


<p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA</p>  <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA Clave: 08MSU0017H</p> <p style="text-align: center;">FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA</p> <p style="text-align: center;">SECRETARÍA ACADÉMICA</p> <p style="text-align: center;">PROGRAMA DEL SEMINARIO:</p> <p style="text-align: center;">Comportamiento Humano Individual y Social</p> <p style="text-align: center;">Elaboró:</p> <p style="text-align: center;">M.T.B. Osiris Quiñones Domínguez</p> <p style="text-align: center;">Dr. Rigoberto Marín Uribe</p>	DES:	SALUD
	Programa Educativo:	Licenciatura en Motricidad Humana
	Área de Formación:	Profesional
	Área Curricular	Psicosocial
	Clave de la materia:	MH106
	Semestre:	Primero
	Nº de Créditos:	5
	Total de horas por semana:	3
	Horas de teoría:	2
	Horas de taller:	1
	Horas de laboratorio:	0
	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
<p>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.</p>		
<p>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 Motricidad Humana herramientas efectivas de comunicación y motivación (por mencionar algunas), con la finalidad de atender a poblaciones interesadas, implementando estrategias, para diseñar y aplicar principios, métodos y técnicas pedagógicas y didácticas.</p>		
<p>Competencia a desarrollar</p> <p>Básicas:</p> <p>2. Solución De Problemas Emplea las diferentes formas de pensamiento: observación, análisis, síntesis, reflexión, inducción, inferir, deducción, intuición, e inteligencias múltiples, para la solución de problemas, aplicando un enfoque sistémico.</p> <p>3. Comunicación Utiliza diversos lenguajes y fuentes de información para comunicarse efectivamente</p> <p>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.</p> <p>Profesionales:</p> <p>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 prevaliente, coadyuvando en el mejoramiento de la calidad de vida humana.</p>		

Específica:**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; deportivos y de recreación, desarrolla actitudes de respeto y participativas, interactuando con diferentes grupos promoviendo su calidad de vida y generando cultura física.

OBJETOS DE ESTUDIO	COMPETENCIAS	DOMINIOS	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>Objeto de estudio 1</p> <p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Visión General de Teorías de la personalidad. - Personalidad y educación Física - Educación física en el desarrollo de la personalidad. - Qué son las conductas. <p>Tipos de conductas: asertivas, adaptativas, voluntarias, observables, encubiertas, aprendidas; ocultas, manifiestas.</p>	<p>Básicas:</p> <p>2. Solución de Problemas</p> <p>3. Comunicación</p> <p>5. Trabajo en equipo y liderazgo</p>	<p>2.2. Analiza los diferentes tipos de componentes de un problema y sus interrelaciones.</p> <p>2.3. Distingue los diferentes tipos de sistemas.</p> <p>3.1 Desarrolla la capacidad de expresión forma efectiva.</p> <p>3.2. Desarrolla la habilidad de lectura e interpretación de textos.</p> <p>3.7. Desarrollar la capacidad de comunicación interpersonal.</p> <p>5.7. Respeta tolera y es flexible ante el pensamiento divergente para lograr acuerdos distingue los diferentes tipos de sistemas</p>	<p>Exposiciones por equipo.</p> <p>Foro</p> <p>Debate</p> <p>Cuadro comparativo de actitudes proactivas y reactivas.</p> <p>Mapa mental</p>	<p>Presentación con apoyo visual (ejemplo: Power Point, Canva, Prezi, Genially).</p> <p>Cuadro comparativo</p> <p>Mapa mental</p>	<p>Lista de cotejo para la presentación.</p> <p>Rúbricas para cuadro comparativo y mapa mental.</p>
<p>Objeto de estudio 2</p> <p>La adherencia a la actividad física</p>	<p>Básicas:</p> <p>3. Comunicación</p>	<p>3.3. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y</p>	<p>Proyecto formativo.</p>	<p>Fichas bibliográficas de los documentos investigados.</p>	<p>Lista de cotejo para evaluar las fichas bibliográficas.</p>

