de Ejercicios desaconsejados por núcleos articulares".	**Profesionales:** 6.- Cultura en salud **Específicas:** 10.- Investigación en el área de la salud y educación 11.- Educación Física, deporte y recreación: 13.- Fundamentos biológicos de la educación física, deporte y la recreación	6.3 Determina, practica y promueve estilos de vida saludable. 6.4 Promueve el mejoramiento de la calidad de vida humana, atendiendo a indicadores de bienestar establecidos. 10.5 Lleva a cabo las acciones pertinentes para la solución de problemas de salud. 10.7 Replantea los problemas y alternativas de solución. 11.1 Diseña, promueve, aplica y adecua programas de educación física, deporte, recreación, danza y actividad física en diferentes grupos (desde la infancia, hasta adulto mayor). 11.2 Promueve el desarrollo integral del individuo, planeando, dirigiendo y evaluando diferentes actividades físicas. 13.1 Analiza, fundamenta e interpreta la relación entre el proceso de salud-enfermedad y la actividad física. 13.4 Reconoce las características biológicas del individuo y su	1.- "Trabajo por equipo" Elaboran un calentamiento. 2.- Trabajo autorregulado en equipo (diseña su propio formato de captura) 3.- "Colección de datos en el formato que diseñaron personalmente" (sesión de AF) 4.- "Elaboración de Portafolio de Evidencias" Individual y se construye durante todo el semestre. 5.- "Filmación de una sesión. Aprendizaje colaborativo"	1.-Aplicación de un calentamiento adecuado. 2.-Planeación de una sesión de actividad física en un formato producto del equipo. (Producto x Equipo) 3.-Registros sobre las observaciones y colecta de variables (limitantes o potenciales) 4.- Reporte de práctica (caso) para la siguiente sesión. 5.- Video y documento por escrito.	1.- No tiene evaluación (práctica) 2.- Entrega de reporte final (por equipo) 3.- Plan de sesión (modificada) entregada por cada equipo. 3.-Evidencia para portafolio. 4.- Lista de cotejo (anexo 3) 5.- Entrega de video.

		relación con la práctica del ejercicio. 13.5 Aplica los principios básicos de la biomecánica, para resolver problemas, disminuir riesgos y hacer eficiente los movimientos en la AF.			
Objeto de estudio 3 Recomendaciones internacionales de Actividad Física para la Salud. 3.1. Elementos estructurales de la recomendación de actividad física para la salud de la OMS (2022). 3.2 Antecedentes médicos y de AF, para la recomendación del ejercicio. 3.3. Instituciones Prestadoras de Actividad Física para personas en Riesgo o con ENT (ACSM, 2011). 4.1 Principios de entrenamiento (FITT P-V) y lineamientos recomendados (ACSM, 2009; 2010; 2011). 4.2 Calendarización de actividades: meso ciclo del programa. 4.3 Evaluación del participante. (curso lateral)	**Profesionales:** 6.- Cultura en salud **Específicas:** 11.- Educación Física, deporte y recreación: 12.- Enfoque psicopedagógico de la educación física, el deporte y la recreación. 13.- Fundamentos biológicos de la educación física, deporte y la recreación	6.4 Promueve el mejoramiento de la calidad de vida humana, atendiendo a indicadores de bienestar establecidos. 11.1 Diseña, promueve, aplica y adecua programas de educación física, deporte, recreación, danza y actividad física en diferentes grupos (desde la infancia, hasta adulto mayor). 11.8 Aplica métodos de aprendizaje para el desarrollo y mejoramiento de programas de actividad física que se aplican a poblaciones típicas y atípicas. 11.11 Desarrolla, planea y organiza actividades necesarias para la promoción de estilos de vida saludable a través de la actividad física. 12.6 Promueve la importancia de la educación física en el desarrollo de los individuos en lo particular y grupal, aplicando principios didácticos. 13.7 Utiliza parámetros fisiológicos para determinar las cargas	1.- "Exposición por el docente" Se presentan las propiedades metodológicas de la AF (OMS, 2022) 2.-Elaboración e implementación de una entrevista. 3.-Visita a centros donde se implemente AF. 4.- Diseño y elaboración de un Programa de Actividad Física para personas en riesgo y/o con ENT. 5.- Colección de variables importantes durante la sesión de AF	1.- No hay evidencia 2.- Entrega de la entrevista diseñada. 3.- Reporte de visita a un centro donde se imparta actividad física con orientación para la salud. 4.- Entrega del programa 5.- Síntomas de alarma durante el ejercicio: Medidas preventivas en la práctica de AF.	1.- No hay evidencia 2.- Agrega al portafolio 3.- Agrega al portafolio 4.- Agregar al portafolio 5.- Se evalúa en clase por medio de una ficha informativa.