<p>mantiene una fuerte relación con las actitudes, por lo que se requiere que los estudiantes en educación física, reconozcan los diferentes tipos de actitudes que puedan influir en la toma de decisiones en su actuar profesional.</p> <p>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</p>		<p>electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz, entre otros).</p> <p>3.5. Recopila, analiza y aplica información de diferentes fuentes.</p> <p>3.8 Maneja y aplica paquetes computacionales para desarrollar documentos, presentaciones y bases de información.</p>		<p>Mapa conceptual de las actitudes de forma individual de los diferentes tipos de actitudes.</p>	<p>Rúbrica para evaluar el mapa conceptual</p>
<p>Objeto de estudio 3</p> <p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Importancia de la salud y la relación mente y cuerpo. - Ambiente, salud y educación. - Calidad de vida 	<p>Básicas:</p> <p>3. Comunicación</p> <p>Profesionales:</p> <p>6. Cultura en salud</p> <p>Específica:</p> <p>11. Docencia en Educación Física, Deporte y Recreación</p>	<p>3.3.- Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información.</p> <p>6.2.-Describe necesidades, problemas, expectativas, creencias y valores de salud de la sociedad.</p> <p>6.4.-Promueve el mejoramiento de la calidad de vida humana atendiendo</p>	<p>Continuación de proyecto formativo:</p> <p>Implementar una encuesta sobre estilo de vida sobre una población determinada.</p> <p>Análisis de información bibliográfica.</p> <p>Análisis y evaluación de resultados obtenidos.</p>	<p>Gráfica que evidencie la información obtenida en las encuestas aplicadas y su análisis e interpretación</p>	<p>Evaluación escrita.</p> <p>Síntesis del análisis de la información</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Patógenos e inmunógenos conductuales. <p>El profesional como promotor de estilos de vida saludables.</p>		<p>a indicadores de bienestar establecidos.</p> <p>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.</p>			
<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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, comportamental es y físicas. - Estrategias psicológicas de afrontamiento 	<p>Básica:</p> <p>2. Solución de problemas componentes</p> <p>Profesionales:</p> <p>6. Cultura el salud</p>	<p>2.2.- Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones</p> <p>6.2.-Describe necesidades, problemas, expectativas, creencias y valores de salud de la sociedad.</p> <p>6.3.-Determina, practica y promueve estilos de vida saludable.</p>	<p>Continuación de proyecto formativo:</p> <p>Identificar las manifestaciones fisiológicas, cognitivas y conductuales del estrés.</p> <p>Investigar estrategias de afrontamiento haciendo énfasis en la actividad física.</p>	<p>Presentar información investigada en documento de Word.</p> <p>Presentar un video donde expliquen la estrategia de afrontamiento</p>	<p>Lista de cotejo para verificar la información obtenida.</p> <p>Rúbrica para calificar el video.</p>

ante situaciones de estrés.					
<p>Objeto de estudio 5</p> <p>Promover estilos de vida saludable requiere adquirir herramientas para motivar a la sociedad a mejorar su salud.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivación para el cambio - Teorías de la motivación: - Teoría de la motivación de logro. Teoría de la atribución - Teoría del establecimiento de metas. 	<p>Básica:</p> <p>2. Solución de problemas componentes</p> <p>3. Comunicación</p> <p>Específica:</p> <p>11. Docencia en Educación Física, Deporte y Recreación</p>	<p>2.7.- Demuestra comportamientos de búsqueda.</p> <p>3.2.- desarrolla habilidades de lectoescritura a través de textos.</p> <p>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.</p>	<p>Conclusión de proyecto formativo:</p> <p>Análisis del video "Self motivation de Scott Geller" https://www.youtube.com/watch?v=7sxpKhIbr0E</p> <p>Análisis de las variables motivacionales que influyen en el cambio.</p>	<p>Producto integrador (proyecto formativo ejemplo) por</p>	<p>Entrega del proyecto formativo.</p> <p>P.I. 40%</p>

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

“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"

ANEXOS:

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

-Colocar un instrumento por hoja (formato), puede incluir instrucciones si aplica-

**COMPORTAMIENTO HUMANO, INDIVIDUAL Y SOCIAL
Junio de 2022
Instrumentos acordes a los criterios de evaluación**

LISTA DE COTEJO FICHA BIBLIOGRAFICA

Nombre: _____ **Fecha:** _____

	Sí	No
Nombre del Artículo/libro/página web consultado		
Nombre de Autor (es)		
Año de publicación		
Páginas		
Editorial		
Síntesis		
No. De ficha		

Rúbrica para evaluación de exposición

Materia: _____ Fecha: _____

Tema: _____

Integrantes del equipo:

Instrucciones:

Se presentan los aspectos a considerar para asignar una calificación al desempeño en la exposición del tema. Marcar con una "X" en la siguiente escala, tomando en cuenta los parámetros que a continuación se enlistan.

E Excelente Se desempeña en el ítem de forma superior a lo esperado.

MB Muy bien Se desempeña en el ítem en cuestión, de manera esperada.

B Bien Su desempeño es inferior al esperado.

M Mal Se desempeña es insuficiente, muy por debajo de lo esperado.

NP No presenta no presenta lo solicitado, no realizó la actividad.