-Monitorización de la carga de trabajo: Signos vitales y REP.		de trabajo consideradas en la práctica del ejercicio.			
Objeto de estudio 4 Control y seguimiento de un programa de actividad física para la salud. 4.1. Pautas metodológicas para el control del trabajo físico sistematizado (Laboratorio-AF). 4.2. Evaluación individual y grupal: cuestionarios y batería(s) de pruebas de aptitud física. 4.3. Seguimiento y control de variables: físicas, fisiológicas y bioquímicas. Equipos y escalas: Ergómetros, monitor cardiaco, baumanómetro, escala de Borg glucómetro, colesterómetro. Sesión de actividad física para la salud: **4.4** Estructura e implementación de una sesión de actividad física para la salud: -	**Profesionales:** 6. Cultura en Salud 10.- Investigación en el área de la salud y educación **Específicas:** 11. Educación Física, deporte y recreación 12. Enfoque psicopedagógico de la educación física, deporte y recreación 13. Fundamentos biológicos de la educación física, deporte y la recreación	6.4 Promueve el mejoramiento de la calidad de vida humana, atendiendo a indicadores de bienestar establecidos. 10.5 Lleva a cabo las acciones pertinentes para la solución de problemas de salud. 11.1 Diseña, promueve, aplica y adecua programas de educación física, deporte, recreación, danza y actividad física en diferentes grupos (desde la infancia, hasta adulto mayor). 11.3 Identifica e interpreta los antecedentes históricos más importantes en la educación física, deporte, danza y recreación a nivel nacional e internacional. 12.6 Promueve la importancia de la educación física en el desarrollo de los individuos en lo particular y grupal, aplicando principios didácticos. 13.7 Utiliza parámetros fisiológicos para determinar las cargas de trabajo consideradas en la práctica del ejercicio. 13.9 Adecua y aplica programas de ejercicio físico con	1.-Taller: "Control y seguimiento de la actividad en ergómetros" 2.-Práctica: ejercicio aeróbico. 3.-Práctica: Evaluación en un PAFGR. Participación en equipo (roles). Evaluación de un caso. 4.-Taller: "Estructura de la Sesión de Ejercicio Adecuado para personas con ENT" Práctica: ejercicio de Resistencia Muscular.	1.-Obtendrá las pautas metodológicas para el control del trabajo físico sistematizado. 2-Identificarán las limitaciones de cada individuo por medio de mediciones iniciales y evaluación funcional. 3.-Podrán darle continuidad a las variables como control de alerta 4.-Identificar la adaptación fisiológica, para la reprogramación de la actividad o ajuste y control de este.	1.- Formatos de registro. 2.-Reporte de Práctica: Ejercicio aerobio. 3.-Formatos de registro y reporte de Práctica. Evaluación en una sesión. 4.- Entrega de reporte por enfermedad crónica. Agregar al portafolio

Calentamiento, parte Medular y Cierre. **4.5** Control de las variables necesarias para una sesión de AF para la salud: - Frecuencia Cardiaca (FC), - Tensión Arterial (TA), - percepción de Esfuerzo (REP), - Otras variables. Sesiones completas aplicadas a pacientes con enfermedades Crónicas: Diabetes Osteoporosis Hipertensión Obesidad		fines de rehabilitación, estéticos, de promoción de la salud y prevención de enfermedades.	Participación en equipo (roles).		

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	**EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES** (Criterios, ponderación e instrumentos)
Básica: 📖 ACSM (2010). Exercise and Type 2 Diabetes. Joint Position Statement. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 📖 Abellán, J. y Ortín, E. (2011). *Guía para la prescripción de ejercicio físico en pacientes dislipémicos*. Edika Med, Barcelona. 📖 Chodzko-Zajko, W, J., *et al*. (2009) Exercise and Physical Activity for Older Adults. 📖 Cordero, A., Lekuona, I., Galve, E. y Mason, P. (2012). Novedades en hipertensión arterial y diabetes mellitus. *Rev Esp Card 65(supl 1): 12-23.*	***TEORIA*** **Primer parcial…….. 30 %** **Segundo parcial ….. 30 %** **Tercer Parcial …… 40 %** **Componentes para parciales (1-2-3):** ● Evaluación escrita…….. 35% ● Trabajos y Productos de Clase…….. 20% ● Reportes de Práctica…… 25% ● Participación en clase…….. 10% ● Autoevaluación ……..…… 5% ● Proyecto. Versión 1…….. 5%

- Earle, R. W. y Baechle, T.R. (2008). *Manual NSCA Fundamentos del entrenamiento personal.* Ed. Paidotribo, Badalona, España.
- ESH/ESG (2013) Guidelines for the management of arterial hypertension. *Journal of Hypertension.*
- Metropolitana. *Rev Med Chile 133:919-928.*
- Ferrer López, V. *Prescripción de Ejercicio físico para el acondicionamiento cardio-respiratorio*.
- Garber, C E., et al. (2011). Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Cardiorespiratory, Musculoskeletal, and Neuromotor Fitness in Apparently Healthy Adults: Guidance for Prescribing Exercise.
- IAS (2013). Documento oficial de la Sociedad Internacional de Aterosclerosis: recomendaciones generales para el tratamiento de la dislipidemia. Resumen ejecutivo. *Clin Invest Arterioscl. doi.org/10.1016/j.arteri.2013.09.005*
- OMS (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud.* Organización Mundial de la Salud, Suiza.
- OMS (2012). *Estadísticas Sanitarias Mundiales 2012*. Switzeland
- Ruiz Morales, A. J. (Ed.). (s/f). *Manual de Diagnóstico Y Tratamiento de las Dislipidemias.* Atha Comunicação e Editora Ltda. São Paulo – SP. Obtenido el 26 de febrero 2009.
- García, P. y Mareque, F. (2009). Prescripción de ejercicio físico saludable en Atención Primaria de Salud. *Cad Aten Primaria 16: 304-308.*
- Torres, L. G., Garcia, M. M., Villaverde, G. C., & Garatachea , V. N. (2010). Papel del ejercicio físico en la prevención y tratamiento de la obesidad en adultos. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, núm. 18, julio-diciembre,*, 47-51. Obtenido de http://www.redalyc.org/pdf/3457/345732284009.pdf
- Peidro, R. (2011). Prevención de enfermedades cardiovasculares y ejercicio fisico,. *PROSAC, MODULO #6 Faciculo #1*.
- OMS. (2017). Enfermedades no Transmisibles. *Organización Mundial de la Salud, nota descriptiva*.

- Proyecto. Versión 2 *…….. 10%
- Proyecto. Versión 3 *…….. 15%

* ajusta con evaluación escrita.

LABORATORIO .

Primer parcial……30 %

Segundo parcial….. 30 %

Tercer Parcial ……40 %

Componentes para parciales 1 y 2:

- Trabajos y Productos de Clase…….. 30%
- Reportes de Práctica…… 30%
- Participación en clase …….…….. 20%
- Autoevaluación …….…… 5%
- Proyecto. Versión 1 y 2…….. 15%

Componentes para parcial 3:

- Portafolio de Evidencias ……..…... 35%
- Participación en clase Taller y Actitud ….5%
- Informes de PDL…….. 15%
- Autoevaluación …….…… 5%
- Proyecto Final…….. 40%

Notas para la Acreditación de Evidencias para su Evaluación:

- Los Trabajos académicos se entregarán con el formato indicado (se presenta y explica previamente en clase).
- Todos los trabajos se entregan y se reciben únicamente el día de entrega señalado.
- Solo se recibirá material o trabajos en formato digital (archivo electrónico/Email) cuando el docente lo solicite, y bajo el esquema en que se indique.
- La elaboración y entrega de los Reportes de Prácticas se realizará impreso respetando las especificaciones y formatos.

📖 Briones Arteaga, E. (2016). Ejercicios físicos en la prevención de la hipertensión arterial. *MEDISAN 2016; 20(1):*.

Complementaria:

📖 López-Miñarro P. A. (2000). *Ejercicios desaconsejados en la Actividad Física. Detección y alternativas.* Barcelona: INDE

📖 López-Miñarro P. A. (2002). *Mitos y falsas creencias en la práctica físico-deportiva.* Barcelona: INDE.

📖 Márquez, A. y Hausleber, J. Métodos de Entrenamiento Deportivo. En Padilla Perez, J. *Esfuerzo Fisicodeportivo*. SEP-IPN

📖 Rikli, R. E. y Jones, J. (2001). *Senior Fitness Test Manual.* Human Kinetics Publishers. U.S.A. ISBN 0-7360-3356-4

📖 Pérez Pasten, E. (2003). *Guía para el Paciente y el Educador en Diabetes.* (4ª. ed). Johnson & Johnson Medical. México.

Bases de datos institucionales:

http://suba.uach.mx/

http://www.conricyt.mx/

Dominios sugeridos en la Internet:

http://new.paho.org/hq/

http://www.who.int/es/

http://www.diabetes.org/

http://www.acsm.org/

Nota a los mínimos y candados:

El estudiante deberá de presentar el siguiente *material de trabajo mínimo y obligatorio, el cual deberá de presentar el alumno* en sus sesiones prácticas. Con carácter de material personal, no por equipo:

- Material: Baumanometro, Estetoscopio, Monitor Cardiaco (Reloj y banda receptora) y Escala de Borg. Este punto es criterio Básico para Calificaciones Parciales en Laboratorio.
- Carta de Aceptación en su institución de Prácticas de Laboratorio (PDL).
- Carta de Cumplimiento / Liberación de PDL.

Notas al Horario:

El horario de la clase Laboratorio, deberá de mantenerse reservado y disponible, ante la posibilidad de utilizarse para tareas del curso. Por lo cual, no deberá de comprometer dicho horario con otras actividades (SS, PP, ni por trabajo).

Grupo matutino:

Grupo vespertino:

Notas a las Prácticas de Laboratorio (PDL)

Las Prácticas de Laboratorio se pueden realizar en el LAFyS o alguna Institución pública o privada, que oferte un Servicio de Ejercicio para la Salud en la comunidad:

Se recomienda al estudiante como primera opción, realizar sus prácticas de campo en el Laboratorio para la Actividad Física y la Salud, o en caso contrario, elegir una institución de la comunidad, ante lo cual se sugiere analizar lo siguiente:

Propiedades de la Institución

- Cuenta con un Programa de Ejercicio (AF) para la Salud y con una población en atención.
- Cuenta con un responsable del Programa, quien fungirá como Asesor del estudiante en su institución de PDL.
- El enfoque principal del programa es preventivo respecto a factores riesgo/ENT y combatir el sedentarismo,

http://www.iaso.org/iotf/ http://www.heart.org/HEARTORG/	● Promueve y/o desarrolla Estilos de vida saludables en sus participantes. *Campos de Acción Recomendados:* ● Laboratorio para la AF y la Salud (FCCF-UACH). ● Hospitales. ● Dependencias o instituciones de fomento social y cultural. ● Centros comunitarios. ● Instituciones públicas o privadas, que cuenten con programas e instalaciones apropiadas para la práctica deportiva y de recreación. ● Instituciones prestadoras de servicios de rehabilitación o ejercicio recreativo. *Aspectos a documentar e implementar:* ● Establecer la relación de beneficiarios por institución. ● Participar en la difusión y promoción de estilos de vida saludable y mejora de la calidad de vida: Ponencias, exposiciones, talleres, Posters, trípticos, etc… ● Promover un Servicio de calidad. ● Aplicar principios de entrenamiento para la salud ● Realizar reporte de las variables controladas: compilación semanal y mensual. ● Entregar un reporte mensual (formato) por la institución. ● Evaluación y seguimiento de las capacidades físicas, composición corporal, parámetros bioquímicos y fisiológicos (cuando sea posible), y sobre el estilo de vida. ● Elaborar un reporte para la institución donde realiza la práctica

“Educar para la vida, a través del movimiento”

CRONOGRAMA DEL AVANCE PROGRAMÁTICA

S E M A N A S

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	X												
Objeto de estudio 2:					X	X	X	X								
Objeto de estudio 3:									X	X	X	X				
Objeto de estudio 4:													X	X	X	X