Criterio	Ítem	E	MB	B	M	NP
Aspectos Generales	Puntualidad					
	Gestión adecuada del tiempo					
	Originalidad en la presentación					
	Contacto visual con la audiencia					
	Tono de voz adecuado					
Contenido	Vocabulario					
	Dominio del contenido					
	Procura y mantiene la atención de sus compañeros					
	Argumenta					
	Proporciona ejemplos					
	Hay secuencia y congruencia					
Apoyo visual	Tamaño de la letra					
	Ortografía					
	Correctamente Rotulado					
	Limpieza					
	Calidad del contenido presentado					

Observaciones:

Nombre: _____ Fecha: _____

Tema: _____ Grupo: _____

Rúbrica para evaluar mapas mentales

Criterio	Excelente	Bueno	Suficiente	No suficiente
Temas centrales y manejo de conceptos	Demuestra entendimiento adecuado de los conceptos tratados.	Tiene algunos errores en terminología y manifiesta desconocimiento de algunos conceptos.	Tiene muchos errores en terminología y manifiesta desconocimiento de bastantes conceptos.	No muestra ningún conocimiento frente al tema tratado.
Relación entre conceptos	Incluye todos los conceptos relevantes y demuestra conocimiento de las relaciones entre estos.	Identifica conceptos relevantes, pero ciertas conexiones no son apropiadas.	Relaciona muchos conceptos de manera errónea.	No establece conexiones apropiadas entre conceptos.
Comunicación de ideas mediante mapas mentales	Diseña un mapa mental que incluye ejemplos mediante jerarquías y conexiones adecuadas que permite una interpretación fácil.	La mayoría de los conceptos poseen una jerarquía adecuada que permiten una interpretación fácil.	Incluye pocos conceptos en una jerarquía apropiada, lo cual no facilita del todo la interpretación del mapa mental.	No diseña un mapa mental.

Elaborado por Daniel Márquez

Observaciones:

Lista de Cotejo

Nombre: _____ Fecha: _____

Tema: _____ Grupo: _____

Marque con una **X** los criterios que el estudiante demostró y deje en blanco aquellos aspectos en los que aún debe mejorar.

ACTITUDES	VALOR : RESPONSABILIDAD (CONDUCTAS)	Siempre	Casi siempre	Con frecuencia	A veces	Nunca	TOTAL
		4	3	2	1	0	
SENTIDO DEL DEBER	▪ Colabora con los demás.						
	▪ Aporta ideas en el trabajo de grupo.						
	▪ Se compromete en el trabajo en equipo						
	▪ Ante un problema concreto, busca soluciones						
	▪ Realiza activamente su trabajo						
ESFUERZO	▪ Es exigente consigo mismo						
	▪ Es constante en el trabajo						
	▪ Demuestra Interés por aprender						
	▪ No se desalienta y es optimista						
	▪ Demuestra dedicación y sacrificio						
PUNTUALIDAD	▪ Llega puntual a clase						
	▪ Cumple puntualmente con los trabajos encargados						
	▪ Asiste puntualmente a los eventos convocados						
	▪ Organiza adecuadamente sus tiempos						
	▪ Colabora con el equipo para la entrega oportuna de los trabajos						
TRABAJO BIEN HECHO	▪ Su trabajo responde a las exigencias requeridas						
	▪ La presentación de su trabajo es limpia y ordenada						
	▪ Es metódico en su trabajo						
	▪ Sabe asumir sus propios errores y corregirlos						
	▪ Es perfeccionista en su trabajo						

Observaciones del docente:

Rúbrica para Cuadro comparativo

Nombre: _____ Fecha: _____

Tema: _____ Grupo: _____

Criterios	Excelente 4	Satisfactorio 3	Satisfactorio con recomendaciones 2
Calidad de la información	El contenido indica que se investigaron hechos relevantes	El contenido presenta información pero no toda relevante	El contenido presenta pobre información no se captaron las ideas relevantes.
Evaluación	Los criterios agotan las características que cada celda solicita	Los criterios enumerados son la mayoría de los solicitados en cada celda	Los criterios enlistados solo cubren parte de los solicitados en cada celda
Claridad de Conceptos	El contenido es claro, sucinto, y fácil de entender. La terminología se utiliza apropiadamente y la respuesta es organizada lógicamente.	El contenido se redacta adecuadamente, pero puede contener algunos problemas de la organización o algunos términos inadecuados.	El contenido se redacta mal; uno puede comprender ideas de principio solamente después del texto.
Referencias	Las fuentes de la información son por lo menos 5 y se citan correctamente de modo que los lectores puedan determinar la credibilidad y la autoridad de la información presentada. Todas las fuentes de la información se identifican y se acreditan claramente usando citas de acuerdo a	La mayoría de las fuentes de las referencias que no sobrepasan de 4 bibliográficas apropiadamente de acuerdo a APA.	Se hace referencia a solo tres fuentes y solo web, con adecuada cita de cada una

Observaciones:
