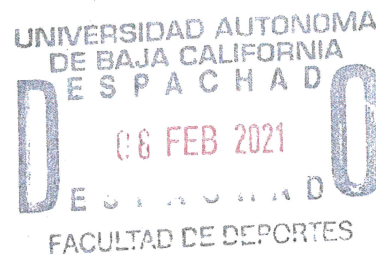




Universidad Autónoma  
de Baja California

**FACULTAD DE DEPORTES**

Oficio No. 15/2021-1



**DR. DANIEL OCTAVIO VALDEZ DELGADILLO**  
**Rector de la Universidad Autónoma de Baja California**  
Presente.-

Por este conducto y de la manera más atenta me permito hacer llegar a usted el documento titulado **Propuesta de Modificación del Plan de Estudios de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte versión 2021-2** que presenta la facultad de Deportes campus Mexicali, Tijuana y Ensenada; Con el fin, si usted lo considera conveniente, se incluya en orden del día del próximo Consejo Universitario para ser turnado a Asuntos Técnicos del honorable Consejo que usted preside.

Se adjunta a la presente, copia de la minuta del Consejo Técnico de la Unidad Académica a mi cargo, donde se presentó la propuesta de creación del programa educativo mencionado, así como el documento electrónico del mismo.

Sin otro particular por el momento, extendiendo un cordial saludo y agradezco de antemano la atención al presente, quedo a sus apreciables órdenes.

Universidad Autónoma  
de Baja California

08 FEB 2021

RECTORÍA

**RECIBIDO**

**A T E N T A M E N T E**

**“POR LA REALIZACIÓN PLENA DEL HOMBRE”**

Mexicali, Baja California, 08 de febrero de 2021

**DIRECTOR**

**MTRO. EMILIO MANUEL ARRAYALES MILLÁN**

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE BAJA CALIFORNIA



**FACULTAD DE  
DEPORTES**



## Universidad Autónoma de Baja California

Facultad de Deportes

### “REUNIÓN DE CONSEJO TÉCNICO

#### MINUTA

En la ciudad de Mexicali, Baja California, siendo las 10:00 horas del día viernes 29 de enero de 2021, en la plataforma de Google Meet se reunieron los integrantes del Consejo Técnico de la Facultad de Deportes, presidiendo la sesión el Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán.

Contando con la asistencia de Nubia Paola Zazueta Arriola, Kevin Garza Esqueda, Samantha Valenzuela González, Samantha Dennis Espinoza Collazo, Cesar Flores Rodríguez, Perla Carolina Hernández Rodríguez, Elisa Iveth Tapia Buelna, Myrna Alicia Ruiz Reyes, Omar Plascencia Enríquez, José Isaac Marín López, Abelardo Antonio Beltrán de la Fuente, Cynthia Araceli Medina Lara, Samuel Nicolás Rodríguez Lucas, Nalleli Sugei Martínez Martínez, Ermilo Cantón Martínez, Laura Elena Urzúa Beltrán, Iván Sánchez Sánchez, Elena Cecilia Guzmán Gutiérrez, Ana Karina Chavira Zepeda, Stephany Michell Barrera Virgen, Melany Aylin Jiménez Carranza, Juan Daniel Balderas Montoya, Benjamín de Jesús Ortega Estrada, Alondra Itzamar del Rio Martínez.

#### DESARROLLO

Se da inicio a la sesión en la plataforma de Google meet a las 11:00 horas, se declara quórum y se da la bienvenida por parte del presidente, se hace referencia del uso de los consejos técnicos por unidades académicas y la conformación de la Facultad en un consejo estatal. El presidente pasa al 3er. punto y explica el proceso de modificación del plan de estudios de la Licenciatura en Actividad Física y deporte versión 2021-2 y que el plan anterior tiene desde 2012-2 y que el proceso de reestructuración del nuevo plan de estudios inició en 2018 siendo la maestra Rita Paulina Chávez López quien lideró la reestructuración de éste, así mismo comenta que las últimas revisiones del plan se llevaron a cabo por la Universidad de León en España, Universidad de Granada, La Universidad Politécnica y la Universidad de Morelos. Hace mención que se ofertará a la par del plan de licenciatura, un diploma de Técnico Superior Universitario únicamente para los alumnos del quinto semestre en adelante de Facultad de Deportes, y que actualmente no hay técnicos académicos en la universidad por lo que sería la Facultad de Deportes pionera en este ámbito. Toma la palabra la maestra Rita Paulina Chávez López, presenta la propuesta del Plan de Estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas TSU ARyT 2021-2, y explica que surge de la investigación externa de la pertinencia del plan de estudios y que se encuestó a la población de la universidad y externos y se revisó las áreas de oportunidad con las que cuenta la licenciatura. Expone la justificación de la creación del TSU ARyT que es integrar a los alumnos al área laboral desde antes de salir de la licenciatura, por interés de los empleadores, y que puede fortalecer el currículo del alumno. Explica los campos en los que se desarrollarían con el diploma de TSU ARyT haciendo mención que en el área educativo no sería como docentes sino como apoyo. Presenta las materias que se integran y/o se modifican, todo con base en la normatividad de UABC. Toma la palabra el presidente y solicita al pleno de Consejo Técnico que quien tenga dudas las comparta. Toma la palabra José Isaac Marín







## Universidad Autónoma de Baja California

Facultad de Deportes

### “REUNIÓN DE CONSEJO TÉCNICO

López preguntando si las materias de deporte que se conjugarán serán en una sola materia, hace mención el presidente que el plan se presenta para dar al alumno la competencia básica para llevar a cabo alguno de los deportes, haciendo énfasis que el título es en Licenciado en Actividad Física y Deporte, dando la opción que estas materias deportivas las pueden tomar de manera optativa. César Flores Rodríguez comenta que es buena idea el enfoque al ámbito educativo y dejar de manera optativa las materias deportivas. Ermilo Cantón pregunta si se podrán vincular otras asignaturas a los Programas de vinculación con valer en créditos PVVC, responde el director que cualquier materia en ese proyecto se puede integrar a los PVVC incluyendo prácticas profesionales. El presidente hace énfasis en la importancia de plantear las preguntas que surjan en cuanto al proyecto para poder presentarlas de manera eficiente en el consejo Universitario. Pregunta Nalleli Sugei Martínez si Educación Cívica y Ética pasaría a ser optativa, responde Rita Paulina que sí, pero se integran partes de esta en otras materias como valores, responsabilidad social, entre otras. Pregunta César Flores Rodríguez cuales son los requisitos para poder obtener la constancia de TSU ARyT y si es solo para adquirir experiencia o para que en el campo laboral avale en un empleo, el presidente responde que el TSU ARyT tiene una competencia básica que es lo que el alumno ya cuenta con los conocimientos al momento de cursar el quinto semestre y solo podrán realizar actividades de recreación y turísticas, y los requisitos para obtener el título es haber cursado las materias obligatorias para TSU ARyT y realizar el Servicio Social Profesional. Myrna Alicia Ruiz Reyes pregunta si hay alguna materia para fomentar la investigación, el presidente responde que está de manera obligatoria las materias técnicas de investigación y estadística descriptiva, así mismo se cuenta con materias optativas para los alumnos que deseen enfocarse más a la investigación. Pregunta César Flores qué objetivo tiene la materia de turismo activo del nuevo plan de estudios responde el presidente que actualmente no se está aprovechando ese campo de oportunidad en los campus Tijuana y Ensenada que son los que tienen mayor presencia en turismo, y la materia se enfoca en la promoción de la actividad física al área turística.

El presidente comenta que posterior a la reunión se les hará llegar el documento en extenso del proyecto y comunica que es únicamente para uso de los miembros del Consejo Técnico. Pasa el uso de palabra al secretario Mtro. Samuel Rodríguez para que se someta a votación la modificación del plan de estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte 2021-2

#### ACUERDOS:

Se vota a favor por unanimidad del Consejo Técnico el apoyo a la modificación del Plan de Estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

Asuntos generales: el presidente informa al Consejo que el mérito académico se someterá la próxima semana y se hará de conocimiento general una vez que se tenga la respuesta, y comenta que el proyecto del Polideportivo ya fue aprobado y en próximos días saldrá la convocatoria para el proyecto ejecutivo.





**Universidad Autónoma de Baja California**  
Facultad de Deportes

**“REUNIÓN DE CONSEJO TÉCNICO**

Siendo las 11:20 horas se declaró concluida la sesión.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE BAJA CALIFORNIA



**FACULTAD DE  
DEPORTES**

  
Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán  
Presidente







Universidad Autónoma  
de Baja California

# **Licenciado en Actividad Física y Deporte, y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas**

Propuesta de modificación del Plan de  
Estudios 2012-2 y Técnico Superior Universitario  
que presenta la Facultad de  
Deportes.

Mexicali, Baja California, México. Febrero de 2021.

**Propuesta de modificación del plan de estudios 2012-2 del  
programa educativo Licenciado en Actividad Física y  
Deporte, y Técnico Superior Universitario en Actividades  
Recreativas y Turísticas**

Facultad de Deportes, Mexicali; Facultad de Deportes, Extensión  
Ensenada; y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.

## **DIRECTORIO**

**Dr. Daniel Octavio Valdez Delgadillo**  
Rector

**Dr. Edgar Ismael Alarcón Meza**  
Secretario General

**Dra. Gisela Montero Alpírez**  
Vicerrectora Campus Mexicali

**M.I. Edith Montiel Ayala**  
Vicerrectora Campus Tijuana

**Dra. Mónica Lacavex Berumen**  
Vicerrectora Campus Ensenada

**Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán**  
Director de la Facultad de Deportes.

**Dr. Salvador Ponce Ceballos**  
Coordinador General de Formación Profesional

**Dr. Antelmo Castro López**  
Jefe del Departamento de Diseño Curricular



## **COORDINADORA DEL PROYECTO**

Mtra. Rita Paulina Chávez López.

## **COMITÉ RESPONSABLE**

Mtra. Cynthia Araceli Medina Lara.

Mtro. Roberto Espinoza Gutiérrez.

Mtro. Samuel Nicolás Rodríguez Lucas.

Mtro. Juan José Calleja Núñez.

Mtra. Elisa Iveth Tapia Buelna.

Mtro. Esteban Hernández Armas.

Dr. Iván Rentería.

Mtro. Juan Pablo Machado Parra.

Dr. Heriberto Antonio Pineda Espejel.

Dr. Luis Mario Gómez Miranda.

Mtra. Isis Jael Oviedo Rodríguez.

## **ASESORÍA EN DISEÑO CURRICULAR**

Mtra. Vanessa Saavedra Navarrete

Dr. Antelmo Castro López

Dr. Salvador Ponce Ceballos

## Índice

1. Introducción.....	10
2. Justificación.....	13
2.1. Fundamentación Social.....	14
2.2. Fundamentación de la profesión.....	20
2.3. Fundamentación institucional.....	24
3. Filosofía educativa .....	32
3.1. Modelo educativo de la Universidad Autónoma de Baja California.....	32
3.2. Misión y visión de la Universidad Autónoma de Baja California.....	36
3.3. Misión, visión y valores de las unidades académicas .....	37
3.4. Misión, visión y objetivos del programa Licenciado en Actividad Física y Deporte	38
4. Descripción de la propuesta.....	41
4.1. Etapas de formación .....	41
4.1.1. Etapa básica.....	41
4.1.2. Etapa disciplinaria .....	42
4.1.3. Etapa terminal .....	43
4.2. Descripción de las modalidades de aprendizaje y obtención de créditos, y sus	
mecanismos de operación .....	44
4.2.1. Unidades de aprendizaje obligatorias.....	45
4.2.2. Unidades de aprendizaje optativas.....	46
4.2.3. Otros cursos optativos .....	47
4.2.4. Estudios independientes .....	47
4.2.5. Ayudantía docente.....	48
4.2.6. Ayudantía de investigación.....	49
4.2.7. Ejercicio investigativo .....	50
4.2.8. Apoyo a actividades de extensión y vinculación.....	51
4.2.9. Proyectos de vinculación con valor en créditos (PVVC).....	52
4.2.10. Actividades artísticas, culturales y deportivas.....	57
4.2.11. Prácticas profesionales .....	58

4.2.12. Programa de emprendedores universitarios. ....	60
4.2.13. Actividades para la formación en valores.....	61
4.2.14. Cursos intersemestrales .....	61
4.2.15. Movilidad e intercambio estudiantil .....	62
4.2.16. Servicio social comunitario y profesional .....	64
4.2.17. Lengua extranjera .....	67
4.3. Titulación.....	68
4.4. Requerimientos y mecanismos de implementación .....	70
4.4.1. Difusión del programa educativo .....	70
4.4.2. Descripción de la planta académica .....	71
4.4.3. Descripción de la infraestructura, materiales y equipo .....	75
4.4.4. Descripción de la estructura organizacional .....	81
4.4.1. Descripción del Programa de Tutoría Académica .....	83
5. Plan de estudios.....	86
5.1. Perfil de ingreso .....	86
5.2. Perfil de egreso.....	88
5.3. Campo profesional.....	89
5.4. Características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación .....	90
5.5. Características de las unidades de aprendizaje por áreas de conocimiento .....	93
5.6. Mapa Curricular de Licenciado en Actividad Física y Deporte .....	96
5.7. Descripción cuantitativa del plan de estudios .....	97
5.8. Tipología de las unidades de aprendizaje.....	98
5.9. Equivalencias de las unidades de aprendizaje .....	104
6. Plan de estudios de Técnico Superior Universitario .....	107
6.1. Perfil de egreso.....	107
6.2. Campo profesional.....	107
6.3. Características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación .....	109
6.4. Características de las unidades de aprendizaje por áreas de conocimiento ....	111
6.5. Mapa Curricular de Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas .....	113
6.6. Descripción cuantitativa del plan de estudios .....	114



6.7. Tipología de las unidades de aprendizaje.....	115
7. Descripción del sistema de evaluación .....	118
7.1. Evaluación del plan de estudios.....	118
7.2. Evaluación del aprendizaje .....	118
7.3. Evaluación colegiada del aprendizaje .....	120
8. Revisión externa.....	123
9. Referencias .....	145
9. Anexos .....	149
9.1. Anexo 1. Formatos metodológicos.....	149
9.2. Anexo 2. Aprobación por los Consejos Técnicos.....	216
9.3. Anexo 3. Programas de unidades de aprendizaje .....	219
9.4. Anexo 4. Estudio de evaluación externa e interna del programa educativo....	1170

## 1. Introducción

La Universidad Autónoma de Baja California (UABC) se ha trazado el compromiso de formar profesionistas competentes en los ámbitos local, nacional, transfronterizo e internacional que contribuyan al desarrollo científico, tecnológico y social que demanda el país y la región en la actualidad, capaces de insertarse en la dinámica de un mundo globalizado, y de enfrentar y resolver de manera creativa los retos que presenta su entorno actual y futuro (UABC, 2019).

El Gobierno Federal estableció seis objetivos nacionales en materia educativa para el desarrollo de México, de entre ellos, *Garantizar el derecho de la población en México a una educación equitativa, inclusiva, intercultural e integral, que tenga como eje principal el interés superior de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes*. Dentro de sus acciones para lograr este objetivo, propone incrementar gradualmente la matrícula de educación superior con una oferta educativa inclusiva, pertinente, flexible y diversificada, que atienda las necesidades del desarrollo local y regional, la diversidad social, lingüística y cultural, así como las prioridades definidas por las comunidades (Secretaría de Educación Pública, 2020). En su Programa Sectorial de Educación concilia la oferta educativa con las necesidades sociales y los requerimientos del sector productivo.

Ante este objetivo nacional, la UABC contribuye a atender el desequilibrio entre la demanda de los jóvenes por carreras de interés y las necesidades de los sectores productivos, a través de oferta de programas educativos novedosos y pertinentes en respuesta a los sectores social y económico en el Estado. Además, promueve esfuerzos para que los programas educativos permitan que sus egresados se inserten con rapidez en los mercados laborales a nivel nacional e internacional contribuyendo a una sociedad más justa, democrática y respetuosa de su medio ambiente (UABC, 2019).

Las Facultades de Deportes de Ensenada, Mexicali y Tijuana, responden a las iniciativas y compromisos de la UABC, de manera muy particular con las siguientes

estrategias:

- Asegurar que la ampliación y diversificación de la oferta educativa se sustente en estudios de necesidades del desarrollo social y económico de Baja California.
- Promover el diseño e implementación de programas educativos en colaboración con instituciones nacionales y extranjeras de reconocido prestigio.
- Garantizar que en el diseño y actualización de programas educativos se satisfagan los criterios y estándares de calidad para lograr la acreditación por parte de organismos nacionales y, en su caso, internacionales de reconocido prestigio.
- Promover que los alumnos cuenten con una oferta integral de programas de apoyo que coadyuve de manera efectiva a su incorporación a la Universidad, su permanencia, buen desempeño académico, terminación oportuna de los estudios y su inserción al mundo laboral.
- Fortalecer los esquemas de vinculación de la Universidad con los sectores público, social y empresarial.
- Asegurar que los campus cuenten con planes actualizados de desarrollo, alineados al Plan de Desarrollo Institucional, contruidos a través de una planeación estratégica participativa y en los cuales se consideren las políticas, programas y estrategias a implementar para proteger las fortalezas y superar las debilidades que hayan sido plenamente identificadas (UABC, 2019).

Por lo anterior, la Facultad de Deportes llevó a cabo la evaluación externa e interna del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte (Anexo 4) cuyos resultados permitieron tomar decisiones curriculares que promovieron la modificación del Plan de Estudios 2012-2. La nueva propuesta responde a las necesidades y cambios sociales y laborales, y al desarrollo de la ciencia y tecnología que en el ámbito nacional e internacional demandan. Se ha diseñado con la filosofía y el enfoque en competencias en la formación del profesional, y la flexibilidad curricular sobre la base de su estructura académica y administrativa. Toma en cuenta las recomendaciones de organismos acreditadores y certificadores a nivel nacional como los Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior (CIEES) y el Consejo para la Acreditación de la Educación Superior (COPAES) considera las disposiciones del Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023 (UABC, 2019), y las



orientaciones de la Coordinación General de Formación Profesional de la UABC. La propuesta de modificación se realiza conservando las bases firmes del perfil del Licenciado en Actividad Física y Deporte y se apega a los principios, misión y visión de la Universidad.

Este documento se compone de siete grandes apartados. En el segundo apartado se plantea la justificación de la propuesta de modificación del plan de estudios 2012-2 a partir de la evaluación externa e interna del programa educativo. El tercer apartado contiene el sustento filosófico-educativo desde la perspectiva del Modelo Educativo de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC, 2013), además de la misión, la visión y los objetivos del programa educativo. El cuarto apartado detalla las etapas de formación, las modalidades de aprendizaje para la obtención de créditos y su operación, los requerimientos y mecanismos de implementación, el sistema de tutorías, así como la planta académica, la infraestructura, materiales y equipo, y la organización de las unidades académicas, necesarias para operar el nuevo plan de estudios. En el quinto apartado se describe el plan de estudios donde se indica el perfil de ingreso, el perfil de egreso, el campo profesional, las características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación y por áreas de conocimiento, el mapa curricular, la descripción cuantitativa del plan de estudios, la equivalencia y la tipología de las unidades de aprendizaje. El sexto apartado define el sistema de evaluación tanto del plan de estudios como del aprendizaje. En el séptimo apartado se integran las expresiones que emitieron expertos pares después de un proceso de revisión de la propuesta. Al final se incluyen los anexos con los formatos metodológicos, actas de aprobación del Consejo Técnico de las unidades académicas, los programas de unidades de aprendizaje y el estudio de evaluación externa e interna del programa educativo.

## 2. Justificación

Los cambios en las últimas décadas plantean un nuevo contexto social, cultural, político y económico, demandando a la educación que privilegie en las políticas educativas los modelos curriculares flexibles y basados en competencias, que sean de calidad, pertinentes y oportunos.

La modificación de planes de estudio en educación superior es una exigencia constante ya que los cambios científicos, sociales, tecnológicos, económicos, políticos y culturales son la característica que define nuestra época. De tal forma que la educación, pero en especial la educación superior, debe ser renovada y consolidada en su saber pedagógico, en difundirlo, retarlo y actualizarlo con creatividad e innovación, contextualizar la oferta educativa superior a los retos, las demandas, problemáticas y posibilidades actuales, ya sean municipales, estatales, nacionales e internacionales. conectado y en diálogo con saberes globales (Trigos, Carreño, García y Álvarez, 2017).

Para analizar la pertinencia del plan de estudio 2012-2 del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte, se realizó una evaluación externa e interna de acuerdo a los planteamientos y políticas institucionales a través de la *Metodología de los estudios de fundamentación para la creación, modificación y actualización de programas educativos de licenciatura de la Universidad Autónoma de Baja California* (UABC, 218).

La evaluación externa abordó dos estudios, (1) de pertinencia social y (2) de referentes. En el primero se analizaron las necesidades sociales, laborales, la oferta y demanda y se realizó el estudio de egresados; en el segundo se incluyó tres análisis: de la profesión, de programas educativos y de organismos nacionales e internacionales.

La evaluación interna incluyó la valoración de cuatro ejes: de mecanismos de operación del programa, del currículo, del personal académico, la infraestructura, servicios, y de actividades complementarias de formación integral, tecnología de la información para la enseñanza y aprendizaje e idioma extranjero.

Con base en los resultados de las evaluaciones externa e interna y a partir de las recomendaciones del organismo acreditador del programa educativo, Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física (COMACAF), se concluyó la modificación curricular del plan de estudios de impacto en los objetivos del programa educativo, la inclusión de nuevas competencias en el perfil de egreso, modificaciones en el mapa curricular, actualización de diferentes elementos de los programas de unidades de aprendizaje (PUA) y de promover el Técnico Superior en Actividades Recreativas y Turísticas asociado al currículo de licenciatura. A continuación, se presentan los principales hallazgos de la evaluación.

## **2.1. Fundamentación Social**

Para determinar las necesidades sociales y laborales, se realizó una investigación documental y una empírica. Esto permitió identificar las necesidades y problemáticas sociales y del mercado laboral que atenderá el egresado del programa educativo; y los campos laborales existentes y emergentes dentro del desarrollo de una sociedad ya sea a nivel local, regional, nacional e internacional.

### ***El contexto internacional***

Existen afecciones sociales en el contexto mundial que deben ser atendidas de manera multidisciplinaria para lograr contrarrestar los efectos negativos en la población. De acuerdo con la Organización Mundial de Salud (OMS, 2010), la inactividad física del ser humano es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad a nivel mundial, predisponiendo la aparición de enfermedades no transmisibles, cardiovasculares, cáncer y diabetes. Establece que, en el ámbito mundial, cerca del 23% de los adultos y de 81% de los adolescentes en edad escolar, no se mantienen suficientemente activos y que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo de mortalidad en el mundo; calcula que el 80% de las muertes atribuibles a enfermedades no transmisibles se produce en países de ingresos bajos y medios (OMS, 2010).

En el contexto continental, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) reporta que existe una evidente epidemia de obesidad en Latinoamérica la cual es causada, entre otros factores, por la inactividad física. Declaró que entre el 30 y el 60% de la población en las Américas no alcanzan el nivel mínimo recomendado de actividad física (OPS, 2018).

En Latinoamérica, se suma a esto una problemática que se encuentra relacionada a lo que sucede en el mundo, ya que alrededor de 360 millones de personas tienen un peso mayor al recomendado en función de la altura de la persona y otros indicadores. Esta cifra representa un 58% de la totalidad de habitantes de la región, de acuerdo a una investigación conjunta realizada por la OPS y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación ([FAO] y OPS, 2018). Sin embargo, Moncada (2005), en su estudio de revisión teórica en el que centra la *Carta de Educación Física y Deporte de la UNESCO* de 1978, identifica y analiza el área de Educación Física y Deporte como importante colaborador en solucionar problemáticas de la sociedad como los aspectos relacionados con el quehacer educativo, económico, político, social y científico en los que se involucra el deporte y la educación física. En consecuencia, en esta parte del mundo donde existen personas que viven en la pobreza, y un porcentaje de éste en la pobreza extrema, el deporte debe de ser aquello que utilice la humanidad para mejorar la vida de una persona; debe de impactar en este sentido positivo a comunidades enteras.

### ***Problemas y necesidades sociales en el contexto nacional y estatal***

México presenta padecimientos que dejan ver importantes necesidades que se deben atender. Actualmente se encuentra en segundo lugar internacional en la prevalencia de sobrepeso con un 64% (FAO y OPS, 2018). En 2013, la muerte por enfermedades no transmisibles fue de 57 mil personas (Barquera, Campos, Hernández, Pedroza y Rivera, 2013). En la *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición* ([ENSANUT], 2012) se reportó que los niños de edad escolar de 5 a 11 años, presentaron una prevalencia nacional combinada de sobrepeso y obesidad de 34.4%; en los adolescentes de 12 a 19 años, 35% y en los adultos, el 73% para las mujeres y el 69.4% para los hombres. El sobrepeso y la obesidad, además de ser un problema de salud pública, también

representa un problema financiero. En nuestro país el costo atribuible tan sólo a la diabetes en 2012, fue entre los 82 y 98 mil millones de pesos que representan al 73% y 87% del gasto programable en salud para ese año (Instituto Mexicano para la Competitividad A.C., s.f.). En Baja California, en el grupo de 5 a 11 años de edad existe una prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad del 42.2%, en los adolescentes 40.7% y en adultos, 73.8% en mujeres y 75.9% en hombres.

Otra situación nacional que resulta desfavorable en México, y que se relaciona con lo antes descrito, es que el 51.4% de los adultos pasa dos horas o menos frente a una pantalla, es decir, un porcentaje significativamente mayor de la población adulta en comparación con Baja California, donde la ENSANUT (2012), reporta que el 40.2% de los adultos pasaron hasta dos horas diarias frente a una pantalla, el 36.9% de 2 y 4 horas diarias y 22.9% de cuatro o más horas. La escasa actividad física de los ciudadanos incide en un deterioro de la salud, lo que refiere la necesidad social de profesionales que creen, organicen e implementen actividades lúdico-recreativas para la utilización del tiempo libre de manera activa.

Según la Secretaría de Educación Pública ([SEP], 2015) en su diagnóstico, uno de los principales retos en nuestro país es la adecuada atención a las poblaciones emergentes formadas por inmigrantes, jóvenes en situación de riesgo y farmacodependientes, así como la prevención de conductas antisociales, encaminándolos a la mejora de la calidad de vida y del bienestar personal y social de estas poblaciones.

Según el diagnóstico estratégico del *Plan Estatal de Desarrollo de Baja California* (PED) 2014-2019, en su eje temático *Sociedad saludable*, se necesitan acciones de activación física en la sociedad, ya que juegan un papel prioritario en la prevención de enfermedades crónico degenerativo. Además, en la política de educación para la vida se encuentran las acciones de Desarrollo deportivo, se expone la necesidad de que se implementen acciones transversales, donde políticas sociales y urbanas incorporen el deporte para intervenir sobre problemas de inseguridad, salud, violencia o de exclusión social, lo que requiere de profesionales que logren concretarlo (Gobierno del Estado de Baja California, 2014).

## **Demandas laborales**

La diversificación en el empleo define los nuevos desafíos del profesional de la actividad física y deportiva. Aparecen las nuevas ofertas desde los sectores público y privado, así como nuevas oportunidades como profesional independiente en el campo de la salud, recreación, docencia, administración y gestión. A esta diversificación se agrega la creciente necesidad de enfatizar en la calidad del mercado de la actividad física y el deporte, de manera que se garantice la mejora continua del mismo.

En el ámbito de la gestión deportiva, es importante distinguir entre gestión pública y gestión privada, lo cual no ocurre en el plan de estudios actual. En este campo, se hace necesario resaltar a la gestión pública en la que existe un marcado aumento de servicios deportivos debido a las acciones federales, estatales y municipales por contrarrestar las problemáticas sociales antes expuestas, lo que genera la necesidad de que la formación del estudiante de la actividad física y deporte incluya contenidos que abonen a este fin en mayor proporción.

En el estado de Baja California, la industria maquiladora tiene una gran presencia y representa un área de oportunidad para nuevas fuentes de empleo para los ciudadanos, sin embargo, debido a las largas jornadas laborales, esta parte del sector normalmente no cuenta con el tiempo ni recursos suficientes para realizar alguna actividad física o deporte de manera sistemática, lo cual es factor potencial para el desarrollo temprano de afectaciones a la salud. Lo anterior refleja una importante área de oportunidad, ya que en la actualidad, la actividad física, deporte y salud están estrechamente vinculados a una mejor calidad de vida. Lo anterior deja ver la necesidad de que los profesionales de la cultura física y el deporte presenten conocimientos específicos de prescripción del ejercicio en poblaciones que se desempeñan en este gremio.

Para enfrentar con éxito el incierto y cambiante mercado laboral, existe la posibilidad de que a través del emprendimiento en el área de cultura física y el deporte, ya sea de carácter formativo, de salud o competitivo, se puedan combatir los índices de desempleo o la ausencia de calidad en los campos laborales vigentes y emergentes, en

ocasiones respondiendo a las exigencias de un constante incremento competitivo del mercado laboral. Es por ello que existe la necesidad de fomentar la atracción profesional hacia el emprendimiento y otras áreas de desarrollo humanista desde el programa educativo para complemento integral de profesionistas.

### ***Empleadores***

En opinión de 73 empleadores de estado de Baja California, el perfil de egreso del plan de estudios 2012-2 responde a los requerimientos actuales del mercado laboral. Sin embargo, los empleadores del sector educativo, observaron que para que su institución u organización subsista, es preciso contar con elementos que mejoren el servicio, como son los relacionados con el área pedagógica y la didáctica. Respecto a la competencia de egreso, referida a esta área, la recomendación de los empleadores fue reforzar las acciones que permitan disminuir la brecha entre la teoría y la práctica a nivel pedagógico.

En segundo término, las demandas de los empleadores se relacionan con la competencia de egreso del área administrativa, en la cual señalaron que se deben desarrollar las habilidades empresariales, en especial la gerencia, competitividad, emprendimiento, comunicación efectiva e inteligencia emocional, de tal manera que los egresados se conviertan en aquellas personas que pueden ocupar los puestos en las organizaciones relacionados con su perfil, todo ello sin dejar de poner atención a la prescripción de la actividad física como esencia primordial del quehacer profesional de los egresados del programa educativo. Aunado a esto, para el sector empresarial es imperante el desarrollo de las habilidades en el uso eficiente de las TIC, el trabajo en equipo, el liderazgo, la comunicación efectiva y la inteligencia emocional.

De acuerdo a la experiencia profesional de los empleadores y necesidades de la empresa o institución, las áreas principales en las que consideran deben capacitarse o actualizarse sus empleados del área de la actividad física y deporte son, en porcentaje de mayor a menor, técnica-deportiva (77%), técnicas de resolución de problemas (74%), pedagógica-didáctica (68%), expresión oral y escrita (66%) y relaciones públicas (64%). En las áreas que consideran que sí, pero no tan importante, son estrategias de



trabajo en equipo (77%), idioma inglés (58%), técnicas de investigación (41%), biomédica (38%), administrativa (34%) y análisis estadístico 34%.

Las respuestas a la pregunta sobre qué sugerencias u observaciones haría para mejorar la formación del Licenciado en Actividad Física y Deporte de la UABC, por ser pregunta de tipo abierta, las respuestas fueron variadas y se agruparon por su coincidencia ( semejanza), relación (correspondencia o conexión) y/o recurrencia (frecuencia) en respuesta. Con un 31% opinan que debe mejorarse la práctica/experiencia; 11% los valores (compromiso, responsabilidad, puntualidad). Con relación a las áreas del conocimiento opinan con 8%, debe reforzarse el área de la salud, con 7% la pedagógica, 4% administración/planeación, 3% la preparación física y 1% biomédica. También debe fortalecerse con 5% la disposición para actualizarse de manera permanentemente, 4% las actividades de emprendedores y en un 3% el liderazgo. Con 1% cada una mencionan aspectos como expresión oral y escrita, imagen personal, resolución de problemas, manejo de paquete Microsoft Office (Excel), entre otros.

## Egresados

Participaron 381 egresados de una población de 473 que cursó el Plan de Estudios 2012-2. En relación a las áreas de conocimiento que integra el plan de estudios, los egresados valoraron su importancia. Los datos se presentan en la siguiente tabla.

Tabla 1. *Valoración de los egresados hacia las áreas de conocimiento del plan de estudios.*

Área	Muy importante	Importante	Poco importante	Nada importante
Técnico-deportiva	50%	40%	8%	2%
Pedagógica	42%	46%	10%	2%
Biomédica	55%	36%	8%	1%
Social humanista	35%	46%	17%	2%
Administrativa	39%	46%	13%	2%

**Fuente:** Elaboración propia.

De acuerdo a la experiencia laboral de los egresados, los contenidos que no fueron enseñados o habilidades no desarrolladas en sus estudios que hoy se dan cuenta que les serían muy favorable tener son: con un 13.4%, cada uno, entrenamiento deportivo y más práctica; con 11.2% administración deportiva; 9% área biomédica; 5.6% emprendedores; 4.5% nutrición; con 3.4% coinciden, psicología deportiva, planeación educativa, rehabilitación, pedagogía e idioma inglés; 2.8% investigación, 2.3 anatomía y 1% fisiología, área terapéutica, manejo de paquetes de cómputo y más unidades de aprendizaje relacionadas con el deporte.

En opinión de los egresados el 68.9% manifestó su interés por que la Facultad de Deportes ofreciera cursos de actualización y capacitación en diversas áreas como nutrición, fisioterapia, entrenamiento deportivo, kinesiología y medicina deportiva por mencionar algunas.

## **2.2. Fundamentación de la profesión**

El plan de estudios debe sostenerse en programas de calidad y revitalizarse para la formación de recursos humanos competentes para utilizar los avances científicos y tecnológicos como herramientas de la profesión. Los avances científicos y tecnológicos se puntualizan por áreas de conocimiento como el entrenamiento deportivo, actividad física y gestión deportiva que se visualizan en el plan de estudios. A continuación, se describen aquellos avances que se han desarrollado en cada una de ellas.

En el área del entrenamiento deportivo se ha innovado en el uso de equipos que puedan evaluar las capacidades físicas de los atletas, además de poner a prueba diferentes tipos de entrenamiento, por ejemplo, los de alta intensidad interválicos, con la finalidad de incrementar el rendimiento físico de los deportistas y así mejorar sus resultados en cada disciplina (Engel et al, 2018).

Respecto a la actividad física para la salud, la investigación se ha enfocado en estudiar la efectiva prescripción del ejercicio a diferentes tipos de poblaciones con el fin

de atenderlas y a través de la actividad física mantener o recuperar su salud (Wormgoor et al, 2018).

En el área de la educación física, las investigaciones se inclinan en el análisis de las sesiones para identificar las intensidades y volúmenes de trabajo, así como las estrategias empleadas para tener un impacto mayor en el desarrollo psicomotor, la adherencia hacia la actividad física y analizar su impacto en el desarrollo integral del niño (Eisele et al., 2018).

Por otra parte, en el área de la gestión deportiva, el objetivo ha sido desarrollar las competencias de emprendimiento en los alumnos, para que sean capaces de organizar eventos en el área de la actividad física y deporte para satisfacer las necesidades de una sociedad demandante (Toril y Valenciano, 2011; Jiménez y Arroyo, 2009).

Con las tecnologías de la información y comunicación (TIC), desde el surgimiento de internet, la difusión e intercambio de los conocimientos han acortado las distancias en el mundo. Hoy en día se tiene fácil acceso a artículos científicos publicados en diversos países. Las TIC son utilizadas tanto para divulgar y propagar los nuevos métodos de trabajo físico y prácticas deportivas como para mejorar la calidad de formación de los profesionistas de la actividad física y el deporte. Un recurso indispensable para la educación son las aplicaciones (*App*) que facilitan el proceso enseñanza aprendizaje. Entre sus ventajas encontramos la comunicación en tiempo real entre docentes y alumnos y la distribución de tareas y recursos didácticos, así como el de invertir menos tiempo en el aula a través de cursos en línea. Unas de las herramientas que permite crear un aula virtual son *Blackboard* y *Classroom*, que permiten crear y administrar un curso al cual tienen acceso los alumnos de manera remota utilizando el internet.

Lo anterior permite conocer los avances que ha tenido la profesión en áreas de conocimiento con el desarrollo tecnológico, pues han sido fuentes de desarrollo para conocer nuevas líneas de acción e investigación. Lo que hoy compete como Licenciados en Actividad Física y Deporte es adecuarse a todos los cambios y

necesidades que surjan en la sociedad y que estas herramientas sean un gran apoyo para el aprendizaje, la innovación y el emprendimiento con el fin de atender todas aquellas problemáticas del área.

### ***Los campos de acción de la profesión***

El plan de estudios actual, ha atendido los campos de acción relacionados con la promoción de la actividad física y el deporte; desarrollo y administración de programas de deporte y actividad física; planificación, organización, dirección y evaluación de las acciones a fin de proporcionar servicios de calidad. Sin embargo, aunque el plan de estudios actual atiende las salidas profesionales hacia el diseño y dirección de programas de formación y capacitación de recursos humanos en las áreas de Educación Física y de Deporte; no en el área de Recreación, limitando las posibles salidas laborales de los futuros egresados.

Cabe mencionar, que tampoco ha abordado el área de salida laboral de actividad física y salud, por lo que no ha atendido los siguientes campos de acción: elaborar diagnósticos y diseñar programas de prevención de enfermedades y rehabilitación física; organizar y participar en equipos multi e interdisciplinarios buscando la promoción y aplicación de acciones dirigidas a la prevención de enfermedades, conservación de la salud, así como participar en actividades de rehabilitación de los individuos a través de la actividad física. Sin embargo, las necesidades sociales demandan a profesionales formados en la actividad físico-deportiva que tengan los conocimientos suficientes en diseñar e implementar programas de actividad física que atiendan las diferentes patologías relacionadas con el síndrome metabólico, higiene postural, enfermedades neurodegenerativas y mentales.

De acuerdo con lo anterior se diseñaron en el nuevo plan de estudios, programas de unidad de aprendizaje donde el alumno practique en los futuros campos de acción en las áreas de conocimiento de Actividad Física para la Salud y Recreación en contextos reales.

### ***La evolución y la perspectiva de la profesión.***

La profesión ha evolucionado desde sus inicios en el desarrollo del deporte, la educación física en todos los niveles educativos, la promoción deportiva y en los últimos años se observa cómo la profesión abarca la administración, la actividad física para la salud y el emprendimiento en la oferta de servicios de actividad física, deportes y recreación.

El profesional egresado del plan de estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte se enfrenta a cambios y adaptaciones funcionales para hacer frente a las necesidades de la sociedad en las áreas de entrenamiento deportivo, actividad física, actividad física recreativa, actividad física para la salud, psicomotricidad, atención del ocio y el tiempo libre.

Debido a los cambios de la globalización el uso de la tecnología, reformas y marcos normativos, los Licenciados en Actividad Física y Deporte se deben adecuar a esta nueva manera de laborar. Es por ello, que para enfrentar con éxito el incierto y cambiante mercado laboral existe la posibilidad, a través del emprendimiento en el área de cultura física y el deporte, ya sea de carácter formativo, de salud o competitivo, se puedan combatir los índices de desempleo o la ausencia de calidad en los campos laborales vigentes y emergentes.

Un sector productivo que puede incidir en el campo laboral del egresado es especialmente la industria maquiladora, la cual tiene una gran presencia en el estado de Baja California y representa un área de oportunidad para nuevas fuentes de empleo. Por tanto, fue fundamental modificar el contenido temático en los programas de unidad de aprendizaje, actualizar bibliografía y evidencias de aprendizaje acordes a los contextos actuales y futuros a fin de evolucionar y atender la perspectiva de la profesión.

### 2.3. Fundamentación institucional

Para evaluar el currículo se llevó a cabo una encuesta a 746 alumnos de una población de 1929 alumnos y otra encuesta a 107 profesores de una población de 230 profesores. En todas las poblaciones se invitó al 100% de la población a responder un cuestionario administrado en una plataforma electrónica.

De acuerdo a los datos recabados, existe congruencia entre el plan de estudios y los requerimientos actuales de la disciplina y la profesión, dado que la opinión de alumnos con respecto al plan de estudios 2012-2, es que el 87% está satisfecho con el programa educativo.

Respecto a la ubicación en el mapa curricular de las unidades de aprendizaje, en opinión del docente, se encontró que el 38% expresa que es adecuada, el 28% inadecuada, el 13% considera que puede mejorar y el 21% otras.

En el caso de la seriación o secuencia de las unidades de aprendizaje obligatorias, el 58% de los docentes expresan que es adecuada, el 11% que puede mejorar, el 9% inadecuada y el 22% otra (materias obligatorias, sin opinión, no sé a qué se refiere, entre otras).

De acuerdo al cuestionario aplicado al personal docente, el 65% expresaron que existe congruencia entre el propósito del programa de unidad de aprendizaje y la competencia, el 20% opina que puede mejorar, el 10% que es inadecuada y el 5% emitió otra opinión. Con relación a la congruencia entre el nombre y el contenido del PUA, el 73% considera es adecuada, el 15% inadecuada, el 7% considera que puede mejorar y el 5% otra. Con respecto al contenido de los programas de unidad de aprendizaje, en promedio, el 86.7% de los alumnos de las tres unidades académicas está satisfecho (Ensenada 81.4%, Mexicali 84.5% y Tijuana 89.8%).

Sin embargo, el análisis de manera particular de cada docente, revela que existe incongruencia entre el nombre y contenido de 21 programas de unidad de aprendizaje obligatorios y en 10 de optativos; por lo que es necesaria la revisión de los contenidos temáticos de estos programas.

Sobre la actualización de los programas de unidad de aprendizaje, el 52% de profesores considera necesaria su actualización. En opinión de los alumnos, el promedio de satisfacción de las tres unidades académicas es de 88.83% (Ensenada 84.9%, Mexicali 90.2% y Tijuana 91.4%), lo que nos permite concluir que el nivel de satisfacción, con relación a la actualización de los PUA es elevado.

A partir de la evaluación del currículo se encontraron áreas de oportunidades en la secuencia de las unidades de aprendizaje del programa educativo, las actualizaciones de los contenidos temáticos y bibliográficos, para el logro de las competencias transversales; la seriación y ubicación de las unidades de aprendizaje declaran una necesidad de reestructuración para alcanzar las competencias correspondientes. El análisis de manera particular de cada docente entrevistado, revela que existe incongruencia entre el nombre y contenido de 21 programas de unidad de aprendizaje obligatorios y en 10 de optativos.

De acuerdo con la evaluación interna del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte, se encontró una solidez de la planta docente para la atención de 1929 estudiantes, conformada por 189 académicos de los cuales 20 son profesores de tiempo completo (PTC), 4 son de Medio Tiempo, 137 son Profesores de Asignatura, 28 son Técnicos Académicos. De los 20 PTC, dos tienen posdoctorado, 6 tienen el grado de Doctor y 12 con grado de maestría, mismos que se encuentran matriculados en programas de Doctorado. Respecto a la infraestructura física, es suficiente, adecuada y funcional, tanto para las actividades académicas, deportivas y de apoyo a servicios hacia la comunidad, encontrándose en óptimas condiciones de uso para el funcionamiento y operatividad del programa educativo. Para el caso del campus Ensenada que no cuenta físicamente con áreas deportivas específicas, se tienen establecidos convenios de cooperación con diferentes instituciones estatales y municipales para satisfacer las demandas académicas y educativas del programa de estudios. De igual manera, los materiales y equipos cumplen en número y condiciones requeridos para ofrecer calidad en prácticas educativas e investigativas.

Con base en lo anterior se manifiesta que la buena calidad en la sólida formación docente, infraestructura adecuada y recursos materiales, han permitido ofrecer una



educación de calidad, misma que se encuentra avalada por organismos de evaluación externa. Concluyendo en que se cuenta con la capacidad y competitividad para atender la modificación del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte.

A partir de la declaración de los argumentos que promovieron la modificación del plan de estudios, en la tabla 2 se presentan las principales diferencias entre el plan 2012-2 y la nueva propuesta.

Tabla 2. *Diferencias curriculares entre el plan de estudios de 2012-2 y el nuevo plan propuesto.*

Plan 2012-2	Plan 2021-2
<b>Etapa Básica</b>	
Los programas de unidad de aprendizaje, en opinión del docente y con respecto a los programas educativos afines a nivel nacional e internacional del PE, se propone modificar los programas de unidad de aprendizaje denominados Actividad Deportiva Básica, Intermedia y Avanzada I y II con la finalidad de especificar competencias, contenidos, deportes y actualizar bibliografía.	Se eliminaron los PUA de Actividad Deportiva y se sustituyeron por los siguientes: Didáctica de Deportes de Conjunto. Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca. Didáctica de Deportes de Apreciación. Didáctica de Deportes de Combate.
Revisar si realmente deben ser obligatorias y cambiar unas a optativas. Escuela y Contexto. Educación Cívica y Ética. Educación Física Adaptada.	Materias optativas:  Contexto Educativo y de la Actividad Física. Educación Cívica y Ética.
Especificar y describir a profundidad las competencias por etapa: básica, disciplinar y terminal del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.	De acuerdo a la metodología se establecieron competencias por áreas de conocimiento y etapa formativa. Se redactaron competencias por etapa.
Ofertar programas de unidad de aprendizaje en las cuatro áreas de conocimiento (técnico deportiva, administrativa, social-humanista, pedagógica) que permitan reforzar el área de conocimiento en la que de manera particular el alumno esté interesado en especializarse en la etapa terminal del PE.	Se ofertan PUA por cada área de conocimiento (Pedagógica, Técnico Deportiva, Social-Humanista, Administrativa, Biomédica y Recreativa) y que culminan en el logro de la competencia del perfil de egreso.
Los programas de unidad de aprendizaje en el área pedagógica, se deben actualizar en los nuevos contenidos de esta área que presenta la Secretaría de Educación Pública a través de sus programas, que le permita a los egresados obtener las nuevas competencias para poder desempeñarse en el futuro campo laboral y la sociedad de manera satisfactoria	Se diseñaron los siguientes PUA del área pedagógica:  Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física. Didáctica de la Actividad Física. Expresión Corporal. Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo. Contexto Educativo y de la Actividad Física.

Plan 2012-2	Plan 2021-2
	Planeación de la Enseñanza. Evaluación del Aprendizaje. Práctica Docente. Educación Física Adaptada.
<b>Etapa Disciplinaria y Terminal</b>	
Agregar una materia obligatoria de emprendimiento que termine con la consecución del proyecto.	Se oferta la materia obligatoria de: Emprendimiento de Proyectos de Actividad Física.
Incrementar el número de asignaturas optativas de acuerdo a las competencias del perfil de egreso.	Se integran asignaturas optativas por competencia del perfil de egreso:  <b>Pedagógica:</b> Educación Cívica y Ética. Educación Física Adaptada. Equidad y Género. Contexto Educativo y de la Actividad Física. <b>Biomédica:</b> <i>Health, Exercise and Sports Assessment.</i> Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio. Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte. Control del Desarrollo Motor. <b>Recreativa:</b> Promoción de la Actividad Física. Navegación a Vela. <b>Técnico Deportiva:</b> Legislación Deportiva Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo Cuantificación de Carga de Entrenamiento. <b>Administrativa:</b> Economía del Deporte. Relaciones Públicas en el Deporte. Sociología del Deporte.
Determinar la seriación de las asignaturas.	Se reorganizó el cumplimiento de las competencias de egreso en cada una de las áreas de conocimiento del Plan de Estudios. Por ejemplo, Metodología de Investigación se oferta antes de Estadística Descriptiva y después como optativa Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte.  Se estableció como obligatoria Planeación de la Enseñanza, después se oferta Evaluación del Aprendizaje y por último Práctica Docente.
Reforzar el área biomédica incluyendo programas de unidad de aprendizaje del área médica como prescripción del ejercicio, dopaje	Se diseñaron los siguientes PUA:  Principios de la Prescripción del Ejercicio.

Plan 2012-2	Plan 2021-2
y ergogenia; al PE, para fortalecer las competencias de egreso del alumnado.	Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórvidas Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio
Fortalecer las competencias a través de los programas de unidad de aprendizaje en el área tecnológica para la prescripción del ejercicio y entrenamiento deportivo, deportes en el medio natural y el emprendimiento debido a que estos son campos emergentes de acción del egresado.	Se diseñaron los siguientes PUA:  Principios de la Prescripción del Ejercicio. Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórvidas Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio. Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo. Cuantificación de Carga de Entrenamiento.
Actualizar los contenidos temáticos y material bibliográfico de los programas de unidad de aprendizaje que representan un área de oportunidad para el fortalecimiento del programa educativo de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte.	El 100% de los PUAS se actualizó en bibliografía posterior al 2015.  Se actualizaron conocimientos, habilidades y actitudes del 100% de PUA.
Potencializar la acreditación del nivel de inglés para disminuir el rezago en la titulación de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte.	De agregó materia optativa en inglés: Health, Exercise and Sports Assessment
Fortalecer el Modelo DUAL y la modalidad de Proyectos de Vinculación con valor en créditos (PVVC); a fin de atender las observaciones de los empleadores con respecto a la experiencia profesional del egresado.	Estos PUAS están organizados para ofrecer la modalidad DUAL o PVVC: Prescripción y Readaptación de Lesiones y Educación Física Adaptada.  Entrenamiento Deportivo II, Acondicionamiento Físico II y Medios Tecnológicos para el control y prescripción del ejercicio.  Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórvidas, Medios Tecnológicos para el control y prescripción del ejercicio y Entrenamiento Deportivo I.
Revisar si realmente deben ser obligatorias y cambiar unas a optativas. Educación Física Adaptada. Tecnología Deportiva.	Materia optativa: Educación Física Adaptada. Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio.

**Fuente:** Elaboración propia.

Además de los cambios el plan de estudios, se integra dentro del plan de estudios de licenciatura, el Técnico Superior Universitario bajo las siguientes consideraciones.

De acuerdo a la Clasificación Internacional Normalizada de la Educación [CINE] de la UNESCO (2013), el Técnico Superior Universitario se ubica en el nivel 5 denominado educación terciaria destinada a impartir a los participantes conocimientos, habilidades y competencias profesionales; se requiere terminar de forma exitosa el nivel CINE 3 o 4 y generalmente es menos larga y teórico que el CINE 6. Cabe señalar que aunque estén diseñados para preparar para el empleo también pueden otorgar créditos transferibles para nivel de licenciatura (CINE 6).

La UNESCO describe los criterios de clasificación donde el contenido del programa del nivel CINE 5 debe ser más complejo que los niveles anteriores y menos que el siguiente nivel. En cuanto a la duración mínima explica que debe ser de dos años y suele tener una duración inferior a tres años y por último debe ofrecer una orientación de educación general y vocacional (UNESCO, 2013).

En México empresas dijeron a la OCDE el deseo de contratar a más egresados de TSU y profesional asociado (OCDE, 2019). Esto no es nuevo en país, desde 1990 las políticas de reforma dirigidas a la educación superior han promulgado como uno de sus ejes de acción la diversificación del sistema mediante la creación y apoyo a instituciones educativas en las que se ofrecen modalidades educativas diferentes a las tradicionales licenciaturas universitarias, para ofertar formas de organización curricular y de funcionamiento institucional flexibles (Ruiz, 2007). De acuerdo con Ruiz (2009) la creación de instituciones dedicadas a la formación de TSU en dos años constituye un acierto en las políticas educativas, ya que no sólo ensancha opciones de educación superior distintas a la educación profesional, sino que también representa oportunidades de acceso a este nivel educativo, para favorecer la igualdad de la sociedad.

El TSU en sus inicios representó una innovación en el Sistema Educativo Superior, ya que brindó de diferentes opciones para las características tradicionales de titulación de las instituciones universitarias. La base fue responder al deseo de algunos

grupos de estudiantes de emprender carreras de corta duración y encontrar empleo rápidamente (CGUT, 2000).

En el Diario Oficial de la Federación en el número del 17 de noviembre de 2017 se establecen los trámites y procedimientos relacionados con el reconocimiento de validez oficial de estudios del tipo superior, define al Técnico Superior Universitario o Profesional Asociado como la opción posterior al bachillerato y anterior a la licenciatura, orientada a la formación práctica y específica de un campo profesional, donde se obtiene un título profesional. Puede ser acreditado por parte del Plan de estudio de una licenciatura (DOF, 2017).

Cualquier institución superior pública o privada podrá solicitar el Reconocimiento de Validez Oficial de Estudios (RVOE) de un Técnico Superior Universitario o Profesional Asociado; que deberá estar orientado al desarrollo de habilidades y destrezas relativas a una actividad profesional específica que se den a través de prácticas laborables o ambientes equivalentes y tener un mínimo de 180 créditos y 1440 horas en la modalidad escolarizada (DOF, 2017).

En un Técnico Superior Universitario es necesario dotar a los estudiantes de conocimientos y habilidades prácticas, para que no solo puedan integrarse plenamente en la carrera intermedia de la estructura profesional, sino también asegurar el desarrollo continuo del trabajo (ANUIES, 2007).

Actualmente en México no se oferta un Técnico Superior Universitario en áreas afín pero existe un Bachillerato Técnico en Actividad Física de la Universidad de Nuevo León, en el plano internacional se oferta un Técnico Superior en Actividad Física y Preparación Física Deportiva en Argentina por el Instituto Superior de Deportes (ISD,2018), un Técnico Superior en Actividad Física y Deporte de la Universidad de las Américas en Chile (UDLA, s.f.), un Técnico Deportivo del Instituto Profesional Academia de Idiomas y Estudios Profesionales en Chile (AIEP, 2019), entre otros. En general el campo laboral descrito es en instituciones públicas, privadas, clubes, establecimientos escolares así como de manera autónoma.

Para la UABC en su Modelo Educativo, un principio orientador es el proceso formativo que contempla en el ciclo profesional al Técnico Superior Universitario previo al logro del grado de Licenciatura (UABC, 2018).

El Plan de Estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte tiene una alta demanda de ingreso, pero también tiene alto índice de rezago, por ejemplo, en la evaluación interna y externa del programa educativo se identificó 231 alumnos rezagados en el periodo entre 2017-1 y 2019-1 principalmente en etapas disciplinaria y terminal, esto representó un 97% de las cohortes correspondientes. En ocasiones, esto conlleva a la no conclusión de los estudios.

La Facultad de Deportes retoma la tendencia de ofertar el Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas con la finalidad de ser innovador, amplio y diverso en su oferta educativa, además de ofrecer una salida lateral para aquellos alumnos que consideren no continuar o detener sus estudios de licenciatura. De igual forma ofrecer valor agregado a la formación de los estudiantes con una incorporación mucho más amplia al sector profesional previo al egreso del programa.

## 3. Filosofía educativa

### 3.1. Modelo educativo de la Universidad Autónoma de Baja California

La Universidad Autónoma de Baja California (UABC) consciente del papel clave que desempeña en la educación, dentro de su modelo educativo integra el enfoque educativo por competencias, debido a que busca incidir en las necesidades del mundo laboral, formar profesionales creativos e innovadores y ciudadanos más participativos. Además, una de sus principales ventajas es que propone volver a examinar críticamente cada uno de los componentes del hecho educativo y detenerse en el análisis y la redefinición de las actividades del profesor y estudiantes para su actualización y mejoramiento.

Bajo el modelo actual y como parte del ser institucional, la UABC se define como una comunidad de aprendizaje donde los procesos y productos del quehacer de la institución en su conjunto, constituyen la esencia de su ser. Congruente con ello, utiliza los avances de la ciencia, la tecnología y las humanidades para mejorar y hacer cada vez más pertinentes y equitativas sus funciones sustantivas.

En esta comunidad de aprendizaje se valora particularmente el esfuerzo permanente en busca de la excelencia, la justicia, la comunicación multidireccional, la participación responsable, la innovación, el liderazgo fundado en las competencias académicas y profesionales, así como una actitud emprendedora y creativa, honesta, transparente, plural, liberal, de respeto y aprecio entre sus miembros y hacia el medio ambiente.

La UABC promueve alternativas viables para el desarrollo social, económico, político y cultural de la entidad y del país, en condiciones de pluralidad, equidad, respeto y sustentabilidad; y con ello contribuir al logro de una sociedad más justa, democrática y respetuosa de su medio ambiente. Todo ello a través de la formación integral, capacitación y actualización de profesionistas; la generación de conocimiento científico y humanístico; así como la creación, promoción y difusión de valores culturales y de expresión artística.



El modelo educativo de la UABC se sustenta filosófica y pedagógicamente en el humanismo, el constructivismo y la educación a lo largo de la vida. Es decir, concibe la educación como un proceso consciente e intencional, al destacar el aspecto humano como centro de significado y fuente de propósito, acción y actividad educativa, consciente de su accionar en la sociedad; promueve un aprendizaje activo y centrado en el alumno y en la educación a lo largo de la vida a través del aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser (UABC, 2013).

El modelo define tres atributos esenciales: la flexibilidad curricular, la formación integral y el sistema de créditos. La flexibilidad curricular, entendida como una política que permite la generación de procesos organizativos horizontales, abiertos, dinámicos e interactivos que facilitan el tránsito de los saberes y los sujetos sin la rigidez de las estructuras tradicionales, se promueve a través de la selección personal del estudiante, quien, con apoyo de su tutor, elegirá la carga académica que favorezca su situación personal. La formación integral, que contribuye a formar en los alumnos actitudes y formas de vivir en sociedad sustentadas en las dimensiones ética, estética y valoral; ésta se fomentará a través de actividades deportivas y culturales integradas a su currículo, así como en la participación de los estudiantes a realizar actividades de servicio social comunitario. El sistema de créditos, reconocido como recurso operacional que permite valorar el desempeño de los alumnos; este sistema de créditos se ve enriquecido al ofrecer una diversidad de modalidades para la obtención de créditos (UABC, 2013).

Así mismo, bajo una prospectiva institucional la Universidad encamina hacia el futuro, los esfuerzos en los ámbitos académico y administrativo a través de cinco principios orientadores, cuyos preceptos se encuentran centrados en los principales actores del proceso educativo, en su apoyo administrativo y de seguimiento a alumnos (UABC, 2013):

1. El alumno como ser autónomo y proactivo, corresponsable de su formación profesional.
2. El currículo que se sustenta en el humanismo, el constructivismo y la educación a lo largo de la vida.
3. El docente como facilitador, gestor y promotor del aprendizaje, en continua

formación y formando parte de cuerpos académicos que trabajan para mejorar nuestro entorno local, regional y nacional.

4. La administración que busca ser eficiente, ágil, oportuna y transparente al contribuir al desarrollo de la infraestructura académica, equipamiento y recursos materiales, humanos y económicos.
5. La evaluación permanente es el proceso de retroalimentación de los resultados logrados por los actores que intervienen en el proceso educativo y permite reorientar los esfuerzos institucionales al logro de los fines de la UABC.

Además, el Modelo Educativo se basa en el constructivismo que promueve el aprendizaje activo, centrado en el alumno y en la educación a lo largo de la vida de acuerdo con los cuatro pilares de la educación establecidos por la UNESCO: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Estos se describen a continuación (UABC, 2013):

- a. Aprender a conocer. Debido a los cambios vertiginosos que se dan en el conocimiento, es importante prestar atención a la adquisición de los instrumentos del saber que a la adquisición de los conocimientos. La aplicación de este pilar conlleva al diseño de estrategias que propicien en el alumno la lectura, la adquisición de idiomas, el desarrollo de habilidades del pensamiento y el sentido crítico. Además, implica el manejo de herramientas digitales para la búsqueda de información y el gusto por la investigación; en pocas palabras: el deseo de aprender a aprender.
- b. Aprender a hacer. La educación no debe centrarse únicamente en la transmisión de prácticas, sino formar un conjunto de competencias específicas adquiridas mediante la formación técnica y profesional, el comportamiento social, la actitud para trabajar en equipo, la capacidad de iniciativa y la de asumir riesgos.
- c. Aprender a vivir juntos. Implica habilitar al individuo para vivir en contextos de diversidad e igualdad. Para ello, se debe iniciar a los jóvenes en actividades deportivas y culturales. Además, propiciar la colaboración entre docentes y alumnos en proyectos comunes.
- d. Aprender a ser. La educación debe ser integral para que se configure mejor la propia personalidad del alumno y se esté en posibilidad de actuar cada vez con mayor

autonomía y responsabilidad personal. Aprender a ser implica el fortalecimiento de la personalidad, la creciente autonomía y la responsabilidad social (UABC, 2013).

El rol del docente es trascendental en todos los espacios del contexto universitario, quien se caracteriza por dos distinciones fundamentales, (1) la experiencia idónea en su área profesional, que le permite extrapolar los aprendizajes dentro del aula a escenarios reales, y (2) la apropiación del área pedagógica con la finalidad de adaptar el proceso de enseñanza a las características de cada grupo y en la medida de lo posible de cada alumno, estas enseñanzas deben auxiliarse de estrategias, prácticas, métodos, técnicas y recursos en consideración de los lineamientos y políticas de la UABC, las necesidades académicas, sociales y del mercado laboral<sup>1</sup>. El docente que se encuentra inmerso en la comunidad universitaria orienta la atención al desarrollo de las siguientes competencias pedagógicas:

- a. Valorar el plan de estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte, mediante el análisis del diagnóstico y el desarrollo curricular, con el fin de tener una visión global de la organización y pertinencia del programa educativo ante las necesidades sociales y laborales, con interés y actitud inquisitiva.
- b. Planear la unidad de aprendizaje que le corresponde impartir y participar en aquellas relacionadas con su área, a través de la organización de contenido, prácticas educativas, estrategias, criterios de evaluación y referencias, para indicar y orientar de forma clara la función de los partícipes del proceso y la competencia a lograr, con responsabilidad y sentido de actualización permanente.
- c. Analizar el Modelo Educativo, por medio de la comprensión de su sustento filosófico y pedagógico, proceso formativo, componentes y atributos, para implementarlos pertinentemente en todos los procesos que concierne a un docente, con actitud reflexiva y sentido de pertenencia.
- d. Implementar métodos, estrategias, técnicas, recursos y prácticas educativas apropiadas al área disciplinar, a través del uso eficiente y congruente con el modelo educativo de la Universidad, para propiciar a los alumnos experiencias de

---

<sup>1</sup> La Universidad, a través del Programa Flexible de Formación y Desarrollo Docente procura la habilitación de los docentes en el Modelo Educativo de la UABC que incluye la mediación pedagógica y diseño de instrumentos de evaluación.

aprendizajes significativas y de esta manera asegurar el cumplimiento de las competencias profesionales, con actitud innovadora y compromiso.

- e. Evaluar el grado del logro de la competencia de la unidad de aprendizaje y de la etapa de formación, mediante el diseño y la aplicación de instrumentos de evaluación válidos, confiables y acordes al Modelo Educativo y de la normatividad institucional, con la finalidad de poseer elementos suficientes para valorar el desempeño académico y establecer estrategias de mejora continua en beneficio del discente, con adaptabilidad y objetividad.
- f. Implementar el Código de Ética de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC, 2017), mediante la adopción y su inclusión en todos los espacios que conforman la vida universitaria, para promover la confianza, democracia, honestidad, humildad, justicia, lealtad, libertad, perseverancia, respeto, responsabilidad y solidaridad en los alumnos y otros entes de la comunidad, con actitud congruente y sentido de pertenencia.
- g. Actualizar los conocimientos y habilidades que posibilitan la práctica docente y profesional, mediante programas o cursos que fortalezcan la formación permanente y utilizando las tecnologías de la información y comunicación como herramienta para el estudio autodirigido, con la finalidad de adquirir nuevas experiencias que enriquezcan la práctica pedagógica y la superación profesional, con iniciativa y diligencia.

### **3.2. Misión y visión de la Universidad Autónoma de Baja California**

#### **Misión**

Formar integralmente ciudadanos profesionales, competentes en los ámbitos local, nacional, transfronterizo e internacional, libres, críticos, creativos, solidarios, emprendedores, con una visión global y capaces de transformar su entorno con responsabilidad y compromiso ético; así como promover, generar, aplicar, difundir y transferir el conocimiento para contribuir al desarrollo sustentable, al avance de la ciencia, la tecnología, las humanidades, el arte y la innovación, y al incremento del nivel de desarrollo humano de la sociedad bajacaliforniana y del país (UABC, 2019, p. 91).

## **Visión**

En 2030, la Universidad Autónoma de Baja California (UABC) es ampliamente reconocida en los ámbitos nacional e internacional por ser una institución socialmente responsable que contribuye, con oportunidad, equidad, pertinencia y los mejores estándares de calidad, a incrementar el nivel de desarrollo humano de la sociedad bajacaliforniana y del país, así como a la generación, aplicación innovadora y transferencia del conocimiento, y a la promoción de la ciencia, la cultura y el arte (UABC, 2019, p. 91).

### **3.3. Misión, visión y valores de las unidades académicas**

#### **Facultad de Deportes**

##### **Misión**

Formar profesionales competentes en la actividad física y deporte, que aplican principios científicos y técnicos específicos de la motricidad humana, para el diseño y desarrollo de soluciones a problemáticas en el ámbito nacional e internacional, con sentido ético, socialmente responsables, emprendedores y capaces de adaptarse y vincularse a las exigencias que demanda el entorno; además de promover la generación y transferencia de nuevos conocimientos para coadyuvar al desarrollo de la sociedad a través de la cultura física (UABC, 2016, p.17).

##### **Visión**

En 2026, la Facultad de Deportes es un referente a nivel nacional e internacional por ofertar programas educativos pertinentes y reconocidos por su buena calidad, su personal académico permanece inmerso en procesos de mejora continua; la diversificación de su oferta educativa atiende las necesidades de la sociedad en materia de cultura física en diversas modalidades; de igual forma promueve la formación integral del estudiante universitario a través de la oferta del deporte curricular. Ha consolidado su vinculación mediante la colaboración con los sectores social, público y productivo, posicionándose a nivel nacional por su competitividad en la producción científica, capacidad docente, deporte universitario y la extensión de sus servicios, para responder a las realidades cambiantes de su entorno (UABC, 2016, p. 21).

## **Valores**

En las Facultades de Deportes se comparten los valores fundamentales de la UABC:

1. Taller de valores para alumnos.
2. Conferencias con temáticas de equidad de género, prevención de enfermedades, cuidado del medio ambiente.
3. Carteles del valor del mes en redes sociales.
4. Como eje transversal en el logro de las competencias de los Programas de Unidad de Aprendizaje.
5. Proyectos de Servicio Social Profesional y Comunitario, por ejemplo, en el programa Brigadas de Apoyo a Comunidades Indígenas y programa de Actividad Física para el Adulto Mayor.

### **3.4. Misión, visión y objetivos del programa Licenciado en Actividad Física y Deporte**

En congruencia con la filosofía educativa de la UABC, las Facultades de Deportes y el programa educativo busca formar profesionistas de excelencia y alto nivel competitivo, capaces de aplicar sus conocimientos y habilidades para enfrentar y resolver los retos propios al entorno regional actual y futuro. Además, busca generar conocimiento y extenderlo a la comunidad, llevándolo a su aplicación en el ámbito científico, académico y social con la intención de mejorar la calidad de vida en el entorno local, regional, nacional e internacional, al mismo tiempo que fomenta los valores culturales, el sentido ético, la responsabilidad social y el respeto al medio ambiente.

#### ***Misión***

Formar integralmente profesionales innovadores, emprendedores y competentes en la actividad física y deporte, que apliquen principios científicos y técnicos para atender a la

necesidades y problemáticas de la sociedad relacionadas con la cultura física, la salud y ciencias aplicadas al deporte, con capacidad de vinculación en el ámbito nacional e internacional, con sentido ético, responsabilidad social e igualdad; además de generar y aplicar nuevos conocimientos para contribuir al desarrollo de la comunidad universitaria y la sociedad.

### ***Visión***

En 2030, el programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte es reconocido en el ámbito nacional e internacional por la calidad de los servicios que brinda a la comunidad a través de la formación de profesionales que aportan en la resolución de problemáticas de actividad física, salud, deporte y la recreación con un alto sentido de responsabilidad social.

### ***Objetivo general***

Formar licenciados en Actividad Física y Deporte con una filosofía humanista, capaces de analizar el entorno nacional e internacional para proponer e implementar soluciones relacionados con la cultura física de manera ética, responsable e incluyente, todo ello desde una fundamentación pedagógica constructivista que centra su estudio en la acción motriz.

### ***Objetivos específicos***

1. Desde la perspectiva filosófica formar profesionistas con un amplio respeto hacia el individuo y el colectivo social, que genera acciones para mejorar el grado de enseñanza y rendimiento físico de los diferentes tipos de población; favorecer la calidad de vida de la sociedad mediante el diseño e implementación de programas de actividad física, recreación y deporte; así como facilitar la reintegración del individuo a la actividad física mediante programas de prescripción del ejercicio.



2. Desde la perspectiva pedagógica constructivista, crear un profesional responsable de construir su conocimiento mediante un aprendizaje activo y conciencia crítica, a través de escenarios participativos apoyados de diversos recursos tecnológicos y materiales, tanto dentro como fuera del aula, con desarrollo de competencias enfocadas a lograr un aprendizaje a lo largo de toda su vida, expuesto a prácticas que desarrollan de sus capacidades físicas e intelectuales, sus habilidades motrices básicas y deportivas.
3. Desde la perspectiva epistemológica formar al egresado como un profesional competente, que aplica principios científicos y técnicos de la motricidad humana, en el diseño y desarrollo de soluciones a problemáticas de salud pública apoyado en las ciencias aplicadas al deporte, con formación para promover la generación y transferencia de nuevos conocimientos para el desarrollo de la sociedad.
4. Desde la perspectiva axiológica, formar egresados profesionales en actividad física y deporte con amplio sentido ético, emprendedores, orientados al análisis crítico de su saber, de su ser y quehacer profesional, responsables y comprometidos con la comunidad, con amplio respeto a la vida y a la dignidad del ser humano; que desarrollan la instrucción de la actividad física y el deporte con actitud objetiva, responsable, respetuosa de la condición física del individuo; ejercen procesos de toma de decisiones pertinentes y el liderazgo en el diseño e implementación de proyectos de actividad física y deporte para beneficio del ser humano, con actitud analítica, creativa, responsable y respetuosa del medio ambiente.

## **4. Descripción de la propuesta**

El programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte tiene dos componentes fundamentales. El primero se mantiene en apego a la metodología curricular de la UABC basado en un modelo flexible con un enfoque en competencias y el segundo la formación sólida de la actividad física y deporte en las áreas de biomédica, administrativa, pedagógica y técnico-deportiva, y en correspondencia con la disciplina y las necesidades laborales y sociales.

El Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas abarca los primeros cuatro periodos de la ruta curricular del plan de estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte. Tiene un alto componente práctico en el área de conocimiento técnico-deportiva donde se privilegia la práctica de campo.

### **4.1. Etapas de formación**

El plan de estudios de licenciatura está compuesto de tres etapas de formación donde se procura dosificar la complejidad de unidades de aprendizaje y contenidos buscando desarrollar y proporcionar al alumno las competencias propias del Licenciado en Actividad Física y Deporte, las cuales serán verificables y extrapolables a la práctica profesional real que se gesta en el entorno, mismas que podrán ser adecuadas de acuerdo con la evolución y desarrollo de la ciencia y tecnología de su disciplina. El Técnico Superior Universitario abarca la etapa básica y el primer periodo de la etapa disciplinaria.

#### **4.1.1. Etapa básica**

La etapa de formación básica incluye los tres primeros periodos escolares del plan de estudios. Se incluyen 21 unidades de aprendizaje obligatorias que contribuyen a la formación básica, elemental e integral del estudiante de las ciencias básicas con una orientación eminentemente formativa, para la adquisición de conocimientos de las

diferentes disciplinas que promueven competencias contextualizadoras, metodológicas, instrumentales y cuantitativas esenciales para la formación del estudiante. En esta etapa el estudiante deberá completar 124 créditos obligatorios.

Desde esta etapa, el estudiante podrá considerar tomar cursos y actividades complementarias en áreas de deportes y cultura que fomenten su formación integral. Antes de concluir la etapa básica los estudiantes deberán acreditar 300 horas de servicio social comunitario. En caso de no hacerlo, durante la etapa disciplinaria, el número de asignaturas a cursar estará limitado a tres de acuerdo con el Reglamento de Servicio Social de la UABC.

#### *Competencia de la etapa básica*

Analizar las teorías pedagógicas, los principios psicológicos, biológicos y sociológicos de la actividad física, con base en la conducta motriz, identificando las condiciones contextuales y de sustentabilidad de la población, para la promoción de hábitos saludables, perdurables, seguros y autónomos, y determinar los criterios de intervención metodológica en los distintos tipos de población, con actitud crítica, objetiva y con responsabilidad.

#### **4.1.2. Etapa disciplinaria**

En la etapa disciplinaria el estudiante tiene la oportunidad de conocer, profundizar y enriquecerse de los conocimientos teórico-metodológicos y técnicos de la profesión de la actividad física y el deporte orientados a un aprendizaje genérico del ejercicio profesional. Esta etapa comprende la mayor parte de los contenidos del programa, y el nivel de conocimiento es más complejo, desarrollándose principalmente en tres períodos intermedios. Esta etapa se compone de 23 unidades de aprendizaje, 17 obligatorias y 6 optativas con un total de 137 créditos, de los cuales 101 son obligatorios y 36 son optativos.

En esta etapa el estudiante habiendo acreditado el servicio social comunitario o

primera etapa, podrá iniciar su servicio social profesional al haber cubierto el 60% de avance en los créditos del plan de estudios y concluyendo en la etapa terminal de acuerdo con lo que establece el Reglamento de Servicio Social vigente.

El Técnico Superior Universitario, culmina al inicio de esta etapa (cuarto periodo). La unidad académica debe analizar las trayectorias de los estudiantes durante este periodo, buscando que los alumnos que opten por tramitar su título de Técnico Superior Universitario, lo realicen sin problema.

#### *Competencia de la etapa disciplinaria*

Aplicar los fundamentos teórico prácticos relacionados con la actividad física, deporte, recreación, pedagogía y del rendimiento físico, con base en los principios de la conducta motriz y las ciencias aplicadas a estas, para determinar los criterios de intervención metodológica en distintos contextos, con actitud crítica, objetiva y con responsabilidad.

#### **4.1.3. Etapa terminal**

La etapa terminal se establece en los últimos dos periodos del programa educativo donde se refuerzan los conocimientos teórico-instrumentales específicos; se incrementan los trabajos prácticos y se desarrolla la participación del alumno en el campo profesional, explorando las distintas orientaciones a través de la integración y aplicación de los conocimientos adquiridos, para enriquecerse en áreas afines y poder distinguir los aspectos relevantes de las técnicas y procedimientos que en el perfil profesional requiere, en la solución de problemas o generación de alternativas.

La etapa se compone de 9 unidades de aprendizaje obligatorias y 3 unidades de aprendizaje optativas con un total de 66 créditos, de los cuales 48 son obligatorios y 18 son optativos. Además de 10 créditos obligatorios de las Prácticas Profesionales que el estudiante debe realizar cuando haya cubierto el 70% de los créditos del plan de estudios correspondiente según lo establecido en el Reglamento General para la

Prestación de Prácticas Profesionales vigente de la UABC. En esta etapa el alumno podrá realizar hasta dos proyectos de vinculación con valor en créditos con un mínimo de 2 créditos optativos cada uno.

#### *Competencia de la etapa terminal*

Diseñar, implementar organizaciones o programas sustentables de actividad física incluyentes, basados en diferentes tipos de población, mediante la utilización de los conocimientos pedagógicos, recreativos, biomédicos, administrativos y técnico-deportivos, para coadyuvar a satisfacer necesidades de tipo social, educativo y promover la calidad de vida de la comunidad, con actitud creativa, objetiva, disposición al trabajo interdisciplinario, responsabilidad social y honestidad.

#### **4.2. Descripción de las modalidades de aprendizaje y obtención de créditos, y sus mecanismos de operación**

De acuerdo a los fines planteados en el Modelo Educativo (UABC, 2013), en el Estatuto Escolar (UABC, 2018) y en la Guía Metodológica para la Creación y Modificación de los Programas Educativos (UABC, 2010) se ha conformado una gama de experiencias teórico-prácticas denominadas *Otras Modalidades de Aprendizaje y Obtención de Créditos*, donde el alumno desarrolla sus potencialidades intelectuales y prácticas; las cuales pueden ser cursadas en diversas unidades académicas al interior de la universidad, en otras instituciones de educación superior a nivel nacional e internacional o en el sector social y productivo. Al concebir las modalidades de aprendizaje de esta manera, se obtienen las siguientes ventajas:

- a. Participación dinámica del alumno en actividades de interés personal que enriquecerán y complementarán su formación profesional.
- b. La formación interdisciplinaria, al permitir el contacto directo con contenidos, experiencias, con alumnos y docentes de otras instituciones o entidades.
- c. La diversificación de las experiencias de enseñanza-aprendizaje.

En las unidades académicas, estas modalidades de aprendizaje permitirán al alumno inscrito en el programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte, la selección de actividades para la obtención de créditos, que habrán de consolidar el perfil de egreso en su área de interés, con el apoyo del profesor o tutor. Las modalidades de aprendizaje se deberán registrar de acuerdo con el periodo establecido en el calendario escolar vigente de la UABC.

De la relación de las diferentes modalidades de obtención de créditos, los alumnos podrán registrar como parte de su carga académica hasta dos modalidades por periodo, siempre y cuando sean diferentes, y se cuente con la autorización del Tutor Académico en un plan de carga académica pertinente al área de interés del alumno, oportuna en función de que se cuenten con los conocimientos y herramientas metodológicas necesarias para el apropiado desarrollo de las actividades, que el buen rendimiento del alumno le asegure no poner en riesgo su aprovechamiento, y que permita el Estatuto Escolar vigente en lo relativo a la carga académica máxima permitida. Existen múltiples modalidades distintas cuyas características y alcances se definen a continuación.

#### **4.2.1. Unidades de aprendizaje obligatorias**

Las unidades de aprendizaje obligatorias se encuentran en las tres etapas de formación que integran el plan de estudios del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte que han sido definidas y organizadas en función de las competencias profesionales y específicas que conforman el perfil de egreso, por lo tanto, las unidades de aprendizaje guardan una relación directa con éstas y un papel determinante en el logro de dicho perfil. Estas unidades de aprendizaje necesariamente tienen que ser cursadas y aprobadas por los alumnos (UABC, 2018). Para este programa educativo, se integran 47 unidades de aprendizaje obligatorias donde el alumno obtendrá 273 créditos de los 349 que conforman su plan de estudios.

Dentro de este tipo de unidades se contemplan 8 unidades de aprendizaje

integradoras cuyo propósito es integrar conocimientos básicos y disciplinarios para que el estudiante demuestre competencias según las áreas de conocimiento del plan de estudios: Turismo Activo, Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, Mercadotecnia Deportiva, Práctica Docente, Entrenamiento Deportivo II, Emprendimiento de Proyectos de Actividad Física, Seminario de competencias Profesionales y Percepción del Ejercicio en el Adulto Mayor.

De manera particular, el Técnico Superior Universitario que abarca los primeros cuatro periodos, se integra de 28 asignaturas obligatorias que en total, suman 166 créditos obligatorios.

#### **4.2.2. Unidades de aprendizaje optativas**

Además de la carga académica obligatoria, los estudiantes deberán cumplir 74 créditos optativos, que pueden ser cubiertos por unidades de aprendizaje optativas que se encuentran incluidas en el plan de estudios, y por créditos obtenidos de otras modalidades que se sugieren en esta sección.

Las unidades de aprendizaje optativas permiten al alumno fortalecer su proyecto educativo con la organización de aprendizajes en un área de interés profesional con el apoyo de un docente o tutor. Este tipo de unidades de aprendizaje se adaptan en forma flexible al proyecto del alumno y le ofrecen experiencias de aprendizaje que le sirvan de apoyo para el desempeño profesional (UABC, 2018).

En esta propuesta de creación del plan de estudios, se han colocado 11 espacios optativos en el mapa curricular que corresponden a 11 unidades de aprendizaje optativas distribuidas en las etapas básica, disciplinaria y terminal. Sin embargo, atendiendo a las iniciativas institucionales para promover la flexibilidad y oportunidades de formación de los alumnos, se han preparado 6 unidades de aprendizaje más. En suma, el plan de estudio integra 17 unidades de aprendizaje optativas.

De manera particular, el Técnico Superior Universitario que abarca los primeros cuatro periodos, se integra de 3 asignaturas optativas que en total, suman 18 créditos optativos.

#### **4.2.3. Otros cursos optativos**

Estos cursos optativos son una alternativa para incorporar temas de interés que complementan la formación del alumno (UABC, 2018). Cuando el programa educativo esté operando, se pueden integrar al plan de estudios unidades de aprendizaje optativas adicionales de acuerdo con los avances científicos y tecnológicos en la disciplina o de formación integral o de contextualización obedeciendo a las necesidades sociales y del mercado laboral. Estos nuevos cursos optativos estarán orientados a una etapa de formación en particular y contarán como créditos optativos de dicha etapa.

Estos cursos optativos se deberán registrar ante el Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación de su unidad regional según la etapa en la que se ofertará la unidad de aprendizaje de manera homologada entre las unidades académicas.

Para la evaluación de la pertinencia del curso, de manera conjunta, los subdirectores de las unidades académicas integrarán un Comité Evaluador formado por un docente del área de cada unidad académica, quienes evaluarán y emitirán un dictamen o recomendaciones sobre la nueva unidad de aprendizaje, y garantizar la calidad y pertinencia de la propuesta, así como la viabilidad operativa.

#### **4.2.4. Estudios independientes**

En esta modalidad, bajo la asesoría, supervisión y evaluación de un docente, el estudiante tiene la alternativa de realizar estudios de interés disciplinario no sujeto a la asistencia a clases ni al programa oficial de una unidad de aprendizaje. En esta modalidad de aprendizaje, el alumno se responsabiliza de manera personal a realizar las actividades de un plan de trabajo, previamente elaborado bajo la supervisión y visto bueno de un docente titular que fungirá como asesor (UABC, 2013).



El plan de trabajo debe ser coherente y contribuir a alguna de las competencias específicas del plan de estudios en una temática en particular; las actividades contenidas en el plan de trabajo deben garantizar el logro de las competencias y los conocimientos teórico-prácticos de la temática especificada. El estudio independiente debe ser evaluado y en su caso aprobado en la unidad académica por medio del Comité Evaluador y se deberá solicitar su registro en el periodo establecido ante el Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación del campus correspondiente, acompañado de la justificación y las actividades a realizar por el estudiante.

El asesor será el responsable de asignar una calificación con base a los criterios de evaluación incorporados en el registro y a su vez solicitar el registro de la calificación correspondiente una vez concluida la modalidad. En el caso de que el alumno reprobara, deberá inscribirse en el mismo estudio independiente registrado en el periodo próximo inmediato en su carga académica. El alumno tendrá derecho a cursar un estudio independiente por periodo, y dos estudios independientes máximo a lo largo de su trayectoria escolar y a partir de haber cubierto el 60% de los créditos del plan de estudios, obteniendo un máximo de seis créditos por estudio independiente.

#### **4.2.5. Ayudantía docente**

Esta actividad tiene como finalidad brindar al alumno experiencias de aprendizaje de habilidades y herramientas teórico-metodológicas del quehacer docente como la comunicación oral y escrita dirigida a un público específico, la organización y planeación de actividades, la conducción de grupos de trabajo, entre otros, que contribuyan claramente al perfil de egreso del alumno y a las competencias profesionales y específicas del plan de estudios. Las responsabilidades y acciones asignadas al alumno participante no deben entenderse como la sustitución de la actividad del profesor sino como un medio alternativo de su propio aprendizaje mediante el apoyo a actividades, tales como asesorías al grupo, organización y distribución de materiales, entre otros (UABC, 2013).

El estudiante participa realizando acciones de apoyo académico en una unidad de aprendizaje en particular, en un periodo escolar inferior al que esté cursando y en la que haya demostrado un buen desempeño con calificación igual o mayor a 80. La actividad del alumno está bajo la asesoría, supervisión y evaluación de un docente de carrera quien fungirá el papel de responsable. El alumno participa como adjunto de docencia (auxiliar docente), apoyando en las labores del profesor de carrera dentro y fuera del aula, durante un periodo escolar.

El alumno tendrá derecho a cursar como máximo una ayudantía docente por período, y un máximo de dos ayudantías docentes a lo largo de su trayectoria escolar, obteniendo un máximo de seis créditos por ayudantía. Esta modalidad se podrá realizar a partir de la etapa disciplinaria.

La unidad académica solicitará su registro en el Sistema Institucional de Planes y Programas de Estudios y Autoevaluación (SIPPEA) ante Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación de su unidad regional, previa evaluación y en su caso aprobación del Comité Evaluador. El responsable de la modalidad será el encargado de asignar una calificación con base a los criterios de evaluación incorporados en el registro y de solicitar el registro de la calificación correspondiente una vez concluida la ayudantía.

#### **4.2.6. Ayudantía de investigación**

Esta actividad tiene como finalidad brindar al alumno experiencias de aprendizaje de habilidades y herramientas teórico-metodológicas propias del perfil de un investigador, tales como el análisis crítico de la información y de las fuentes bibliográficas, la organización y calendarización de su propio trabajo, entre otras, que contribuyan claramente al perfil de egreso del alumno y a las competencias profesionales y específicas del plan de estudio.

Esta modalidad se realiza durante las etapas disciplinaria o terminal. En esta modalidad de aprendizaje el alumno participa apoyando alguna investigación registrada

por el personal académico de la Universidad o de otras instituciones, siempre y cuando dicha investigación se encuentre relacionada con alguna competencia profesional o específica del plan de estudios. Esta actividad se desarrolla bajo la asesoría, supervisión y evaluación de un profesor-investigador o investigador de carrera, y no debe entenderse como la sustitución de la actividad del investigador (UABC, 2013).

La investigación debe estar debidamente registrada como proyecto en el Departamento de Posgrado e Investigación del campus correspondiente, o en el departamento equivalente en la institución receptora, y relacionarse con los contenidos del área y etapa de formación que esté cursando el estudiante. El alumno tendrá derecho a tomar como máximo una ayudantía de investigación por periodo y un máximo de dos ayudantías de investigación a lo largo de su trayectoria escolar, obteniendo un máximo de seis créditos por ayudantía.

Se deberá solicitar su registro en el periodo establecido ante el Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación de la unidad regional. La solicitud de ayudantía de investigación deberá incluir los datos académicos, justificación de la solicitud y el programa de actividades a realizar. Para su registro deberá contar con el visto bueno del responsable del proyecto y las solicitudes serán turnadas al Comité Evaluador para su respectiva evaluación y en su caso aprobación, considerando la competencia general propuesta en la ayudantía y los objetivos del proyecto de investigación al que se asocia. El responsable de la modalidad será el encargado de asignar una calificación con base a los criterios de evaluación incorporados en el registro y de solicitar el registro de la calificación correspondiente una vez concluida la ayudantía.

#### **4.2.7. Ejercicio investigativo**

Esta actividad tiene como finalidad brindar al estudiante experiencias de aprendizaje que fomenten la iniciativa y creatividad en el alumno mediante la aplicación de los conocimientos, habilidades y actitudes disciplinares en el campo de la investigación

(UABC, 2013) que contribuyan claramente al perfil de egreso del alumno y a las competencias profesionales y específicas del plan de estudios.

Esta modalidad se lleva a cabo durante las etapas disciplinaria o terminal y consiste en que el alumno elabore una propuesta de investigación y la realice con la orientación, supervisión y evaluación de un profesor-investigador o investigador de carrera quien fungirá el papel de asesor. En esta modalidad, el alumno es el principal actor quien debe aplicar los conocimientos desarrollados en el tema de interés, establecer el abordaje metodológico, diseñar la instrumentación necesaria y definir estrategias de apoyo investigativo. El asesor solamente guiará la investigación.

El alumno tendrá derecho a tomar como máximo un ejercicio investigativo por periodo y un máximo de dos ejercicios investigativos a lo largo de su trayectoria escolar, obteniendo un máximo de seis créditos por cada uno. Se deberá solicitar su registro en el periodo establecido ante el Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación del campus correspondiente, previa evaluación y en su caso aprobación de la unidad académica por medio del Comité Evaluador. El asesor será el encargado de asignar una calificación con base en los criterios de evaluación incorporados en el registro y de solicitar el registro de la calificación correspondiente una vez concluida la modalidad.

#### **4.2.8. Apoyo a actividades de extensión y vinculación**

Esta actividad tiene como finalidad brindar al alumno experiencias de aprendizaje de habilidades y herramientas teórico-metodológicas de la extensión y vinculación tales como la comunicación oral y escrita dirigida a un público específico, la organización y planeación de eventos, la participación en grupos de trabajo, entre otros, que contribuyan claramente al perfil de egreso del alumno y a las competencias profesionales y específicas del plan de estudio.

Esta modalidad consiste en un conjunto de acciones para acercar las fuentes del conocimiento científico, tecnológico y cultural a los sectores social y productivo. Estas actividades se desarrollan a través de diversas formas (planeación y organización de

cursos, conferencias y diversas acciones con dichos sectores, entre otras), a fin de elaborar e identificar propuestas que puedan ser de utilidad y se orienten a fomentar las relaciones entre la Universidad y la comunidad (UABC, 2013).

Las actividades en esta modalidad podrán estar asociadas a un programa formal de vinculación con un docente responsable. El alumno podrá participar a partir del tercer periodo escolar, y tendrá derecho a tomar como máximo dos actividades durante su estancia en el programa educativo, obteniendo un máximo de seis créditos por actividad.

El docente responsable solicitará el registro en el periodo establecido ante el Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación previa evaluación y en su aprobación de la unidad académica por medio del Comité Evaluador; será el encargado de asignar una calificación con base en los criterios de evaluación incorporados en el registro y de solicitar el registro de la calificación correspondiente una vez concluida la modalidad

#### **4.2.9. Proyectos de vinculación con valor en créditos (PVVC)**

Estos proyectos tienen como propósito la aplicación y generación de conocimientos y la solución de problemas, ya sea a través de acciones de investigación, asistencia o extensión de los servicios, entre otros; buscando fortalecer el logro de las competencias y los contenidos de las unidades de aprendizaje a ser consideradas (UABC, 2018).

Esta modalidad se refiere a múltiples opciones para la obtención de créditos, las cuales pueden incluir, de manera integral y simultánea, varias de las modalidades de aprendizaje. El PVVC se realiza en la etapa terminal, se registrarán a través de la Coordinación de Formación Profesional y Vinculación Universitaria de las Unidades Académicas, y se desarrollarán en los sectores social y productivo, como una experiencia de aprendizaje para los alumnos a fin de fortalecer el logro de competencias específicas al situarlos en ambientes reales y al participar en la solución

de problemas o en la mejora de procesos de su área profesional. Lo anterior se efectúa con la asesoría, supervisión y evaluación de un Profesor de Tiempo Completo o Medio Tiempo, y un profesionista de la unidad receptora (UABC, 2013).

Los PVVC podrán estar integrados por al menos una modalidad de aprendizaje asociada al currículo. El total de créditos del proyecto consistirá en los créditos obligatorios y optativos correspondientes a las modalidades de aprendizaje que lo constituyen, más dos créditos correspondientes al registro del propio PVVC.

La operación y seguimiento de los PVVC funcionarán bajo los siguientes criterios y mecanismos de operación:

- a) En los PVVC se podrán registrar alumnos que hayan cubierto el total de créditos obligatorios de la etapa disciplinaria y que cuenten con el servicio social profesional acreditado, o que se encuentre registrado en un programa de servicio social profesional con su reporte trimestral aprobado al momento de solicitar su registro al PVVC.
- b) El alumno deberá cursar un PVVC durante su etapa terminal.
- c) Sólo se podrá cursar un PVVC por periodo escolar.
- d) El registro de esta modalidad se deberá solicitar en el periodo establecido ante el Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación del campus correspondiente.
- e) Las unidades académicas solicitarán el registro de los proyectos planteados por las unidades receptoras, previa revisión y aprobación del responsable del Programa Educativo y el Coordinador de Formación Profesional.
- f) El responsable de programa educativo designará a un Profesor de Tiempo Completo la supervisión y seguimiento del PVVC.
- g) La calificación que se registrará se obtendrá de la evaluación integral considerando las evaluaciones del supervisor de la unidad receptora, del profesor responsable y

los mecanismos que designe la unidad académica.

- h) Los PVVC deberán incluir al menos una modalidad de aprendizaje.
- i) Los Profesores de Tiempo Completo podrán ser responsables de un máximo cinco PVVC, en los que podrá atender a un máximo de 15 alumnos distribuidos en el total de PVVC a su cargo; en el caso de que un PVVC exceda de 15 alumnos, podrá asignarse como responsable a más de un profesor. Los Profesores de Medio Tiempo podrán ser responsables de hasta dos PVVC, en los que podrá atender a un máximo de ocho alumnos distribuidos en el total de PVVC a su cargo.
- j) Será recomendable se formalice un convenio de vinculación con la unidad receptora.

Los alumnos regulares que cumplan satisfactoriamente su primer PVVC podrán optar por llevar un segundo PVVC bajo los siguientes criterios:

- a) Que en su desempeño de los últimos 2 periodos escolares no tenga asignaturas reprobadas y que la calificación mínima sea de 80 en examen ordinario.
- b) Registrar el segundo PVVC en un periodo escolar posterior a la evaluación del primero.
- c) Será preferible aquellos PVVC de nivel III como se describe en la siguiente tabla.

Tabla 3. *Características de los niveles de los PVVC.*

Nivel	Rango en Créditos*	Rango en horas por semestre**	Número de asignaturas asociadas	Prácticas Profesionales	Número de otras modalidades de aprendizaje asociadas
I	10-15	160-240	Variable	No aplica	Variable
II	16-20	256-320	Variable	Opcional	Variable
III	21-30	336-480	Variable	Opcional	Variable

\*No incluye los 2 créditos del PVVC.

\*\*Calculando número de créditos por 16 semanas.

A continuación, se presentan tres ejemplos de PVVC:

## Ejemplo PVVC nivel 1

**Nombre del Proyecto:** Proyecto Necesidades Educativas Especiales

**Descripción:** Promover el desarrollo integral en niños y adolescentes con necesidades educativas especiales, así como impulsar su integración e independencia a través de la realización de sesiones de educación física adaptada.

**Competencia General del Proyecto:** Implementar sesiones de educación física con carácter inclusivo, en un ambiente de respeto, colaboración y actitud positiva, a través del análisis contextual de la educación especial y el trabajo en equipo para generar trabajo conjunto e interinstitucional orientado a la educación integral de alumnos de educación especial con discapacidad y/o en rehabilitación.

**Duración:** 192 horas (cuatro meses)

Tabla 4. *Ejemplo del PVVC nivel 1 Proyecto Necesidades Educativas Especiales.*

Modalidades de Aprendizaje:	Créditos	Carácter
Unidad de Aprendizaje: Prescripción y Readaptación de Lesiones	6	Obligatorio
Unidad de Aprendizaje: Educación Física Adaptada	6	Optativo
PVVC: Proyecto Necesidades Educativas Especiales.	2	Optativo
Total:	12	

Fuente: Elaboración propia.

## Ejemplo PVVC Nivel 2

**Nombre del Proyecto:** Proyecto Entrenamiento Deportivo

**Descripción:** Elaborar y aplicar un plan de entrenamiento deportivo, con base en las teorías metodológicas y fundamentos fisiológicos, así como promover las capacidades físicas de los deportistas de Baja California.



**Competencia General del Proyecto:** Crear un plan de entrenamiento, utilizando como herramienta de preparación un macro ciclo, bajo una estructura contemporánea, siguiendo los principios del entrenamiento deportivo y las condiciones fisiológicas del atleta, con actitud analítica y responsable.

**Duración:** 288 horas (cuatro meses)

Tabla 5. Ejemplo del PVVC nivel 2 Proyecto Entrenamiento Deportivo.

Modalidades de Aprendizaje:	Créditos	Carácter
Unidad de Aprendizaje: Entrenamiento Deportivo II	6	Obligatorio
Unidad de Aprendizaje: Acondicionamiento Físico II	4	Obligatorio
Unidad de Aprendizaje: Medios Tecnológicos para el control y prescripción del ejercicio	6	Optativo
PVVC: Proyecto Entrenamiento Deportivo	2	Optativo
Total:	18	

Fuente: Elaboración propia.

### Ejemplo PVVC Nivel 3

**Nombre del Proyecto:** Ejercicio físico para la salud

**Descripción:** Implementar programas de ejercicio físico encaminados a mejorar indicadores de salud en poblaciones mórbidas con los conocimientos que el alumno ha adquirido a lo largo de su carrera.

**Competencia General del Proyecto:** Crear un plan de ejercicio físico, utilizando como herramienta las bases de la prescripción del ejercicio bajo una estructura apropiada a las características de cada sujeto, para crear las condiciones de una buena salud con actitud analítica y responsable.

**Duración:** 320 horas (cuatro meses)

Tabla 6. *Ejemplo del PVVC nivel 3 Proyecto Ejercicio físico para la salud.*

Modalidades de Aprendizaje:	Créditos	Carácter
Unidad de Aprendizaje: Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas	6	Obligatorio
Unidad de Aprendizaje: Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio	6	Obligatorio
Unidad de Aprendizaje: Entrenamiento Deportivo I	6	Obligatorio
Práctica Profesional	10	Obligatorio
PVVC: <i>Ejercicio físico para la salud.</i>	2	Optativo
Total:	30	

Fuente: Elaboración propia

#### 4.2.10. Actividades artísticas, culturales y deportivas

Son de carácter formativo y están relacionadas con la cultura, el arte y el deporte para el desarrollo de habilidades que coadyuvan a la formación integral del alumno, ya que fomentan las facultades creativas, propias de los talleres y grupos artísticos, y de promoción cultural, o mediante la participación en actividades deportivas (UABC, 2013).

El alumno podrá obtener créditos por medio de estas actividades llevándolas a cabo en las Facultades de Deportes u otras unidades académicas de la UABC, mediante la programación de diversas actividades curriculares durante la etapa básica (UABC, 2018). La obtención de créditos de esta modalidad será bajo las “Actividades Complementarias de Formación Integral I, II y III”, acreditadas con la presentación de un carnet, otorgando un crédito por cada 8 actividades complementarias de formación integral y un máximo de dos créditos por periodo. Además, podrán optar por la “Actividad Deportiva I y II” y “Actividad Cultural I y II”, siempre y cuando la participación sea individual y no se haya acreditado en otra modalidad y sea aprobado por un comité de la propia unidad académica, o bien a través de los cursos ofertados para la obtención de créditos de la Facultad de Artes y la Facultad de Deportes. La unidad académica solicitará el registro de estas actividades al Departamento de Apoyo a la

Docencia y la Investigación de la unidad regional. Los mecanismos y criterios de operación se encuentran disponibles en la página web<sup>2</sup> de la Coordinación General de Formación Profesional.

#### **4.2.11. Prácticas profesionales**

Es el conjunto de actividades y quehaceres propios a la formación profesional para la aplicación del conocimiento y la vinculación con el entorno social y productivo (UABC, 2004). Mediante esta modalidad, se contribuye a la formación integral del alumno al combinar las competencias adquiridas para intervenir en la solución de problemas prácticos de la realidad profesional (UABC, 2013). Este sistema de prácticas obligatorias permitirá poner en contacto a los estudiantes con su entorno, aplicar los conocimientos teóricos en la práctica, proporcionar la experiencia laboral que requiere para su egreso y establecer acciones de vinculación entre la escuela y el sector público o privado.

Esta actividad se realiza en la etapa terminal del programa de estudios, para que el alumno adquiera mayor habilidad o destreza en el ejercicio de su profesión. Las prácticas profesionales tendrán un valor de 10 créditos con un carácter obligatorio, mismas que podrán ser cursadas una vez que se haya cubierto el 70% de los créditos del plan de estudios y haber liberado la primera etapa del servicio social. Se sugiere que se inicien las prácticas preferentemente después de haber acreditado el servicio social profesional.

Previa asignación de estudiantes a una estancia de ejercicio profesional, se establecerán programas de prácticas profesionales con empresas e instituciones de los diversos sectores, con las cuales se formalizarán convenios de colaboración académica donde el estudiante deberá cubrir 240 horas en un periodo escolar.

Adicionalmente, con la presentación de las prácticas profesionales, se podrán acreditar unidades de aprendizaje de carácter obligatorio u optativo, siempre y cuando las actividades desarrolladas durante la práctica sean equivalentes a los contenidos de

---

<sup>2</sup> [http://www.uabc.mx/formacionbasica/documentos/Mecanismos\\_y\\_Criterios\\_de\\_Operacion.pdf](http://www.uabc.mx/formacionbasica/documentos/Mecanismos_y_Criterios_de_Operacion.pdf)

las unidades de aprendizaje. En todos los casos, el Comité Evaluador deberá consentir su aprobación a las solicitudes recibidas.

La operación y evaluación del ejercicio de las prácticas profesionales, estará sujeto a los siguientes procesos:

- **Asignación:** Es la acción de adscribir al alumno a una unidad receptora, para la realización de sus prácticas profesionales;
- **Supervisión:** Es la actividad permanente de verificación en el cumplimiento de metas y actividades propuestas de los programas de prácticas profesionales;
- **Evaluación:** Es la actividad permanente de emisión de juicios de valor en el seguimiento de las prácticas profesionales que realizan tanto la unidad receptora como la unidad académica para efectos de acreditación del alumno; y
- **Acreditación:** Consiste en el reconocimiento de la terminación y acreditación de las prácticas profesionales del alumno, una vez satisfechos los requisitos establecidos en el programa de prácticas profesionales.

En el proceso de **Asignación**, será responsabilidad de la unidad académica, a través del Comité Revisor o el Responsable del Programa Educativo, la aceptación de programas de prácticas profesionales y responsabilidad del tutor asignado a cada estudiante el acreditarla.

Durante la ejecución de las prácticas profesionales, el practicante debe estar obligatoriamente bajo la supervisión, tutoría y evaluación de un profesional del área designado por las organizaciones, el cual asesorará y evaluará su desempeño. Las actividades que el estudiante realice deben relacionarse estrictamente con su campo profesional y podrá recibir una retribución económica cuyo monto se establecerá de común acuerdo. Es requisito que durante el proceso de **Supervisión y Evaluación** se considere el cumplimiento de los compromisos y plazos de ejecución previamente establecidos en el acuerdo entre las diferentes partes, en donde se describen las condiciones en las que realizará esta actividad. Durante el ejercicio de estos procesos, el estudiante deberá entregar un informe parcial y uno final, respectivamente. Los cuales deben ser evaluados por el responsable asignado por la unidad receptora y el

responsable de prácticas profesionales de la unidad académica.

El proceso de **Acreditación** se realizará una vez que el estudiante entregue en tiempo y forma, al responsable de prácticas profesionales de la unidad académica, los informes solicitados, debidamente firmados y sellados por el responsable de la unidad receptora. Después de la revisión de los informes, el responsable de prácticas profesionales procederá a registrar en el sistema institucional la acreditación de esta modalidad de aprendizaje.

En el caso de Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas, no será requisito las prácticas profesionales, pero dentro de la estructura curricular, se definió que las 9 asignaturas que componen el área de conocimiento Técnico-Deportivo mantuvieran prácticas de campo en su distribución horaria (ver plan de estudios en la sección 6) y con esto garantizar la participación de los estudiantes en escenarios profesionales.

#### **4.2.12. Programa de emprendedores universitarios.**

Estará integrado por actividades académicas con valor curricular. Las unidades académicas buscan apoyar a aquellos alumnos que manifiesten inquietudes con proyectos innovadores, por medio de un análisis del perfil emprendedor, la formulación de un plan de negocios, orientación para apoyo financiero y su validación académica, entre otros (UABC, 2018).

En el plan de estudio se integra el área de conocimiento Administrativas que brindan las bases para el desarrollo de emprendedores, específicamente unidades de aprendizaje en la etapa disciplinaria y terminal que buscan fortalecer una formación empresarial, como Bases de la Administración, Administración y Gestión Deportiva, Mercadotecnia Deportiva, Proyectos de Inversión en la Actividad Física y Emprendimiento de Proyectos de Actividad Física.

#### **4.2.13. Actividades para la formación en valores**

Esta modalidad se refiere a la participación de los alumnos en actividades que propicien un ambiente de reflexión axiológica que fomente la formación de valores éticos y de carácter universal, así como el respeto a éstos, con lo que se favorece su formación como personas, ciudadanos responsables y profesionistas con un alto sentido ético (UABC, 2013) , donde se busca la promoción de los valores fundamentales de la comunidad universitaria como: la confianza, la democracia, la honestidad, la humildad, la justicia, la lealtad, la libertad, la perseverancia, el respeto, la responsabilidad y la solidaridad (UABC, 2017).

Los planes de estudio incluirán actividades curriculares para la formación valoral, con el fin de propiciar la formación integral del estudiante. A estas actividades se les otorgarán hasta seis créditos en la etapa de formación básica (UABC, 2018). Adicionalmente, cada una de las unidades de aprendizaje contemplan en forma explícita las actitudes y los valores con los que se aplicará el conocimiento de éstas y se generarán actitudes que contribuyan al fomento y formación de valores éticos y profesionales en los estudiantes, por ejemplo, taller de promoción de convivencia y valores, pláticas sobre el cuidado del medio ambiente y limpieza de playas, altar de día de muertos, entre otras actividades.

#### **4.2.14. Cursos intersemestrales**

En las unidades académicas, estos cursos se ofertan entre un período escolar y otro. Por sus características, permiten a los alumnos cursar unidades de aprendizaje obligatorias u optativas con la finalidad de cubrir créditos y avanzar en su plan de estudios, de conformidad con la normatividad vigente (UABC, 2013).

Esta modalidad no es aplicable para unidades de aprendizaje que contemplen prácticas de campo, y deberán programarse con un máximo de cinco horas presenciales al día en el periodo intersemestral incluyendo prácticas de laboratorio y actividades de clase y taller. Los alumnos que deseen inscribirse en un curso

intersemestral deben cumplir con los requisitos académicos y administrativos establecidos por la unidad académica responsable del curso. La carga académica del alumno no podrá ser mayor de dos unidades de aprendizaje por periodo intersemestral. Estos cursos son autofinanciables y son sujetos a lo indicado en el Estatuto Escolar vigente.

#### **4.2.15. Movilidad e intercambio estudiantil**

Se refiere a las acciones que permiten incorporar a alumnos en otras instituciones de educación superior (IES) nacionales o extranjeras, que pueden o no involucrar una acción recíproca. Como un tipo de movilidad se ubica el intercambio estudiantil, que permite incorporar alumnos y necesariamente involucra una acción recíproca. Esta modalidad favorece la adquisición de nuevas competencias para adaptarse a un entorno lingüístico, cultural y profesional diferente, al tiempo que fortalecen la autonomía y maduración de los alumnos (UABC, 2013).

La movilidad e intercambio estudiantil, es la posibilidad que tienen los alumnos de las unidades académicas, para cursar unidades de aprendizaje, realizar prácticas profesionales u otras actividades académicas en forma intrainstitucionales (entre programas, unidades académicas o DES) así como en otras instituciones de educación superior en el país o en el extranjero que puedan ser factibles de acreditar en forma de equivalencias, conversión o transferencia de créditos.

Las unidades académicas establecerán y promoverán los mecanismos para realizar esta actividad, creando estrategias y programas de intercambio y colaboración académica que permitan el logro de sus objetivos en materia de movilidad e intercambio estudiantil y académico tanto interna (entre unidades académicas) como externamente. En este apartado se especifican los mecanismos y acciones que se desarrollarán para fomentar vínculos con otras instituciones de educación superior, con el fin de generar y establecer programas formales para el tránsito y movilidad académica de los alumnos de la UABC.

La movilidad estudiantil intra universitaria se ha venido dando entre escuelas, facultades o institutos, compartiendo así los recursos materiales y humanos y permitiendo que un estudiante curse las unidades de aprendizaje donde mejor le convenga. Además, un estudiante puede participar en proyectos de investigación y desarrollo de otras unidades académicas acumulando créditos en otras modalidades de aprendizaje (ejercicios investigativos, por ejemplo).

Para la movilidad inter universitaria se buscarán convenios de colaboración con instituciones mexicanas y con instituciones extranjeras. Para participar en estos convenios los estudiantes son apoyados por el responsable de intercambio estudiantil de las unidades académicas, y son exhortados a participar en las convocatorias de movilidad estudiantil que se presenta cada periodo por parte de la Coordinación General de Cooperación Internacional e Intercambio Estudiantil Académico de la UABC<sup>3</sup>. En las Tablas 7 y 8 se muestran algunas universidades que la UABC mantiene convenio y donde se puede promover la movilidad de los estudiantes de Licenciado en Actividad.

Tabla 7. *Universidades de países extranjeros que la Facultad de Deportes establece convenios para movilidad.*

País	Institución
Costa Rica	Universidad de Costa Rica
Colombia	Universidad de Boyacá Universidad Santo Tomás (Colombia)
España	Universidad de Extremadura Univ. Universidad Castilla de la Mancha Universidad de la Coruña Universidad de Huelva
Brasil	Instituto Federal de Educacao, Ciencia e Tecnologia Minas Gerais
Alemania	Universidad de Passau,

**Fuente:** Elaboración propia con información de la Facultad de Deportes.

<sup>3</sup> <http://www.uabc.mx/ccia/>



Tabla 8. *Universidades nacionales que la Facultad de Deportes establece convenios para movilidad.*

Estado	Institución
Jalisco	Universidad de Guadalajara
Puebla	Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
Nuevo León	Universidad Autónoma de Nuevo León
Aguascalientes	Universidad Autónoma de Aguascalientes
Chihuahua	Universidad Autónoma de Chihuahua

**Fuente:** Elaboración propia con información de la Facultad de Deportes.

#### **4.2.16. Servicio social comunitario y profesional**

La UABC, con fundamentos en el Reglamento de Servicio Social vigente, obliga a los estudiantes de licenciatura a realizar el servicio social en dos etapas: comunitario y profesional. Con base en lo anterior, las unidades académicas deberán planear vínculos de colaboración con instancias y externas a la universidad, en campos de acción específicos relacionados con el plan de estudios de cada programa educativo que la constituyen.

Como se indica en el Reglamento de Servicio Social, los estudiantes podrán realizar su servicio social en cualquier entidad pública federal, estatal o municipal; en organismos públicos descentralizados, de interés social; en dependencias de servicios o unidades académicas de la Universidad; en fundaciones y asociaciones civiles, así como en instituciones privadas que estén orientadas a la prestación de servicios en beneficio o interés de los sectores marginados de la sociedad de Baja California, del país o de las comunidades mexicanas asentadas en el extranjero.

Los programas correspondientes al servicio social comunitario o primera etapa tienen como objetivo beneficiar a la comunidad bajacaliforniana en primer término, fomentar en los estudiantes el espíritu comunitario y trabajo en equipo, y, sobre todo, fortalecer la misión social de nuestra máxima casa de estudios. Esta etapa del servicio social consta de 300 horas y deberá realizarse en la etapa básica del programa educativo y antes de ingresar a la etapa disciplinaria.

Los programas de servicio social profesional o segunda etapa, se gestionan en las unidades académicas a través de convenios con las instituciones públicas y privadas. Para ello, el programa considera 480 horas que estarán comprendidas en un periodo mínimo de seis meses y podrá realizarse una vez que se cubra el 60% de los créditos del programa. Las actividades desarrolladas en esta etapa fortalecen la formación académica, capacitación profesional del prestador de servicio social y fomentan la vinculación de la universidad con los sectores público social y productivo.

Además, en este programa educativo, mediante el servicio social profesional, se podrá obtener créditos asociados al currículo, siempre que el proyecto se registre como parte de un PVVC.

La operación y evaluación del ejercicio del servicio social comunitario y profesional, estará sujeto a los procesos de asignación, supervisión, evaluación y liberación.

En el proceso de **Asignación**, será responsabilidad de las unidades académicas, a través de un comité revisor, la aceptación de programas de servicio social y del responsable de servicio social, el aprobar la asignación de cada estudiante a dichos programas. La función del responsable de cada unidad académica es informar a las unidades receptoras de los dictámenes de los programas propuestos.

Para iniciar con un programa de servicio social, los alumnos deberán acreditar el Taller de Inducción al Servicio Social, obtener la asignación de la unidad académica responsable del programa y entregar a la unidad receptora la carta de asignación correspondiente.

Durante la ejecución del servicio social, el prestador debe estar obligatoriamente bajo la supervisión y evaluación de un profesional del área designado por la unidad receptora, el cual va a asesorar y evaluar su desempeño; validar los informes de actividades que elabore el prestador; e informar a la unidad académica de los avances y evaluaciones realizadas. Por su parte, el responsable de servicio social de la unidad académica deberá recibir y aprobar los informes de las actividades realizadas por los

prestadores de servicio social.

Es requisito que durante el proceso de **Supervisión y Evaluación** se considere el cumplimiento de los compromisos y plazos de ejecución previamente establecidos en el programa de servicio social registrado, en donde se describen las condiciones en las que realizará esta actividad.

El proceso de **Acreditación y Liberación** se realizará una vez que el estudiante entregue en tiempo y forma, al responsable de servicio social de la unidad académica, los informes solicitados, debidamente avalados por el responsable de la unidad receptora. Después de la revisión de los informes, el responsable de servicio social procederá a registrar en el sistema institucional la liberación total o parcial de esta modalidad de aprendizaje.

Para el caso del Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas, es requisito cumplir con los dos tipos de servicio. El servicio social comunitario lo realizará siguiendo la ruta planteada en este documento con apego al Reglamento de Servicio Social. El servicio social profesional será acreditado y liberado cuando el estudiante cumpla cabalmente y apruebe las 9 asignaturas del área de conocimiento Técnico-Deportiva que en su distribución horaria integra 2HC (horas clase) y 2HPC (horas de práctica de campo) que en total, el estudiante estará dedicando 576 horas a actividades asociadas a la práctica profesional, durante los cuatro periodos de duración del Técnico Superior Universitario. La Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar expedirá la constancia de liberación y acreditará el servicio social profesional únicamente para los estudiantes que soliciten el título de Técnico Superior Universitario.

#### **4.2.17. Lengua extranjera**

El conocimiento de una lengua extranjera se considera parte indispensable de la formación de todo alumno y fue confirmado por los estudios diagnósticos, donde se identificó por parte de empleadores y egresados del programa educativo particular necesidad de dominio del inglés. Por ser el inglés la lengua dominante en el desarrollo científico y tecnológico de la profesión se vuelve indispensable para los estudiantes en las actividades asociadas a su aprendizaje en sus etapas de formación básica, disciplinaria y terminal. Además, el entorno local y regional del ejercicio profesional demanda interacción del licenciado egresado en empresas y organizaciones de escalas globalizadas (UABC, 2018).

Por lo anterior, los alumnos que se encuentren cursando sus estudios de Licenciatura, acreditarán el dominio de una lengua extranjera en su etapa de formación básica o disciplinaria. La acreditación de la lengua extranjera se puede hacer mediante una de las siguientes modalidades:

- a. Quedar asignado al menos en el cuarto nivel del examen diagnóstico de lengua extranjera aplicado por la Facultad de Idiomas de la UABC.
- b. Constancia de haber obtenido al menos el nivel B1 del Marco Común Europeo de Referencia, o su equivalente en una segunda lengua, con una vigencia no mayor a 2 años.
- c. La acreditación del examen de egreso de la lengua extranjera, que se aplica en la Facultad de Idiomas de la UABC.
- d. La acreditación de las unidades de aprendizaje Idiomas I e Idiomas II que oferta la Facultad de Idiomas.
- e. Acreditar por lo menos una unidad de aprendizaje del plan de estudios impartida en inglés por las propias Unidades Académicas.
- f. Acreditar una unidad de aprendizaje de lectura y comprensión de un idioma extranjero impartido por la unidad académica correspondiente.

- g. Estancias internacionales autorizadas por la Unidad Académica, con duración mínima de tres meses en un país con lengua oficial distinto al español.
- h. Haber acreditado estudios formales en lengua extranjera en instituciones educativas en México o en el extranjero, donde presente certificados de diplomados o estudios de media superior o superior.

El cumplimiento por parte del alumno en alguna de las opciones señaladas anteriormente dará lugar a la expedición de una constancia de acreditación de lengua extranjero emitida por la Unidad Académica o la Facultad de Idiomas de la UABC.

El alumno podrá optar por registrar asignaturas de una tercera lengua, distinta del inglés, ofertadas por la Facultad de Idiomas de la UABC para que le sean consideradas en su historial académico, las cuales se registran como optativas de etapa básica.

### **4.3. Titulación**

La titulación es un indicador clave de la calidad y eficiencia de los programas educativos. La normatividad de la UABC contempla de manera amplia y detallada un reglamento que especifica para todo estudiante que ha concluido un programa de formación profesional, los requisitos a cumplir para obtener el grado de licenciatura. Por esta razón, los egresados del programa Licenciado en Actividad Físico y Deporte deberán observar en lo particular el procedimiento de titulación señalado en el Reglamento General de Exámenes Profesionales vigente, cumpliendo con los requisitos que marca el Estatuto Escolar vigente.

La Universidad está sumando esfuerzos para identificar áreas de oportunidad, diseñar e implementar estrategias que conlleven a incrementar la eficiencia terminal en sus diferentes programas educativos, impulsando así, las diversas modalidades de titulación contempladas en Estatuto Escolar, que a continuación se enlistan:

- Obtener la constancia de Examen General de Egreso de Licenciatura (EGEL)

aplicado por el Centro Nacional de Evaluación para la Educación Superior, que acredite el Índice CENEVAL Global mínimo requerido por la Universidad, al momento de su expedición, o su equivalente en otro examen de egreso que autorice el H. Consejo Universitario.

- Haber alcanzado al final de los estudios profesionales, un promedio general de calificaciones mínimo de 90.
- Haber cubierto el total de los créditos del plan de estudios de una especialidad o 50% de los créditos que integran el plan de estudios de una maestría, cuando se trate, en ambos casos, de programas educativos de un área del conocimiento igual o afín al de los estudios profesionales cursados.
- Comprobar, de conformidad con los criterios de acreditación que emita la unidad académica encargada del programa, el desempeño del ejercicio o práctica profesional, por un periodo mínimo acumulado de 2 años, contados a partir de la fecha de egreso.
- Aprobar el informe o memoria de la prestación del servicio social profesional, en los términos previstos por la unidad académica correspondiente.
- Presentar Tesis Profesional, la cual consiste en desarrollar un proyecto que contemple la aplicación del método científico para comprobar una hipótesis o supuesto según el abordaje metodológico, sustentándola en conocimientos adquiridos durante su desarrollo y presentándola con base en un guion metodológico establecido por la unidad académica.
- Titulación por proyecto, mediante la presentación de un informe producto de actividades de vinculación con la sociedad, siempre que formen parte de un PVVC debidamente registrado.
- Los egresados de programas educativos que han sido reconocidos como programas de calidad por algún organismo acreditador o evaluador como COPAES o CIEES podrán optar por la titulación automática.

Para el caso del Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas, la acreditación de todas las asignaturas de los primeros cuatro periodos de estudio, podrán tramitar su título atendiendo los trámites administrativos correspondientes.

#### **4.4. Requerimientos y mecanismos de implementación**

##### **4.4.1. Difusión del programa educativo**

Mecanismo de difusión:

1. Portal de internet de Facultad de Deportes UABC.
2. Convocatoria institucional de nuevo ingreso a la UABC. Para la Facultad de Deportes se emite de manera anual.
3. Portal de internet de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar de la UABC<sup>4</sup>.
4. Expo profesiones (Expo UABC). Se organiza anualmente con el fin de ofrecer información sobre el programa educativo a los aspirantes a ingresar, procedentes de las diversas instituciones de nivel medio superior en la localidad.
5. Pláticas profesiográficas. Se imparten a estudiantes potenciales a egresar de nivel medio superior a través de los responsables de orientación educativa y psicopedagógica de las unidades académicas.
6. Folletos. Sirven para brindar información más detallada sobre los programas educativos. Contienen la descripción del perfil de ingreso y de egreso, las habilidades, actitudes y valores que deben poseer los aspirantes que deseen ingresar a la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Se mencionan, también, los campos en donde se pueden desempeñar y las asignaturas por etapas de formación. Estos folletos se pueden obtener en las unidades académicas en los tres campus o en diversos eventos donde la Facultad de Deportes sea invitada.
7. Medios masivos de comunicación institucionales como la Gaceta Universitaria, Radio Universidad y el canal de televisión Imagen-UABC.

---

<sup>4</sup> <http://cgsege.uabc.mx/web/csege1/convocatorias-para-aspirantes-a-ingresar1>

8. Páginas web y redes sociales Página web de la Facultad: <http://deportes.uabc.mx/>
9. Red social Mexicali <https://www.facebook.com/UABCdeportes.mexicali>
10. Red social Tijuana <https://www.facebook.com/Facultad-de-Deportes-Tijuana-969638139824862>
11. Red social Ensenada <https://www.facebook.com/facultaddedeportesensenada>

#### 4.4.2. Descripción de la planta académica

##### Facultad de Deportes

La planta académica que atiende el programa educativo está conformada por 189 profesores, de los cuales 20 son Profesores de Tiempo Completo (PTC) adscritos al programa, 28 Técnicos Académicos, 4 Medios Tiempos y 137 Profesores de Asignatura. De los PTC el 40% (8) cuenta con reconocimiento SNI y el 95% cuentan con perfil deseable. El número y grado académico de los profesores, se muestra en las Tablas 9 y 10.

Tabla 9. *Grado de profesores en la Facultad de Deportes.*

Grado	Cantidad
Doctorado	20
Maestría	90
Licenciatura	79
Total	189

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 10. *Perfil de la planta docente de tiempo completo.*

No. Empleado	Nombre	Grado	Institución de egreso del último grado
8678	Valdez Dávila Eduardo	Licenciado En Educación Física	Universidad Autónoma de Chihuahua.
16179	Rivera Torres Verónica	Maestro En Administración De La Educación Física, El Deporte Y La Recreación	Universidad Autónoma de Chihuahua.
19325	Rodríguez Lucas Samuel Nicolás	Maestro En Tecnologías De La Información	Universidad Autónoma de Chihuahua.
20248	Terán Villalpando Lucia	Licenciado En Psicología	Universidad Autónoma de Baja California.



No. Empleado	Nombre	Grado	Institución de egreso del último grado
20382	Arrayales Millán Emilio Manuel	Maestro En Administración de la Educación Física, el Deporte y la Recreación	Universidad Autónoma de Chihuahua.
21736	Monge Encinas Ricardo Alonso	Maestro en Administración de la Educación Física, el Deporte y la Recreación	Universidad Autónoma de Chihuahua.
22472	Hall López Javier Arturo	Doctor en Medicina del Deporte.	Universidad Católica Nuestra Señora de la Asunción. Paraguay
22560	Torres Acedo Jesús Carlos	Maestro en Administración De La Educación Física, el Deporte y la Recreación	Universidad De León, España
23044	Ochoa Martínez Paulina Yesica	Doctor en Medicina Del Deporte	Universidad Católica Nuestra Señora de la Asunción. Paraguay.
23892	Borbón Román Juan Carlos	Maestro En Innovación e Investigación En Ciencias De La Actividad Física Y El Deporte	Maestría: Universidad De León, España
24239	Tapia Buelna Elisa Iveth	Master Univ. del Profesorado	Maestría: Universidad Madrid Complutense
24277	Mendoza Rivera Yolanda Alejandrina	Maestro en Actividad Física y Deporte	Universidad de Nuevo León.
24850	Martínez Granados Marco Aurelio	Doctor en Educación Física	Centro Universitario de Baja California.
24947	Galarraga Triana Edgar Ney	Maestro en Cultura Física	Universidad de Habana Cuba
25917	Keys González Karla Raquel	Maestro en Educación Física	Universidad de León, España.
26833	Oviedo Rodríguez Isis Jael	Maestro en Educación	Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey.
27119	Trejo Trejo Marina	Doctor en Ciencias Medicas	Universidad de Guanajuato
27147	Pineda Espejel Heriberto Antonio	Doctor en Ciencias de la Cultura Física	Universidad Autónoma de Nuevo León.
27419	López Campos Crithian Emmanuel	Maestro en Educación Física Y Deporte Escolar	Maestría en Educación Física y Deporte Escolar.
28302	Porras Alvarado Víctor Enrique	Maestro en Administración	Universidad Autónoma de Nuevo León.
28453	González Macías Mirvana Elizabeth	Doctor en Ciencias	Universidad Autónoma de Baja California.
30297	Romero García Tatiana	Doctor en Ciencias	Instituto Politécnico Nacional.
16077	Acosta Gutiérrez Cruz Iván	Lic. Médico cirujano y partero y Mtro. Administrador de la Educación Física.	Universidad Autónoma de Chihuahua
20486	Hernández Armas Esteban	Lic. Entrenamiento deportivo y Maestro en Educación	Universidad Interamericana para el Desarrollo
28430	Jiménez Maldonado Alberto	Lic. Educación Física, Mtro. en Ciencias Fisiológicas, Doctor en Ciencias fisiológicas,	Posdoctorado Universidad de Los Ángeles California

No. Empleado	Nombre	Grado	Institución de egreso del último grado
		Posdoctorado	
23893	Machado Parra Juan Pablo	Lic. Actividad Física y deportes y Maestro en Innovación e Investigación en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.	Universidad De León, España
20803	Ramírez de Armas Luis Leoncio	Lic. Cultura Física y Mtro. Ciencias de la Educación Superior	Centro de Perfeccionamiento de Educación Superior de la Universidad de la Habana, Cuba.
24229	Rentería Iván	Lic. Entrenamiento Deportivo, Mtro. en Salud Pública y Doctorado en Ciencias de la Salud	Universidad Autónoma de Baja California
23877	Cutti Riveros Lourdes	Doctorado en Ciencias Educativas.	Universidad Autónoma de Baja California.
24433	Aburto Corona Jorge Alberto	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Ciencias del Movimiento Humano.	Universidad de León
18180	Leyva Lope José Juan	Médico Cirujano y Partero.	Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
24986	Chávez López Rita Paulina	Licenciatura en Docencia de la Lengua y Literatura. Maestría en Educación Física y Deporte Escolar.	Universidad Autónoma de Baja California.
26102	Cruz Viramontes Aaron Rafael	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Innovación e Investigación en Ciencias de la Actividad Física y Deporte.	Universidad de León
22694	Sánchez Sánchez Iván	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Doctorado en Educación Deportiva y Ciencias del Deporte.	Universidad Autónoma de Baja California.
30128	Cabrera Mejía Rubí	Especialidad en Medicina de la Actividad Física y Deportiva.	Universidad Nacional Autónoma de México.
24278	Gómez Miranda Luis Mario	Doctorado en Ciencias de la Salud.	Universidad Autónoma de Baja California.
23027	Guzmán Gutiérrez Elena Cecilia	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Educación con Opción en Desarrollo Organizacional.	Centro de Enseñanza Técnica y Superior.
23028	Plascencia Enríquez Omar	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Administración de la Educación Física.	Universidad Autónoma de Chihuahua.
28603	Sánchez Revilla Jessica	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Investigación e Innovación en Ciencias de la Actividad Física y Deporte.	Universidad de León

No. Empleado	Nombre	Grado	Institución de egreso del último grado
24349	Espinoza Gutiérrez Roberto	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Ciencias de la Salud.	Universidad Autónoma de Baja California.
23381	Calleja Núñez Juan José	Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Maestría en Administración de Negocios.	Universidad del Valle de México.

**Fuente:** Elaboración propia.

En la Facultad de Deportes se cuenta con tres cuerpos académicos que sus aportaciones a la ciencia benefician al programa educativo y a la formación de los estudiantes en el área de diseño del plan de estudios, fisiología y ejercicio físico.

Cuenta con tres líneas de generación y aplicación de conocimiento (LGAC), la primera en Motricidad Humana UABC-CA-175, que se define: “en humanos que estudian diversos aspectos fisiológicos y motrices relacionados con el efecto del ejercicio sobre parámetros metabólicos, hormonales, inmunológicos y bioquímicos, y su relación con el rendimiento físico y el mejoramiento de su salud; con el objeto de precisar sus efectos, son estudiadas las bioadaptaciones por respuesta a diferentes tipos de ejercicio físico, desde la perspectiva de la Educación Física, entrenamiento deportivo y actividad saludable”; la segunda en Educación física y deporte UABC-CA-230: que se define como “analiza y desarrolla propuestas de investigación e intervención con carácter multidisciplinar en el ámbito de la Cultura Física, atendiendo los procesos de transformación curricular, formación docente y procesos de enseñanza aprendizaje de las organizaciones en ambientes escolares y extraescolares, así como la implementación de ciencias aplicadas al deporte que contribuyan a mejorar los estilos de vida saludable” y la tercera en Ejercicio Físico y Salud CAEF-UABC-230 que estudia y atiende la Fisiología Integrativa y Ejercicio Físico el cual se encuentra en proceso de evaluación para su consolidación.

Miembros: UABC-CA-175

1. Edgar Ismael Alarcón Meza.
2. Javier Arturo Hall López
3. Paulina Yesica Ochoa Martínez

Miembros: UABC-CA-230

1. Marina Trejo Trejo
2. Heriberto Antonio Pineda Espejel
3. Tatiana Romero García

Miembros CAEF-UABC-230

1. Alberto Jiménez Maldonado
2. Iván Rentería
3. Luis Mario Gómez Miranda
4. Jorge A. Aburto Corona

Colaboradores:

5. Patricia Concepción García Suárez
6. Esteban Hernández Armas
7. Gabriela Valles verdugo
8. Ortiz Ortiz Melinna

#### **4.4.3. Descripción de la infraestructura, materiales y equipo**

La Facultad de Deportes está conformada por tres campus uno en Mexicali, Tijuana y Ensenada.

#### ***Aulas***

Mexicali cuenta con 10 aulas totalmente equipadas con equipo multimedia, sistema de audio y equipo de cómputo las cuales tienen diferentes capacidades 5 aulas con una capacidad para 45 estudiantes y 5 aulas con capacidad para 35 estudiantes. También se cuenta con una sala audiovisual con pantalla inteligente, internet inalámbrico, 45 mesa bancos y equipo de audio.

Ensenada cuenta con 8 aulas disponibles para la impartición de las clases del

PE, estas aulas tienen capacidad para atender de 25 a 45 estudiantes. Es importante señalar que cada aula cuenta con suficiente iluminación y ventilación, y las ventanas tienen persianas que permiten regular la iluminación según sea necesario, es importante señalar que todas las aulas cuentan con equipos de tecnología educativa y conectividad inalámbrica a internet para dar atención a las demandas de la comunidad estudiantil de la UA.

Tijuana cuenta con 12 salones equipados con proyector y conexión para computadoras portátiles, capacidad entre 30 y 50 estudiantes.

El número de aulas en las que los estudiantes de la licenciatura pueden tomar clases, es adecuado para las necesidades del programa educativo.

### ***Laboratorios***

Tijuana cuenta con dos laboratorios uno de biociencias de la motricidad humana con áreas de Composición Corporal, Fisiología del Ejercicio y Química Sanguínea y otro de Computación.

Mexicali cuenta con un edificio de laboratorios, en el cual encontramos 4 instancias para la atención de la formación curricular, que son los laboratorios de Fisiología del Ejercicio, Biomecánica, Química Sanguínea, y Fisioterapia y Rehabilitación. Además de esto, podemos encontrar el Laboratorio de Cómputo.

Ensenada cuenta con un laboratorio de Fisiología aplicada al ejercicio físico, con diversas áreas operativas como: Bioquímica de actividad física, Fisiología del ejercicio, Cineantropometría y composición corporal, Psicología del deporte, Sala de musculación medicina deportiva, rehabilitación, fisioterapia y psicomotricidad.

### ***Cubículos para profesores de carrera y su equipamiento***

La Facultad de Deportes cuenta con un área de oficinas, que está distribuida por

cubículos e islas donde los docentes atienden las diversas necesidades de la comunidad estudiantil.

Los docentes e investigadores de las diferentes disciplinas de la Facultad de Deportes, cuentan con acceso a internet, en sus diferentes áreas (cubículos-oficinas), cada una de las áreas, cuenta con equipo de cómputo, un multifuncional conectado en red para impresiones, escaneo de documentos y copias, una red wifi "UABC"

Mexicali cuenta con 20 cubículos y tres islas para profesores ambos cuentan con equipamiento como escritorio, equipo de cómputo y sistema de red alámbrica con capacidad de 200 megabits institucional y sistema de impresión centralizada; Ensenada cuenta con 15 cubículos y 17 islas de trabajo para profesores ambos con escritorio, equipo de cómputo y sistema de red alámbrica con capacidad de 200 megabits institucional y sistema de impresión centralizada; y Tijuana cuenta con 25 cubículos para profesores con escritorio, equipo de cómputo y sistema de red alámbrica con capacidad de 200 megabits institucional y sistema de impresión centralizada.

### ***Salas para profesores de asignatura***

Mexicali cuenta con un espacio para profesores con mesa, cuatro sillas, conexión eléctrica, sillones, internet inalámbrico, porta garrafón y baños exclusivos. Tijuana cuenta una sala para profesores con tres mesas, 20 sillas, porta garrafón, internet inalámbrico, microondas, hornilla, refrigerador, aire acondicionado y baños exclusivos. Ensenada cuenta con baños exclusivos para profesores y una sala de juntas.

### ***Biblioteca***

En los tres campus el DIA dispone de una Biblioteca que depende de la Coordinación de Bibliotecas de la UABC por lo tanto, se rige bajo el Reglamento General de Servicios Bibliotecarios, tiene una capacidad aproximada para el trabajo individual de 200 estudiantes, presta sus servicios en la modalidad de estantería abierta y cuenta con sala general, sala de consulta (diccionarios, manuales, enciclopedias), sala de

publicaciones periódicas y tesis, 5 cubículos de estudio grupal, 16 módulos de estudio individual, sala de auto acceso a recursos electrónicos, catálogo electrónico, auto préstamo y reserva, el mobiliario está en buenas condiciones, además de la estantería asignada al programa educativo, los bibliotecarios asignados realizan cada mes el registro de los datos estadísticos de consulta.

En Mexicali existe una “Sala de Consulta” que permite a los alumnos hacer uso de 10 equipos de cómputo para realizar búsquedas de información, lecturas, impresiones, almacenar o preservar libros y escaneo de documentos. También, atiende a las solicitudes de búsqueda bibliográfica que los alumnos requieren a través del sistema *biblios* versión 8.24, además de brindar asesoría en la búsqueda de información y brindar acceso a las bases de datos electrónicas de la biblioteca de la UABC y una reserva bibliográfica para consulta física.

En Ensenada se tiene un área de consulta bibliográfica para docentes y alumnos al interior de la sala de juntas. En Tijuana tiene un laboratorio de cómputo donde los alumnos búsqueda bibliográfica que los alumnos requieren a través del sistema *biblios* versión 8.24, además de brindar asesoría en la búsqueda de información y brindar acceso a las bases de datos electrónicas de la biblioteca de la UABC y una reserva bibliográfica para consulta. Además de un acervo bibliográfico para recreación y uso del tiempo libre de alumnos y profesores.

### ***Equipo de cómputo para uso de los alumnos***

En Mexicali el Laboratorio de Cómputo de la Facultad de Deportes es un área designada para el trabajo de investigación y desarrollo de las clases teórico-práctico, de las diferentes asignaturas, que conforman el plan de estudios de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Favorece el proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos, que integran la Unidad Académica (UA) se conforma de 29 equipos computacionales que cuentan con el sistema operativo Windows Vista. Todos los equipos tienen instalado la paquetería necesaria para la realización de tareas del

programa educativo.

Ensenada cuenta con el departamento de Información académica (DIA), es central y cuenta con una infraestructura de 6 salas de cómputo con una capacidad de 24 equipos de la sala "A" a la "D", y con 32 equipos en las Sala "E" y "F", una sala general con 84 computadoras, además sala audiovisual con capacidad de 130 personas con equipo de sonido y proyector, así como un aula de videoconferencia con capacidad de 12 equipos de cómputo con el equipo más moderno "Polycom", ofrece un servicio de internet alámbrico donde los usuarios se autentifican por medio de un usuario y contraseña con un espacio de almacenamiento de 1GB.

Tijuana cuenta con un laboratorio de cómputo con 22 equipos fijos, acceso a internet alámbrico y proyector. Se utiliza como apoyo para el aprendizaje, Programas de Unidades de Aprendizaje, elaboración de tareas e investigación. También se tienen 12 computadoras portátiles para préstamo para alumnos.

### ***Equipo de cómputo para uso de los maestros***

En la Facultad de Deportes los maestros de tiempo completo tienen asignado un equipo de cómputo de escritorio y computadora portátil. Los profesores de asignatura cuentan con sus propios equipos.

Para impartir clase o elaborar actividades académicas, los profesores cuentan con equipo portátil de préstamo en función de los equipos que cuenta cada campus para profesores.

### ***Equipo de apoyo para alumnos y maestros***

Se cuenta con un banco de materiales didácticos, tecnológicos, deportivos suficientes y diversos, para apoyo a alumnos y docentes en sus prácticas educativas.



### ***Auditorios, salas audiovisuales y de teleconferencias***

En general, todos los cubículos, áreas de trabajo, áreas de actividades académicas y administrativas cuentan con los equipos adecuados de comunicación tales como; telefonía e internet alámbrico e inalámbrico bajo la red CIMARRED, donde todo aquel estudiante universitario y/o personal académico-administrativo puede acceder totalmente gratis con tan solo registrar su correo electrónico UABC.

En Mexicali se cuenta con una Sala Audiovisual, este es un espacio para que los alumnos logren analizar y reflexionar acerca de distintas áreas del conocimiento, esta área está equipada con un pizarrón blanco, un cañón con base empotrado al techo, en la base se ubican las bocinas. Cuenta con acceso a internet por cable, donde se conecta un *access point* para proveer de señal inalámbrica a la sala "Wifi Audiovisual", este Wifi solo se activa cuando se solicita al encargado del laboratorio. Este espacio también se utiliza como salón de clases de usos múltiples, para realizar actividades de orden recreativo o profesional, presentación de tesis, y cursos de educación continua. Tiene capacidad de 50 personas.

Ensenada cuenta con un auditorio central ubicado en el departamento de Información académica para 100 personas. Dos salas de videoconferencias centrales dentro del mismo departamento.

Una Sala de Juntas para 12 personas con equipo para videoconferencias, pantalla inteligente e internet inalámbrico al interior del edificio de oficinas.

Tijuana cuenta con un audiovisual para 150 personas, con asientos cómodos con mesa desplegable, tiene proyector, equipo de sonido y escenario. Es ampliamente utilizado para cursos, conferencias, talleres; así como eventos académicos.

#### **4.4.4. Descripción de la estructura organizacional**

En la presente propuesta se considera la necesidad de una organización que impulse programas y servicios de apoyo para la operación adecuada de los programas educativos. Que se valoren los procesos de enseñanza-aprendizaje y brinde seguimiento, continuidad y evaluación a las acciones encaminadas a ofrecer las condiciones para el fácil tránsito de los estudiantes en el programa. En la Figura 1, se integran los puestos de la estructura organizacional de las Facultades de Deportes, Mexicali, Ensenada y Tijuana.



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA  
FACULTAD DE DEPORTES  
CAMPUS MEXICALI**

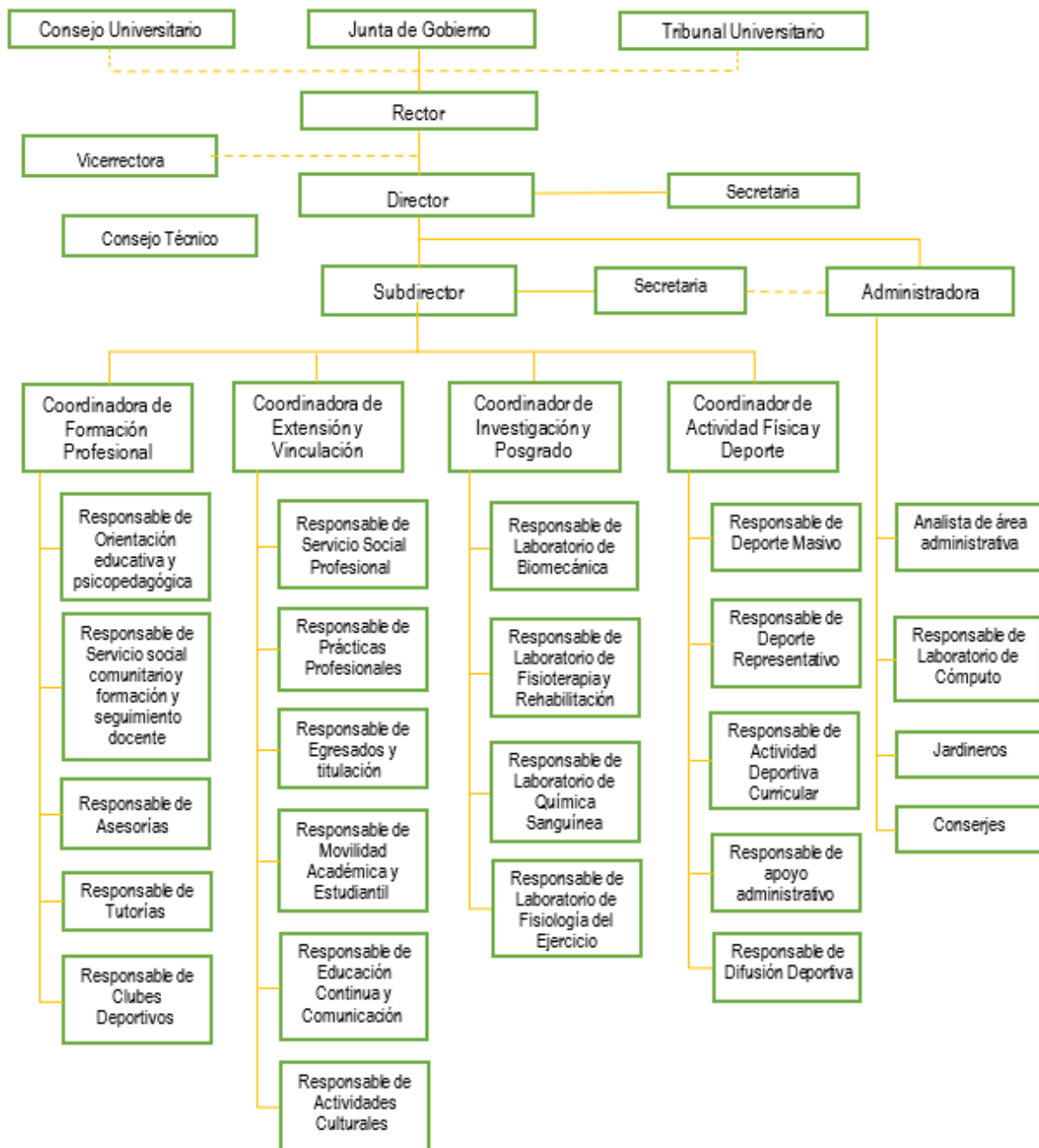


Figura 1. Organigrama de las Facultades de Deportes, Mexicali, Ensenada y Tijuana <sup>5</sup>.

<sup>5</sup> La descripción de puestos se puede consultar en el Manual de Funciones 2017 de la FD en <http://deportes.uabc.mx/index.php/sobre-nosotros/organigrama>

#### **4.4.1. Descripción del Programa de Tutoría Académica**

El propósito general de la tutoría académica es potencializar las capacidades y habilidades del estudiante para que consolide su proyecto académico con éxito, mediante una actuación responsable y activa en su propia formación profesional con la guía y acompañamiento de un tutor, el Programa de Tutorías Académicas en las unidades académicas responde a las inquietudes y necesidades de los actores que intervienen en el proceso de tutorías a través de la automatización de los procesos para su operación (UABC, 2012).

Dentro de la forma de organización de las tutorías académicas, la subdirección se apoya de la Coordinación de Formación Profesional de cada unidad académica, quien coordina esta actividad y proporciona el seguimiento respectivo. A todos los estudiantes se les asigna un tutor desde su ingreso hasta que concluyen sus estudios y cuentan con la posibilidad de realizar un cambio de tutor, en caso de ser necesario, dependiendo la situación que se presente. En relación con el número de estudiantes por tutor, está en función del número de estudiantes que ingresan al programa educativo por grupo, dando como resultado un promedio de 30 estudiantes por tutor.

Con la finalidad de que la tutoría se realice eficientemente, cada unidad académica proporciona capacitación cuando un docente inicia con esta función y cuando existen modificaciones en el proceso de tutorías con la intención de homologar los procedimientos. El responsable de formación profesional coordina a los tutores en cada ciclo escolar, la agenda de reuniones de cada ciclo escolar para dar a conocer información y procesos necesarios para el cumplimiento puntual de sus funciones competentes.

Para la programación de las sesiones de tutoría individual y grupal, el tutor cuenta con un plan de actividades proporcionado por el responsable del Programa de Tutorías Académicas, mismo que indica como necesarias al menos cuatro tutorías grupales por ciclo escolar incluida la sesión de asignación de unidades de aprendizaje en periodos de reinscripción. Las cuatro sesiones de tutoría académica se programan

de la siguiente manera: la primera en la segunda semana del periodo escolar, la segunda en la mitad del periodo, la tercera en la parte final de semestre y la cuarta en el período de reinscripción.

Las actividades de tutoría que se realizan son registradas en el Sistema de Tutorías Institucional (SIT) para respaldar el trabajo realizado por el tutor y como una forma de sistematizar la información. Durante el período de reinscripción los estudiantes obtienen el formato de Carga Académica Semestral y en caso de ser necesario el estudiante acude a un periodo de *ajustes*. Al término de cada período escolar, el tutor y tutorado participan en el proceso de evaluación de la tutoría, esto con la finalidad de solicitar su opinión y realizar un seguimiento a los aspectos relacionados en el proceso de tutorías.

Cada tutor presenta un reporte de tutorías al cierre del semestre de los resultados alcanzados y del seguimiento del proceso de apoyo realizado con cada uno de los estudiantes tutorados, evidenciando los avances logrados y refiriendo las necesidades de apoyo que para algunos casos se pudieron haber presentado.

El Coordinador de Formación Profesional realiza un informe por período escolar de las actividades desarrolladas, de la evaluación de tutores por parte del tutorado y de la autoevaluación de tutores, turnándose a la subdirección para la toma de decisiones correspondiente, permitiendo la retroalimentación permanente de la actividad.

Según los lineamientos generales para la operación de las tutorías académicas de la UABC a cada generación del programa educativo se le asignará un tutor. Su función es asesorar a los estudiantes del programa educativo durante su trayectoria académica a través de la orientación y asesoría para que esté informado de temas de interés vital para el desarrollo y culminación de su proyecto académico.

### ***Mecanismos de operación de la tutoría académica.***

#### *a. Proceso de asignación de tutores*

Al inicio de cada periodo escolar cada profesor de tiempo completo será asignado como tutor de un número de estudiantes, a quienes atenderá hasta su egreso. La Subdirección de cada unidad académica efectuará la distribución de grupos entre los tutores designados. En el caso especial de que un estudiante requiera cambio de tutor, éste acudirá al coordinador del programa educativo para hacer solicitar dicho cambio.

*b. Capacitación del uso del sistema para tutores y tutorados*

El responsable de tutoría de la unidad académica correspondiente será el responsable de convocar a talleres de capacitación para tutores y tutorados.

*c. Programación de sesiones de tutoría académica*

El mínimo de sesiones de tutoría que debe realizar un tutor durante un ciclo escolar es cuatro: durante el periodo de reinscripciones, en la segunda semana del periodo escolar, a la mitad del periodo y otra al término del periodo. Cada profesor será responsable de atender íntegramente, en el espacio y tiempo establecidos a los alumnos bajo su tutoría.

*d. Difusión*

El responsable de tutorías, apoyado en la coordinación del área de Difusión de cada unidad académica, dará a conocer las fechas para realizar la tutoría durante el periodo escolar de acuerdo al calendario establecido.

*e. Seguimiento y evaluación*

Al término de cada periodo escolar, el tutor y tutorado deberán participar en el proceso de evaluación de la tutoría. El responsable de las tutorías académicas realizará un reporte por periodo escolar de las actividades desarrolladas, turnándose al director de la unidad académica para la toma de decisiones correspondiente y la entrega oportuna del reporte al Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación que corresponda. El Departamento de Apoyo a la Docencia y la Investigación del campus dará seguimiento al proceso de tutorías en las unidades académicas y turnará un reporte a la Coordinación General de Formación Profesional.

## 5. Plan de estudios

### 5.1. Perfil de ingreso

La estructura del plan de estudios comprende los siguientes apartados: perfil de ingreso, perfil de egreso, campo profesional, características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación, características de las unidades de aprendizaje por áreas de conocimiento, mapa curricular, descripción cuantitativa del plan de estudios, tipología de las unidades de aprendizaje y equivalencia de las unidades de aprendizaje. El estudiante que desee ingresar a la carrera de Licenciado en Actividad Física y Deporte, deberá poseer las siguientes características; gusto por las actividades deportivas y su práctica y condición saludable para la actividad física.

Además, conocimientos generales en las áreas de:

- Álgebra y aritmética
- Administración
- Biología
- Química

Habilidades para:

- Analizar y sintetizar información.
- Comunicarse eficazmente en forma oral y escrita.
- Uso equipo de cómputo y manejo de plataformas digitales.

Actitudes:

- Interés por el aprendizaje autónomo.
- Disposición al trabajo en equipo.
- Iniciativa y creatividad.

- Crítica.
- Proactiva.
- Interés por la preservación de la salud.

Valores:

- Ética
- Responsabilidad.
- Responsabilidad social.
- Vocación de servicio.
- Respeto al cuerpo humano y medio ambiente.



## 5.2. Perfil de egreso

El egresado del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte, es un profesionalista con una formación sólida que aplica los conocimientos pedagógicos, biomédicos, científicos, tecnológicos y de administración para solucionar problemáticas de su propia disciplina.

El Licenciado en Actividad Física y Deporte será competente para:

5. Diseñar y evaluar planes de entrenamiento a partir de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y ciencias aplicadas al deporte, para promover el aprendizaje y maximizar el rendimiento deportivo, con objetividad, responsabilidad y respeto de la integridad física y socioemocional del individuo.
6. Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia.
7. Diseñar e implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente.
8. Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social.
9. Desarrollar, gestionar y administrar proyectos de actividad física, deporte, ocio y tiempo libre, mediante la aplicación de las ciencias administrativas, para atender las problemáticas y demandas sociales, con actitud proactiva, innovadora y disposición al trabajo interdisciplinario.

### 5.3. Campo profesional

Los egresados del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte pueden desempeñarse en diferentes sectores:

Sector Público:

- Institutos municipales, estatales, nacionales del deporte.
- Centros de alto rendimiento.
- Dependencias gubernamentales.
- Sistema educativo municipal, estatal y federal; en todos los niveles educativos.
- Centros de Atención Múltiple.
- Organizaciones No Gubernamentales.
- Sistema de salud pública estatal y federal.
- Centros de rehabilitación estatales.
- Estancias Infantiles dependientes del sistema de salud.

Sector Privado:

- Clubes deportivos.
- Deporte profesional.
- Escuelas privadas en todos los niveles educativos.
- Centros de rehabilitación.
- Centros turísticos.
- Sistemas de salud privados.

Como profesional independiente:

- Sector industrial (Prestación de servicios recreativos o deportivos).
- Entrenador personal.
- Promotor deportivo.
- Promotor recreativo y turístico.
- Promotor de la salud a través de la salud

#### 5.4. Características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación

**Unidad académica:** Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana

**Programa educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte

**Grado académico:** Licenciatura

**Plan de estudios:** 2021-2

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
<i>Etapa Básica Obligatoria</i>								
1	Acondicionamiento Físico I	1	--	--	2	1	4	
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	2	--	--	2	2	6	
3	Morfo-fisiología	2	--	2	--	2	6	
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	2	--	2	--	2	6	
5	Comunicación Oral y Escrita	2	--	2	--	2	6	
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	3	--	--	--	3	6	
7	Responsabilidad Social	2	--	2	--	2	6	
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	1	--	--	4	1	6	
9	Actividades en la Naturaleza	2	--	--	2	2	6	
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	2	2	--	--	2	6	
11	Fundamentos de Bioquímica	2	2	--	--	2	6	
12	Didáctica de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
13	Expresión Corporal	2	--	2	--	2	6	
14	Desarrollo Humano	2	--	2	--	2	6	
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	1	--	--	4	1	6	
16	Tendencia Fitness	2	--	--	2	2	6	
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	2	--	2	--	2	6	
18	Bioquímica de la Actividad Física	2	2	--	--	2	6	
19	Kinesiología	2	--	2	--	2	6	
20	Psicología de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
21	Deportes Alternativos	2	--	--	2	2	6	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
<i>Etapa Disciplinaria Obligatoria</i>								
22	Didáctica de Deportes de Apreciación	1	--	--	4	1	6	
23	Turismo Activo	2	--	--	2	2	6	
24	Bases de la Administración	2	--	2	--	2	6	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	2	--	2		2	6	
26	Fisiología del Ejercicio	2	2	--	--	2	6	
27	Evaluación del Aprendizaje	2	--	1	1	2	6	
28	Metodología de la Investigación	2	--	2	--	2	6	
29	Didáctica de Deportes de Combate	1	--	--	4	1	6	
30	Evaluaciones de Campo de los Deportes	2	--	--	2	2	6	
31	Administración y Gestión Deportiva	2	--	2	--	2	6	
32	Estadística Descriptiva	2	2	--	--	2	6	
33	Biomecánica de la Actividad Física y Deporte	2	2	--	--	2	6	
34	Planeación de la Enseñanza	2	--	2	--	2	6	
35	Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo	2	--	2	--	2	6	
36	Mercadotecnia Deportiva	2	--	2	--	2	6	
37	Práctica Docente	1	--	1	2	1	5	
38	Principios de la Prescripción del Ejercicio	2	--	2	--	2	6	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	<i>Etapa Terminal Obligatoria</i>							
39	Entrenamiento Deportivo I	2	--	--	2	2	6	35
40	Proyectos de Inversión en la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
41	Prevención y Readaptación de Lesiones	2	2	--	--	2	6	
42	Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas	2	--	--	2	2	6	
43	Entrenamiento Deportivo II	2	--	--	2	2	6	39
44	Emprendimientos de Proyectos de Actividad Física	2	--	2	--	2	6	40
45	Acondicionamiento Físico II	1	--	--	2	1	4	
46	Seminario de Competencias Profesionales	--	--	2	--		2	
47	Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor	2	--	--	2	2	6	
48	Práctica Profesional	--	--	--	10	--	10	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
	<i>Etapa Básica Optativa</i>							
49	Educación Cívica y Ética	2	--	2	--	2	6	
50	Equidad y Género	2	--	2	--	2	6	
51	Sociología en el Deporte	2	--	2	--	2	6	
52	Contexto Educativo y de la Actividad Física	2	--	--	2	2	6	
	<i>Etapa Disciplinaria Optativa</i>							
53	Economía del Deporte	2	--	2	--	2	6	
54	Relaciones Públicas en el Deporte	2	--	2	--	2	6	
55	Control y Desarrollo Motor	2	1	--	1	2	6	
56	Promoción de la Actividad Física	1	--	3	--	1	5	
57	Dirección de Juegos	2	--	2	--	2	6	
58	Legislación Deportiva	2	--	1	--	2	5	
59	Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo	2	--	2	--	2	6	
	<i>Etapa Terminal Optativa</i>							
60	Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo	2	--	2	--	2	6	
61	Health, Exercise and Sports Assessment	2	--	2	--	2	6	
62	Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio	2	2	--	--	2	6	
63	Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte	2	--	2	--	2	6	
64	Navegación a Vela	1	--	--	2	1	4	
65	Actividad Física Adaptada	2	--	--	2	2	6	

\*No es la clave oficial, es una numeración consecutiva asignada para el control, orden y organización de las asignaturas. Cuando el plan de estudios se apruebe por el H. Consejo Universitario, se procede al registro oficial en el Sistema Integral de Planes de Estudio y de Autoevaluación (SIPPEA) y se le asigna la clave.

\*\*Estas unidades de aprendizaje pueden impartirse en inglés de acuerdo a las condiciones de la unidad académica. El programa de unidad de aprendizaje se diseñó en español e inglés. Esto atiende a las políticas institucionales sobre la promoción de una segunda lengua, principalmente el inglés.

\*\*\* Nomenclatura:

HC: Horas Clase

HL: Horas Laboratorio

HT: Horas Taller

HPC: Horas Prácticas de Campo

HE: Horas Extra clase

CR: Créditos

RQ: Requisitos

VR: Variable

## 5.5. Características de las unidades de aprendizaje por áreas de conocimiento

**Unidad académica:** Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana  
**Programa educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte  
**Grado académico:** Licenciatura  
**Plan de estudios:** 2021-2

Área de conocimiento: Administrativa								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	2	2	--	--	2	6	
24	Bases de la Administración	2	--	2	--	2	6	
31	Administración y Gestión Deportiva	2	--	2	--	2	6	
36	Mercadotecnia Deportiva	2	--	2	--	2	6	
40	Proyectos de Inversión en la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
44	Emprendimientos de Proyectos de Actividad Física	2	--	2	--	2	6	40
Unidades de Aprendizaje Optativas								
53	Economía del Deporte	2	--	2	--	2	6	
54	Relaciones Públicas en el Deporte	2	--	2	--	2	6	
56	Promoción de la Actividad Física	1	--	3	--	1	5	
57	Dirección de Juegos	2	--	2	--	2	6	
58	Legislación Deportiva	2	--	1	--	2	5	

Área de conocimiento: Biomédica								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
3	Morfo-fisiología	2	--	2	--	2	6	
11	Fundamentos de Bioquímica	2	2	--	--	2	6	
18	Bioquímica de la Actividad Física	2	2	--	--	2	6	
19	Kinesiología	2	--	2	--	2	6	
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	2	--	2		2	6	
26	Fisiología del Ejercicio	2	2	--	--	2	6	
38	Principios de la Prescripción del Ejercicio	2	--	2	--	2	6	
41	Prevención y Readaptación de Lesiones	2	2	--	--	2	6	
42	Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas	2	--	--	2	2	6	
47	Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor	2	--	--	2	2	6	
Unidades de Aprendizaje Optativas								

Área de conocimiento: Biomédica								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
55	Control y Desarrollo Motor	2	1	--	1	2	6	
61	Health, Exercise and Sports Assessment	2	--	2	--	2	6	
62	Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio	2	2	--	--	2	6	
63	Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte	2	--	2	--	2	6	

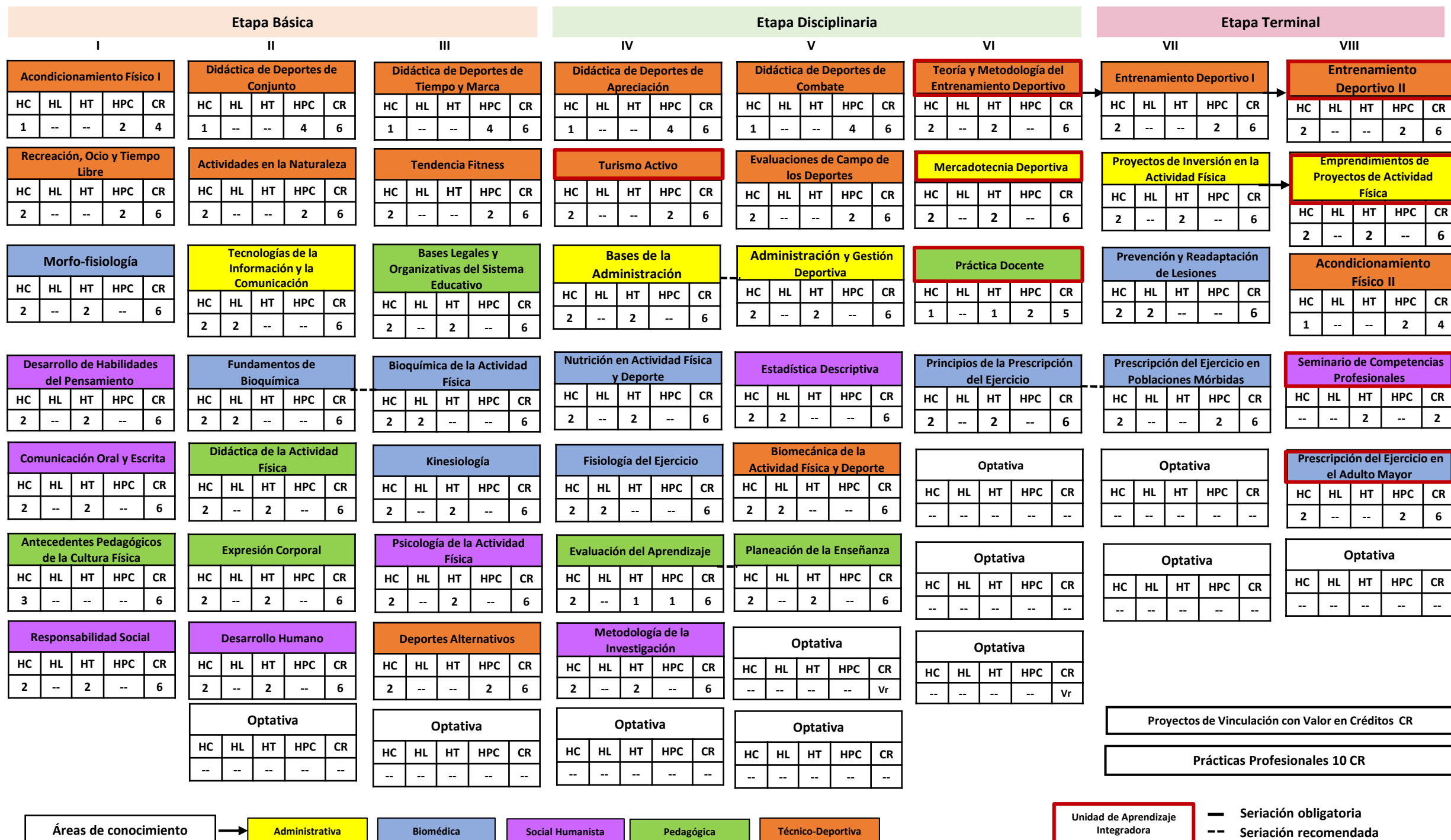
Área de conocimiento: Social Humanista								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	2	--	2	--	2	6	
5	Comunicación Oral y Escrita	2	--	2	--	2	6	
7	Responsabilidad Social	2	--	2	--	2	6	
14	Desarrollo Humano	2	--	2	--	2	6	
20	Psicología de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
28	Metodología de la Investigación	2	--	2	--	2	6	
32	Estadística Descriptiva	2	2	--	--	2	6	
46	Seminario de Competencias Profesionales	--	--	2	--		2	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								
51	Sociología en el Deporte	2	--	2	--	2	6	

Área de conocimiento: Pedagógica								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	3	--	--	--	3	6	
12	Didáctica de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
13	Expresión Corporal	2	--	2	--	2	6	
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	2	--	2	--	2	6	
27	Evaluación del Aprendizaje	2	--	1	1	2	6	
34	Planeación de la Enseñanza	2	--	2	--	2	6	
37	Práctica Docente	1	--	1	2	1	5	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								
49	Educación Cívica y Ética	2	--	2	--	2	6	
50	Equidad y Género	2	--	2	--	2	6	
52	Contexto Educativo y de la Actividad Física	2	--	--	2	2	6	
65	Actividad Física Adaptada	2	--	--	2	2	6	

Área de conocimiento: Técnico-Deportiva								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
1	Acondicionamiento Físico I	1	--	--	2	1	4	
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	2	--	--	2	2	6	
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	1	--	--	4	1	6	
9	Actividades en la Naturaleza	2	--	--	2	2	6	
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	1	--	--	4	1	6	
16	Tendencia Fitness	2	--	--	2	2	6	
21	Deportes Alternativos	2	--	--	2	2	6	
22	Didáctica de Deportes de Apreciación	1	--	--	4	1	6	
23	Turismo Activo	2	--	--	2	2	6	
29	Didáctica de Deportes de Combate	1	--	--	4	1	6	
30	Evaluaciones de Campo de los Deportes	2	--	--	2	2	6	
33	Biomecánica de la Actividad Física y Deporte	2	2	--	--	2	6	
35	Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo	2	--	2	--	2	6	
39	Entrenamiento Deportivo I	2	--	--	2	2	6	35
43	Entrenamiento Deportivo II	2	--	--	2	2	6	39
45	Acondicionamiento Físico II	1	--	--	2	1	4	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								
59	Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo	2	--	2	--	2	6	
60	Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo	2	--	2	--	2	6	
64	Navegación a Vela	1	--	--	2	1	4	



## 5.6. Mapa Curricular de Licenciado en Actividad Física y Deporte



## 5.7. Descripción cuantitativa del plan de estudios

**Unidad académica:** Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana  
**Programa educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte  
**Grado académico:** Licenciatura  
**Plan de estudios:** 2021-2

Distribución de créditos por etapa de formación

Etapa	Obligatorios	Optativos	Total	Porcentajes
Básica	124	12	<b>136</b>	38.97
Disciplinaria	101	36	<b>137</b>	39.25
Terminal*	48	18	<b>66</b>	18.91
Prácticas profesionales	10	--	<b>10</b>	2.87
Total	<b>283</b>	<b>66</b>	<b>349</b>	100%
Porcentajes	<b>81.09%</b>	<b>18.91%</b>	100%	

\*En los créditos optativos de la etapa terminal se incluyen los dos créditos del Proyecto de Vinculación con Valor Curricular.

Distribución de créditos obligatorios por área de conocimiento

Área	Básica	Disciplinaria	Terminal	Total	%
<b>Administrativa</b>	6	18	12	36	13.18
<b>Biomédica</b>	24	18	18	60	21.98
<b>Social Humanista</b>	30	12	2	44	16.12
<b>Pedagógica</b>	24	17	--	41	15.02
<b>Técnica- Deportiva</b>	40	36	16	92	33.70
Total	<b>124</b>	<b>101</b>	<b>48</b>	<b>273</b>	<b>100%</b>
Porcentajes	45.42	37.00	17.58	<b>100%</b>	

Distribución de unidades de aprendizaje por etapas de formación

Etapa	Obligatorias	Optativas	Total
Básica	21	2	<b>23</b>
Disciplinaria	17	6	<b>23</b>
Terminal	9	3	<b>12</b>
Total	<b>47</b>	<b>11*</b>	<b>58</b>

\*Para promover flexibilidad y brindar opciones de formación a los estudiantes, se integran en esta propuesta 17 unidades de aprendizaje optativas.

## 5.8. Tipología de las unidades de aprendizaje

**Unidad académica:** Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana

**Programa educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte

**Grado académico:** Licenciatura

**Plan de estudios:** 2020-1

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
<i>Etapa Básica Obligatoria</i>			
1	Acondicionamiento Físico I	3	
	Práctica de Campo de Acondicionamiento Físico I	1	
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	3	
	Práctica de Campo de Recreación, Ocio y Tiempo Libre	2	
3	Morfo-fisiología	3	
	Taller de Morfo-fisiología	2	
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	3	
	Taller de Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	2	
5	Comunicación Oral y Escrita	3	
	Taller de Comunicación Oral y Escrita	2	
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	3	
7	Responsabilidad Social	3	
	Taller de Responsabilidad Social	2	
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	3	
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de Conjunto	1	
9	Actividades en la Naturaleza	3	
	Práctica de Campo de Actividades en la Naturaleza	1	
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	3	
	Laboratorio de Tecnologías de la Información y la Comunicación	2	
11	Fundamentos de Bioquímica	3	
	Laboratorio de Fundamentos de Bioquímica	2	
12	Didáctica de la Actividad Física	3	
	Taller de Didáctica de la Actividad Física	2	
13	Expresión Corporal	3	
	Taller de Expresión Corporal	2	
14	Desarrollo Humano	3	
	Taller de Desarrollo Humano	2	
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	3	
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de	1	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
	Tiempo y Marca		
16	Tendencias Fitness	3	
	Práctica de Campo de Tendencias Fitness	1	
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	3	
	Taller de Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	2	
18	Bioquímica de la Actividad Física	3	
	Laboratorio de Bioquímica de la Actividad Física	2	
19	Kinesiología	3	
	Taller de Kinesiología	2	
20	Psicología de la Actividad Física	3	
	Taller de Psicología de la Actividad Física	2	
21	Deportes Alternativos	3	
	Práctica de Campo de Deportes Alternativos	1	
<i>Etapa Disciplinaria Obligatoria</i>			
22	Didáctica de Deportes de Apreciación	3	
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de Apreciación	1	
23	Turismo Activo	3	
	Práctica de Campo de Turismo Activo	2	
24	Bases de la Administración	3	
	Taller de Bases de la Administración	2	
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	3	
	Taller de Nutrición en Actividad Física y Deporte	2	
26	Fisiología del Ejercicio	3	
	Laboratorio de Fisiología del Ejercicio	2	
27	Evaluación del Aprendizaje	3	
	Taller de Evaluación del Aprendizaje	2	
	Practica de Capo de Evaluación del Aprendizaje	1	
28	Metodología de la Investigación	3	
	Taller de Metodología de la Investigación	2	
29	Didáctica de Deportes de Combate	3	
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de Combate	1	
30	Evaluaciones de Campo de los Deportes	3	
	Práctica de Campo de Evaluaciones de Campo de los Deportes	1	
31	Administración y Gestión Deportiva	3	
	Taller de Administración y Gestión Deportiva	2	
32	Estadística Descriptiva	3	
	Laboratorio de Estadística Descriptiva	2	
33	Biomecánica de la Actividad Física y Deporte	3	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
	Laboratorio de Biomecánica de la Actividad Física y Deporte	2	
34	Planeación de la Enseñanza	3	
	Taller de Planeación de la Enseñanza	2	
35	Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo	3	
	Taller de Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo	2	
36	Mercadotecnia Deportiva	3	
	Taller de Mercadotecnia Deportiva	2	
37	Práctica Docente	3	
	Taller de Práctica Docente	2	
	Práctica de Campo de Práctica Docente	1	
38	Principios de la Prescripción del Ejercicio	3	
	Taller de Principios de la Prescripción del Ejercicio	2	
<i>Etapa Terminal Obligatoria</i>			
39	Entrenamiento Deportivo I	3	
	Práctica de Campo de Entrenamiento Deportivo I	1	
40	Proyectos de Inversión en la Actividad Física	3	
	Taller de Proyectos de Inversión en la Actividad Física	2	
41	Prevención y Readaptación de Lesiones	3	
	Laboratorio de Prevención y Readaptación de Lesiones	2	
42	Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas	3	
	Práctica de Campo de Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas	1	
43	Entrenamiento Deportivo II	3	
	Práctica de Campo de Entrenamiento Deportivo II	1	
44	Emprendimientos de Proyectos de Actividad Física	3	
	Taller de Emprendimientos de Proyectos de Actividad Física	2	
45	Acondicionamiento Físico II	3	
	Práctica de Campo de Acondicionamiento Físico II	1	
46	Seminario de Competencias Profesionales	--	No tiene HC
	Taller de Seminario de Competencias Profesionales	2	
47	Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor	3	
	Práctica de Campo de Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor	1	
<i>Etapa Básica Optativa</i>			
49	Educación Cívica y Ética	3	
	Taller de Educación Cívica y Ética	1	
50	Equidad y Género	3	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
	Taller de Equidad y Género	2	
51	Sociología en el Deporte	3	
	Taller de Sociología en el Deporte	2	
52	Contexto Educativo y de la Actividad Física	3	
	Taller de Contexto Educativo y de la Actividad Física	2	
<i>Etapa Disciplinaria Optativa</i>			
53	Economía del Deporte	3	
	Taller de Economía del Deporte	2	
54	Relaciones Públicas en el Deporte	3	
	Taller de Relaciones Públicas en el Deporte	2	
55	Control y Desarrollo Motor	3	
	Taller de Control del Desarrollo Motor	2	
	Práctica de Campo de Control del Desarrollo Motor	1	
56	Promoción de la Actividad Física	3	
	Taller de Promoción de la Actividad Física	2	
57	Dirección de Juegos	3	
	Taller de Dirección de Juegos	2	
58	Legislación Deportiva	3	
	Taller de Legislación Deportiva	2	
59	Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo	3	
	Taller de Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo	2	
<i>Etapa Terminal Optativa</i>			
60	Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo	3	
	Taller de Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo	2	
61	Health, Exercise and Sports Assessment	3	
	Taller de Health, Exercise and Sports Assessment	2	
62	Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio	3	
	Laboratorio de Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio	2	
63	Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte	3	No tiene HC
	Taller de Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte	2	
64	Navegación a Vela	3	
	Práctica de Campo de Navegación a Vela	1	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
65	Actividad Física Adaptada	3	
	Práctica de Campo de Actividad Física Adaptada	1	

La tipología de las asignaturas se refiere a los parámetros que se toman en cuenta para la realización eficiente del proceso de aprendizaje integral, tomando en consideración la forma en como ésta se desarrolla de acuerdo a sus características, es decir, teóricas o prácticas (laboratorio, taller, clínica o práctica de campo etc.), el equipo necesario, material requerido y espacios físicos en los que se deberá desarrollar el curso, todo ello determinará la cantidad de alumnos que podrán atenderse por grupo.

De acuerdo a la Guía Metodológica para la Creación, Modificación y Actualización de los Programas Educativos de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC, 2010), existen tres tipologías y es importante precisar, que será el rango normal el que deberá predominar para la formación de los grupos; los casos de límite superior e inferior sólo deberán considerarse cuando la situación así lo amerite por las características propias de la asignatura. Así mismo, se deberá considerar la infraestructura de la unidad académica, evitando asignar un tipo 3 (grupo numeroso) a un laboratorio con capacidad de 10 a 12 alumnos cuya característica es Horas clase (HC) y Horas laboratorio (HL). La tipología se designará tomando en cuenta los siguientes criterios:

- Tipo 1. Está considerado para aquellas actividades de la enseñanza en las que se requiere la manipulación de instrumentos, animales o personas, en donde la responsabilidad de asegurar el adecuado manejo de los elementos es del docente y donde, además, es indispensable la supervisión de la ejecución del alumno de manera directa y continua (clínica y práctica). El rango correspondiente a este tipo es: Rango normal = 6 a 10 alumnos
- Tipo 2. Está diseñado para cumplir con una amplia gama de actividades de enseñanza aprendizaje, en donde se requiere una relación estrecha para supervisión o asesoría del docente. Presupone una actividad predominante del alumno y un seguimiento vigilante e instrucción correctiva del profesor (talleres, laboratorios). Rango normal = 12 a 20 alumnos.

- Tipo 3. Son asignaturas básicamente teóricas en las cuales predominan las técnicas expositivas; la actividad se lleva a cabo dentro del aula y requiere un seguimiento por parte del profesor del grupo en el proceso de aprendizaje integral:  
Rango normal = 24 a 40 alumnos



## 5.9. Equivalencias de las unidades de aprendizaje

**Unidad académica:** Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana

**Programa educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte

**Grado académico:** Licenciatura

**Plan de estudios:** 2021-2

Clave	Unidad de aprendizaje Plan 2021-2	Clave	Unidad de aprendizaje Plan 2009-2
<b><i>Etapa Básica Obligatoria</i></b>			
1	Acondicionamiento Físico I	15386	Fundamentos del Movimiento
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	15427	Etnoludismo
3	Morfo-fisiología	15397	Fundamentos Fisiológicos
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	15380	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento
5	Comunicación Oral y Escrita	15381	Comunicación Oral y Escrita
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	15382	Introducción a la Educación Física
7	Responsabilidad Social	--	Sin equivalencia
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	--	Sin equivalencia
9	Actividades en la Naturaleza	--	Sin equivalencia
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	15385	Tecnologías de la Información y la Comunicación
11	Fundamentos de Bioquímica	15392	Bioquímica en la Actividad Física
12	Didáctica de la Actividad Física	--	Sin equivalencia
13	Expresión Corporal	15388	Expresión Corporal y Rítmica Musical
14	Desarrollo Humano	15426	Desarrollo Humano
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	--	Sin equivalencia
16	Tendencia Fitness	--	Sin equivalencia
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	15434	Bases Filosóficas y Legales del Sistema Educativo
18	Bioquímica de la Actividad Física	--	Sin equivalencia
19	Kinesiología	15398	Kinesiología
20	Psicología de la Actividad Física	15390	Psicología Deportiva
21	Deportes Alternativos	--	Sin equivalencia
<b><i>Etapa Disciplinaria Obligatoria</i></b>			
22	Didáctica de Deportes de Apreciación		

Clave	Unidad de aprendizaje Plan 2021-2	Clave	Unidad de aprendizaje Plan 2009-2
		--	Sin equivalencia
23	Turismo Activo	--	Sin equivalencia
24	Bases de la Administración	15438	Proceso Administrativo
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	15400	Nutriología Deportiva
26	Fisiología del Ejercicio	15403	Fisiología del Ejercicio
27	Planeación de la Enseñanza	15441	Planeación de la Enseñanza
28	Metodología de la Investigación	15409	Investigación Aplicada a la Disciplina
29	Didáctica de Deportes de Combate	--	Sin equivalencia
30	Evaluaciones de Campo de los Deportes	15406	Evaluación en la Actividad Física y Deporte
31	Administración y Gestión Deportiva	15410	Administración de Organizaciones e Instalaciones Deportivas
32	Estadística Descriptiva	15404	Estadística Descriptiva
33	Biomecánica de la Actividad Física y Deporte	15401	Biomecánica de la Actividad Física
34	Evaluación del Aprendizaje	15406	Evaluación en la Actividad Física y Deporte
35	Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo	15407	Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo
36	Mercadotecnia Deportiva	15437	Gestión y Mercadotecnia Deportiva
37	Práctica Docente	15416	Práctica Docente
38	Principios de la Prescripción del Ejercicio	--	Sin equivalencia
<b><i>Etapas Terminal Obligatoria</i></b>			
39	Entrenamiento Deportivo I	15418	Estructura Contemporánea del Entrenamiento Deportivo
40	Proyectos de Inversión en la Actividad Física	15415	Formulación y Evaluación de Proyectos de la Actividad Física
41	Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas	--	Sin equivalencia
42	Prevención y Readaptación de Lesiones	15417	Prevención y Tratamiento de Lesiones en la Actividad Física
43	Entrenamiento Deportivo II	--	Sin equivalencia
44	Acondicionamiento Físico II	--	Sin equivalencia
45	Emprendimientos de Proyectos de Actividad Física	--	Sin equivalencia
46	Seminario de Competencias		

Clave	Unidad de aprendizaje Plan 2021-2	Clave	Unidad de aprendizaje Plan 2009-2
	Profesionales	--	Sin equivalencia
47	Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor	15444	Actividad Física Geriátrica
<b><i>Etapa Básica Optativa</i></b>			
49	Educación Cívica y Ética	15384	Educación Cívica y Ética
50	Equidad y Género	--	Sin equivalencia
51	Sociología en el Deporte	15774	Sociología en el Deporte
52	Contexto Educativo y de la Actividad Física	15393	Escuela y Contexto
<b><i>Etapa Disciplinaria Optativa</i></b>			
53	Economía del Deporte	--	Sin equivalencia
54	Relaciones Públicas en el Deporte	15446	Relaciones Públicas en el Deporte
55	Control del Desarrollo Motor	--	Sin equivalencia
56	Promoción de la Actividad Física	--	Sin equivalencia
57	Dirección de Juegos	15445	Dirección de Juegos Deportivos
58	Legislación Deportiva	--	Sin equivalencia
59	Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo	--	Sin equivalencia
<b><i>Etapa Terminal Optativa</i></b>			
60	Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo	--	Sin equivalencia
61	Health, Exercise and Sports Assessment	--	Sin equivalencia
62	Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio	15442	Tecnología Deportiva
63	Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte	15442	Seminario de Divulgación Científica
64	Navegación a Vela	--	Sin equivalencia
65	Actividad Física Adaptada	--	Sin equivalencia

## 6. Plan de estudios de Técnico Superior Universitario

### 6.1. Perfil de egreso

El egresado del programa educativo Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas es un técnico superior que aplica conocimientos básicos de administración, pedagogía y tecnología para el área de recreación, actividad física, ocio y turismo activo.

El Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas será competente para:

- Implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente.

### 6.2. Campo profesional

Los egresados del programa educativo Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas en los sectores públicos y privados:

Sector Público:

- Institutos municipales, estatales, nacionales del deporte.
- Centros de alto rendimiento.
- Dependencias gubernamentales.
- Sistema educativo municipal, estatal y federal; en todos los niveles educativos.
- Centros de Atención Múltiple.
- Organizaciones No Gubernamentales.
- Sistema de salud pública estatal y federal.

- Centros de rehabilitación estatales.
- Estancias Infantiles dependientes del sistema de salud.

Sector Privado:

- Clubes deportivos.
- Deporte profesional.
- Escuelas privadas en todos los niveles educativos.
- Centros de rehabilitación.
- Centros turísticos.
- Sistemas de salud privados.

Como profesional independiente:

- Sector industrial (Prestación de servicios recreativos o deportivos).
- Entrenador personal.
- Promotor deportivo.
- Promotor recreativo y turístico.
- Promotor de la salud a través de la salud

### 6.3. Características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación

Unidad académica: Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana

Programa educativo: Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas  
 y Turísticas

Grado académico: Técnico Superior Universitario

Plan de estudios: 2021-2

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
<i>Etapa Básica Obligatoria</i>								
1	Acondicionamiento Físico I	1	--	--	2	1	4	
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	2	--	--	2	2	6	
3	Morfo-fisiología	2	--	2	--	2	6	
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	2	--	2	--	2	6	
5	Comunicación Oral y Escrita	2	--	2	--	2	6	
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	3	--	--	--	3	6	
7	Responsabilidad Social	2	--	2	--	2	6	
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	1	--	--	4	1	6	
9	Actividades en la Naturaleza	2	--	--	2	2	6	
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	2	2	--	--	2	6	
11	Fundamentos de Bioquímica	2	2	--	--	2	6	
12	Didáctica de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
13	Expresión Corporal	2	--	2	--	2	6	
14	Desarrollo Humano	2	--	2	--	2	6	
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	1	--	--	4	1	6	
16	Tendencia Fitness	2	--	--	2	2	6	
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	2	--	2	--	2	6	
18	Bioquímica de la Actividad Física	2	2	--	--	2	6	
19	Kinesiología	2	--	2	--	2	6	
20	Psicología de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
21	Deportes Alternativos	2	--	--	2	2	6	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	
<i>Etapa Disciplinaria Obligatoria</i>								
22	Didáctica de Deportes de Apreciación	1	--	--	4	1	6	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
23	Turismo Activo	2	--	--	2	2	6	
24	Bases de la Administración	2	--	2	--	2	6	
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	2	--	2		2	6	
26	Fisiología del Ejercicio	2	2	--	--	2	6	
27	Evaluación del Aprendizaje	2	--	1	1	2	6	
28	Metodología de la Investigación	2	--	2	--	2	6	
	Optativa	--	--	--	--	--	Vr	

\*No es la clave oficial, es una numeración consecutiva asignada para el control, orden y organización de las asignaturas. Cuando el plan de estudios se apruebe por el H. Consejo Universitario, se procede al registro oficial en el Sistema Integral de Planes de Estudio y de Autoevaluación (SIPPEA) y se le asigna la clave.

\*\*Estas unidades de aprendizaje pueden impartirse en inglés de acuerdo a las condiciones de la unidad académica. El programa de unidad de aprendizaje se diseñó en español e inglés. Esto atiende a las políticas institucionales sobre la promoción de una segunda lengua, principalmente el inglés.

\*\*\* Nomenclatura:

HC: Horas Clase

HL: Horas Laboratorio

HT: Horas Taller

HPC: Horas Prácticas de Campo

HE: Horas Extra clase

CR: Créditos

RQ: Requisitos

VR: Variable

#### 6.4. Características de las unidades de aprendizaje por áreas de conocimiento

Unidad académica: Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana

Programa educativo: Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas  
 y Turísticas

Grado académico: Licenciatura

Plan de estudio: 2021-2

Área de conocimiento: Administrativa								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	2	2	--	--	2	6	
24	Bases de la Administración	2	--	2	--	2	6	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								

Área de conocimiento: Biomédica								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
3	Morfo-fisiología	2	--	2	--	2	6	
11	Fundamentos de Bioquímica	2	2	--	--	2	6	
18	Bioquímica de la Actividad Física	2	2	--	--	2	6	
19	Kinesiología	2	--	2	--	2	6	
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	2	--	2		2	6	
26	Fisiología del Ejercicio	2	2	--	--	2	6	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								

Área de conocimiento: Social Humanista								
Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	HC	HL	HT	HPC	HE	CR	RQ***
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	2	--	2	--	2	6	
5	Comunicación Oral y Escrita	2	--	2	--	2	6	
7	Responsabilidad Social	2	--	2	--	2	6	
14	Desarrollo Humano	2	--	2	--	2	6	
20	Psicología de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
28	Metodología de la Investigación	2	--	2	--	2	6	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								

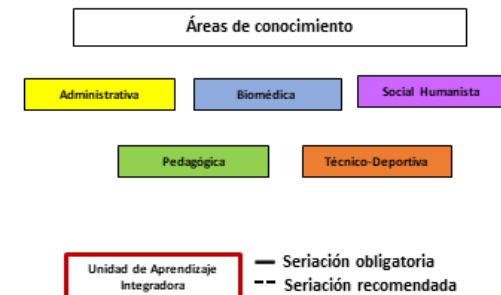


<b>Área de conocimiento: Pedagógica</b>								
<b>Clave</b>	<b>Nombre de la unidad de aprendizaje</b>	<b>HC</b>	<b>HL</b>	<b>HT</b>	<b>HPC</b>	<b>HE</b>	<b>CR</b>	<b>RQ***</b>
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	3	--	--	--	3	6	
12	Didáctica de la Actividad Física	2	--	2	--	2	6	
13	Expresión Corporal	2	--	2	--	2	6	
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	2	--	2	--	2	6	
27	Evaluación del Aprendizaje	2	--	1	1	2	6	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								

<b>Área de conocimiento: Técnico-Deportiva</b>								
<b>Clave</b>	<b>Nombre de la unidad de aprendizaje</b>	<b>HC</b>	<b>HL</b>	<b>HT</b>	<b>HPC</b>	<b>HE</b>	<b>CR</b>	<b>RQ***</b>
1	Acondicionamiento Físico I	1	--	--	2	1	4	
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	2	--	--	2	2	6	
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	1	--	--	4	1	6	
9	Actividades en la Naturaleza	2	--	--	2	2	6	
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	1	--	--	4	1	6	
16	Tendencia Fitness	2	--	--	2	2	6	
21	Deportes Alternativos	2	--	--	2	2	6	
22	Didáctica de Deportes de Apreciación	1	--	--	4	1	6	
23	Turismo Activo	2	--	--	2	2	6	
<i>Unidades de Aprendizaje Optativas</i>								

## 6.5. Mapa Curricular de Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas

Etapa Básica					Etapa Disciplinaria														
I					II					III					IV				
<b>Acondicionamiento Físico I</b>					<b>Didáctica de Deportes de Conjunto</b>					<b>Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca</b>					<b>Didáctica de Deportes de Apreciación</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
1	--	--	2	4	1	--	--	4	6	1	--	--	4	6	1	--	--	4	6
<b>Recreación, Ocio y Tiempo Libre</b>					<b>Actividades en la Naturaleza</b>					<b>Tendencia Fitness</b>					<b>Turismo Activo</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
2	--	--	2	6	2	--	--	2	6	2	--	--	2	6	2	--	--	2	6
<b>Morfo-fisiología</b>					<b>Tecnologías de la Información y la Comunicación</b>					<b>Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo</b>					<b>Bases de la Administración</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
2	--	2	--	6	2	2	--	--	6	2	--	2	--	6	2	--	2	--	6
<b>Desarrollo de Habilidades del Pensamiento</b>					<b>Fundamentos de Bioquímica</b>					<b>Bioquímica de la Actividad Física</b>					<b>Nutrición en Actividad Física y Deporte</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
2	--	2	--	6	2	2	--	--	6	2	2	--	--	6	2	--	2	--	6
<b>Comunicación Oral y Escrita</b>					<b>Didáctica de la Actividad Física</b>					<b>Kinesiología</b>					<b>Fisiología del Ejercicio</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
2	--	2	--	6	2	--	2	--	6	2	--	2	--	6	2	2	--	--	6
<b>Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física</b>					<b>Expresión Corporal</b>					<b>Psicología de la Actividad Física</b>					<b>Evaluación del Aprendizaje</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
3	--	--	--	6	2	--	2	--	6	2	--	2	--	6	2	--	1	1	6
<b>Responsabilidad Social</b>					<b>Desarrollo Humano</b>					<b>Deportes Alternativos</b>					<b>Metodología de la Investigación</b>				
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
2	--	2	--	6	2	--	2	--	6	2	--	--	2	6	2	--	2	--	6
<b>Optativa</b>					<b>Optativa</b>					<b>Optativa</b>									
HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR	HC	HL	HT	HPC	CR
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



## 6.6. Descripción cuantitativa del plan de estudios

Unidad académica: Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana  
 Programa educativo: Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas  
 y Turísticas  
 Grado académico: Técnico Superior Universitario  
 Plan de estudio: 2021-2

Distribución de créditos por etapa de formación

Etapa	Obligatorios	Optativos	Total	Porcentajes
Básica	124	12	<b>136</b>	<b>73.91%</b>
Disciplinaria	42	6	<b>48</b>	<b>26.09</b>
Total	<b>166</b>	<b>18</b>	<b>184</b>	<b>100%</b>
Porcentajes	90.22%	9.78%	<b>100%</b>	

\*En los créditos optativos de la etapa terminal se incluyen los dos créditos del Proyecto de Vinculación con Valor Curricular.

Distribución de créditos obligatorios por área de conocimiento

Área	Básica	Disciplinaria	Total	%
<b>Administrativa</b>	6	6	12	7.23%
<b>Biomédica</b>	24	12	36	21.69%
<b>Social Humanista</b>	30	6	36	21.69%
<b>Pedagógica</b>	24	6	30	18.07%
<b>Técnica- Deportiva</b>	40	12	52	31.32%
Total	124	42	<b>166</b>	<b>100%</b>
Porcentajes	45.25%	37.23%	<b>100%</b>	

Distribución de unidades de aprendizaje por etapas de formación

Etapa	Obligatorias	Optativas	Total
Básica	21	2	<b>23</b>
Disciplinaria	7	1	<b>8</b>
Total	<b>28</b>	<b>3*</b>	<b>31</b>

\*Para promover flexibilidad y brindar opciones de formación a los estudiantes, se integran en esta propuesta 17 unidades de aprendizaje optativas.

## 6.7. Tipología de las unidades de aprendizaje

Unidad académica: Facultad de Deportes, Mexicali.  
 Facultad de Deportes, Extensión Ensenada  
 Facultad de Deportes, Extensión Tijuana  
 Programa educativo: Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas  
 y Turísticas  
 Grado académico: Técnico Superior Universitario  
 Plan de estudio: 2020-1

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
<i>Etapa Básica Obligatoria</i>			
1	Acondicionamiento Físico I	3	
	Práctica de Campo de Acondicionamiento Físico I	1	
2	Recreación, Ocio y Tiempo Libre	3	
	Práctica de Campo de Recreación, Ocio y Tiempo Libre	2	
3	Morfo-fisiología	3	
	Taller de Morfo-fisiología	2	
4	Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	3	
	Taller de Desarrollo de Habilidades del Pensamiento	2	
5	Comunicación Oral y Escrita	3	
	Taller de Comunicación Oral y Escrita	2	
6	Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física	3	
7	Responsabilidad Social	3	
	Taller de Responsabilidad Social	2	
8	Didáctica de Deportes de Conjunto	3	
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de Conjunto	1	
9	Actividades en la Naturaleza	3	
	Práctica de Campo de Actividades en la Naturaleza	1	
10	Tecnologías de la Información y la Comunicación	3	
	Laboratorio de Tecnologías de la Información y la Comunicación	2	
11	Fundamentos de Bioquímica	3	
	Laboratorio de Fundamentos de Bioquímica	2	
12	Didáctica de la Actividad Física	3	
	Taller de Didáctica de la Actividad Física	2	
13	Expresión Corporal	3	
	Taller de Expresión Corporal	2	
14	Desarrollo Humano	3	
	Taller de Desarrollo Humano	2	
15	Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	3	

Clave	Nombre de la unidad de aprendizaje	Tipo	Observaciones
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca	1	
16	Tendencias Fitness	3	
	Práctica de Campo de Tendencias Fitness	1	
17	Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	3	
	Taller de Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo	2	
18	Bioquímica de la Actividad Física	3	
	Laboratorio de Bioquímica de la Actividad Física	2	
19	Kinesiología	3	
	Taller de Kinesiología	2	
20	Psicología de la Actividad Física	3	
	Taller de Psicología de la Actividad Física	2	
21	Deportes Alternativos	3	
	Práctica de Campo de Deportes Alternativos	1	
<i>Etapa Disciplinaria Obligatoria</i>			
22	Didáctica de Deportes de Apreciación	3	
	Práctica de Campo de Didáctica de Deportes de Apreciación	1	
23	Turismo Activo	3	
	Práctica de Campo de Turismo Activo	2	
24	Bases de la Administración	3	
	Taller de Bases de la Administración	2	
25	Nutrición en Actividad Física y Deporte	3	
	Taller de Nutrición en Actividad Física y Deporte	2	
26	Fisiología del Ejercicio	3	
	Laboratorio de Fisiología del Ejercicio	2	
27	Evaluación del Aprendizaje	3	
	Taller de Evaluación del Aprendizaje	2	
	Practica de Capo de Evaluación del Aprendizaje	1	
28	Metodología de la Investigación	3	
	Taller de Metodología de la Investigación	2	

La tipología de las asignaturas se refiere a los parámetros que se toman en cuenta para la realización eficiente del proceso de aprendizaje integral, tomando en consideración la forma en como ésta se desarrolla de acuerdo a sus características, es decir, teóricas o prácticas (laboratorio, taller, clínica o práctica de campo etc.), el equipo necesario, material requerido y espacios físicos en los que se deberá desarrollar el curso, todo ello determinará la cantidad de alumnos que podrán atenderse por grupo.

De acuerdo a la Guía Metodológica para la Creación, Modificación y Actualización de los Programas Educativos de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC, 2010), existen tres tipologías y es importante precisar, que será el rango normal el que deberá predominar para la formación de los grupos; los casos de límite superior e inferior sólo deberán considerarse cuando la situación así lo amerite por las características propias de la asignatura. Así mismo, se deberá considerar la infraestructura de la unidad académica, evitando asignar un tipo 3 (grupo numeroso) a un laboratorio con capacidad de 10 a 12 alumnos cuya característica es Horas clase (HC) y Horas laboratorio (HL). La tipología se designará tomando en cuenta los siguientes criterios:

- Tipo 1. Está considerado para aquellas actividades de la enseñanza en las que se requiere la manipulación de instrumentos, animales o personas, en donde la responsabilidad de asegurar el adecuado manejo de los elementos es del docente y donde, además, es indispensable la supervisión de la ejecución del alumno de manera directa y continua (clínica y práctica). El rango correspondiente a este tipo es: Rango normal = 6 a 10 alumnos
- Tipo 2. Está diseñado para cumplir con una amplia gama de actividades de enseñanza aprendizaje, en donde se requiere una relación estrecha para supervisión o asesoría del docente. Presupone una actividad predominante del alumno y un seguimiento vigilante e instrucción correctiva del profesor (talleres, laboratorios). Rango normal = 12 a 20 alumnos.
- Tipo 3. Son asignaturas básicamente teóricas en las cuales predominan las técnicas expositivas; la actividad se lleva a cabo dentro del aula y requiere un seguimiento por parte del profesor del grupo en el proceso de aprendizaje integral: Rango normal = 24 a 40 alumnos

## 7. Descripción del sistema de evaluación

Para el buen funcionamiento de la estructura curricular propuesta, se debe contar con un sistema de evaluación que permita detectar problemas e implementar acciones correctivas. La evaluación del plan de estudios está ligada a todos los elementos que hacen posible que la unidad académica funcione correctamente, abarcando las tareas y actividades desarrolladas en su interior, sin olvidar las relaciones con la sociedad.

### 7.1. Evaluación del plan de estudios

De acuerdo a la normatividad institucional, la unidad académica llevará a cabo procesos de evaluación permanente y sistematizada que permita establecer acciones con el fin de mejorar el currículo y con ello incidir en la calidad educativa. Brovelli (2001) señala que el objeto a ser evaluado, en el marco de la evaluación curricular, se enmarca en dos aspectos complementarios:

1. Evaluación del diseño curricular como documento, concebido como norma.
2. Evaluación del currículum real o implementado, concebido como práctica.

En el programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte, se realizará una evaluación de seguimiento después de 2 años de su operación con el propósito de valorar su instrumentación y hacer los ajustes que se consideren pertinentes. Este proceso estará sujeto a la valoración de plan de estudios, actividades para la formación integral, trayectoria escolar, personal académico, infraestructura, vinculación y extensión, y servicios y programas de apoyo, de acuerdo con la normatividad institucional vigente.

Después de 2 años de egreso de alumnos del plan de estudios, se realizará la evaluación externa e interna del programa educativo con el propósito de valorar su impacto de acuerdo a los planteamientos de la normatividad vigente de la UABC. El propósito es tomar las decisiones que conlleven a la actualización o modificación del programa educativo. En ambos procesos, las unidades académicas deberán realizar un reporte formal que documente los resultados.

## 7.2. Evaluación del aprendizaje

De acuerdo con el Estatuto Escolar, la evaluación de los procesos de aprendizaje tiene por objeto: (1) que las autoridades universitarias, los académicos y alumnos dispongan de la información adecuada para evaluar los resultados del proceso educativo y propiciar su mejora continua; (2) que los alumnos conozcan el grado de aprovechamiento académico que han alcanzado y, en su caso, obtengan la promoción y estímulo correspondiente; y (3) evidenciar las competencias adquiridas durante el proceso de aprendizaje.

La evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje demanda una estructura colegiada, operativa, normada, permanente y formal (UABC, 2010), sus acciones están dirigidas principalmente a la:

- a. Definición, revisión y actualización de competencias por lograr y de los criterios académicos para la evaluación y seguimiento del desempeño del alumno.
- b. Toma de decisiones para eliminar las diferencias, siempre y cuando no se inhíba la creatividad, la originalidad, la libre cátedra y el liderazgo académico, y modificar la dinámica de la relación alumno profesor.

Con el fin de disponer de información adecuada para evaluar los resultados del proceso educativo y propiciar su mejora, se realiza la evaluación del aprendizaje considerando el Estatuto Escolar vigente de la UABC, en donde se describe el objeto de evaluación y la escala de calificaciones, los tipos de exámenes, las evaluaciones institucionales, los procedimientos y formalidades de la evaluación, la revisión de los exámenes y la asistencia a clases. Así, la evaluación:

1. Estará centrada en el estudiante para el ejercicio de competencias en su profesión, de acuerdo con el perfil de egreso en el campo profesional del Licenciado en Contaduría.
2. Se basará en conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes, valores desarrollados por el estudiante y demostrados en su desempeño como competencias.

La evaluación en las unidades de aprendizaje se realizará en diferentes momentos del periodo escolar de acuerdo a sus características propias. La evaluación



docente institucional cobra importancia en este proceso porque sus resultados permitirán recomendar a los académicos a tomar cursos de actualización docente que incida en su proceso de enseñanza - aprendizaje, donde se verán favorecidos los estudiantes. Es importante precisar que, en caso de ser necesario, se cuenta con las condiciones y el personal para realizar cursos de nivelación de estudiantes en cada etapa del proceso formativo.

### **7.3. Evaluación colegiada del aprendizaje**

Las evaluaciones colegiadas se apegarán a las descripciones de evaluaciones institucionales definidas en el Estatuto Escolar vigente, mismas que permiten constatar el cumplimiento de las competencias profesionales y específicas planteadas en el plan de estudios, para ello, las evaluaciones se referirán a las competencias de (a) una unidad de aprendizaje, (b) un conjunto de unidades de aprendizaje, (c) la etapa de formación Básica, Disciplinaria o Terminal, (d) o de egreso, y se integrarán con criterios de desempeño que describan el resultado que deberá obtener el alumno y las características con que lo realizará, así como las circunstancias y el ámbito que permitan verificar si el desempeño es el correcto.

Las evaluaciones colegiadas se instrumentarán desde el interior de la Universidad, o externamente cuando se opte por evaluaciones expresamente elaboradas por entidades externas especializadas. Los resultados de la evaluación permitirán detectar los obstáculos y dificultades de aprendizaje, para reorientar permanentemente la actividad hacia el dominio de competencias.

La evaluación colegiada del aprendizaje es la estrategia fundamental para evaluar integralmente el éxito de la implementación del programa educativo. Representa un esfuerzo institucional renovado y perfectible constantemente en aras de alcanzar estándares de calidad a nivel internacional en la impartición de los procesos de enseñanza – aprendizaje. Son evaluaciones colegiadas del aprendizaje:

- a. Los exámenes departamentales,
- b. Los exámenes de trayecto,
- c. Los exámenes de egreso,
- d. Los exámenes que las unidades académicas determinen pertinentes para el

logro de los propósitos enunciados en este apartado.

## **Exámenes Departamentales**

Normativamente, los exámenes departamentales tienen como propósito:

- a. Conocer el grado de dominio que el alumno ha obtenido sobre la unidad de aprendizaje que cursa en relación a las competencias que en dicho curso deben lograrse.
- b. Verificar el grado de avance del programa de la unidad de aprendizaje de conformidad a lo establecido en el Estatuto Escolar.
- c. Conocer el grado de homogeneidad de los aprendizajes logrados por los alumnos de la misma unidad de aprendizaje que recibieron el curso con distintos profesores.

En una descripción más específica, las evaluaciones departamentales son instrumentos de referencia criterial mediante los cuales, el estudiante demuestra lo que sabe hacer, por lo que, en primera instancia, da cuentas del desempeño del estudiante respecto a un conjunto de competencias asociadas a una unidad de aprendizaje. Un examen departamental desarrollado de manera colegiada, permite: (1) comprender el valor de un programa de aprendizaje pues, al ser alineado al currículo, detecta áreas de oportunidad del mismo; (2) homogeneizar la operación del currículum en el aula; (3) detectar unidades y temas más problemáticos para los estudiantes; entre otros. Aún más, los resultados desembocan en el planteamiento de estrategias de enseñanza-aprendizaje y toma de decisiones que permitan mejorar la calidad de la Cuando las unidades académicas así lo determinen conveniente, los exámenes departamentales podrán elaborarse como exámenes parciales o totales; y se valorará si el resultado de la evaluación departamental incidirá en la calificación del alumno.

## **Examen de Egreso**

El examen de egreso tiene como propósito (1) conocer el grado de dominio que el alumno ha obtenido al concluir sus estudios en relación a las competencias profesionales enunciadas en el plan de estudios y (2) verificar el grado de avance,

pertinencia y actualidad del conjunto de programas de unidades de aprendizaje que comprenden el Plan de Estudios.

Presentar el examen de egreso es un requisito de egreso, y se recurrirá preferentemente al Examen General de Egreso de Licenciatura (EGEL) del Centro Nacional de Evaluación A.C. (CENEVAL) que corresponda al programa educativo, y las Unidades Académicas establecerán un procedimiento que determinará los criterios de elegibilidad, registro y demás que sean necesarios. Los resultados de esta evaluación orientarán a las unidades académicas en la toma de decisiones para mantener o mejorar la pertinencia, organización, operación del plan de estudios en su conjunto.

## 8. Revisión externa



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

Almería, a 24 de enero de 2021

**Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán**  
**Director Facultad de Deportes UABC**

En respuesta a su invitación como evaluador externo de la propuesta de modificación del Plan de Estudios 2012-2, Licenciatura en Actividad Física y Deporte, de la Facultad de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California, aprovecho, en primer lugar, para transmitirle mi agradecimiento por contar conmigo para esta importante tarea. Seguidamente pueden encontrar mis comentarios, observaciones y recomendaciones, entendiéndolo, como no puede ser de otra manera, que la realidad en la que se desarrollan los estudios prima sobre algunas de las recomendaciones que yo pueda transmitirles.

Mi primera valoración es general y aprovecho para felicitar, tanto a usted como a su equipo por el trabajo realizado.

En relación con la justificación, fundamentación social, de la profesión e institucional, creo que está correctamente realizada, estructurada y ajustada a la necesidad de modificación del citado Plan de Estudios. No obstante, pienso que sería positivo fundamentar y justificar con una actualización de las referencias y recomendaciones de la Organización Mundial de Salud a 2020, en lo referente a la inactividad física y a las recomendaciones actuales de actividad física a la población. De igual manera, lo relacionado con los problemas y necesidades sociales en el contexto nacional y estatal, creo que está bien fundamentado, aunque sería conveniente actualizar los datos que se ofrecen, dado que algunas referencias importantes son de 2013 y 2012. Por ejemplo, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición o los que hacen referencia a las horas de las personas en edad escolar delante de una pantalla (ordenador, tv, etc.).

Con respecto a la fundamentación de la profesión, creo de interés destacar también el área educativa entre las que se citan al principio de este apartado, junto a entrenamiento deportivo, actividad física y gestión deportiva. En esta área educativa, se podría incidir más en el aprendizaje mediante metodologías activas y enfoque competencial. En el área de actividad física para la salud, considerar uno de los ejes que se está abriendo para nuestra profesión como es la reeducación motriz y funcional, entre lo que hay que considerar la práctica de ejercicio físico (prescrito por un facultativo en medicina) para la recuperación de diferentes dolencias físicas. Además, la salud holística con prácticas expresivas, corporales y emocionales es otro aspecto a considerar en la formación y proyección laboral del alumnado.

Universidad de Almería  
Carretera Sacramento s/n  
04120, La Cañada de San Urbano, Almería

Prof. Dr. Antonio Granero Gallegos  
Coordinador del Grado en CC de la Actividad Física y del Deporte  
Facultad de Ciencias de la Educación

Expongo a continuación algunas recomendaciones por si pueden ser atendidas, siendo consciente en todo momento que la realidad en la que se desarrolla el Plan de Estudios prima, en ocasiones, por encima de otras cuestiones.

Recomendaciones:

- Se sugiere reforzar la plantilla de académicos con un mayor número de doctores entre el profesorado.
- Echo en falta destacar también el campo educativo o pedagógico, tanto en la misión como en la visión del programa educativo.
- En el nuevo plan propuesto, se sugiere determinar las competencias a alcanzar por el alumnado en cada asignatura, así como la contribución de las mismas a las competencias de cada etapa.
- Se sugiere la incorporación de alguna asignatura más relacionada con el desarrollo del cuerpo, conciencia y movimiento que contribuya a la formación de la expresión corporal, pues uno de los aspectos más en boga en la actualidad es la salud holística con prácticas expresivas, corporales y emocionales, aspecto de gran interés a considerar en la formación y proyección laboral del alumnado. Esto potenciaría más el primer objetivo de la propuesta relacionado con favorecer la calidad de vida de la sociedad mediante el diseño e implementación de programas de actividad física, recreación y deporte.
- Pienso que las competencias en las diferentes etapas se podrían diversificar y ampliar, de tal manera que no solo hubiera una “gran competencia”, sino que se determinarían más competencias específicas. Asimismo, se pueden determinar competencias transversales.
- El planteamiento es bastante positivista y basado en el modelo de paradigma cuantitativo. Creo que se podría completar y complementar con una perspectiva más naturalista o cualitativa.
- Respecto al *perfil de ingreso*, se precisa en la propuesta del Plan de Estudios que “se deberá poseer las siguientes características; gusto por las actividades deportivas y su práctica y condición saludable para la actividad física”. Entiendo que, si se trata de un deber, se medirá de alguna manera. En este caso, debería indicarse o precisarse cómo se va a valorar el gusto por las actividades deportivas y su práctica, así como la condición saludable para la actividad física por parte del alumnado que ingresa. Si no es así, debería de valorarse reescribir el párrafo y expresarlo de otra manera.
- En relación con lo comentado anteriormente, en el perfil de egreso queda de manifiesto que la recreación es un eje por mejorar en el plan.



- Completar la Etapa Básica Obligatoria con alguna asignatura de Fundamentos Anatómicos. Además, completar la propuesta de “Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte” con aspectos de innovación: “Métodos de Investigación e innovación en Actividad Física y Deporte” y valorar si se puede ofrecer esta asignatura en la etapa disciplinaria obligatoria. Los contenidos de esta asignatura están constituyéndose, hoy en día, como fundamentales para los egresados en ciencias de la actividad física y del deporte, independientemente del campo profesional.
- Entiendo que el entrenamiento funcional forma parte de algunas de las asignaturas de entrenamiento. En cualquier caso, completaría la asignatura Tendencia Fitness con el título de Wellness y la denominaría: Tendencia Fitness y Wellness. De igual manera, echo en falta alguna asignatura de Historia de la actividad física y del deporte.
- Entiendo como acierto la iniciativa del Técnico Superior Universitario, si bien creo que debería ofertarse como una opción externa al Plan de Estudios 2021-2.

Finalmente, esperando haber atendido su solicitud de forma satisfactoria, le hago llegar mis comentarios y evaluación junto con algunas de las recomendaciones, aprovechando la ocasión para enviarle mi más distinguida consideración.

ATENTAMENTE

GRANERO  
GALLEGOS  
ANTONIO -  
23245990M

Digitally signed by GRANERO  
GALLEGOS ANTONIO -  
23245990M  
DN: c=ES,  
serialNumber=DCE5-232459  
90M, givenName=ANTONIO,  
sn=GRANERO GALLEGOS,  
cn=GRANERO GALLEGOS  
ANTONIO - 23245990M  
Date: 2021.01.24 18:47:01  
+01'00'

Dr. Antonio Granero Gallegos  
Coordinador del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Universidad de Almería



Madrid, a 21 de enero del 2021

**Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán**  
**Director Facultad de Deportes UABC**

Atendiendo su solicitud realizada, aprovecho primeramente para agradecer y decirle que es todo un honor recibir la invitación como evaluador externo de la propuesta de modificación del Plan de Estudios 2012-2, Licenciatura en Actividad Física y Deporte, de la Facultad de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California y segundo, para emitir las observaciones y recomendaciones que considero pertinentes atender a este plan de estudios.

**Observaciones:**

- La justificación, con la fundamentación social, de la profesión e institucional justifican de forma aceptable la necesidad de la modificación del Plan de Estudios 2012-2, describiendo de forma correcta el proceso de evaluación interna y externa, apoyándose también en literatura científica internacional. Además, realiza una aceptable justificación partiendo de estadísticas internacionales a las estatales, mencionando entre medio las nacionales. Sin embargo, no considero que sea prudente introducir el Técnico Superior Universitario dentro del Plan de Estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Aunque si considero importante que se oferte dicho Técnico Superior Universitario, ya que la sociedad lo demanda.
- Los alcances del programa educativo, están redactados de forma clara y concisa.
- El apartado del Plan de Estudios de la Licenciatura, queda redactado de forma clara y concreta. Además, se observa que está adecuadamente basado en la justificación, con la evaluación interna y externa realizada previamente. También, considero adecuada la equivalencia de las unidades de aprendizaje del Plan 2009-2 al Plan 2021-2. Sin embargo, no considero que sea necesario impartir dos materias relacionadas con la Bioquímica: Fundamentos de la Bioquímica y Bioquímica de la Actividad Física; se podrían unificar.
- En cuanto al apartado del Plan de Estudios de Técnico Superior Universitario, considero que es un acierto en diseñarlo en el área de Actividades Recreativas y Turísticas. Sin embargo, no considero aconsejable que un Técnico Superior Universitario deba recibir los mismos contenidos que un Licenciado, aunque reciban contenidos similares. Un Licenciado, debería recibir más contenidos y con mayor profundidad que un Técnico Superior Universitario, puesto que no realizarán las mismas funciones cuando egresen y se inserten al mundo laboral. Considero que el Técnico Superior Universitario debe ofertarse, pero no dentro del Plan de Estudios 2021-2, sino como una opción externa a éste.

**Recomendaciones:**

- En la malla curricular, unificar las dos materias relacionadas con la Bioquímica: Fundamentos de la Bioquímica y Bioquímica de la Actividad Física.





**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (INEF)**  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, DEL DEPORTE Y DEL OCIO



- El Técnico Superior Universitario debe ofertarse, pero no dentro del Plan de Estudios 2021-2, sino como una opción externa a éste.

Sin más, esperando haber atendido su solicitud satisfactoriamente, le hago llegar mi evaluación junto con algunas de las recomendaciones.

**ATENTAMENTE**

**Dr. Raúl Fernández Baños**  
**INEF-Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**  
**Universidad Politécnica de Madrid**



Bogotá, enero 21 de 2021

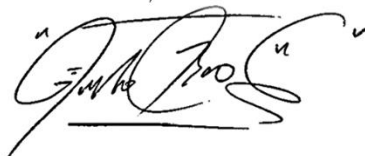
Maestro  
**Emilio Manuel Arrayales Millan**  
Director de la Facultad de Deportes  
Universidad Autónoma de Baja California  
Campus Mexicali

Respetado Mtro. Emilio, reciba un cordial saludo y mis mejores deseos en sus diversos compromisos.

Con la presente me permito manifestarle nuestra complacencia con las modificaciones realizadas al plan de estudios 2012-2, de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte de la Facultad de Deportes de Universidad Autónoma de Baja California – UABC, las cuales responden a las condiciones establecidas en el marco del acuerdo de doble titulación con el programa de Cultura Física, Deporte y Recreación, de la Universidad Santo Tomás.

Estaremos atento de cualquier requerimiento al respecto.

Cordialmente,



**Jesús Astolfo Romero García**  
Decano  
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Valoración de José Antonio de Paz, a la **Propuesta de modificación del Plan de Estudios 2012-2**, que presenta la Facultad de Deportes de la Universidad de Baja California, que se me ha solicitado realizar.

Tras leer con atención y analizar la propuesta de modificación del plan de estudio existente, les comparto mis observaciones al mismo. Observaciones que no son más que la expresión reflexiva y subjetiva de mis opiniones respecto al mismo, bajo mi experiencia de más de 30 años de docente universitario en estudios de Grado, Máster y Doctorado en Ciencias de la Actividad Física, que tienen la ventaja a la par que la desventaja de estar formuladas desde fuera de la Facultad y Universidad que la propone.

1.- En general, no es un nuevo plan, sino modificaciones menores de uno preexistente, pues mantiene la misma estructura general, cambiando el nombre de algunas materias, o reagrupando contenidos aparentemente existentes en el plan antiguo.

2.- También he de subrayar, que la valoración del plan de estudios, no puede ser muy profunda, pues **no se acompaña de los principales descriptores de cada materia**, PUA o asignatura, y el los nombres no reflejan necesariamente los contenidos, objetivos de aprendizaje, ni competencias que procuran. De hecho se recoge en el documento: *“El 100% de los PUAS se actualizó en bibliografía posterior al 2015. Se actualizaron conocimientos, habilidades y actitudes del 100% de PUAs. que se ha revisado la bibliografía de las PUAS”*. Dado que esta información no se ofrece, se limita la profundidad con la que se puede hacer la revisión del plan. Por otra parte, sugiero que si esa información no se ofrece, se retire del documento esa información, ya que no es contrastable.

3.- La **formulación de competencias** que se pretende adquieran los alumnos, las veo formuladas de forma demasiado genérica.

4.- Teniendo en cuenta que la licenciatura se desarrolla durante cuatro años y que las ciencias del deporte abarcan bastantes ramas de conocimiento, se echa en falta **un mayor contenido de las ciencias fundamentales para la Ciencias del Deporte**, (pedagogía, psicología, anatomía, fisiología...) y un exceso de intento de especialización que no parece propio de una licenciatura.

5.- Un aspecto que me ha llamado la atención, aunque entiendo que es útil para la organización de la docencia, es la **carga lectiva de las materias**, todas de similar carga, tanto las básicas fundamentales como las instrumentales concretas.

6.- La **carga práctica**:



a) La relación de horas lectivas teóricas/prácticas 1:1, no parece muy realista, máxime en materias básicas con contenidos transversales con otras asignaturas de aplicación de esa materia básica, como por ejemplo la fisiología básica, fisiología del ejercicio, prescripción en ejercicio y entrenamiento, cuantificación de la carga, etc... creo sería conveniente incrementar la carga teórica en las más básicas y mantener esa relación, o incluso mayor de la práctica, en las aplicadas de esas materias básicas. De no ser así, sugiero que una comisión de calidad se cerciore de la no duplicidad de contenidos teóricos y/o prácticos entre las diferentes asignaturas.

b) Por otra parte, la realización de verdaderas prácticas de laboratorio en asignaturas básicas (en las que el alumno manipula, realiza, no sólo es un espectador), con grupos más reducidos de alumnos y con esa carga horaria de práctica, haría necesario la existencia de varios laboratorios, muchos instrumentos en cada laboratorio como para poder organizar "15 prácticas" diferentes, además de mayor número de profesores.

7.- No se entiende muy bien que algunas Unidades de Aprendizaje ("asignaturas") estén consideradas en la **etapa básica**, como por ejemplo la "Tendencia fitness", o las didácticas específicas máxime cuando no se contempla una materia más básica (y previa) como es la pedagogía. ¿Por qué unas didácticas específicas son consideradas de la **etapa básica** y otras didácticas también específicas son de la **etapa disciplinar**?, por ejemplo didáctica de "deportes de tiempo y marca" o didáctica de "deportes de apreciación", o de "combate".

8.- Las salidas profesionales que se mencionan son la docencia, el entrenamiento, la administración y la salud: **no parece muy equilibrada la distribución crediticia del programa** en relación a estas salidas profesionales.

9.- Otro aspecto, es que puede ser un error, es pretender abarcar demasiado en una licenciatura o grado, la tendencia en todos los países es que la verdadera capacitación profesional en el mundo actual ha de realizarse mediante estudios de postgrado (post-licenciatura): cursos específicos, cursos de especialización, maestrías,.... De forma que emplear demasiado tiempo en aspectos no básicos para su profesión o capacitación, resta profundidad a otros aspectos más básicos y más acordes a sus competencias profesionales.

10.- Otro aspecto que me llama la atención, que va en contra de las tendencias en la mayor parte de los países, **es la inexistencia de un trabajo fin de licenciatura**, en el que los alumnos puedan expresar los conocimientos, habilidades y competencias que han adquirido en el trascurso de sus estudios en la licenciatura. Trabajo no como forma de graduarse, sino como "Asignatura" con alto contenido crediticio.

11.- El **nombre y la presencia de algunas PUAs** en el Plan de estudios, no me parece muy acertado:

a) Considero que el nombre de las PUAs ha de ponerse en español, (¿¿Health, Exercise and Sports Assessment??)



b) No se adivina qué contenidos se pueden impartir con tanta carga horaria en algunas PUAs que no se hayan impartido en otras materias:

**Health, Exercise and Sports Assessment:** ¿qué contenidos se impartirían que no fueran impartidos también en prevención o en prescripción de ejercicio, o en entrenamiento.....?

**Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo:** ¿qué contenidos se impartirían que no fueran impartidos también en fisiología del ejercicio, en entrenamiento deportivo, en acondicionamiento físico o prescripción de ejercicio...?

**Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio:** ¿qué contenidos se impartirían que no fueran impartidos también en Biomecánica, entrenamiento deportivo, fisiología del ejercicio o prescripción de ejercicio....?

12.- No entiendo bien, la **optatividad** de “Educación cívica o ética”, creo que es un aspecto básico que merece ser considerado como obligatorio, o en su defecto quitar del plan de estudios.

13.- ¿Qué significa, los requisitos “RQ\*\*\*”?

14.- Existe algún pequeño error en la **bibliografía** que se ha empleado para la fundamentación del documento, aparece alguna como en prensa, es del 2018, y ya no está en prensa. No me parece muy pertinente en el documento del plan de estudios, poner alguna bibliografía que es propia de una PUA y no de la propuesta de un documento de re-elaboración de un plan de estudios (por ejemplo: Engel et al, 2018; Wormgoor et al 2018).

Agradezco la confianza que han depositado en mí, al solicitar mi valoración del Plan. Y quedo a su disposición, para aclarar, contrastar o profundizar en alguna de mis observaciones que he formulado, por si lo consideraran oportuno.

Lo firmo en León a 29 de Enero del 2021

DE PAZ  
FERNANDEZ  
Z JOSE  
ANTONIO - 09725896R  
09725896R

Firmado digitalmente por DE PAZ FERNANDEZ JOSE ANTONIO - 09725896R  
Fecha: 2021.01.29 14:05:38 +01'00'

Fdo: Dr. José Antonio de Paz

[japazf@unileon.es](mailto:japazf@unileon.es)

Catedrático de Fisiología de la Universidad de León, (ULE)

Docente de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, ULE  
Coordinador del Máster Universitario en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, ULE  
Coordinador del Programa de Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, ULE



**Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán**

**Director Facultad de Deportes UABC**

En primer lugar, me gustaría agradecerle y hacerle saber que es para mí todo un honor recibir la invitación para participar en este proceso de Evaluación. Atendiendo a ello, una vez revisada con detenimiento la propuesta de modificación del Plan de Estudios 2012-2, Licenciatura en Actividad Física y Deporte, de la Facultad de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California, paso a emitir como EVALUADOR EXTERNO las observaciones y recomendaciones que considero pertinentes atender a este plan de estudios:

1. En relación al texto escrito, he podido observar que existen diversos errores gramaticales en el texto que deberían ser subsanados (página 5, doble espacio en página 6 primer párrafo, sangría en la página 9, etc.). A pesar de ello, el texto está bien redactado y bien estructurado.
2. Se recomienda en el Contexto Internacional, usar una bibliografía más actualizada, pues es necesario hacer mención a ella para equiparar esta propuesta a la situación actual. Por otro lado, se muestra adecuado el acercamiento (de inactividad física y enfermedades) que se lleva a cabo de la población de lo más general a lo más específico, aunque los datos de la población Mexicana son poco actuales.
3. En el apartado *1.3. Fundamentación institucional*, se ha llevado un trabajo para analizar el plan de estudios. A pesar de alabar gratamente esta iniciativa, la cual es interesante para el cometido, sería aún de mayor interés si la muestra hubiera sido representativa del universo. Solo así, se podría hacer un estudio exacto de cuál es la verdadera evaluación del currículum. Esto, podría ser tenido en cuenta para futuras evaluaciones. A pesar de ello, es gratificante observar que los datos obtenidos (87%) son mayoritariamente de satisfacción del estudiante hacia el plan de estudios. Esto es un buen reconocimiento a la labor que están desempeñando. Igualmente, es merito reconocible que el profesorado en su mayoría, exprese que existe buena congruencia entre el propósito del programa de unidad de aprendizaje y la competencia, aunque obviamente, hay que establecer directrices futuras de mejora interna.
4. Podría ser teniendo en cuenta para futuras modificaciones las sugerencias del profesorado sobre la incongruencia entre el nombre y el contenido de diversos programas de unidades de aprendizaje. Esto suele ser un aspecto muy común en muchas titulaciones y a veces es difícil de solventar, más si cabe, cuando una misma materia es impartida por varios docentes que no mantienen coordinación entre ellos. Esta coordinación, si se da el caso de diversos docentes, es imprescindible para que exista coherencia en cada una de las materias.

5. Se aconseja además, hacer una revisión actualizada, por lo menos cada 3 años máximo (lo ideal sería cada año), de los programas de la unidad de aprendizaje. Esta actualización podría llevarse a cabo por el profesorado competente de cada una de ellas, y atender a las demandas actuales de cada momento. Hay que recordar que la Actividad Física y el Deporte es un campo de investigación muy activo que ofrece cada año innumerable contenido científico aplicable al campo de la enseñanza, y que es preciso reconsiderar en nuestros programas año tras año.

6. En relación al profesorado, al igual que ocurre en otros países como España, Francia, Alemania o Inglaterra, se aconseja que se mejore la solidez de la plantilla con Personal de Tiempo Completo. Esto debe ser una medida a medio-largo plazo pero que ayudará a consolidar no solo a las personas, sino a que ellas desarrollen plenamente su carrera profesional en estas titulaciones apostando su total esfuerzo y tiempo en la mejora de los títulos.

7. Con respecto a las PUAs del área de Pedagogía, quizás sería adecuando introducir una PUA sobre Metodología de Enseñanza (excepto si estuviera incluida en alguna de las ya nombradas como Didáctica o Práctica Docente).

8. En las PUAs relacionadas con el área biomédica, no existe ninguna sobre Prescripción de Ejercicio en escolares y/o jóvenes. Quizás debería tenerse en consideración, teniendo en cuenta la población de México y los estudios existentes al respecto de la población escolar.

9. Una vez analizado el plan de estudios, es importante tener claro cuáles son las principales salidas profesionales de los estudiantes, para así ajustar la distribución de créditos por áreas de conocimiento. Esto además debería ir acompañado de un proceso de reflexión sobre si alguna de las áreas (como la Pedagógica, por ejemplo), merece un aumento de créditos.

10. Es de gran interés la existencia y actualización de la materia de Tecnologías de la Información y la Comunicación o incluso de Comunicación Oral y Escrita. Algunas facultades de Ciencias del Deporte llevan tiempo incluyendo contenidos relacionados con ello, para intentar ajustarse a las demandas actuales de la enseñanza digital, el entrenamiento on line e incluso la evaluación a distancia. Estupenda iniciativa que merece bien ser alabada.

11. Existe una buena adecuación de las unidades de aprendizaje del Plan 2021 con respecto al plan anterior. Además, es muy reconocible la introducción de diversas materias como Actividades en la naturaleza o Tendencias del Fitness, acordes a las nuevas líneas de trabajo en Actividad Física y Deporte.

12. Con respecto al Técnico Superior Universitario, llama la atención la existencia de multitud de semejanzas con respecto al Licenciado, aspecto que puede llegar a confundir en un futuro al alumnado e incluso a las **competencias profesionales a desarrollar** y ocupar por uno y otro. Sería de ayuda revisar la página 51, sobre el sector Pública y Privado del TSU, y comprobar si corresponde exactamente al del Licenciado



o tiene salida profesionales distintas. A pesar de ello, existen grandes diferencias en la carga lectiva la cual es muy superior en el Licenciado, no tanto en la parte básica, pero sí en la Disciplinaria (con 59 créditos más), en la Terminal y en las Prácticas profesionales.

13. Finalmente, se recomienda tener actualizadas las páginas web de las Facultades para poder disponer en ellas de los Planes de Estudios, las Guías Docentes actualizadas, el profesorado a impartir en cada materia, etc., para poder darle una mayor calidad y transparencia al título.

Por todo ello, le doy la enhorabuena por el trabajo llevado a cabo y por el avance conseguido en los últimos años en la UABC. Sin más, esperando haber atendido su solicitud satisfactoriamente, le hago llegar mi evaluación.

Granada, a 26/01/2021

Fdo: Antonio Baena Extremera  
Profesor Titular de Universidad  
Director de Secretariado de Formación, Innovación y Evaluación Docente de la Universidad de Granada.  
Director del Grupo de Investigación HUM 979 Didactic and Innovation in Education and Physical Sport Activity



### Dr. Antonio Baena Extremera



Webs:  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-3597-4038>  
Researcher ID D-8391-2016  
<http://www.researcherid.com/rid/D-8391-2016>  
Scopus Author ID 35101372900  
Dialnet Author ID 608682  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=608682>  
<https://scholar.google.es/citations?user=pzermSsAAAAJ&hl=es>  
[https://www.researchgate.net/profile/Antonio\\_Extremera](https://www.researchgate.net/profile/Antonio_Extremera)





"Por una Profesionalización Académica en la Cultura Física y en el Deporte"

Cuernavaca, Morelos a 29 de enero de 2021  
Oficio: FCD/2021/058

**MTRO. EMILIO EMANUEL ARRAYALES MILLAN  
DIRECTOR DE LA FACULTAD DE DEPORTES  
UNIVERSIDAD AUTONOMA DE BAJA CALIFORNIA**

PRESENTE.

Por medio del presente, me pongo en contacto referente a la solicitud de revisión del documento de modificación del Plan de Estudios 2012-2, de Licenciado en Actividad Física y Deporte de la Facultad de Deportes de UABC, que me fue asignado por el Director de la FCD Vicente Ramírez Vargas.

Antes que nada, me gustaría felicitar a su equipo por el excelente trabajo que ha realizado al actualizar el plan de estudios, tarea de suma importancia para cumplir a cabalidad con la responsabilidad de las universidades de brindar una preparación de calidad que solvente las problemáticas actuales de la sociedad.

A continuación, dejo algunas observaciones puntuales para que sean analizadas por su equipo.

General: Revisar el formato de párrafo para que sea uniforme, se encontraron algunos detalles en la sangría y espaciado.

Justificación:

- Actualizar los datos epidemiológicos con los obtenidos por la ENSANUT 2018.
- Pag 9 párrafo 2: Hablan de la escasa actividad física en el estado, pero no presentan datos al respecto, también sería importante presentar cuales son los impedimentos que externalizan las personas para la práctica de actividad física.
- Párrafo 1 página 18, esta repetida la información del párrafo 4 de la página 17.
- Párrafo página 18, tomando en cuenta el número de campus, sería importante señalar la distribución de los profesores, especialmente de los PTC.
- Penúltimo Párrafo de la página 24, habla de un 97% de deserción, es importante señalar si se refiere a que de todos los que desertan el 97% lo hace en esta etapa o a del total del matricula el 97% deserta.

Plan de estudios de Licenciatura:

- La unidad de aprendizaje Educación Cívica y ética aparece como optativa, sin embargo, los valores fueron mencionados como importantes de reforzar de acuerdo con los empleadores y están contemplados en la misión y su objetivo.
- Consideramos es importante revisar los contenidos de la unidad Acondicionamiento físico 1, para determinar si es necesario cursar antes de morfología y bioquímica del ejercicio, esenciales para comprender los procesos internos que permiten las adaptaciones al ejercicio.
- Del mismo modo sería importante tener acceso a todas las unidades de aprendizaje para revisar los contenidos propuestos, especialmente en la materia de nutrición deportiva, como experiencia,







"Por una Profesionalización Académica en la Cultura Física y en el Deporte"

no es posible abarcar los contenidos de esta especialidad en una materia, debido a que los estudiantes no tienen los fundamentos de cuidado nutrición que tendría un estudiante de nutrición, esto puede llevar a propiciar la propagación de mitos, que son muy abundantes, en alimentación y nutrición.

Plan de estudios de Licenciatura:

- Es importante analizar el hecho de que el campo profesional del TSU es igual que el de la licenciatura, lo cual puede propiciar una disminución en los salarios de los licenciados y posteriormente una mayor deserción, optando mas estudiantes por el TSU.
- En las Tablas 4.3, 4.4, 4.6, 4.7 del TSU, Marcan como Programa educativo Licenciatura en Actividad física y deporte y grado académico Licenciatura.
- Consideramos, por experiencia, que es importante señalar si los estudiantes tendrán la posibilidad de migrar del plan de estudios anterior al nuevo y cuáles serían los requisitos para esto, quien puede tomar decisiones sobre este tema.
- Del mismo modo, es importante dejar asentado que pasara en el caso de la última generación del plan de estudios anterior, como podrán cubrir los créditos en caso de reprobar, de unidades de aprendizaje que ya no se oferten.

Sin mas por el momento me despido, de nuevo felicito por el excelente trabajo y compromiso y esperamos que estas observaciones les sean de utilidad.

Reciba un cordial saludo, usted y su equipo.

Atentamente

*Por una Humanidad Culta*

**RODRIGO MEZA SEGURA**

Secretario de Investigación

C.C.PARCHMO

Se expide el presente documento firmado electrónicamente de conformidad con el ACUERDO GENERAL PARA LA CONTINUIDAD DEL FUNCIONAMIENTO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA PROVOCADA POR EL VIRUS SARS-COV2 (COVID-19) emitido el 27 de abril del 2020.

El presente documento cuenta con la firma electrónica UAEM del funcionario universitario competente, amparada por un certificado vigente a la fecha de su elaboración y es válido de conformidad con los LINEAMIENTOS EN MATERIA DE FIRMA ELECTRÓNICA PARA LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ESTADO DE MORELOS emitidos el 13 de noviembre del 2019 mediante circular No. 32.

#### Sello electrónico

**RODRIGO MEZA SEGURA** | Fecha: 2021-01-29 12:03:31 | Firmante

QL7lJcgcYBZ+Lxyf3G4WBoXWm1Jl45cl3AXlv7e/bdLKD1XnCT0zgdYjaJmHX3iNbQOM7kaEXThO2isYgkLr5JCBimfdyXEBkKvXRLXPDn4+y1ESoUGAlb0dX0ELIb6i9aRVIX  
Z32KF2S5BCEYg3Axokif6hbWp9KfaS9HyKs0hGKX2W3yvlGbsWwZSihGWAUp+ydDGS4uTKbqntdMvERgxmOEZ5+UzhWXSDKuXw0s02110UTdYfch00FZPpI3+LdmfBhCbg  
Rfcs4KfqjMmEXOeFdrHm4c2Vh2vQdTmiOq9c7LedYyir5WADYfSSFNcQmZ9WYw6TlwNENA==

Puede verificar la autenticidad del documento en la siguiente dirección electrónica o  
escaneando el código QR ingresando la siguiente clave:



xQHm31

<https://efirma.uaem.mx/noRepudio/M75U2jFEcrmAV5F5R3aNXeEuPR9PI9bH>

En la tabla 11 se integra observaciones de los pares externos relacionadas con el plan de estudios y la atención dentro de la propuesta de modificación curricular.

Tabla 11. *Atención de observaciones de pares extremos.*

Observaciones	Resolución o justificación
La unidad de aprendizaje Educación Cívica y ética aparece como optativa, sin embargo, los valores fueron mencionados como importantes de reforzar de acuerdo con los empleadores y están contemplados en la misión y su objetivo.	El PUA de Educación Cívica y Ética no desarrolla competencias en valores, sino la PUA obligatoria de Responsabilidad Social con competencias en la comprensión e implementación de valores en la profesión.
Consideramos es importante revisar los contenidos de la unidad Acondicionamiento físico 1, para determinar si es necesario cursar antes de Morfo-fisiología y bioquímica del ejercicio, esenciales para comprender los procesos internos que permiten las adaptaciones al ejercicio.	El PUA de Acondicionamiento Físico tiene contenidos básicos de práctica de actividad física como introducción a la Licenciatura.
Del mismo modo sería importante tener acceso a todas las unidades de aprendizaje para revisar los contenidos propuestos, especialmente en la materia de nutrición deportiva, como experiencia, no es posible abarcar los contenidos de esta especialidad en una materia, debido a que los estudiantes no tienen los fundamentos de cuidado nutrición que tendría un estudiante de nutrición, esto puede llevar a propiciar la propagación de mitos, que son muy abundantes, en alimentación y nutrición.	La nutrición deportiva no es una competencia de egreso del Plan de Estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.
La <b>formulación de competencias</b> que se pretende adquieran los alumnos, las veo formuladas de forma demasiado genérica.	Las competencias se generaron a través de una metodología institucional y son más específicas por etapas y después en cada Programa de Unidad de Aprendizaje.
Teniendo en cuenta que la licenciatura se desarrolla durante cuatro años y que las ciencias del deporte abarcan bastantes ramas de conocimiento, se echa en falta <b>un mayor contenido de las ciencias fundamentales para la Ciencias del Deporte</b> , (pedagogía, psicología, anatomía, fisiología...) y un exceso de intento de especialización que no parece propio de una licenciatura.	Los PUA tienen una secuencia que culmina con el cumplimiento de cinco competencias profesionales; cada competencia tiene PUAS básicas, disciplinarias y terminales; que a través de las diferentes modalidades de aprendizaje, Servicio Profesional y Prácticas Profesionales logran las competencias.
Un aspecto que me ha llamado la atención, aunque entiendo que es útil para la	La carga horaria es diferente en cada PUA y se determinó de acuerdo a la metodología

Observaciones	Resolución o justificación
<p>organización de la docencia, es la carga lectiva de las materias, todas de similar carga, tanto las básicas fundamentales como las instrumentales concretas.</p>	<p>institucional “Metodología de Diseño Curricular para la Creación, Modificación y Actualización de Programas Educativos de Licenciatura de la UABC.</p>
<p>La relación de horas lectivas teóricas/prácticas 1:1, no parece muy realista, máxime en materias básicas con contenidos transversales con otras asignaturas de aplicación de esa materia básica, como por ejemplo la fisiología básica, fisiología del ejercicio, prescripción en ejercicio y entrenamiento, cuantificación de la carga, etc... creo sería conveniente incrementar la carga teórica en las más básicas y mantener esa relación, o incluso mayor de la práctica, en las aplicadas de esas materias básicas. De no ser así, sugiero que una comisión de calidad se cerciore de la no duplicidad de contenidos teóricos y/o prácticos entre las diferentes asignaturas.</p>	<p>La carga horaria es diferente en cada PUA y se determinó de acuerdo a la metodología institucional “Metodología de Diseño Curricular para la Creación, Modificación y Actualización de Programas Educativos de Licenciatura de la UABC.</p>
<p>Por otra parte, la realización de verdaderas prácticas de laboratorio en asignaturas básicas (en las que el alumno manipula, realiza, no sólo es un espectador), con grupos más reducidos de alumnos y con esa carga horaria de práctica, haría necesario la existencia de varios laboratorios, muchos instrumentos en cada laboratorio como para poder organizar “15 prácticas” diferentes, además de mayor número de profesores.</p>	<p>Al planear y desarrollar la propuesta se analizó la factibilidad de prácticas; de acuerdo a la infraestructura actual se fundamentan las prácticas de laboratorio a través de adecuaciones y trabajo con pequeños grupos en tiempos determinados.</p>
<p>No se entiende muy bien que algunas Unidades de Aprendizaje (“asignaturas”) estén consideradas en la etapa básica, como por ejemplo la “Tendencia fitness”, o las didácticas específicas máxime cuando no se contempla una materia más básica (y previa) como es la pedagogía. ¿Por qué unas didácticas específicas son consideradas de la etapa básica y otras didácticas también específicas son de la etapa disciplinar?, por ejemplo, didáctica de “deportes de tiempo y marca” o didáctica de “deportes de apreciación”, o de “combate”.</p>	<p>En primer semestre se desarrollan competencias básicas-teóricas como Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física, en segundo semestre sigue Didáctica de la Actividad Física y sucesivamente PUAS más específicas. Tendencia Fitness es optativa.</p>
<p>Las salidas profesionales que se mencionan son la docencia, el entrenamiento, la administración y la salud: no parece muy equilibrada la distribución crediticia del programa en relación a estas salidas profesionales.</p>	<p>Algunos PUAS no solo enriquecen a una competencia profesional, sino a diferentes competencias, debido a la relación que hay entre las áreas de conocimiento.</p>

Observaciones	Resolución o justificación
Otro aspecto, es que puede ser un error, es pretender abarcar demasiado en una licenciatura o grado, la tendencia en todos los países es que la verdadera capacitación profesional en el mundo actual ha de realizarse mediante estudios de postgrado (post-licenciatura): cursos específicos, cursos de especialización, maestrías. De forma que emplear demasiado tiempo en aspectos no básicos para su profesión o capacitación, resta profundidad a otros aspectos más básicos y más acordes a sus competencias profesionales.	La propuesta se elaboró de acuerdo a la metodología institucional "Metodología de Diseño Curricular para la Creación, Modificación y Actualización de Programas Educativos de Licenciatura de la UABC.
Otro aspecto que me llama la atención, que va en contra de las tendencias en la mayor parte de los países, es la inexistencia de un trabajo fin de licenciatura, en el que los alumnos puedan expresar los conocimientos, habilidades y competencias que han adquirido en el trascurso de sus estudios en la licenciatura. Trabajo no como forma de graduarse, sino como "Asignatura" con alto contenido crediticio.	De acuerdo a la normatividad de la UABC, existen diversas modalidades de titulación, lo cual beneficia la tasa de titulación de licenciatura.
Health, Exercise and Sports Assessment: ¿qué contenidos se impartirían que no fueran impartidos también en prevención o en prescripción de ejercicio, o en entrenamiento?	Health, Exercise and Sports Assessment es una PUA optativa que busca que el alumno desarrolle su competencia disciplinar en otro idioma.
Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo: ¿qué contenidos se impartirían que no fueran impartidos también en fisiología del ejercicio, en entrenamiento deportivo, en acondicionamiento físico o prescripción de ejercicio?	Cuantificación de la Carga de Entrenamiento Deportivo es un PUA optativo que brinda mayor práctica en el área de conocimiento Técnico Deportivo.
Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio: ¿qué contenidos se impartirían que no fueran impartidos también en Biomecánica, entrenamiento deportivo, fisiología del ejercicio o prescripción de ejercicio?	Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio es un PUA optativo que busca aumentar el conocimiento tecnológico en la prescripción del ejercicio.
No entiendo bien, la optatividad de "Educación cívica o ética", creo que es un aspecto básico que merece ser considerado como obligatorio, o en su defecto quitar del plan de estudios.	El PUA de Educación Cívica y Ética no desarrolla competencias en valores, sino la PUA obligatoria de Responsabilidad Social con competencias en la comprensión e implementación de valores en la profesión.
¿Qué significa, los requisitos "RQ***"?	Requisitos.
14.- Existe algún pequeño error en la	Atendido.

Observaciones	Resolución o justificación
bibliografía que se ha empleado para la fundamentación del documento, aparece alguna como en prensa, es del 2018, y ya no está en prensa. No me parece muy pertinente en el documento del plan de estudios, poner alguna bibliografía que es propia de una PUA y no de la propuesta de un documento de re-elaboración de un plan de estudios (por ejemplo: Engel et al, 2018; Wormgoor et al 2018).	
7. Con respecto a las PUAs del área de Pedagogía, quizás sería adecuando introducir una PUA sobre Metodología de Enseñanza (excepto si estuviera incluida en alguna de las ya nombradas como Didáctica o Práctica Docente).	Existen diferentes PUAS que fortalecen el logro de la competencia profesional en pedagogía. Por ejemplo: Planeación de la Enseñanza, Evaluación del Aprendizaje y Práctica Docente.
En las PUAs relacionadas con el área biomédica, no existe ninguna sobre Prescripción de Ejercicio en escolares y/o jóvenes. Quizás debería tenerse en consideración, teniendo en cuenta la población de México y los estudios existentes al respecto de la población escolar.	En los PUAS de Principios de la Prescripción del Ejercicio y Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas no limitan la población de estudio con respecto a la edad; son principios básicos para la población en general y en poblaciones mórbidas en diferentes etapas de desarrollo.
Una vez analizado el plan de estudios, es importante tener claro cuáles son las principales salidas profesionales de los estudiantes, para así ajustar la distribución de créditos por áreas de conocimiento. Esto además debería ir acompañado de un proceso de reflexión sobre si alguna de las áreas (como la Pedagógica, por ejemplo), merece un aumento de créditos.	Algunos PUAS no solo enriquecen a una competencia profesional, sino a diferentes competencias, debido a la relación que hay entre las áreas de conocimiento.
Es de gran interés la existencia y actualización de la materia de Tecnologías de la Información y la Comunicación o incluso de Comunicación Oral y Escrita. Algunas facultades de Ciencias del Deporte llevan tiempo incluyendo contenidos relacionados con ello, para intentar ajustarse a las demandas actuales de la enseñanza digital, el entrenamiento on line e incluso la evaluación a distancia. Estupenda iniciativa que merece bien ser alabada.	Si se cuenta con un PUA de Comunicación Oral y Escrita y otro de Tecnologías de la Información.
Existe una buena adecuación de las unidades de aprendizaje del Plan 2021 con respecto al plan anterior. Además, es muy reconocible la introducción de diversas materias como Actividades en la naturaleza o Tendencias del Fitness, acordes a las nuevas líneas de trabajo en Actividad Física y Deporte.	Se propuso la introducción de algunos PUAS que respondan a las demandas sociales y el contexto regional.



Observaciones	Resolución o justificación
<p>Con respecto al Técnico Superior Universitario, llama la atención la existencia de multitud de semejanzas con respecto al Licenciado, aspecto que puede llegar a confundir en un futuro al alumnado e incluso a las <b>competencias profesionales a desarrollar</b> y ocupar por uno y otro. Sería de ayuda revisar la página 51, sobre el sector Pública y Privado del TSU, y comprobar si corresponde exactamente al del Licenciado o tiene salida profesionales distintas. A pesar de ello, existen grandes diferencias en la carga lectiva la cual es muy superior en el Licenciado, no tanto en la parte básica, pero sí en la Disciplinaria (con 59 créditos más), en la Terminal y en las Prácticas profesionales</p>	<p>El Técnico Superior Universitario solo tiene una competencia técnica, los campos profesionales son los mismos que el LAFD; pero diferentes funciones y competencias.</p>
<p>Echo en falta destacar también el campo educativo o pedagógico, tanto en la misión como en la visión del programa educativo.</p>	<p>Se añade el campo pedagógico en la misión y visión.</p>
<p>En el nuevo plan propuesto, se sugiere determinar las competencias a alcanzar por el alumnado en cada asignatura, así como la contribución de las mismas a las competencias de cada etapa.</p>	<p>De acuerdo a la Metodología institucional se desarrollaron las competencias de forma específica para determinar las competencias profesionales, genéricas, por etapa y por cada PUA.</p>
<p>Se sugiere la incorporación de alguna asignatura más relacionada con el desarrollo del cuerpo, conciencia y movimiento que contribuya a la formación de la expresión corporal, pues uno de los aspectos más en boga en la actualidad es la salud holística con prácticas expresivas, corporales y emocionales, aspecto de gran interés a considerar en la formación y proyección laboral del alumnado. Esto potenciaría más el primer objetivo de la propuesta relacionado con favorecer la calidad de vida de la sociedad mediante el diseño e implementación de programas de actividad física, recreación y deporte.</p>	<p>El PUA Expresión Corporal es obligatoria y se encuentra en segundo semestre.</p>
<p>Pienso que las competencias en las diferentes etapas se podrían diversificar y ampliar, de tal manera que no solo hubiera una "gran competencia", sino que se determinaran más competencias específicas. Asimismo, se pueden determinar competencias transversales.</p>	<p>De acuerdo a la Metodología institucional se desarrollaron las competencias de forma específica para determinar las competencias profesionales, genéricas, por etapa y por cada PUA.</p>

Observaciones	Resolución o justificación
El planteamiento es bastante positivista y basado en el modelo de paradigma cuantitativo. Creo que se podría completar y complementar con una perspectiva más naturalista o cualitativa.	El planteamiento se redactó de acuerdo a la metodología institucional “Metodología de Diseño Curricular para la Creación, Modificación y Actualización de Programas Educativos de Licenciatura de la UABC.
Respecto al perfil de ingreso, se precisa en la propuesta del Plan de Estudios que “se deberá poseer las siguientes características; gusto por las actividades deportivas y su práctica y condición saludable para la actividad física”. Entiendo que, si se trata de un deber, se medirá de alguna manera. En este caso, debería indicarse o precisarse cómo se va a valorar el gusto por las actividades deportivas y su práctica, así como la condición saludable para la actividad física por parte del alumnado que ingresa. Si no es así, debería de valorarse reescribir el párrafo y expresarlo de otra manera.	El perfil de ingreso es lo que se espera del aspirante y que fortalece el éxito de este en el PE, pero la institución no permite valoraciones físicas para determinar el ingreso a la licenciatura.
En relación con lo comentado anteriormente, en el perfil de egreso queda de manifiesto que la recreación es un eje por mejorar en el plan.	Es una competencia nueva en esta propuesta, de acuerdo a las necesidades sociales actuales y el contexto.
Completar la Etapa Básica Obligatoria con alguna asignatura de Fundamentos Anatómicos. Además, completar la propuesta de “Métodos de Investigación en Actividad Física y Deporte” con aspectos de innovación: “Métodos de Investigación e innovación en Actividad Física y Deporte” y valorar si se puede ofrecer esta asignatura en la etapa disciplinaria obligatoria. Los contenidos de esta asignatura están constituyéndose, hoy en día, como fundamentales para los egresados en ciencias de la actividad física y del deporte, independientemente del campo profesional.	Morfo-fisiología, Kinesiología y Fisiología del Ejercicio cumplen con el conocimiento anatómico básico y disciplinar del LAFD. Existen dos PUAS de investigación, uno obligatorio y otro optativo, existen diversos PUAS que fortalecen la innovación en la actividad física de forma transversal; Tendencias Fitness y Deportes Alternativos.
Entiendo que el entrenamiento funcional forma parte de algunas de las asignaturas de entrenamiento. En cualquier caso, completaría la asignatura Tendencia Fitness con el título de Wellness y la denominaría: Tendencia Fitness y Wellness. De igual manera, echo en falta alguna asignatura de Historia de la actividad física y del deporte.	El nombre del PUA no determina el contenido o competencia. La historia de la actividad física y Educación Física está en el PUA de primer semestre Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física a través de contenidos como el origen e historia de la actividad física.
Entiendo como acierto la iniciativa del	El TSU cumple con diferentes enfoques, no



<b>Observaciones</b>	<b>Resolución o justificación</b>
Técnico Superior Universitario, si bien creo que debería ofertarse como una opción externa al Plan de Estudios 2021-2.	pretende generar un nuevo plan, pero si una alternativa de fortalecimiento y una opción para competencias técnicas.

## 9. Referencias

- Asociación Nacional de Universidad e Instituciones de Educación Superior (ANUIES). (2007). Desempeño y Reconocimiento Laboral del Técnico con Elevada Formación Escolarizada. *Revista de la Educación Superior* 1(141), pp.7-12. México: ANUIES.
- Barquera, S., Campos, I., Hernández, S., Pedroza, A., Rivera, J. (2013) *Prevalencia de obesidad en adultos mexicanos, 2000-2012*. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342013000800012](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000800012)
- Coordinación General Universidades Tecnológicas. (2000). *Universidades Tecnológicas. Mandos medios para la industria*, México: SEP-UT-Noriega.
- Diario Oficial de la Federación (DOF). (2017). *Acuerdo Número 17/11/17 Por el que se establecen los trámites y procedimientos relacionados con el reconocimiento de validez oficial de estudios del tipo superior*. Recuperado de [http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5504348&fecha=13%2F11%2F2017](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5504348&fecha=13%2F11%2F2017)
- Eisele, A., Schagg, D., Krämer, L.V., Bengel, J., &Göhner, W. (2018). *Behaviour change techniques applied in interventions to enhance physical activity adherence in patients with chronic musculoskeletal conditions: A systematic review and meta-analysis*. *Patient Education Counseling*, En prensa.
- ENSANUT. (2012). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012*. Recuperado de <https://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>
- Engel, F.A., Ackermann, A., Chtourou, H., & Sperlich, B. (2018). *High-Intensity Interval Training Performed by Young Athletes: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Frontiers in Physiology*, 9: 1-18.
- Instituto Mexicano para la Competitividad A.C., s.f. *Quilos de más, pesos de menos “Los costos de la obesidad en México”*. Recuperado de [http://imco.org.mx/wp-content/uploads/2015/01/20150311\\_ObesidadEnMexico\\_DocumentoCompleto.pdf](http://imco.org.mx/wp-content/uploads/2015/01/20150311_ObesidadEnMexico_DocumentoCompleto.pdf)

Instituto Profesional Academia de Idiomas y Estudios Profesionales de la Universidad de Andres Bello. (2019). Técnico Deportivo. Recuperado de [https://www.aiep.cl/dinamicas/carreras/mallas/tecnico\\_deportivo.pdf](https://www.aiep.cl/dinamicas/carreras/mallas/tecnico_deportivo.pdf)

Instituto Superior de Deportes. (2018). Tecnicatura Superior en Actividad Física y Preparación Física Deportiva. Recuperado de [http://www.isde.edu.ar/carreras\\_tecnicatura.html](http://www.isde.edu.ar/carreras_tecnicatura.html)

FAO Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2018). Recuperado de <http://www.fao.org/news/archive/news-by-date/2018/es/>

Jiménez Sáez, F., & Arroyo Vázquez, M. (2009). *El fomento del emprendedurismo universitario a través de un modelo integrador*.

Moncada J. (2005). 2005: Año Internacional del Deporte y la Educación Física. *Revista Educación* (en línea) 2005, Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44029215>> ISSN 0379-7082

Organización Mundial de la Salud. (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. ISBN: 9789241599979. Recuperado de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977\\_spa.pdf?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf?sequence=1)

Organización de las Naciones Unidas para Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2013). Clasificación Internacional Normalizada de la Educación 2011. Recuperado de <http://uis.unesco.org/sites/default/files/documents/international-standard-classification-of-education-isced-2011-sp.pdf>

Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. (2018). *Obesidad una precursora de la Diabetes*. Washington, D.C. United States of America. Recuperado de [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6718:2012-obesity-as-precursor-diabetes&Itemid=39448&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=6718:2012-obesity-as-precursor-diabetes&Itemid=39448&lang=es)

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE). (2019). Higher Education in Mexico: Labour Market Relevance and Outcomes, Higher Education, OCDE Publishing, Paris. Recuperado de <https://doi.org/10.1787/9789264309432-en>

- Plan Estatal de Desarrollo de Baja California 2013-2019. Recuperado de <http://www.copladebc.gob.mx/PED/documentos/Actualizacion%20del%20Plan%20Estatal%20de%20Desarrollo%202014-2019.pdf>
- Ruiz, E. (2009). Los técnicos superiores universitarios: Diferenciación educativa, estratificación social y segmentación del trabajo. *Revista mexicana de sociología*, 71(3), 557-584.
- Ruiz, E. (2007). Una aproximación a los sustentos de una política de reforma en la educación superior: El caso de las Universidades Tecnológicas". *Revista de la Educación Superior* 36 (144), 111–117.
- Secretaría de Educación Pública (2015). Perfil, Parámetros e Indicadores para los Docentes de Educación Física, México. SEP. Recuperado de: [http://servicioprofesionaldocente.sep.gob.mx/content/ba/docs/2015/parametros\\_indicadores/PERFILES\\_INGRESO\\_FEBRERO%202015.pdf](http://servicioprofesionaldocente.sep.gob.mx/content/ba/docs/2015/parametros_indicadores/PERFILES_INGRESO_FEBRERO%202015.pdf)
- Toril, J. U., & Valenciano, J. D. P. (2011). Revisando el emprendedurismo. *Boletín Económico de ICE*, 3021.
- Trigos Carrillo, L. M., Carreño, C. I., García, C. I., & Álvarez, I. (2017). Innovación y prácticas pedagógicas en la educación superior: perspectivas teóricas, investigación y experiencias. Editorial Universidad del Rosario.
- Universidad Autónoma de Baja California (2015). *Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023*. Recuperado de [http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI\\_2019-2023.pdf](http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI_2019-2023.pdf)
- Universidad Autónoma de Baja California. (2018). Metodología de los estudios de fundamentación para la creación, modificación y actualización de programas educativos de licenciatura. Recuperado de [http://www.uabc.mx/formacionbasica/documentos/metodologia\\_con\\_ficha.pdf](http://www.uabc.mx/formacionbasica/documentos/metodologia_con_ficha.pdf)
- Universidad de las Américas. (S/F). Técnico Nivel Superior en Actividad Física y Deporte. Recuperado de <https://admision.udla.cl/carrera/tecnico-de-nivel-superior-en-actividad-fisica-y-deporte-vespertino/?regimen=vespertino>
- Wormgoor, S. G., Dalleck, L., Zinn, C., Borotkanics, R., & Harris, N. (2018). *High-intensity Interval Training is Equivalent to Moderate-intensity Continuous*

*Training for Short-and Medium-term Outcomes of Macro-and Microvascular Complication Markers in Men with Type 2 Diabetes.* *Frontiers in endocrinology*, 9, 475.

## 9. Anexos

### 9.1. Anexo 1. Formatos metodológicos

#### FORMATO 1. PROBLEMÁTICAS Y COMPETENCIAS PROFESIONALES

Problemáticas	Competencia profesional	Ámbitos
<p>En México se observa la necesidad de asegurar la calidad de los sistemas de competencia y metodologías para el desarrollo del talento deportivo.</p>	<p>1. Diseñar y evaluar planes de entrenamiento a partir de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y ciencias aplicadas al deporte, para promover el aprendizaje y maximizar el rendimiento deportivo, con objetividad, responsabilidad y respeto de la integridad física y socioemocional del individuo.</p>	<p>Local, estatal, regional, nacional, transfronterizo e internacional; sectores público, social y privado.</p>
<p>La Secretaría de Educación Pública (SEP, 2015), manifiesta la necesidad de atender poblaciones emergentes formadas por inmigrantes, jóvenes en situación de riesgo y farmacodependientes.</p> <p>En México el sector de educación básica carece de programas eficientes para el desarrollo de hábitos saludables.</p>	<p>2. Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica y media superior, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia.</p>	<p>Local, estatal, regional, nacional; sectores público y social.</p>
<p>México presenta una alta prevalencia nacional de sobrepeso y obesidad en la población (escolares 33.2%, adolescentes 36.3% y adultos 72.5%) derivando en problemas de salud pública y altos costos financieros (ENSANUT, 2016). De acuerdo a la OPS entre el 30 y el 60% de la población en las Américas no alcanzan el nivel mínimo recomendado de actividad física.</p> <p>Baja California presenta la necesidad de</p>	<p>3. Diseñar e implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y aplicación de fundamentos de gestión y promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente.</p>	<p>Local, estatal, regional, nacional, transfronterizo e internacional; sectores público y social.</p>

Problemáticas	Competencia profesional	Ámbitos
<p>profesionales que creen, organicen e implementen actividades lúdico-recreativas para la utilización del tiempo libre de manera activa.</p>		
<p>A nivel internacional existen problemas sociales asociados a la salud, como obesidad, sobrepeso, diabetes, hipertensión, cardiopatías, dislipidemias, lesiones osteo-musculares, así como padecimientos de ansiedad, estrés y depresión, asociadas al sedentarismo, malos hábitos alimenticios y uso del tiempo (OMS, 2018).</p> <p>El contexto internacional demanda profesionales que prescriban ejercicio físico a poblaciones específicas para contribuir a la adherencia de la actividad física (Eisele et al., 2018).</p>	<p>4. Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social.</p>	<p>Local, estatal, regional, nacional e internacional, sectores público, privado y social.</p>
<p>A nivel estatal y regional se ha incrementado la oferta de servicios públicos y organizaciones de promoción de la actividad física y deportivas, que requieren atender sus procesos administrativos de manera especializada y eficiente, así como identificar áreas de oportunidad de intervención viables para el impulso y crecimiento de sus servicios. En Baja California existen largas jornadas laborales en el sector productivo, donde no se cuenta con el tiempo ni recursos suficientes para realizar alguna actividad física o deporte de manera sistemática, es potencial al desarrollo temprano de afectaciones a la salud.</p>	<p>5. Desarrollar, gestionar y administrar proyectos de actividad física y deporte, mediante la aplicación de las ciencias administrativas, para atender las problemáticas y demandas sociales, con actitud proactiva, innovadora y disposición al trabajo interdisciplinario.</p>	<p>Local, estatal, regional, nacional, transfronterizo e internacional, sectores público, privado y social.</p>

## FORMATO 2. IDENTIFICACIÓN DE LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS QUE INTEGRAN CADA COMPETENCIA PROFESIONAL

Competencia profesional	Competencias específicas
<p>1. Diseñar y evaluar planes de entrenamiento a partir de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y ciencias aplicadas al deporte, para promover el aprendizaje y maximizar el rendimiento deportivo, con objetividad, responsabilidad y respeto de la integridad física y socioemocional del individuo.</p>	<p>1.1. Analizar la teoría y metodología de entrenamiento deportivo para determinar los modelos de entrenamiento pertinentes, con base en las características de poblaciones específicas, con actitud analítica y reflexiva.</p> <p>1.2. Diseñar planes de entrenamiento deportivo para desarrollo del talento y maximizar el rendimiento deportivo a partir de la determinación de características de poblaciones específicas (evaluación del sujeto) con responsabilidad.</p> <p>1.3. Operar y evaluar planes de entrenamiento deportivo para determinar el impacto y pertinencia en el desarrollo del talento y el rendimiento deportivo mediante instrumentos válidos y confiables, con objetividad y honestidad.</p>
<p>2. Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia.</p>	<p>2.1. Analizar el contexto de educación básica mediante los planes y programas nacionales de educación física vigentes para desarrollar los aprendizajes en los estudiantes, con actitud reflexiva, colaborativa y con responsabilidad.</p> <p>2.2. Diseñar secuencias didácticas en el área de educación física, mediante la planeación y aplicación de técnicas, estrategias y métodos pedagógicos para implementarlas en la educación básica, con responsabilidad social, actitud creativa y crítica.</p> <p>2.3. Diseñar instrumentos de evaluación, para medir el impacto de las secuencias didácticas de educación física en la educación básica a través de métodos y técnicas de evaluación, con actitud analítica, reflexiva y honesta.</p>
<p>3. Diseñar e implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus</p>	<p>3.1. Analizar el contexto social, geográfico, económico y cultural, mediante la revisión de fuentes de información estatal, regional, nacional e internacional, para identificar necesidades relacionadas a la actividad física, ocio y ocupación</p>



Competencia profesional	Competencias específicas
<p>recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente.</p>	<p>del tiempo libre con pensamiento crítico y objetividad.</p> <p>3.2. Planear programas y eventos de actividades físico-deportivo-recreativas, mediante técnicas, instrumentos y normas específicas, que favorezcan la calidad de vida, con actitud creativa, colaborativa y respeto al medio ambiente.</p> <p>3.3. Implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre mediante técnicas, instrumentos y atención a normas de seguridad para ofrecer y promover servicios innovadores, con actitud emprendedora, reflexiva y respeto al medio ambiente.</p>
<p>4. Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social.</p>	<p>4.1. Analizar las características y patologías del individuo, con base un diagnóstico médico, para seleccionar las pruebas físicas de evaluación adecuadas, con pensamiento crítico y responsable.</p> <p>4.2. Evaluar las condiciones físicas del individuo, mediante evaluaciones físicas diagnósticas pertinentes, para la selección de estrategias y procedimientos de atención a través del ejercicio físico, con actitud analítica, empática, colaborativa y de respeto.</p> <p>4.3. Aplicar los fundamentos de la prescripción del ejercicio, mediante recursos técnicos adecuados a las características patológicas o necesidades del individuo, para mejorar la calidad de vida, con rigor científico, actitud innovadora y de colaboración.</p>
<p>5. Desarrollar, gestionar y administrar proyectos de actividad física, deporte, ocio y tiempo libre, mediante la aplicación de las ciencias administrativas, para atender las problemáticas y demandas sociales, con actitud proactiva, innovadora y disposición al trabajo interdisciplinario.</p>	<p>5.1 Identificar áreas de oportunidad en el desarrollo de proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre a través del estudio de mercado, para atender las demandas sociales y el desarrollo económico de la región, con honradez, proactividad y trabajo en equipo.</p> <p>5.2 Desarrollar proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre basados en los modelos de negocios, para ofrecer servicios innovadores de acuerdo a las necesidades del contexto, con actitud creativa, emprendedora y respeto al</p>

Competencia profesional	Competencias específicas
	<p>medio ambiente.</p> <p>5.3 Gestionar los recursos económicos, humanos y materiales, mediante los modelos de negocios, para aumentar las posibilidades de éxito de los proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre, con liderazgo, actitud proactiva, honesta y de respeto.</p>

### FORMATO 3. ESTABLECIMIENTO DE LAS EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

**Competencia profesional 1:** Diseñar y evaluar planes de entrenamiento a partir de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y ciencias aplicadas al deporte, para promover el aprendizaje y maximizar el rendimiento deportivo, con objetividad, responsabilidad y respeto de la integridad física y socioemocional del individuo.

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
1.1. Analizar la teoría y metodología de entrenamiento deportivo para determinar los modelos de entrenamiento pertinentes, con base en las características de poblaciones específicas, con actitud analítica y reflexiva.	Elaborar el análisis de una población específica aplicando un modelo de entrenamiento deportivo, el cual debe integrar análisis del deporte, características de la población, justificación del modelo de entrenamiento, objetivo, pronóstico de resultado, conclusión y referencias bibliográficas.
1.2. Diseñar planes de entrenamiento deportivo para desarrollo del talento y maximizar el rendimiento deportivo a partir de la determinación de características de poblaciones específicas (evaluación del sujeto) con responsabilidad.	Desarrollar un plan de entrenamiento deportivo que integre: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Plan escrito: análisis del plan anterior, determinación de los objetivos, metas, generalidades del plan de entrenamiento, fichas técnicas, evaluaciones (cuantas y cuales), medios y métodos del entrenamiento a utilizar, elementos y materiales.</li><li>2. Plan gráfico: calendario oficial, periodización, carga, competencias y evaluaciones.</li></ol>
1.3. Operar y evaluar planes de entrenamiento deportivo para determinar el impacto y pertinencia en el desarrollo del talento y el rendimiento deportivo mediante instrumentos válidos y confiables, con objetividad y honestidad.	Aplicar el plan de entrenamiento deportivo y elaborar un informe parcial y total de los resultados obtenidos. El informe deberá incluir: objetivos, metas, cargas, competencias, medición de variables y resultados y conclusiones.

**Competencia profesional 2:** Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia.

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
2.1. Analizar el contexto de educación básica mediante los planes y programas nacionales de educación física vigentes para desarrollar los aprendizajes en los estudiantes, con actitud reflexiva, colaborativa y con responsabilidad.	Elabora un informe con base al programa nacional de Educación Física vigente de un nivel educativo que se ajuste a contextos público y privado. Deberá contener: introducción, desarrollo (análisis de infraestructura, características de la población, fuentes de información, métodos de recolección de datos, análisis de datos) y conclusiones (determinar las directrices y aplicabilidad de las adecuaciones).
2.2. Diseñar secuencias didácticas en el área de educación física, mediante la planeación y aplicación de técnicas, estrategias y métodos pedagógicos para implementarlas en la educación básica, con responsabilidad social, actitud creativa y crítica.	De acuerdo a los informes del contexto educativos, diseña y presenta las secuencias didácticas de un periodo educativo de evaluación (bimestre, trimestre, etc.). Secuencias didácticas deberán contener: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diseño de sesión <ul style="list-style-type: none"> <li>● Características de la población</li> <li>● Objetivos y contenidos</li> <li>● Instalación y materiales</li> <li>● Establecer técnicas, métodos y modelos de enseñanza.</li> <li>● Desarrollo de sesión</li> <li>● Posibles imprevistos y soluciones</li> <li>● Estrategias de evaluación</li> </ul> </li> <li>2. Aplicación de secuencias: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Sello y firma de la institución</li> <li>● Rúbrica de evaluación por parte del docente de la institución (sello y firma)</li> </ul> </li> <li>3. Bitácora de Campo (registro de cada sesión) <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fortalezas y justificación</li> <li>● Debilidades y justificación</li> <li>● Posibles soluciones</li> <li>● Adaptaciones a secuencias</li> </ul> </li> </ol>
2.3 Diseñar instrumentos de evaluación, para medir el	Diseño de instrumentos de evaluación cuantitativos y cualitativos que

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
<p>impacto de las secuencias didácticas de educación física en la educación básica a través de métodos y técnicas de evaluación, con actitud analítica, reflexiva y honesta.</p>	<p>midan el impacto de la secuencia didáctica en la población objeto. El cual cumpla los siguientes criterios: objetividad, validez, fiabilidad y sensibilidad.</p>

**Competencia profesional 3:** Diseñar e implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
<p>3.1. Analizar el contexto social, geográfico, económico y cultural, mediante la revisión de fuentes de información estatal, regional, nacional e internacional, para identificar necesidades relacionadas a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre con pensamiento crítico y objetividad.</p>	<p>Elabora un informe donde se identifiquen las necesidades relacionadas a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre. Deberá contener: introducción, desarrollo (contexto social, geográfico, económico y cultural, mediante la revisión de fuentes de información estatal, regional, nacional e internacional) y conclusiones (construir propuestas de intervención o fortalecer las existentes).</p>
<p>3.2. Planear programas y eventos de actividades físico-deportivo-recreativas, mediante técnicas, instrumentos y normas específicas, que favorezcan la calidad de vida, con actitud creativa, colaborativa y respeto al medio ambiente.</p>	<p>Diseña un programa de actividades donde se refleje la innovación y la atención a una necesidad relacionada a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, el cual debe integrar:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diseño del programa <ul style="list-style-type: none"> <li>● Características de la población</li> <li>● Objetivos y contenidos</li> <li>● Descripción del entorno natural o artificial</li> <li>● Recursos materiales y técnicos</li> <li>● Logística</li> <li>● Técnicas de seguridad</li> <li>● Establecer técnicas, métodos y modelos de enseñanza.</li> <li>● Desarrollo de las actividades</li> </ul> </li> </ol>

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Posibles imprevistos y soluciones</li> <li>● Estrategias de evaluación</li> </ul>
<p>3.3. Implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre mediante técnicas, instrumentos y atención a normas de seguridad para ofrecer y promover servicios innovadores, con actitud emprendedora, reflexiva y respeto al medio ambiente.</p>	<p>Implementa el programa de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, mediante una memoria técnica que contenga los siguientes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Resumen</li> <li>● Índice de documentos</li> <li>● Introducción</li> <li>● Objetivos</li> <li>● Metodología</li> <li>● Resultados</li> <li>● Conclusiones</li> <li>● Bibliografía</li> </ul>

**Competencia profesional 4:** Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social.

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
<p>4.1. Analizar las características y patologías del individuo, con base un diagnóstico médico, para seleccionar las pruebas físicas de evaluación adecuadas, con pensamiento crítico y responsable.</p>	<p>Elaborar un informe que sustente la selección de las pruebas de valoración de la condición física, acordes con las características del diagnóstico médico del individuo. Deberá integrar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Las características del individuo tanto físicas y patológicas</li> <li>● El sustento teórico de la patología y contraindicaciones.</li> <li>● La selección de pruebas físicas pertinentes y su justificación.</li> </ul>
<p>4.2. Evaluar las condiciones físicas del individuo, mediante evaluaciones físicas diagnósticas pertinentes, para la selección de estrategias y procedimientos de atención a través del ejercicio físico, con actitud analítica, empática, colaborativa y de respeto.</p>	<p>Elaborar un informe de recomendaciones e interpretación a partir de los resultados obtenidos en las pruebas de valoración diagnóstica física, el informe deberá contener:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Protocolos de las pruebas de valoración diagnóstico, los recursos físicos y técnicos utilizados.</li> <li>● Análisis de los resultados de las variables en relación a los estándares establecidos en el sustento científico</li> <li>● Recomendaciones de actividad física para mejorar el estado de salud.</li> </ul>
<p>4.3. Aplicar los fundamentos de la prescripción del ejercicio, mediante recursos técnicos adecuados a las características patológicas o necesidades del individuo, para mejorar la calidad de vida, con rigor científico, actitud innovadora y de colaboración.</p>	<p>Elaboración de un programa de actividad física que atienda las recomendaciones y establezca actividades orientadas a los objetivos planteados del estudio de caso y el plan de acción para la intervención y mejora de la calidad de vida. Deberá integrar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Objetivo del programa</li> <li>● Metas</li> <li>● Plan de acción</li> <li>● Recursos técnicos y físicos de intervención</li> <li>● Componentes de la prescripción del ejercicio y el sustento científico.</li> <li>● Bitácora de intervención</li> <li>● Conclusiones.</li> </ul>

**Competencia profesional 5:** Desarrollar, gestionar y administrar proyectos de actividad física, deporte, ocio y tiempo libre, mediante la aplicación de las ciencias administrativas, para atender las problemáticas y demandas sociales, con actitud proactiva, innovadora y disposición al trabajo interdisciplinario.

Competencias específicas	Evidencias de aprendizaje
<p>5.1 Identificar áreas de oportunidad en el desarrollo de proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre a través del estudio de mercado, para atender las demandas sociales y el desarrollo económico de la región, con honradez, proactividad y trabajo en equipo.</p>	<p>Realiza un estudio de mercado para identificar oportunidades de negocio en el desarrollo de proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre que contenga:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Productos o servicios potenciales enfocados al deporte.</li> <li>● Oferta y demanda.</li> <li>● Proveedores</li> <li>● Nichos de mercado.</li> </ul>
<p>5.2 Desarrollar proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre basados en los modelos de negocios, para ofrecer servicios innovadores de acuerdo a las necesidades del contexto, con actitud creativa, emprendedora y respeto al medio ambiente.</p>	<p>Elaborar un plan de negocio de proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre que contemple un:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Resumen ejecutivo.</li> <li>● Información general.</li> <li>● Plan estratégico.</li> <li>● Plan operativo</li> <li>● Plan de mercadotecnia.</li> <li>● Plan financiero.</li> <li>● Análisis de riesgo y estrategias de salida.</li> </ul>
<p>5.3 Gestionar los recursos económicos, humanos y materiales, mediante los modelos de negocios, para aumentar las posibilidades de éxito de los proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre, con liderazgo, actitud proactiva, honesta y de respeto.</p>	<p>Elaborar la memoria de operación del proyecto que contemple la siguiente documentación:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Documentación técnico-deportiva o servicio.</li> <li>● Logística del evento</li> <li>● Reuniones</li> <li>● Estrategias de comunicación</li> <li>● Ceremonia y protocolo</li> <li>● Normatividad y aspectos legales</li> <li>● Resultados financieros.</li> </ul>



## FORMATO 4. ANÁLISIS DE COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN CONOCIMIENTOS, HABILIDADES, DESTREZAS, ACTITUDES Y VALORES

### Competencia profesional 1:

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
1.1. Analizar la teoría y metodología de entrenamiento deportivo para determinar los modelos de entrenamiento pertinentes, con base en las características de poblaciones específicas, con actitud analítica y reflexiva.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Calentamiento</li> <li>● Tipos de Calentamientos</li> <li>● Efectos del calentamiento general activo</li> <li>● Efectos del calentamiento específico activo</li> <li>● Eficacia del calentamiento dependiendo de diferentes factores endógenos y exógenos</li> <li>● Factores endógenos</li> <li>● Calentamiento y edad</li> <li>● Calentamiento y estado de entrenamiento</li> <li>● Factores exógenos</li> <li>● Calentamiento y momento del día</li> <li>● Calentamiento y modalidad deportiva</li> <li>● Calentamiento y temperatura exterior</li> <li>● Aplicación de actividades para la vuelta a la calma</li> <li>● Restablecimiento de FC</li> <li>● Manejo de la Intensidad de la actividad</li> <li>● Respiración y Relajación</li> <li>● Restablecimiento de Temperatura corporal</li> <li>● Estiramientos generales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Autodidacta</li> <li>● Capacidad de observación</li> <li>● Capacidad de enfoque y concentración</li> <li>● Comunicación oral y escrita</li> <li>● Capacidad de Análisis</li> <li>● Búsqueda y Manejo de literatura científica</li> <li>● Lectura y redacción</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Analítico</li> <li>● Confianza</li> <li>● Congruencia</li> <li>● Constancia</li> <li>● Crítico</li> <li>● Dedicación</li> <li>● Democracia</li> <li>● Empático</li> <li>● Ético</li> <li>● honestidad</li> <li>● Integridad</li> <li>● Juicio crítico</li> <li>● Justicia</li> <li>● Lealtad</li> <li>● Objetividad</li> <li>● Proactivo</li> <li>● Respeto</li> <li>● Responsabilidad</li> <li>● Trabajo en equipo</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Estiramientos</li> <li>● Aplicación de actividades lúdicas</li> <li>● Actividades en ambiente acuático</li> <li>● Sin implementos</li> <li>● Con implementos</li> <li>● Actividades en ambientes grupales</li> <li>● grupo homogéneos</li> <li>● grupos no homogéneos</li> <li>● Aplicación de actividades para el desarrollo de la agilidad</li> <li>● Coordinación General</li> <li>● Sin implementos</li> <li>● Con implementos</li> <li>● Coordinación específica</li> <li>● Sin implementos</li> <li>● Con implementos</li> <li>● Historia del Deporte y el Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Teorizando la Historia del Deporte</li> <li>● Deporte Social</li> <li>● Deporte Político-ideológico</li> <li>● Deporte a través de la Historia</li> <li>● Deporte premoderno</li> <li>● El nacimiento y establecimiento del deporte moderno</li> <li>● Aportaciones de distintos Países en el desarrollo del deporte</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Establecimiento de reconsideraciones en los deportes a través del tiempo</li> <li>● Relación histórica del Deporte y el Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Primeros aportes de Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Entrenamiento deportivo actual</li> <li>● Conceptos Básicos del Entrenamiento Deportivo.</li> <li>● Rendimiento Deportivo</li> <li>● Concepto de rendimiento deportivo</li> <li>● Condiciones del rendimiento</li> <li>● Modelo de explicación del rendimiento deportivo</li> <li>● Componentes de la Carga <ul style="list-style-type: none"> <li>● Volumen</li> <li>● Intensidad</li> <li>● Densidad</li> <li>● Frecuencia</li> <li>● Duración</li> </ul> </li> <li>● Capacidades Físicas y Coordinativas <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fuerza</li> <li>● Resistencia</li> <li>● Velocidad</li> <li>● Flexibilidad</li> </ul> </li> <li>● Capacidades Coordinativas</li> <li>● Principios del Entrenamiento Deportivo</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Principios de la carga para producir efectos de adaptación</li> <li>● Principios de la organización cíclica para garantizar la adaptación</li> <li>● Principios de especialización para hacer específico el entrenamiento</li> <li>● Principios de proporcionalización</li> <li>● Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Deporte</li> <li>● Forma Deportiva</li> <li>● Periodos del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Componentes de la Preparación del Deportistas</li> <li>● Medios</li> <li>● Métodos</li> <li>● Periodización</li> <li>● Macro ciclo, Mesociclo, Microciclo y Sesión de entrenamiento</li> <li>● Metodología del Entrenamiento Deportivo.</li> <li>● Aspectos Filosóficos y Metodológicos concretos de la Teoría del Deporte</li> <li>● Aspectos Organizativos y de Dirección de la teoría del Deporte</li> <li>● Teoría y Metodología Generales del Deporte</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Teoría y Metodología particulares del Deporte</li> <li>● Aspectos Sociales y Psicológicos de la teoría del Deporte</li> <li>● Aspectos Biológicos de la Teoría del Deporte</li> <li>● Aspectos Médico-Deportivos</li> <li>● Aspectos Higiénico-Deportivos</li> <li>● Aspectos Metrológicos de la Teoría del Deporte</li> <li>● Aspectos Metodológicos concretos para el desarrollo de las Capacidades Físicas de los Deportes.</li> <li>● Metodología para el desarrollo de Fuerza</li> <li>● Metodología para el desarrollo de la Resistencia</li> <li>● Metodología para el desarrollo de la Velocidad</li> <li>● Metodología para el desarrollo de la Flexibilidad</li> <li>● Intercorrelación en el desarrollo de las Capacidades Físicas</li> <li>● Proceso de entrenamiento a largo plazo</li> <li>● Periodo de Iniciación</li> <li>● Entrenamiento Infantil</li> <li>● Entrenamiento juvenil</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Periodo de Desarrollo</li> <li>● Entrenamiento de Base</li> <li>● Entrenamiento de Profundización</li> <li>● Entrenamiento de Conexión</li> <li>● Periodo de Perfeccionamiento o Especialización</li> <li>● Entrenamiento de Alto Rendimiento</li> <li>● Entrenamiento de un Ciclo Olímpico</li> <li>● Período de Retiro</li> <li>● Establecimiento de nuevos objetivos.</li> <li>● Entrenamiento de pérdida de forma progresiva.</li> <li>●</li> <li>● Generalidades de los deportes de Apreciación</li> <li>● Conceptos de los Deportes de Apreciación</li> <li>● Deportes de apreciación</li> <li>● Gimnasia y Clavados.</li> <li>● Clasificación de los Deportes de Apreciación</li> <li>● Aspectos de similitud de los deportes de apreciación</li> <li>● Aspectos de diferenciación de los deportes de apreciación</li> <li>● Gimnasia.</li> <li>● Salto de Caballo</li> <li>● Barra Fija y Paralelas</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>Asimétricas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Viga de Equilibrio</li> <li>● Caballo con arcos y Barras Paralelas</li> <li>● Anillas</li> <li>● Gimnasia Rítmica</li> <li>● Modalidades de la Gimnasia Rítmica.</li> <li>● Tipos de implementos.</li> <li>● Metodología de la enseñanza de los elementos básico.</li> <li>● Formas de participación.</li> <li>● Características de la Gimnasia Aeróbica.</li> <li>● Exigencias en las composiciones gimnásticas.</li> <li>● Modalidades de participación</li> <li>● Exigencias técnicas de participación.</li> <li>● Formas de Evaluación.</li> <li>● UNIDAD 3. Clavados.</li> <li>● Saltos</li> <li>● Saltos sin giro.</li> <li>● Saltos con giro</li> <li>● Saltos especiales</li> <li>● Caída</li> <li>● Sincronizados</li> <li>● Trampolín</li> <li>● Tres Metros</li> <li>● Generalidades de los deportes de Combate</li> <li>● Conceptos de los Deportes</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>de Combate</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Deportes de Combate</li> <li>● Boxeo, Taekwondo y Karate.</li> <li>● Clasificación de los Deportes de Combate</li> <li>● Aspectos de similitud de los deportes de combate</li> <li>● Aspectos de diferenciación de los deportes de combate</li> <li>● Boxeo</li> <li>● Ofensiva</li> <li>● Posición de Combate</li> <li>● Desplazamientos ofensivos</li> <li>● Patadas</li> <li>● Golpe gancho</li> <li>● Uppercut</li> <li>● Golpes cruzados</li> <li>● Combinaciones</li> <li>● Defensiva</li> <li>● Guardia</li> <li>● Desplazamientos defensivos</li> <li>● Defensas al golpe de recto</li> <li>● Defensa al golpe de Gancho</li> <li>● Defensa al golpe de Uppercut</li> <li>● Contragolpes</li> <li>● Taekwondo</li> <li>● Ofensiva</li> <li>● Posición de Combate</li> <li>● Desplazamientos ofensivos</li> <li>● Patada</li> </ul>		



Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Giros</li> <li>● Saltos</li> <li>● Combinaciones</li> <li>● Defensiva</li> <li>● Desplazamientos defensivos</li> <li>● Bloqueos con brazo</li> <li>● Bloqueos con Pierna</li> <li>● Contraataque</li> <li>● Karate</li> <li>● Ofensiva</li> <li>● Posición de combate</li> <li>● Desplazamientos ofensivos</li> <li>● Golpes</li> <li>● Derribes</li> <li>● Defensiva</li> <li>● Desplazamientos defensivos</li> <li>● Bloqueos</li> <li>● Contraataques</li> <li>● Generalidades de los deportes de pelota</li> <li>● Conceptos de los Deportes de Pelota</li> <li>● Deportes de pelota Voleibol, Baloncesto, Béisbol- Softbol y Soccer.</li> <li>● Clasificación de los Deportes de pelota</li> <li>● Aspectos de similitud de los deportes de tiempo y marca</li> <li>● Aspectos de diferenciación de los deportes de tiempo y marca</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Voleibol.</li> <li>● Fundamentos ofensivos.</li> <li>● Saque</li> <li>● Remate</li> <li>● Colocación a remate</li> <li>● Fundamentos Defensivos.</li> <li>● Bloqueo individual</li> <li>● Bloqueo colectivo</li> <li>● Recepción</li> <li>● Baloncesto.</li> <li>● Fundamentos ofensivos.</li> <li>● Pase.</li> <li>● Bote.</li> <li>● Tiro.</li> <li>● Fintas.</li> <li>● Cortes y Pantallas .</li> <li>● Fundamentos Defensivos.</li> <li>● Trabajo de pies.</li> <li>● Uso de las manos.</li> <li>● Visión del balón.</li> <li>● Saltar hacia el balón.</li> <li>● Bloqueo y recuperación.</li> <li>● Beisbol y Softbol.</li> <li>● Fundamentos ofensivos.</li> <li>● Bateo</li> <li>● Corrida de bases</li> <li>● Fundamentos Defensivos.</li> <li>● Pitcheo</li> <li>● Fildeo</li> <li>● Futbol Soccer</li> <li>● Fundamentos ofensivos.</li> <li>● Pases</li> <li>● Recepción</li> <li>● Dribling</li> <li>● Fundamentos Defensivos</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Colocación de piernas ante dribling</li> <li>● Coberturas</li> <li>● Generalidades de los deportes de Tiempo y Marca</li> <li>● Conceptos de los Deportes de Tiempo y marca</li> <li>● Deportes de apreciación</li> <li>● Atletismo, Natación y Ciclismo.</li> <li>● Clasificación de los Deportes de Tiempo y marca</li> <li>● Aspectos de similitud de los deportes de tiempo y marca</li> <li>● Aspectos de diferenciación de los deportes de tiempo y marca</li> <li>● Atletismo</li> <li>● Pista</li> <li>● Carrera 100 y 200 metros</li> <li>● Carrera de 400 metros</li> <li>● Carreras de mediana y larga duración.</li> <li>● Carreras con obstáculos</li> <li>● Relevos</li> <li>● Campo</li> <li>● Salto de Longitud</li> <li>● Salto Triple</li> <li>● Salto de altura</li> <li>● Salto con garrocha</li> <li>● Lanzamiento de Jabalina</li> <li>● Lanzamiento de Disco</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Impulso de Bala</li> <li>● Lanzamiento de Martillo</li> <li>● Natación</li> <li>● Bases de la Natación</li> <li>● Técnicas de Flotar</li> <li>● Braceo</li> <li>● Patada</li> <li>● Giros</li> <li>● Técnicas de Nado</li> <li>● Crol</li> <li>● Pecho</li> <li>● Espalda</li> <li>● Mariposa</li> <li>● Ciclismo</li> <li>● Pista</li> <li>● Posición del cuerpo</li> <li>● Pedaleo</li> <li>● Ruta</li> <li>● Posición del Cuerpo</li> <li>● Pedaleo</li> </ul>		
<p>1.2. Diseñar planes de entrenamiento deportivo para desarrollo del talento y maximizar el rendimiento deportivo a partir de la determinación de características de poblaciones específicas (evaluación del sujeto) con responsabilidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Introducción de las Pruebas de Aptitud Física</li> <li>● Criterios de calidad de los test de aptitud física.</li> <li>● Consideraciones preliminares, control del test, aplicación y medición.</li> <li>● Objetividad de los test</li> <li>● Fiabilidad del test.</li> <li>● Validez de pruebas.</li> <li>● Justificación de pruebas a aplicar.</li> <li>● Análisis e Interpretación de resultados.</li> <li>● Clasificación de los Test.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Capacidad de análisis</li> <li>● Pensamiento lógico</li> <li>● Visualización</li> <li>● Capacidad de observación</li> <li>● Capacidad de Análisis</li> <li>● Búsqueda y Manejo de literatura científica</li> <li>● Lectura y redacción</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Autenticidad</li> <li>● Compromiso</li> <li>● Compañerismo</li> <li>● Confianza</li> <li>● Crítico</li> <li>● Empático</li> <li>● Honestidad</li> <li>● Crítico</li> <li>● Profesionalismo</li> <li>● respeto</li> <li>● trabajo en equipo</li> <li>● tolerante</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Test Funcionales.</li> <li>● Test Físicos.</li> <li>● Test Técnicos.</li> <li>● Batería de Pruebas.</li> <li>● Test de Resistencia Aeróbica</li> <li>● Evaluación de la Resistencia.</li> <li>● Consideraciones preliminares.</li> <li>● consideraciones preliminares en test cardiovasculares.</li> <li>● Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Resistencia.</li> <li>● Test de Cooper.</li> <li>● Test George Fisher.</li> <li>● Test Course Navette o Luc Legger.</li> <li>● Test Carrera a Tiempo (15-20-25-30 minutos).</li> <li>● Test Conconi.</li> <li>● Test Traffene.</li> <li>● Test Harvard y Test Ruffier.</li> <li>● Test de Fuerza</li> <li>● Evaluación de la Fuerza.</li> <li>● Consideraciones preliminares.</li> <li>● Edades tempranas y su consideración en los test.</li> <li>● Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Fuerza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Capacidad de enfoque y concentración</li> <li>● Manejo de paqueterías informáticas</li> </ul>	

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Test de abakalov.</li> <li>● Test salto vertical.</li> <li>● Test salto horizontal.</li> <li>● Test lanzamientos tren superior.</li> <li>● Test de fuerza zona media.</li> <li>● Test 1 RM.</li> <li>● Test 2,3,4,5,6,7,8 RM.</li> <li>● Test fuerza tren superior</li> <li>● Test de Velocidad</li> <li>● Evaluación de la Velocidad.</li> <li>● Consideraciones preliminares.</li> <li>● Aceleración, máxima velocidad, resistencia a la velocidad.</li> <li>● Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Velocidad.</li> <li>● Test 10 x 5mts.</li> <li>● Test sprint a 20-30mts.</li> <li>● Test sprint 20-30mts salida lanzada.</li> <li>● Test skipping.</li> <li>● Test Velocidad Reacción Litwin.</li> <li>● Taping Test.</li> <li>● Test Kosmin y Ovchinnikov.</li> <li>● Test 20 x 20mts.</li> <li>● Test consumo a 400mts.</li> <li>● Test Burpee.</li> <li>● Test de Flexibilidad</li> <li>● Evaluación de la</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>Flexibilidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Consideraciones preliminares.</li> <li>● Método activo, pasivo y cinético.</li> <li>● Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Flexibilidad.</li> <li>● Sit and reach test.</li> <li>● Flexión de tronco en banco.</li> <li>● test hiperextensión dorsal.</li> <li>● Test Spagat lateral.</li> <li>● Test flexión de tobillo.</li> <li>● Test flexibilidad tren superior.</li> <li>● Test de Capacidades Coordinativas</li> <li>● Evaluación de las cualidades físicas complementarias.</li> <li>● Test de agilidad.</li> <li>● Test de coordinación.</li> <li>● Test de equilibrio.</li> <li>● Test técnico deportivos.</li> <li>● Baterías de Evaluación Específicas</li> <li>● Baterías de Evaluación en el Ámbito no deportivo</li> <li>● Senior Fitness Test</li> <li>● EUROFIT.</li> <li>● Batería de Evaluación en el ámbito del deporte</li> <li>● Deportes de combate.</li> <li>● Deportes de tiempo y</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>marca.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Deportes de conjunto.</li> <li>● Deportes de apreciación.</li> <li>● Batería en relación al plan de entrenamiento deportivo</li> <li>● Etapa General.</li> <li>● Etapa Especial.</li> <li>● Etapa Competitiva.</li> <li>● Etapa transitoria</li> <li>● Proceso de Planeación del Entrenamiento Deportivo.</li> <li>● Plan Escrito</li> <li>● Análisis del plan anterior o estado actual del individuo.</li> <li>● Determinación de nuevos objetivos.</li> <li>● Determinación de evaluaciones de control.</li> <li>● Determinación de las Competencias Preparatorias y Fundamentales</li> <li>● Plan Gráfico</li> <li>● Calendarización</li> <li>● Dosificación de la Carga</li> <li>● Periodización</li> <li>● Evaluaciones</li> <li>● Evaluación Diagnóstica.</li> <li>● Factores de Planificación</li> <li>● Factores de la planificación: Deporte</li> <li>● Factores de la planificación: Género</li> <li>● Factores de la planificación: edad</li> </ul>		



Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Análisis de las capacidades de los deportistas</li> <li>● Factores endógenos</li> <li>● Factores exógenos</li> <li>● Periodización del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Periodo de preparación</li> <li>● Características y objetivo de la etapa</li> <li>● Medios, Métodos y Contenidos de la etapa</li> <li>● Periodo de competición</li> <li>● Características y objetivo de la etapa</li> <li>● Medios, Métodos y Contenidos de la etapa</li> <li>● Periodo de transición</li> <li>● Características y objetivo de la etapa</li> <li>● Medios, Métodos y Contenidos de la etapa</li> <li>● Modelos y Métodos de Planificación del Entrenamiento Deportivo.</li> <li>● Modelos clásicos de Planificación Deportiva</li> <li>● Modelo Empíricos del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Modelos Preclásicos del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Modelo Clásico de L. P. Matveiev</li> <li>● Modelos contemporáneos de Planificación Deportiva</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Modelo de péndulo</li> <li>● Modelo de bloques</li> <li>● Modelo ATR</li> <li>● Modelo de campanas</li> <li>● Modelo de Altas Cargas</li> <li>● Modelos emergentes de Planificación.</li> <li>● Estructuras Básicas de Planificación</li> <li>● Macro ciclo</li> <li>● Tipos</li> <li>● Características</li> <li>● Organización</li> <li>● Microciclos</li> <li>● Tipos</li> <li>● Características</li> <li>● Organización</li> <li>● Sesión</li> <li>● Tipos</li> <li>● Características</li> <li>● Organización</li> <li>● Diseño de Plan de Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Determinación de la Estructura de Planificación</li> <li>● Deporte y Estructura del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Atleta y Estructura del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Elaboración del Plan de Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Conformación del Plan Escrito</li> <li>● Conformación del Plan Gráfico</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
<p>1.3. Operar y evaluar planes de entrenamiento deportivo para determinar el impacto y pertinencia en el desarrollo del talento y el rendimiento deportivo mediante instrumentos válidos y confiables, con objetividad y honestidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Control de la Planificación del Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Estrategias de Control de la planificación del entrenamiento deportivo</li> <li>● Tipos de control de la planificación del entrenamiento deportivo</li> <li>● Métodos de Control de la planificación</li> <li>● Formatos de control de la Planificación</li> <li>● Entrenador Deportivo</li> <li>● Desarrollo del concepto de entrenador deportivo</li> <li>● Interacción entrenador-atleta</li> <li>● Comportamiento y Toma de decisiones del entrenador</li> <li>● Vías de comunicación</li> <li>● Aplicación y Control de las Cargas de Entrenamiento Deportivo</li> <li>● Cargas en el periodo de Preparación.</li> <li>● Cargas en el periodo Competitivo.</li> <li>● Cargas en el periodo Transitorio.</li> <li>● Competencias Deportivas.</li> <li>● Consolidación de sistemas de juego.</li> <li>● Competencia como método</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Control de grupo</li> <li>● Dominio de expresión verbal</li> <li>● Capacidad de análisis</li> <li>● Pensamiento lógico</li> <li>● Visualización</li> <li>● Capacidad de observación</li> <li>● Capacidad de Análisis</li> <li>● Búsqueda y Manejo de literatura científica</li> <li>● Lectura y redacción</li> <li>● Capacidad de enfoque y concentración</li> <li>● manejo de paqueterías informáticas</li> <li>● Capacidad de innovación y vinculación de contenido interdisciplinario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Compromiso</li> <li>● Autenticidad</li> <li>● Autocontrol emocional</li> <li>● Confianza</li> <li>● Crítico</li> <li>● Democrático</li> <li>● Empático</li> <li>● Motivador</li> <li>● Ordenado</li> <li>● Justicia</li> <li>● Honestidad</li> <li>● Profesionalismo</li> <li>● Puntualidad</li> <li>● Solidaridad</li> <li>● Trabajo en equipo</li> <li>● Responsabilidad</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>de control y evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● La evaluación de la competición.</li> <li>● Uso estratégico de las ciencias aplicadas</li> <li>● Uso y manejo de la biomecánica deportiva.</li> <li>● Uso y manejo de ayudas alimentarias y/o ergogénicas.</li> <li>● apoyo en la psicología deportiva</li> <li>● Fatiga y sobreentrenamiento</li> <li>● Monitorización de fatiga y sobreentrenamiento</li> <li>● Estrategias de prevención de la fatiga y sobreentrenamiento</li> <li>● Análisis de las Evaluaciones Planificadas.</li> <li>● Evaluaciones Médicas y de Composición Corporal.</li> <li>● Consecución de Resultados.</li> <li>● Interpretación y conclusiones de los resultados.</li> <li>● Evaluación del Rendimiento Deportivo del Atleta.</li> <li>● Consecución del Rendimiento Psicológico.</li> <li>● Consecución del Rendimiento Físico.</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Consecución de la Efectividad Competitiva</li> <li>● Entrega de Resultados del Proceso de Operación del Plan de Entrenamiento.</li> <li>● Informe Técnico</li> <li>● Cumplimiento de los Objetivos del Plan de Entrenamiento</li> <li>● Cumplimiento de la carga de entrenamiento</li> <li>● Cumplimiento de las evaluaciones y competiciones</li> <li>● Cumplimiento de Rendimiento del Atleta</li> <li>● Informe de Incidentes no previstas.</li> <li>● Anexos al Informe</li> <li>● Conclusiones Finales</li> <li>● Perspectivas a futuro de la planificación del entrenamiento deportivo</li> </ul>		

**Competencia profesional 2:** Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
<p>2.1. Analizar el contexto de educación básica mediante los planes y programas nacionales de educación física vigentes para desarrollar los aprendizajes en los estudiantes, con actitud reflexiva, colaborativa y con responsabilidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento de las funciones y las relaciones de los actores de la escuela</li> <li>• Actores de la escuela</li> <li>• Aspectos de la organización escolar: contexto escolar y social</li> <li>• Actividades escolares</li> <li>• Relaciones de alumnos, maestros, padres de familia</li> <li>• Conocimiento de contextos educativos</li> <li>• Demografía</li> <li>• Características de los niños y los adolescentes</li> <li>• Entorno geográfico</li> <li>• Etnografía.</li> <li>• El lugar que tiene la EF en las escuelas</li> <li>• Manifestaciones de la influencia del contexto social y cultural en la escuela.</li> <li>• Normatividad</li> <li>• Artículo 3º. Constitucional</li> <li>• Reformas educativas actuales</li> <li>• Ley General de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de información.</li> <li>• Aplicación de Estrategias y técnicas didácticas</li> <li>• Búsqueda de información</li> <li>• Comprensión</li> <li>• Comunicación</li> <li>• Creatividad de aplicación teórica según el contexto</li> <li>• Diseño de Planeación</li> <li>• Dominio de emociones</li> <li>• Elaboración adecuada de Exposiciones</li> <li>• Elaboración de cuestionarios</li> <li>• Evaluación</li> <li>• Generación de Material didáctico a partir de reciclaje</li> <li>• Generación de Material Didáctico, a partir de Tecnologías</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empatía</li> <li>• Puntualidad</li> <li>• Actitud crítica</li> <li>• Calidad moral</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Cooperación</li> <li>• Empatía</li> <li>• Equidad</li> <li>• Ética</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Humildad</li> <li>• Justicia</li> <li>• Limpieza</li> <li>• Objetividad</li> <li>• Organización</li> <li>• Participación</li> <li>• Proactiva</li> <li>• Profesionalismo</li> <li>• Respeto</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Socialización</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Tolerancia</li> <li>• Trabajo en equipo</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>Educación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plan y Programas oficiales de educación.</li> <li>• Programas oficiales de educación física nivel preescolar.</li> <li>• Programas oficiales de educación física nivel primaria.</li> <li>• Programas oficiales de educación física nivel secundaria.</li> <li>• Programa nacional de educación física</li> <li>• Aprendizaje temprano</li> <li>• Desarrollo del ser humano.</li> <li>• Educación Física al aire libre.</li> <li>• Enfoques de educación física</li> <li>• Praxiología motriz</li> <li>• Ámbitos de educación física</li> <li>• Inteligencia Emocional y</li> <li>• Fundamentos de la Educación Física</li> <li>• Teorías Didácticas</li> <li>• Teorías Pedagógicas</li> <li>• Juegos y otras actividades de los alumnos fuera del aula .</li> <li>• Prácticas pedagógicas</li> <li>• Materiales educativos-deportivos</li> </ul>	<p>de la información y comunicación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades informáticas.</li> <li>• Investigación</li> <li>• Lectura y Redacción</li> <li>• Manejo de Grupo</li> <li>• Observación</li> <li>• Organización</li> <li>• Planeación</li> <li>• Proxémica</li> <li>• Redacción.</li> <li>• Reglas Ortográficas</li> <li>• Seguimiento de instrucciones</li> <li>• Sociales</li> <li>• Utilización de la Voz y lenguaje no verbal</li> </ul>	

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motricidad</li> <li>• Inclusión</li> <li>• Habilidades socioemocionales</li> <li>• Habilidades cognitivas</li> <li>• Educación inclusiva</li> <li>• Didáctica</li> <li>• Ambientes de aprendizaje</li> <li>• Metodología de Investigación</li> <li>• Método cualitativo</li> <li>• Método cuantitativo</li> <li>• Método mixto</li> <li>• Evaluación</li> <li>• Análisis de evidencias (procesos de enseñanza, contenidos, procesos de aprendizaje, procesos organizativos o el currículo)</li> <li>• Teorías de juego y Recreación</li> <li>• Metodología de Investigación</li> <li>• Comunicación Efectiva</li> <li>• Programa nacional de educación física</li> <li>• Educación Física al aire libre</li> <li>• Educación Integral</li> <li>• Fundamentos de evaluación</li> <li>• Planeación y asignación de tareas</li> </ul>		



Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelos contemporáneos de Educación Física</li> <li>• Componentes curriculares del plan de estudios vigentes</li> <li>• Conocimiento de Base de datos del INEGI</li> </ul>		
<p>2.2. Diseñar secuencias didácticas en el área de educación física, mediante la planeación y aplicación de técnicas, estrategias y métodos pedagógicos para implementarlas en la educación básica, con responsabilidad social, actitud creativa y crítica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos y otras actividades de los alumnos fuera del aula.</li> <li>• Cuento motor</li> <li>• Itinerario didáctico rítmico</li> <li>• Juego recreativo.</li> <li>• Juego sensorial</li> <li>• Juego simbólico</li> <li>• Juegos autóctonos.</li> <li>• Juegos cooperativos</li> <li>• Juegos de integración y socialización:</li> <li>• Juegos de persecución</li> <li>• Juegos de reglas</li> <li>• Juegos modificados</li> <li>• Juegos tradicionales.</li> <li>• Rally deportivo- recreativo</li> <li>• Rondas infantiles</li> <li>• Formas jugadas</li> <li>• GymKhana</li> <li>• Circuitos de acción motriz</li> <li>• Sociodrama</li> <li>• Mimo</li> <li>• Metodología de enseñanza.</li> <li>• Práctica global</li> <li>• Analítica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura y redacción</li> <li>• Análisis de la información.</li> <li>• Anticipación, prevención e identificación de problemas</li> <li>• Aplicación de secuencias didácticas pertinentes en el contexto escolar</li> <li>• Búsqueda de Información</li> <li>• Comprensión Todas</li> <li>• Comunicación Oral y escrita</li> <li>• Desarrollo de Rúbricas</li> <li>• Diseñar Varias</li> <li>• Elaboración de diario de campo, bitácoras y observaciones</li> <li>• Elaboración de exposiciones adecuadas</li> <li>• Elaboración Matriz FODA</li> <li>• Estructurar información</li> <li>• Evaluación de Programas de educación física</li> <li>• Evaluación</li> <li>• Identificación de la información. Todas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calidad moral</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Empatía</li> <li>• Profesionalismo</li> <li>• Actitud Crítica</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Ética</li> <li>• Ética profesional</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Libertad</li> <li>• Liderazgo</li> <li>• Limpieza</li> <li>• Objetividad</li> <li>• Organización</li> <li>• Paciencia</li> <li>• Participación</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Puntualidad</li> <li>• Respeto</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Tolerancia</li> <li>• Trabajo en equipo</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mixta</li> <li>• Técnicas de enseñanza</li> <li>• Instrucción directa o reproducción de modelos</li> <li>• Asignación de tareas</li> <li>• Trabajo por grupos</li> <li>• Programas individuales</li> <li>• Enseñanza programada</li> <li>• Microenseñanza</li> <li>• Grupos reducidos</li> <li>• Resolución de problemas</li> <li>• Estilos de enseñanza</li> <li>• Estilo tradicional</li> <li>• Estilo creativo</li> <li>• Estilo mando directo</li> <li>• Estilo socializador</li> <li>• Estilo cognitivo</li> <li>• Estilo descubrimiento guiado</li> <li>• Estilo participativo</li> <li>• Métodos Pedagógicos</li> <li>• Modelo Tradicional</li> <li>• Modelo Conductista</li> <li>• Modelo Experiencial</li> <li>• Modelo Cognoscitivista</li> <li>• Modelo Constructivista</li> <li>• Técnicas de recolección de datos</li> <li>• Entrevista</li> <li>• Encuesta</li> <li>• Observación</li> <li>• Diccionario de datos</li> <li>• Diagrama de flujo</li> <li>• Técnicas de Evaluación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementación de aplicación de programas</li> <li>• Manejo de la tecnología.</li> <li>• Observación</li> <li>• Planeación</li> <li>• Redacción</li> <li>• Redacción de comunicados formales</li> <li>• Trabajo Cooperativo todas</li> </ul>	

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de estimación</li> <li>• Pruebas</li> <li>• Portafolio</li> <li>• Proyectos</li> <li>• Estrategias didácticas.</li> <li>• Estrategias de enseñanza.</li> <li>• Conocimiento de comunicados formales</li> <li>• Conocimiento organizacional del sector público y privado</li> <li>• Desarrollo cognitivo.</li> <li>• Desarrollo del ser humano.</li> <li>• Nuevas corrientes pedagógicas.</li> <li>• Ludoteca</li> <li>• Planeación de la enseñanza</li> <li>• Asignación de tareas</li> <li>• Reconocimiento de componentes pedagógicos – didácticos.</li> <li>• Técnicas de Evaluación</li> <li>• Técnicas de recolección de datos</li> <li>• Conocimiento de comunicados formales</li> <li>• Conocimiento organizacional del sector público y privado</li> <li>• Conocimiento de Base de datos del INEGI</li> <li>• Programas de Educación Física</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias Didácticas</li> <li>• Métodos Pedagógicos</li> <li>• Programas de Educación Física aplicados exitosamente</li> <li>• Correlación Didáctica</li> <li>• Dinámica de grupos</li> <li>• La práctica del trabajo en grupo</li> <li>• Educación física desde la perspectiva emocional</li> <li>• Definición de Didáctica y Didáctica Inclusiva</li> <li>• Didáctica y prácticas de la enseñanza en educación física</li> <li>• Recursos didácticos.</li> <li>• Momentos didácticos de la planeación.</li> <li>• Planeación por competencias</li> </ul>		
<p>2.3 Diseñar instrumentos de evaluación, para medir el impacto de las secuencias didácticas de educación física en la educación básica a través de métodos y técnicas de evaluación, con actitud analítica, reflexiva y honesta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Algoritmos</li> <li>• Algoritmos cualitativos</li> <li>• Algoritmos cuantitativos</li> <li>• Algoritmo computacional</li> <li>• Algoritmos probabilísticos</li> <li>• Programación dinámica</li> <li>• Algoritmos heurísticos</li> <li>• Planeación educativa</li> <li>• Evaluación diagnóstica</li> <li>• Rúbricas.</li> <li>• Adecuaciones curriculares</li> <li>• Secuencias Didácticas</li> <li>• Evidencias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de la información.</li> <li>• Búsqueda de Fuentes de datos</li> <li>• Búsqueda de información.</li> <li>• Diseñar evaluaciones</li> <li>• Elaborar Instrumentos de Evaluación cuantitativos y cualitativos</li> <li>• Argumentar</li> <li>• Identificación de la información. Todas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis</li> <li>• Calidad moral.</li> <li>• Compromiso.</li> <li>• Cooperación</li> <li>• Empatía.</li> <li>• Ética.</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Honestidad.</li> <li>• Profesionalismo.</li> <li>• Puntualidad.</li> <li>• Reflexión</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Responsabilidad.</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Criterios de desempeño</li> <li>• Evaluación formativa.</li> <li>• Evaluación sumativa</li> <li>• Diarios de campo</li> <li>• Listas de cotejo.</li> <li>• Metodología de la enseñanza.</li> <li>• Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)</li> <li>• Flipped Classroom (Aula Invertida)</li> <li>• Aprendizaje Cooperativo</li> <li>• Gamificación</li> <li>• Design Thinking (Pensamiento de Diseño)</li> <li>• Aprendizaje Basado en el Pensamiento</li> <li>• 6.Nuevas corrientes pedagógicas.</li> <li>• Métodos Cualitativos y métodos cuantitativos</li> <li>• Métodos de caso</li> <li>• Métodos y Técnicas de Evaluación Métricas de medición</li> <li>• Métodos estadísticos</li> <li>• Desarrollo del ser humano</li> <li>• Desarrollo cognitivo</li> <li>• Técnicas de investigación</li> <li>• Entrevista individual</li> <li>• Entrevista en grupo</li> <li>• Entrevista estructurada</li> <li>• Entrevista no estructurada</li> <li>• Entrevista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpretación de resultados</li> <li>• Lectura todas.</li> <li>• Manejo de la tecnología.</li> <li>• Planeación.</li> <li>• Redacción todas.</li> <li>• Seguimiento didáctico de la programación</li> <li>• Uso de herramientas tecnológicas</li> <li>• Manejo de esquemas, y representaciones gráficas</li> <li>• Resolución de problemas.</li> <li>• Resumir.</li> </ul>	

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	semiestructurada <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de observación</li> <li>• Redes semánticas</li> <li>• Diseño de rúbricas de evaluación</li> <li>• Modelos de evaluación Física</li> <li>• Test Motores</li> <li>• Pruebas de ejecución: Circuito técnico</li> </ul>		

**Competencia profesional 3:** Diseñar e implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente.

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
<p>3.1. Analizar el contexto social, geográfico, económico y cultural, mediante la revisión de fuentes de información estatal, regional, nacional e internacional, para identificar necesidades relacionadas a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre con pensamiento crítico y objetividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turismo, ocio ecológico y desarrollo sostenible</li> <li>• Definición del turismo y diferenciación de conceptos clave desde la praxiología motriz</li> <li>• Definición y tipos de actividad física, recreación, ocio y tiempo libre en el turismo</li> <li>• Deportes de aventura</li> <li>• Deportes en la naturaleza</li> <li>• Actividades de ecoturismo</li> <li>• El producto, servicio y características del destino turístico</li> <li>• Evolución del turismo de masas al turismo sostenible</li> <li>• Formas de turismo asociadas al ocio ecológico</li> <li>• Ecología desde el turismo activo; educación ambiental</li> <li>• La comercialización del turismo activo: conceptos básicos</li> <li>• La democratización de la práctica de actividades físico-deportivas en la naturaleza: procesos que inciden en el desarrollo del turismo activo</li> <li>• Las empresas de turismo activo</li> <li>• Los consumidores de turismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de contextos</li> <li>• Búsqueda de información</li> <li>• Lectura</li> <li>• Lengua extranjera</li> <li>• Manejo de grupos</li> <li>• Normatividad</li> <li>• Redacción</li> <li>• Ser líder</li> <li>• Uso de las tecnologías</li> <li>• Interpretación de datos arrojados por tecnologías</li> <li>• Habilidades de comunicación oral asertiva</li> <li>• Inclusión</li> <li>• Solución de problemas</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confianza</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Empatía</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Humildad</li> <li>• Lealtad</li> <li>• Libertad</li> <li>• Objetivo</li> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Proactivo</li> <li>• Respeto</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Responsabilidad Social</li> <li>• Solidaridad</li> <li>•</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepción de los productos y servicios desde el turismo actual</li> <li>• Recursos turísticos ligados al territorio</li> <li>• Climatología</li> <li>• Clasificación y abordaje al turismo</li> <li>• Marketing aplicado al sector del turismo</li> <li>• Producto turístico: actividades deportivas en la naturaleza</li> <li>• Clasificación de medio físico (estable e inestable)</li> <li>• Métodos de análisis los espacios</li> <li>• Proceso de comercialización del turismo activo</li> <li>• Análisis de recursos humanos, materiales y financieros</li> <li>• Estructuración y selección de los recursos humanos, materiales y financieros</li> <li>• Patrimonio como recurso turístico.</li> <li>• La actividad económica del entorno geográfico y su relación con la recreación.</li> <li>• Características del producto o servicio de turismo activo</li> <li>• Herramientas de comunicación en idiomas extranjeros</li> <li>• Estrategias motivacionales orientadas en el turismo activo</li> </ul>		



Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>y deportivo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfil y caracterización física y cognitiva del participante</li> <li>• Requerimientos territoriales para la práctica turística y recreativa de las actividades deportivas en la naturaleza</li> <li>• Ley y reglamentos de medio ambiente, ecología y urbanización</li> <li>• Normas y reglamentos de seguridad</li> <li>• Primeros auxilios y su aplicación</li> <li>• Trámites y permisos.</li> <li>• Tipos de turismo deportivo</li> <li>• Turismo activo en Baja California</li> <li>• Diferenciación y niveles del producto o servicio</li> <li>• Comunicación y publicidad</li> <li>• Apps relacionadas con el turismo activo</li> <li>• Relación del turismo con diversas esferas sociales</li> <li>• Orientación</li> <li>• Introducción al Rapel</li> <li>• Senderismo</li> <li>• Nudos y Amarres</li> <li>• Deportes Alternativos en medios naturales.</li> <li>• Actividad en el medio natural (acuáticos o en playa)</li> <li>• Actividades deportivas</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>adaptadas en entornos de playa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades deportivas acuáticas</li> <li>• Normatividad de actividades acuáticas y entornos de playa</li> <li>• Fundamentos y teoría general del Ocio, tiempo libre y recreación.</li> <li>• Conceptualización del ocio, tiempo libre y recreación</li> <li>• Clasificación de las áreas de la recreación</li> <li>• Beneficios y áreas de expresión de la recreación.</li> <li>• Enfoques y tendencias actuales de la recreación.</li> <li>• Perspectiva humanística de la recreación</li> </ul>		
<p>3.2. Planear programas y eventos de actividades físico-deportivo-recreativas, mediante técnicas, instrumentos y normas específicas, que favorezcan la calidad de vida, con actitud creativa, colaborativa y respeto al medio ambiente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientación</li> <li>• Introducción al Rapel</li> <li>• Senderismo</li> <li>• Nudos y Amarres</li> <li>• Deportes Alternativos en medios naturales.</li> <li>• Actividad en el medio natural (acuáticos o en playa)</li> <li>• Actividades deportivas adaptadas en entornos de playa.</li> <li>• Actividades deportivas acuáticas</li> <li>• Normatividad de actividades acuáticas y entornos de playa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda de información</li> <li>• Creación de entornos óptimos para el desarrollo de actividades</li> <li>• Crear e identificar áreas de oportunidad</li> <li>• Crear protocolos de seguridad</li> <li>• Dominio de la expresión en distintos idiomas</li> <li>• Física</li> <li>• Identificación de los diferentes contextos</li> <li>• Lectura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confianza</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Humildad</li> <li>• Lealtad</li> <li>• Libertad</li> <li>• Objetivo</li> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Proactivo</li> <li>• Respeto</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Responsabilidad Social</li> <li>• Solidaridad</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las actividades recreativas</li> <li>• Clasificación de las actividades recreativas</li> <li>• Introducción a las actividades relacionadas con la naturaleza.</li> <li>• Manejo de grupos</li> <li>• Características del Guía y Animador en la recreación</li> <li>• Técnicas y herramientas Grupales para la conducción de sesiones</li> <li>• Materiales a usar en la recreación físico-deportiva</li> <li>• Características de proyectos y eventos recreativos para la promoción de la actividad física en el tiempo libre</li> <li>• Metodología de Proyectos recreativos en la naturaleza</li> <li>• Promoción de la actividad física en el tiempo libre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lengua extranjera.</li> <li>• Manejo de grupos</li> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Motivación</li> <li>• Normatividad</li> <li>• Redacción</li> <li>• Ser líder</li> <li>• Uso de las tecnologías</li> <li>• Utilización de implementos y adaptación de estos a distintas situaciones.</li> <li>• Diseñar un organigrama y describir funciones</li> </ul> <p><b>RECURSOS MATERIALES</b> (Búsqueda de presupuestos y análisis financiero).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementación de las estrategias</li> <li>• Itinerarios interpretativos</li> <li>• Manejo de implementos deportivos y equipamiento de musculación</li> </ul>	
<p>3.3. Implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre mediante técnicas, instrumentos y atención a normas de seguridad para ofrecer y promover servicios innovadores, con actitud emprendedora, reflexiva y respeto al medio ambiente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos en el ámbito de las nuevas tendencias fitness</li> <li>• Actividades físicas al aire libre.</li> <li>• Actividades físicas indoor.</li> <li>• Actividad física deporte-social</li> <li>• Actividades físicas alternativas</li> <li>• Las actividades recreativas</li> <li>• Clasificación de las actividades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda de información</li> <li>• Marketing</li> <li>• Relaciones públicas y vinculación con otros profesionales</li> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Atender situaciones de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeto</li> <li>• Objetivo</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Libertad</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Lealtad</li> <li>• Responsabilidad Social</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	recreativas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las actividades relacionadas con la naturaleza.</li> <li>• Manejo de grupos</li> <li>• Características del Guía y Animador en la recreación</li> <li>• Técnicas y herramientas Grupales para la conducción de sesiones</li> <li>• Materiales a usar en la recreación físico-deportiva</li> <li>• Características de proyectos y eventos recreativos para la promoción de la actividad física en el tiempo libre</li> <li>• Metodología de Proyectos recreativos en la naturaleza</li> <li>• Promoción de la actividad física en el tiempo libre</li> </ul>	riesgo/contingencias <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo de grupos</li> <li>• Normatividad</li> <li>• Uso de las tecnologías</li> <li>• Habilidades de comunicación oral</li> <li>• Diseñar itinerarios interpretativos</li> <li>• Lengua extranjera.</li> <li>• Líder</li> <li>• Crear e identificar áreas de oportunidad</li> <li>• Motivación</li> <li>• Creación de entornos óptimos para el desarrollo de las actividades.</li> <li>• Ponderación de FODAS</li> <li>• Redacción</li> <li>• Lectura</li> <li>• Gestión</li> <li>• Organización</li> <li>• Habilidad para la utilización de los implementos y la adaptación de estos a distintas situaciones</li> <li>• Dominio de la expresión en distintos idiomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Proactivo</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Humildad</li> <li>• Confianza</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Actitud de servicio</li> </ul>

**Competencia profesional 4:** Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social.

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
<p>4.1. Analizar las características y patologías del individuo, con base un diagnóstico médico, para seleccionar las pruebas físicas de evaluación adecuadas, con pensamiento crítico y responsable.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anatomía Humana</li> <li>• La célula</li> <li>• Tejidos, órganos y sistemas</li> <li>• Sistema osteo-artro-muscular</li> <li>• Estructura del hueso, ubicación y tipos</li> <li>• Esqueleto humano</li> <li>• articulaciones</li> <li>• Musculatura por regiones anatómicas</li> <li>• Origen, inserción, acción y movimiento, inervación</li> <li>• Morfología</li> <li>• del sistema nervioso</li> <li>• del sistema óseo</li> <li>• del sistema muscular</li> <li>• del sistema respiratorio</li> <li>• del sistema endócrino</li> <li>• del sistema cardio-vascular</li> <li>• Fisiología del ejercicio</li> <li>• Estructura celular</li> <li>• Fisiología celular</li> <li>• del sistema muscular</li> <li>• del sistema nervioso</li> <li>• del sistema óseo</li> <li>• del sistema respiratorio</li> <li>• del sistema cardio-vascular</li> <li>• del sistema endócrino</li> <li>• Bioquímica</li> <li>• Bioelementos</li> <li>• Biomoléculas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura de Informes médicos</li> <li>• Búsqueda de información</li> <li>• Manejo de instrumentos y equipos de evaluación</li> <li>• Habilidades digitales en herramientas ofimáticas (Formatos gráficos, procesadores de texto y de cálculo)</li> <li>• Manejo base de datos bibliográficos</li> <li>• Comprensión lectora</li> <li>• Redacción</li> <li>• Análisis de datos</li> <li>• Análisis de las características de un individuo</li> <li>• Utilización de software especializado biomecánica.</li> <li>• Dominio de una segunda lengua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Respeto</li> <li>• Confianza</li> <li>• Empatía</li> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Libertad</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carbohidratos</li> <li>• Proteínas</li> <li>• Lípidos</li> <li>• Ácidos nucleicos</li> <li>• Parámetros bioquímicos glucosa</li> <li>• Interpretación glucosa, TA, química sanguínea</li> <li>• Bioenergética</li> <li>• metabolismo</li> <li>• anabolismo</li> <li>• catabolismo</li> <li>• balance metabólico</li> <li>• Metabolismo de los carbohidratos</li> <li>• Metabolismo de los lípidos</li> <li>• Metabolismo de los aminoácidos</li> <li>• Sistemas energéticos</li> <li>• Fisiología del ejercicio</li> <li>• Kinesiología</li> <li>• Patología</li> <li>• índice de masa corporal</li> <li>• Sedentarismo</li> <li>• Somatotipo</li> <li>• Diabetes Tipo 1</li> <li>• Diabetes Tipo 2</li> <li>• Diabetes Gestacional</li> </ul>		
<p>4.2.Evaluar las condiciones físicas del individuo, mediante evaluaciones físicas diagnósticas pertinentes, para la selección de estrategias y procedimientos de atención a través del ejercicio físico, con actitud analítica, empática, colaborativa y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos básicos</li> <li>• Condición física/rendimiento</li> <li>• Capacidad física/aptitud/habilidad</li> <li>• Ejercicio físico/AF/cualidades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluación por medio de la observación</li> <li>• Capacidad de análisis</li> <li>• Manejo de instrumentos y equipo</li> <li>• Habilidades</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colaboración</li> <li>• Empatía</li> <li>• Actitud</li> <li>• Respeto</li> <li>• Confianza</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
de respeto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluación del rendimiento físico</li> <li>• Qué es evaluar</li> <li>• qué es un test</li> <li>• Características del test</li> <li>• Objetivos del test</li> <li>• Herramientas de evaluación del rendimiento</li> <li>• Tipos de test</li> <li>• Test para evaluación morfofuncional</li> <li>• Evaluación del rendimiento físico en centros escolares</li> <li>•</li> <li>• Clasificación del ejercicio físico</li> <li>• Tipos de Actividad  Física</li> <li>• Metabolismo energético</li> <li>• Vías de señalización</li> <li>• Métodos de análisis del movimiento(aplicación)</li> <li>• Formula FCM</li> <li>• Formula FCE</li> <li>• Planimetría</li> <li>• Características fisiológicas de distintas poblaciones</li> <li>• Manejo nutricional</li> <li>• Parámetros fisiológicos</li> <li>• Discapacidad y su clasificación</li> <li>• Evaluación para la discapacidad</li> <li>• Estadística descriptiva (moda, media, mediana, promedio, desviación estándar)</li> <li>• Estadística analítica</li> </ul>	<p>comunicativas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Redacción y ortografía</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liderazgo</li> </ul>

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	(correlación de datos) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Postura corporal</li> <li>• Enfermedades crónicas no transmisibles, concepto y epidemiología</li> <li>• Metodología de la investigación</li> </ul>		
4.3. Aplicar los fundamentos de la prescripción del ejercicio, mediante recursos técnicos adecuados a las características patológicas o necesidades del individuo, para mejorar la calidad de vida, con rigor científico, actitud innovadora y de colaboración.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Método de análisis del movimiento (contextos)</li> <li>• análisis del movimiento relacionado con la salud (mediciones directas e indirectas, validez, confiabilidad, coeficientes de variabilidad de instrumentos de medición).</li> <li>• análisis del movimiento relacionado con la biomecánica y funcionalidad del organismo (rangos de movimiento articular, tipos de contracción muscular, velocidad de ejecución del movimiento humano, técnica de ejecución del movimiento, ejes de movimiento, grupos musculares agonistas, antagonistas, sinergistas y estabilizadores de movimiento, factores neurales para el control y desarrollo del movimiento).</li> <li>• Postura corporal</li> <li>• Técnica correcta de los ejercicios para contracciones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad de corrección de postura</li> <li>• Diseño de sesiones de actividad física</li> <li>• Manejo de equipo deportivo</li> <li>• Habilidades digitales</li> <li>• Comprensión lectora</li> <li>• Redacción y ortografía</li> <li>• Claridad en la comunicación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liderazgo</li> <li>• Empatía</li> <li>• Colaboración</li> <li>• Respeto</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• creatividad</li> </ul>



Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<p>isométricas, isocinéticas-excéntricas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica de musculatura</li> <li>• Componentes de la prescripción del ejercicio</li> <li>• Manejo nutricional</li> <li>• Sistemas energéticos</li> <li>• Adaptación al ejercicio</li> <li>• Planeación de sesiones</li> <li>• Manejo de tiempos</li> <li>• Prevención y tratamiento de lesiones en la actividad física y el deporte</li> <li>• Fisiopatología de las lesiones más comunes en la práctica de una actividad física</li> <li>• Historia Clínica</li> <li>• Prevención</li> <li>• Salud</li> <li>• Enfermedad</li> <li>• Origen de enfermedad</li> <li>• Técnicas de prevención y de higiene en la práctica deportiva y de actividades físicas</li> <li>• Diagnósticos médicos</li> <li>• Autorización médica</li> <li>• Lesiones</li> <li>• Identificación de lesiones en el primer contacto</li> <li>• Primeros auxilios (maniobras de exploración, ejecución técnica de protección, prevención y limitación de la lesión)</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de vendaje elástico</li> <li>• Técnicas de vendajes funcionales</li> <li>• Procedimiento PRICE</li> <li>• Procedimiento PEACE and LOVE</li> <li>• Utilizaciones agentes físicos(prevencción) natural</li> <li>• Utilización de masaje y ejercicio físico</li> <li>• Prescripción de ejercicios terapéuticos de flexo-elasticidad</li> <li>• Prescripción del ejercicio en el adulto mayor</li> <li>• Fisiología del adulto mayor</li> <li>• valoración geriátrica integral</li> <li>• Enfermedades propias del envejecimiento</li> <li>• Hipertensión arterial</li> <li>• Osteoporosis</li> <li>• Artrosis</li> <li>• Síndrome metabólico</li> <li>• Obesidad</li> <li>• Cardiopatías</li> <li>• Enfermedades pulmonares</li> <li>• Discapacidad motriz</li> <li>• Prescripción del ejercicio</li> <li>• Diagnósticos médicos asociados a la hipocinética</li> <li>• Patología</li> <li>• Desviaciones del Raquis</li> <li>• Diagnósticos médicos</li> <li>• Análisis composición corporal</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HTA, Diabetes, Dislipidemia</li> <li>• Asma, Arritmias (Enf. Cardiovasculares)</li> <li>• Hipo e Hipertiroidismo</li> <li>• Farmacología para padecimientos cardiacos y metabólicos</li> <li>• Farmacología básica/ en enfermedades crónico degenerativas</li> <li>• Patofisiología de la obesidad</li> <li>• Prescripción de ejercicio para enfermos obesos</li> <li>• Sobrepeso y obesidad</li> <li>• Patofisiología del síndrome metabólico</li> <li>• Prescripción del ejercicio para sujetos con síndrome metabólico</li> <li>• Patofisiología de la Diabetes Mellitus Tipo II</li> <li>• Prescripción del ejercicio en sujetos con diabetes mellitus tipo II</li> <li>• Patofisiología de los accidentes cerebrovasculares</li> <li>• Prescripción del ejercicio en sujetos con accidentes cerebrovasculares</li> <li>• Patofisiología de enfermedades cardiovasculares</li> <li>• Prescripción del ejercicio a sujetos con enfermedades</li> </ul>		

Competencias específicas	Conocimientos	Habilidades	Actitudes y Valores
	cardiovasculares <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dislipidemias</li> <li>• Efecto del ejercicio en dislipidemias</li> <li>• Efecto del ejercicio en dislipidemias</li> <li>• Función hormonal (ADH, Renina, Angiotensina, Aldosterona)</li> <li>• Efecto del ejercicio en la hipertensión</li> <li>• Efecto del ejercicio en la hipertensión</li> <li>• Función hormonal (Grelina, Dopamina, Serotonina, Leptina, Peptido Y)</li> <li>• Efecto del ejercicio en la diabetes</li> <li>• Función hormonal (Insulina, Glucagón, Somatostatina)</li> <li>• Infarto agudo al miocardio y ejercicio físico</li> <li>• Efecto del ejercicio en insuficiencia renal crónica</li> <li>• Efecto del ejercicio en el cáncer</li> </ul>		

## FORMATO 5. IDENTIFICACIÓN DE UNIDADES DE APRENDIZAJE Y UNIDADES DE APRENDIZAJE INTEGRADORAS

**Competencia profesional 1:** Diseñar, Operar y evaluar planes de entrenamiento a partir de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y ciencias aplicadas al deporte, para promover el aprendizaje y maximizar el rendimiento deportivo, con objetividad, responsabilidad y respeto de la integridad física y socioemocional del individuo.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
1.1. Analizar la teoría y metodología de entrenamiento deportivo para determinar los modelos de entrenamiento pertinentes, con base en las características de poblaciones específicas, con actitud analítica y reflexiva.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Acondicionamiento Físico I</li> <li>• Didáctica de Deportes de Apreciación.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Combate.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Conjunto.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo</li> </ul>	Disciplinar	Técnico Deportiva
1.2. Diseñar planes de entrenamiento deportivo para desarrollo del talento y maximizar el rendimiento deportivo a partir de la determinación de	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrenamiento Deportivo II</li> </ul>	Terminal	Técnico Deportiva

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
<p>características de poblaciones específicas (evaluación del sujeto) con responsabilidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Acondicionamiento Físico I</li> <li>• Didáctica de Deportes de Apreciación.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Combate.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Conjunto.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca</li> <li>• Evaluaciones de Campo de los Deportes.</li> <li>• Biomecánica de la Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo</li> <li>• Entrenamiento Deportivo I</li> </ul>			
<p>1.3. Operar y evaluar planes de entrenamiento deportivo para determinar el impacto y pertinencia en el desarrollo del talento y el rendimiento deportivo mediante instrumentos válidos y confiables, con objetividad y honestidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrenamiento Deportivo II</li> </ul>	Terminal	Técnico Deportiva

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca</li> <li>• Psicología del a Actividad Física.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Acondicionamiento Físico I</li> <li>• Didáctica de Deportes de Apreciación.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Combate.</li> <li>• Didáctica de Deportes de Conjunto.</li> <li>• Acondicionamiento Físico II</li> <li>• Evaluaciones de Campo de los Deportes.</li> <li>• Biomecánica de la Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo</li> <li>• Entrenamiento Deportivo I</li> <li>• Seminario de Competencias profesionales.</li> </ul>			

**Competencia profesional 2:** Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
<p>2.1. Analizar el contexto de educación básica mediante los planes y programas nacionales de educación física vigentes para desarrollar los aprendizajes en los estudiantes, con actitud reflexiva, colaborativa y con responsabilidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica Docente.</li> </ul>	Disciplinar	Pedagógica
<p>2.2. Diseñar secuencias didácticas en el área de educación física, mediante la planeación y aplicación de técnicas, estrategias y métodos pedagógicos para implementarlas en la educación básica, con responsabilidad social, actitud creativa y crítica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresión Corporal.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Bases legales Organizativas del Sistema Educativo.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica Docente.</li> </ul>	Disciplinar	Pedagógica



Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
	la Comunicación. • Planeación de la Enseñanza			
2.3 Diseñar instrumentos de evaluación, para medir el impacto de las secuencias didácticas de educación física en la educación básica a través de métodos y técnicas de evaluación, con actitud analítica, reflexiva y honesta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresión Corporal.</li> <li>• Evaluación del Aprendizaje.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología del a Actividad Física.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Metodología de Investigación.</li> <li>• Bases legales Organizativas del Sistema Educativo.</li> <li>• Planeación de la Enseñanza.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología del a Actividad Física.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica Docente.</li> </ul>	Disciplinar	Pedagógica

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> </ul>			

**Competencia profesional 3:** Diseñar e implementar programas de actividad y recreación Física, para atender el ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
3.1. Analizar el contexto social, geográfico, económico y cultural, mediante la revisión de fuentes de información estatal, regional, nacional e internacional, para identificar necesidades relacionadas a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre con pensamiento crítico y objetividad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>Responsabilidad Social.</li> <li>Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>Desarrollo Humano.</li> <li>Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>Recreación, Ocio y Tiempo Libre.</li> <li></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Turismo Activo.</li> </ul>	Disciplinaria.	Recreación.
3.2. Planear programas y eventos de actividades físico-deportivo-recreativas, mediante técnicas, instrumentos y normas específicas, que favorezcan la calidad de vida, con actitud creativa, colaborativa y respeto al medio ambiente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>Responsabilidad Social.</li> <li>Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>Desarrollo Humano.</li> <li>Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>Recreación, Ocio y Tiempo Libre.</li> <li>Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>Psicología de la Actividad Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Turismo Activo.</li> </ul>	Disciplinaria.	Recreación.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades en la Naturaleza.</li> <li>• Deportes Alternativos</li> </ul>			
3.3. Implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre mediante técnicas, instrumentos y atención a normas de seguridad para ofrecer y promover servicios innovadores, con actitud emprendedora, reflexiva y respeto al medio ambiente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Recreación, Ocio y Tiempo Libre.</li> <li>• Metodología de Investigación.</li> <li>• Didáctica de la Actividad Física.</li> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Actividades en la Naturaleza.</li> <li>• Deportes Alternativos.</li> <li>• Tendencias Fitness</li> <li>• Bases de la Administración</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turismo Activo.</li> </ul>	Disciplinaria.	Recreación.

**Competencia profesional 4:** Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
4.1. Analizar las características y patologías del individuo, con base en un diagnóstico médico, para seleccionar las pruebas físicas de	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Morfofisiología.</li> <li>• Fundamentos de Bioquímica.</li> <li>• Bioquímica de la Actividad Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor.</li> </ul>	Terminal	Biomédica.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
evaluación adecuadas, con pensamiento crítico y responsable.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutrición en Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> <li>• Psicología del a Actividad Física.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Acondicionamiento Físico I</li> <li>• Principios de la Prescripción del Ejercicio.</li> </ul>			
4.2. Evaluar las condiciones físicas del individuo, mediante evaluaciones físicas diagnósticas pertinentes, para la selección de estrategias y procedimientos de atención a través del ejercicio físico, con actitud analítica, empática, colaborativa y de respeto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Morfofisiología.</li> <li>• Fundamentos de Bioquímica.</li> <li>• Bioquímica de la Actividad Física.</li> <li>• Nutrición en Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor.</li> </ul>	Terminal	Biomédica.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Acondicionamiento Físico I</li> <li>• Kinesiología.</li> <li>• Fisiología del Ejercicio.</li> <li>• Biomecánica de la Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Prevención y Readaptación de Lesiones.</li> <li>• Principios de la Prescripción del Ejercicio.</li> <li>• Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas</li> </ul>			
<p>4.3. Aplicar los fundamentos de la prescripción del ejercicio, mediante recursos técnicos adecuados a las características patológicas o necesidades del individuo, para mejorar la calidad de vida, con rigor científico, actitud innovadora y de colaboración.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas.</li> <li>• Morfofisiología.</li> <li>• Fundamentos de Bioquímica.</li> <li>• Bioquímica de la Actividad Física.</li> <li>• Nutrición en Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física.</li> <li>• Desarrollo Humano.</li> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Tecnología de la Información y de la Comunicación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor.</li> </ul>	Terminal	Biomédica.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicología de la Actividad Física.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Acondicionamiento Físico I</li> <li>• Kinesiología.</li> <li>• Fisiología del Ejercicio.</li> <li>• Biomecánica de la Actividad Física y Deporte.</li> <li>• Prevención y Readaptación de Lesiones.</li> <li>• Principios de la Prescripción del Ejercicio.</li> <li>• Seminario de Competencias profesionales.</li> </ul>			

**Competencia profesional 5:** Desarrollar, gestionar y administrar proyectos de actividad física, deporte, ocio y tiempo libre, mediante la aplicación de las ciencias administrativas, para atender las problemáticas y demandas sociales, con actitud proactiva, innovadora y disposición al trabajo interdisciplinario.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapas de formación	Área de conocimiento
5.1 Identificar áreas de oportunidad en el desarrollo de proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre a través del estudio de mercado, para atender las demandas sociales y el desarrollo económico de la región, con honradez, proactividad y trabajo en equipo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Tecnologías de la Información y la Comunicación.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mercadotecnia Deportiva.</li> </ul>	Disciplinaria.	Administración.

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bases de la Administración.</li> <li>• Administración y Gestión Deportiva</li> </ul>			
5.2 Desarrollar proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre basados en los modelos de negocios, para ofrecer servicios innovadores de acuerdo a las necesidades del contexto, con actitud creativa, emprendedora y respeto al medio ambiente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Tecnologías de la Información y la Comunicación.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Bases de la Administración</li> <li>• Mercadotecnia deportiva.</li> <li>• Proyectos de Inversión en la Actividad Física.</li> <li>• Administración y Gestión Deportiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emprendimiento de Proyectos de Actividad Física.</li> </ul>	Terminal	Administración.
5.3 Gestionar los recursos económicos, humanos y materiales, mediante los modelos de negocios, para aumentar las posibilidades de éxito de los proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre, con liderazgo, actitud proactiva, honesta y de respeto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.</li> <li>• Comunicación Oral y Escrita.</li> <li>• Responsabilidad Social.</li> <li>• Tecnologías de la Información y la Comunicación.</li> <li>• Metodología de la Investigación.</li> <li>• Estadística Descriptiva.</li> <li>• Bases de la Administración</li> <li>• Promoción de la Actividad Física.</li> <li>• Mercadotecnia deportiva.</li> <li>• Mercadotecnia deportiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emprendimiento de Proyectos de Actividad Física.</li> <li>• Seminario de Competencias Profesionales</li> </ul>	Terminal  Terminal	Administración.  Social Humanista

Competencia específica	Conjunto de unidades de aprendizaje	Unidad de aprendizaje integradora	Etapa de formación	Área de conocimiento
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyectos de Inversión en la Actividad Física.</li> <li>• Seminario de Competencias profesionales.</li> <li>• Administración y Gestión Deportiva</li> </ul>			



## 9.2. Anexo 2. Aprobación por los Consejos Técnicos



### Universidad Autónoma de Baja California Facultad de Deportes

#### “REUNIÓN DE CONSEJO TÉCNICO

#### MINUTA

En la ciudad de Mexicali, Baja California, siendo las 10:00 horas del día viernes 29 de enero de 2021, en la plataforma de Google Meet se reunieron los integrantes del Consejo Técnico de la Facultad de Deportes, presidiendo la sesión el Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán.

Contando con la asistencia de Nubia Paola Zazueta Arriola, Kevin Garza Esqueda, Samantha Valenzuela González, Samantha Dennis Espinoza Collazo, Cesar Flores Rodríguez, Perla Carolina Hernández Rodríguez, Elisa Iveth Tapia Buelna, Myrna Alicia Ruiz Reyes, Omar Plascencia Enríquez, José Isaac Marín López, Abelardo Antonio Beltrán de la Fuente, Cynthia Araceli Medina Lara, Samuel Nicolás Rodríguez Lucas, Nalleli Sugei Martínez Martínez, Ermilo Cantón Martínez, Laura Elena Urzúa Beltrán, Iván Sánchez Sánchez, Elena Cecilia Guzmán Gutiérrez, Ana Karina Chavira Zepeda, Stephany Michell Barrera Virgen, Melany Aylin Jiménez Carranza, Juan Daniel Balderas Montoya, Benjamín de Jesús Ortega Estrada, Alondra Itzamar del Río Martínez.

#### DESARROLLO

Se da inicio a la sesión en la plataforma de Google meet a las 11:00 horas, se declara quórum y se da la bienvenida por parte del presidente, se hace referencia del uso de los consejos técnicos por unidades académicas y la conformación de la Facultad en un consejo estatal. El presidente pasa al 3er. punto y explica el proceso de modificación del plan de estudios de la Licenciatura en Actividad Física y deporte versión 2021-2 y que el plan anterior tiene desde 2012-2 y que el proceso de reestructuración del nuevo plan de estudios inició en 2018 siendo la maestra Rita Paulina Chávez López quien lideró la reestructuración de éste, así mismo comenta que las últimas revisiones del plan se llevaron a cabo por la Universidad de León en España, Universidad de Granada, La Universidad Politécnica y la Universidad de Morelos. Hace mención que se ofertará a la par del plan de licenciatura, un diploma de Técnico Superior Universitario únicamente para los alumnos del quinto semestre en adelante de Facultad de Deportes, y que actualmente no hay técnicos académicos en la universidad por lo que sería la Facultad de Deportes pionera en este ámbito. Toma la palabra la maestra Rita Paulina Chávez López, presenta la propuesta del Plan de Estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas TSU ARyT 2021-2, y explica que surge de la investigación externa de la pertinencia del plan de estudios y que se encuestó a la población de la universidad y externos y se revisó las áreas de oportunidad con las que cuenta la licenciatura. Expone la justificación de la creación del TSU ARyT que es integrar a los alumnos al área laboral desde antes de salir de la licenciatura, por interés de los empleadores, y que puede fortalecer el currículo del alumno. Explica los campos en los que se desarrollarían con el diploma de TSU ARyT haciendo mención que en el área educativo no sería como docentes sino como apoyo. Presenta las materias que se integran y/o se modifican, todo con base en la normatividad de UABC. Toma la palabra el presidente y solicita al pleno de Consejo Técnico que quien tenga dudas las comparta. Toma la palabra José Isaac Marín



**Universidad Autónoma de Baja California**  
Facultad de Deportes

**“REUNIÓN DE CONSEJO TÉCNICO**

López preguntando si las materias de deporte que se conjugarán serán en una sola materia, hace mención el presidente que el plan se presenta para dar al alumno la competencia básica para llevar a cabo alguno de los deportes, haciendo énfasis que el título es en Licenciado en Actividad Física y Deporte, dando la opción que estas materias deportivas las pueden tomar de manera optativa. César Flores Rodríguez comenta que es buena idea el enfoque al ámbito educativo y dejar de manera optativa las materias deportivas. Ermilo Cantón pregunta si se podrán vincular otras asignaturas a los Programas de vinculación con valer en créditos PVVC, responde el director que cualquier materia en ese proyecto se puede integrar a los PVVC incluyendo prácticas profesionales. El presidente hace énfasis en la importancia de plantear las preguntas que surjan en cuanto al proyecto para poder presentarlas de manera eficiente en el consejo Universitario. Pregunta Nalleli Sugei Martínez si Educación Cívica y Ética pasaría a ser optativa, responde Rita Paulina que sí, pero se integran partes de esta en otras materias como valores, responsabilidad social, entre otras. Pregunta César Flores Rodríguez cuales son los requisitos para poder obtener la constancia de TSU ARyT y si es solo para adquirir experiencia o para que en el campo laboral avale en un empleo, el presidente responde que el TSU ARyT tiene una competencia básica que es lo que el alumno ya cuenta con los conocimientos al momento de cursar el quinto semestre y solo podrán realizar actividades de recreación y turísticas, y los requisitos para obtener el título es haber cursado las materias obligatorias para TSU ARyT y realizar el Servicio Social Profesional. Myrna Alicia Ruiz Reyes pregunta si hay alguna materia para fomentar la investigación, el presidente responde que está de manera obligatoria las materias técnicas de investigación y estadística descriptiva, así mismo se cuenta con materias optativas para los alumnos que deseen enfocarse más a la investigación. Pregunta César Flores qué objetivo tiene la materia de turismo activo del nuevo plan de estudios responde el presidente que actualmente no se está aprovechando ese campo de oportunidad en los campus Tijuana y Ensenada que son los que tienen mayor presencia en turismo, y la materia se enfoca en la promoción de la actividad física al área turística.

El presidente comenta que posterior a la reunión se les hará llegar el documento en extenso del proyecto y comunica que es únicamente para uso de los miembros del Consejo Técnico. Pasa el uso de palabra al secretario Mtro. Samuel Rodríguez para que se someta a votación la modificación del plan de estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte 2021-2

**ACUERDOS:**

Se vota a favor por unanimidad del Consejo Técnico el apoyo a la modificación del Plan de Estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

Asuntos generales: el presidente informa al Consejo que el mérito académico se someterá la próxima semana y se hará de conocimiento general una vez que se tenga la respuesta, y comenta que el proyecto del Polideportivo ya fue aprobado y en próximos días saldrá la convocatoria para el proyecto ejecutivo.

**Universidad Autónoma de Baja California**  
Facultad de Deportes

**“REUNIÓN DE CONSEJO TÉCNICO**

Siendo las 11:20 horas se declaró concluida la sesión.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE BAJA CALIFORNIA



**FACULTAD DE  
DEPORTES**



Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán  
Presidente



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Acondicionamiento Físico I
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 01 CR: 04**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Marco Aurelio Martínez Granados  
Ana Cristina Salazar Rivera  
Susana Castelán Páez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la asignatura Acondicionamiento Físico I es conocer las diversas estrategias y herramientas del acondicionamiento físico.

Su utilidad radica en que le brinda al estudiante los elementos a tomar en cuenta para desarrollar una sesión de acondicionamiento físico segura y eficiente.

Pertenece a la etapa básica con carácter obligatorio y su área de conocimiento es la Técnico-Deportiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diferenciar los tipos de actividades prácticas, por medio de sesiones enfocadas al desarrollo de capacidades coordinativas, para identificar los elementos que conforman las sesiones de acondicionamiento físico, con compromiso, iniciativa y responsabilidad.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora y presenta bitácora de actividades la cual estará integrada por: 1) Portada 2) Introducción 3) Índice 4) Descripción de las actividades, como es el nombre de la actividad, fecha, objetivo, desarrollo, materiales y breve conclusión 5) Registro de participación 6) Conclusiones y 7) Referencias bibliográficas.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Calentamiento**

**Competencia:**

Identificar los tipos de calentamiento, mediante la distinción de sus efectos y los factores endógenos y exógenos, para garantizar su aplicación eficaz, con actitud responsable y analítica.

**Contenido:**

**Duración:** 5 horas

1.1 Tipos de Calentamientos

1.1.1 Efectos del calentamiento general activo

1.1.2 Efectos del calentamiento específico activo

1.2 Eficacia del calentamiento dependiendo de diferentes factores endógenos y exógenos

1.2.1 Factores endógenos

1.2.1.1 Calentamiento y edad

1.2.1.2 Calentamiento y estado de entrenamiento

1.2.2 Factores exógenos

1.2.2.1 Calentamiento y momento del día

1.2.2.2 Calentamiento y modalidad deportiva

1.2.2.3 Calentamiento y temperatura exterior

## UNIDAD II. Aplicación de actividades para la vuelta a la calma

### Competencia:

Distinguir las actividades que permitan una vuelta a la calma, mediante la aplicación de diversas estrategias y metodologías, para restablecer la frecuencia cardíaca y temperatura corporal al finalizar un entrenamiento físico, de manera sistemática y con responsabilidad.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 2.1 Restablecimiento de la frecuencia cardíaca (FC)
  - 2.1.1 Manejo de la Intensidad de la actividad
  - 2.1.2 Respiración y Relajación
- 2.2 Restablecimiento de Temperatura corporal
  - 2.2.1 Estiramientos generales
  - 2.2.2 Estiramientos

### UNIDAD III. Aplicación de actividades físicas en diferentes escenarios

**Competencia:**

Analizar y practicar las actividades de acondicionamiento físico, considerando los escenarios en los que puede desarrollarse, para elegir las adecuadas en ambientes acuáticos y grupales con diferentes condiciones, con actitud reflexiva, responsable y dinámica.

**Contenido:****Duración:** 4 horas

- 3.1 Actividades en ambiente acuático
  - 3.1.1 Sin implementos
  - 3.1.2 Con implementos
- 3.2 Actividades en ambientes grupales
  - 3.2.1 Grupos homogéneos
  - 3.2.2 Grupos no homogéneos



## UNIDAD IV. Aplicación de actividades para el desarrollo de la agilidad

### **Competencia:**

Analizar y practicar actividades que favorezcan el desarrollo de la agilidad, considerando los escenarios y el tipo de coordinación que se pretende desarrollar, para elegir las técnicas adecuadas con y sin implementos, con actitud reflexiva, responsable y dinámica.

### **Contenido:**

**Duración:** 3 horas

- 4.1 Coordinación general
  - 4.1.1 Sin implementos
  - 4.1.2 Con implementos
- 4.2 Coordinación específica
  - 4.2.1 Sin implementos
  - 4.2.2 Con implementos

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	Calentamiento general activo	<p>1. El docente preparará la sesión donde se practique el calentamiento general activo y explica el propósito de la práctica.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y practica el calentamiento general activo.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre las principales dificultades que enfrentaron durante la realización del calentamiento general activo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> </ul>	2 horas
2	Calentamiento específico activo	<p>1. El docente preparará la sesión donde se practique el calentamiento específico activo y explica el propósito de la práctica y la zona a trabajar en la sesión.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y practica el calentamiento específico activo</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre las principales dificultades que enfrentaron durante la realización del calentamiento específico activo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> </ul>	2 horas
3	Calentamiento pasivo	<p>1. El docente preparará la sesión donde se practique el calentamiento pasivo y explica el</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> </ul>	2 horas

		<p>propósito de la práctica.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y practica el calentamiento pasivo</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre las principales dificultades que enfrentaron durante la realización del calentamiento pasivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> </ul>	
<b>UNIDAD II</b>				
4	Manejo de la intensidad de la actividad	<p>1. El docente preparará la sesión donde se impliquen actividades donde haya variación de la FC y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> <li>• Polares</li> <li>• Cronómetro</li> <li>• Silbato</li> </ul>	2 horas
5	Estiramientos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen estiramientos generales y específicos y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> <li>• Silbato</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
6	Actividades en ambiente acuático sin implementos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen actividades acuáticas sin material deportivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alberca</li> <li>• Traje de baño</li> <li>• Gorrito</li> </ul>	4 horas

		<p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Googles</li> <li>• Toalla</li> <li>• Chanclas</li> </ul>	
7	Actividades en ambiente acuático con implementos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen actividades acuáticas con material deportivo</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alberca</li> <li>• Traje de baño</li> <li>• Gorrito</li> <li>• Googles</li> <li>• Toalla</li> <li>• Chanclas</li> <li>• Implementos deportivos como pelotas, gusanos, tablas, etc.</li> </ul>	4 horas
8	Actividades en ambiente grupales homogéneos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen actividades en grupos homogéneos y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> <li>• Silbato</li> <li>• Cronómetro</li> </ul>	3 horas
9	Actividades en ambiente grupales heterogéneos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen actividades en grupos heterogéneos y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> <li>• Silbato</li> <li>• Cronómetro</li> </ul>	3 horas

UNIDAD IV				
10	Coordinación general sin implementos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen ejercicios de coordinación general sin material deportivo y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Silbato</li> <li>• Cronómetro</li> </ul>	2 horas
11	Coordinación general con implementos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen ejercicios de coordinación general con material deportivo y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> <li>• Silbato</li> <li>• Cronómetro</li> </ul>	2 horas
12	Coordinación específica sin implementos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen ejercicios de coordinación específica sin material deportivo y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Silbato</li> <li>• Cronómetro</li> </ul>	2 horas

13	Coordinación específica con implementos	<p>1. El docente preparará la sesión donde se realicen ejercicios de coordinación específica con material deportivo y explica cómo es que debe de ser estructurado el trabajo.</p> <p>2. El estudiante sigue las instrucciones dadas por el docente y ejecuta las actividades.</p> <p>3. Se realiza una retroalimentación entre el grupo y el docente sobre el trabajo realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropa y calzado deportivo</li> <li>• Bebidas hidratantes</li> <li>• Bocinas</li> <li>• Material Deportivo: Conos, aros, ligas, etc.</li> <li>• Silbato</li> <li>• Cronómetro</li> </ul>	2 horas
----	---	---	---	---------

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

- El docente funge como el guía de los contenidos de aprendizaje.
- En las prácticas de campo coordina, supervisa y corrige.
- Resuelve dudas de los estudiantes de manera personalizada.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- El alumno participa activamente en las sesiones prácticas, investiga, analiza y critica contenidos,
- Atiende correcciones del docente sobre los ejercicios para su correcta ejecución; así como el fortalecimiento de actitudes como el ser organizado, crítico, que muestre interés por la investigación, disposición al trabajo en equipo y valores de respeto y responsabilidad para el logro de las competencias del curso.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Examen parcial.....	20%
- Participación en sesiones prácticas.....	30%
- Trabajos y tareas.....	20%
- Exposición.....	10%
- Trabajo final (bitácora de actividades).....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**



## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Academia Americana de Pediatría. (2001). Entrenamiento de fuerza en niños y adolescentes. <i>Pediatrics</i>. (107) Recuperado de <a href="http://www.femede.es/documentos/convenio-1.pdf">http://www.femede.es/documentos/convenio-1.pdf</a></p> <p>Bompa, T. O., &amp; Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. (4a ed.). España: Paidotribo.</p> <p>Cazull, I., Rodríguez, A., Sanabria, G., y Hernández, R. (2007). Enseñanza de los primeros auxilios a escolares de cuarto a noveno grados. <i>Revista Cubana de Salud Pública</i>, 33(2) Recuperado en 11 de enero de 2021, de <a href="http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0864-34662007000200006&amp;lng=es&amp;tlng=es">http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0864-34662007000200006&amp;lng=es&amp;tlng=es</a>.</p> <p>Colado, J.C. (2004). <i>Acondicionamiento físico en el medio acuático</i>. Barcelona: Paidotribo.</p> <p>Contreras, B. (2014). <i>Anatomía del entrenamiento de la fuerza con el propio peso corporal</i>. España: Tutor.</p> <p>Hegedüs, J. D., &amp; Molnár, G. (1996). El entrenamiento por áreas funcionales. <i>Revista Digital Educación Física y Deportes</i>, 1(3). Recuperado de <a href="https://www.efdeportes.com/efd3/heged2.htm">https://www.efdeportes.com/efd3/heged2.htm</a></p> <p>Loscher, A. (2012). <i>Juegos predeportivos en grupo</i>. (4a ed.) México: Paidotribo.</p> <p>Martínez, P. (1996). <i>Desarrollo de la resistencia en el niño</i>.</p>	<p>Gómez, J. (2007). <i>Bases del acondicionamiento físico</i>. España: Editorial deportiva S.L.</p> <p>Blewitt, C., y Chockalingam, N. (2017). The role of “non-traditional” physical activities in improving balance in older adults: A review. <i>Journal of Human Sport and Exercise</i>, 12(2), 446-462. doi:<a href="https://doi.org/10.14198/jhse.2017.122.21">https://doi.org/10.14198/jhse.2017.122.21</a></p> <p>Olmedilla, A., Ortega, E., y Abenza, L. (2016). Self-concept, sport, and physical activity practice in university students. <i>Journal of Human Sport and Exercise</i>. 11(2), 415-425. doi:<a href="https://doi.org/10.14198/jhse.2016.114.02">https://doi.org/10.14198/jhse.2016.114.02</a></p> <p>Siff, M. C., y Verkhoshansky, Y. (2004). <i>Superentrenamiento</i> (2a ed.). España: Paidotribo. Recuperado de <a href="http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/Superentrenamiento.pdf">http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/Superentrenamiento.pdf</a></p> <p>Vidarte, J.A., Vélez, C., Sandoval, C., y Alfonso, M. (2011). Actividad Física: Estrategia de Promoción de la Salud. <i>Hacia la promoción de la salud</i>. (16) 1. 202-218. Recuperado de <a href="http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0121-75772011000100015&amp;lng=en&amp;tlng=es">http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0121-75772011000100015&amp;lng=en&amp;tlng=es</a>.</p> <p>Weineck, J. (2005). <i>Entrenamiento total</i>. España: Paidotribo.</p>

Barcelona: Inde.

Mora, J. G. (2008). *Bases del acondicionamiento físico*. España: Wanceulen S. L.

Pardo, M. (2019). Acondicionamiento Físico en el medio acuático. *Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*. (3). Recuperado de 10.21134/riaa.v3i5.1634

Ramírez, J. F. (2011). *Fuerza muscular, funcionalidad y envejecimiento: consideraciones y perspectivas para su incorporación en los modelos de intervención*. Colombia: USTA.

Serrabona, M., Andueza, J. A., y Sancho, R. (2004). *1001 Ejercicios y Juegos de Calentamiento* (3a ed.). España: Paidotribo. Recuperado de [https://www.tresarroyos.gov.ar/recursos/Capacitacion\\_d\\_eporte/1001\\_Ejercicios\\_y\\_juegos\\_de\\_calentamiento.pdf](https://www.tresarroyos.gov.ar/recursos/Capacitacion_d_eporte/1001_Ejercicios_y_juegos_de_calentamiento.pdf)

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Acondicionamiento Físico I debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o entrenamiento deportivo, preferentemente con estudios de posgrado en el área de actividad física, acondicionamiento físico o entrenamiento deportivo y 1 año de experiencia docente. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud propositiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Recreación, Ocio y Tiempo Libre
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Elías Torres García  
Luis Alfredo Urroz Arreola  
Yenderina Medina  
Cruz Iván Acosta Gutiérrez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

El propósito de la unidad de aprendizaje es que el estudiante comprenda los conceptos de recreación, ocio y tiempo libre y reconocer las diferencias en estos, además, que le permitan diseñar y aplicar programas al público en general.

Los estudiantes desarrollarán la creatividad para el uso de materiales en diferentes actividades y así propiciar el desarrollo de habilidades coordinativas y condicionales.

Esta asignatura se ubica en la etapa básica con carácter obligatorio y pertenece al área de conocimiento de Técnico-Deportiva

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar programas de actividades físico-deportivo-recreativas, mediante técnicas, instrumentos y métodos lúdicos, para promover la participación de diferentes poblaciones, a través de la interacción con su contexto social en los distintos programas de actividades recreativas.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseño de un programa de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, mediante una memoria técnica que contenga los siguientes elementos: Resumen, Índice de documentos, Introducción, Objetivos, Metodología, Resultados, Conclusiones y Bibliografía.

Se entrega estructura documental y exposición al grupo.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Fundamentos y teoría general del ocio, tiempo libre y recreación.**

**Competencia:**

Analizar los conceptos de ocio, tiempo libre y recreación, mediante la identificación de sus características y diferencias demográficas, sociales y culturales, para reconocer las necesidades de la población, con actitud crítica y compromiso social.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Conceptualización del ocio, tiempo libre y recreación
  - 1.1.1 Definición y diferencias entre Ocio, Tiempo Libre y Recreación
  - 1.1.2 Antecedentes históricos de la recreación, tiempo libre y ocio
  - 1.1.3 El origen de la recreación físico-deportiva ligada al tiempo libre y ocio.
- 1.2 La importancia y beneficios en la sociedad actual de la recreación, tiempo libre y el ocio
- 1.3 Beneficios de la recreación
  - 1.3.1 Beneficios Personales: Físicos, Psicológicos.
  - 1.3.2 Beneficios Sociales y culturales
  - 1.3.3 Beneficios Económicos
  - 1.3.4 Beneficios Ambientales
- 1.4 Enfoques y tendencias actuales de la recreación y sus áreas de trabajo.
  - 1.4.1 Tendencia Nacional e Internacional
  - 1.4.2 Tendencia Humanística (Nivel familiar, comunitario y educativo)
  - 1.4.3 Tendencia Pragmática (Tradicional, hedonista y deportiva)
  - 1.4.4 Tendencia Institucional y Empresarial (Programática, turística, municipal, comercial, privada, laboral e institucional)
  - 1.4.5 Tendencia Terapéutica (Ecológica, de desarrollo humano o rehabilitación)
- 1.5 Clasificación de las áreas y actividades de la recreación
  - 1.5.1 Área Motriz: Características generales que distinguen a estas actividades
  - 1.5.2 Área Cultural: Características generales que distinguen a estas actividades
  - 1.5.3 Área Social: Características generales que distinguen a estas actividades
- 1.6 Variables que intervienen en la elección de las actividades de recreación
  - 1.6.1 Factores condicionantes: edad y situación laboral; género; estado civil y constitución del núcleo familiar; nivel cultural, social y económico; entorno geográfico: urbano y rural; periodos temporales.

## UNIDAD II. Formatos y tipos de actividades recreativas

### Competencia:

Diseñar diferentes programas recreativos de desarrollo integral para los miembros de la comunidad, mediante la selección de diferentes formatos recreativos y tipos de actividades que promueven el desarrollo motriz, cultural y social, para la promoción de un estilo de vida saludable y de aprovechamiento del tiempo libre de manera creativa, proactiva y con valores.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 2.1. Concepto de Creatividad
  - 2.1 El Proceso creativo dentro de las actividades recreativas
- 2.2 ¿Qué son y cuáles son los formatos recreativos?
  - 2.2.1 Clubes y Grupos con intereses sociales y específicos en común
  - 2.2.2 Competencias y Concursos
  - 2.2.3 Paseos y Excursiones
  - 2.2.4 Actividades Especiales
  - 2.2.5 Educación
  - 2.2.6 Instalación Abierta
  - 2.2.7 Servicio Voluntario
- 2.3 Tipos de actividades recreativas: Actividades del Área Motriz
  - 2.3.1. Recreación físico-deportiva.
    - 2.3.1.1 Funciones de las prácticas físico-deportivas
    - 2.3.1.2 Ejemplos de prácticas físico-deportivas y tendencias: Individuales, en parejas y en equipos
  - 2.3.2 Ejemplos de Juegos dirigidos/espontáneos:
    - 2.3.2.1 Individuales (se pueden practicar en solitario)
    - 2.3.2.2 Sociomotor de Cooperación (no existe oposición)
    - 2.3.2.3 Sociomotor de Oposición (no existe cooperación)
    - 2.3.2.4 Sociomotor de Cooperación/Oposición (Duelos por parejas o equipos)
  - 2.3.3 Ejemplos de Actividades en la naturaleza:
    - 2.3.3.1 Deportivas y predeportivas
    - 2.3.3.2 De aventura/ Extremas
    - 2.3.3.3 Campamentos y excursiones en sus diferentes modalidades (Educativos, Deportivos, Terapéuticos, Ecológico, Aventura terrestres, acuáticos y de aire)
  - 2.3.4 Ejemplos de Turismo Ecológico:

- 2.3.4.1 Talleres de Educación Ambiental
- 2.3.4.2 Paseos de observación/fotografía de la naturaleza (Fauna y/o Flora, Fenómenos y Maravillas Naturales, Fósiles, Geológica)
- 2.3.4.3 Participación en Programas de Rescate de Flora y/o Fauna)
- 2.3.5. Ejemplos de Danzas:
  - 2.3.5.1 Folklorica
  - 2.3.5.2 Moderna
  - 2.3.5.3 Clásica
  - 2.3.5.4 Contemporánea
- 2.3.6 Paseos urbanos y rurales (Sitios turísticos, visitas a ranchos, fábricas, etc)
  
- 2.4 Tipos de actividades recreativas: Actividades del Área Cultural:
  - 2.4.1 Artes escénicas
  - 2.4.2 Artes acústicas
  - 2.4.2 Artes Visuales
  - 2.4.2 Artes plásticas y manualidades
- 2.5 Tipos de actividades recreativas: Actividades del Área Social
  - 2.5.1 Reuniones, Charlas, Comidas, Encuentros
  - 2.5.2 Talleres, Mesas redondas, Debates, Coloquios, congresos
  - 2.5.3 Celebraciones, Bailes conmemorativos, Festivales
- 2.6 Aplicación de los formatos recreativos a las actividades recreativas



### UNIDAD III. La animación y facilitación de procesos de recreación y ocio

**Competencia:**

Diseñar actividades grupales e inclusivas, mediante la aplicación de las técnicas de manejo de grupos, para fomentar la convivencia y la socialización de las personas, con actitud proactiva, responsable y empática.

**Contenido:****Duración:** 8 horas

- 3.1 Facilitación de procesos de recreación y ocio
  - 3.1.1 La recreación y su aplicación a grupos en condiciones diferenciales (Invitado especial).
  - 3.1.2 Manifestaciones de la recreación (Recreación espontánea y dirigida)
  - 3.1.3 Relaciones perceptivas entre los sujetos, los espacios y los objetos
  - 3.1.4 El juego Asistido, aplicativo, colaborativo, autónomo y dirigido
- 3.2 Características del Guía y Animador en la recreación
  - 3.2.1 Competencias de un facilitador de procesos organizacionales y comunitarios.
    - 3.2.1.1 Competencias del Educador Experiencial.
    - 3.2.1.2 Componentes del liderazgo de aventura.
    - 3.2.1.3 Características y competencias de un Líder
  - 3.2.2 Concepto de Dinamismo
  - 3.2.3 El proceso dinámico (Variantes) hacia la recreación
  - 3.2.4 Técnicas Metodológicas de intervención grupal y comunitaria
- 3.3 El Método de Manejo de grupo para sesiones lúdicas
  - 3.3.1 El programa siempre persigue un objetivo
  - 3.3.2 Elección de actividades que me permita alcanzar el objetivo
  - 3.3.3 Participación voluntaria
  - 3.3.4 Actividades al aire libre siempre que sea posible.
  - 3.3.5 Utilización de pequeños grupos (equipos)
  - 3.3.6 Animador motivante, no interferente
  - 3.3.7 Aprendizaje por medio de la acción
- 3.4 Estrategias didácticas de atención durante las sesiones recreativas.
- 3.5 Tipologías del participante y como tratarlos
- 3.6 Estrategias recreativas para la inclusión de personas con necesidades especiales
  - 3.6.1 Actividad física adaptada.
  - 3.6.2 Actividad física con capacidades diferentes.
  - 3.6.3 Calidad de vida

## UNIDAD IV. Planeación y operación de programas recreativos

### Competencia:

Diseñar programas recreativos integrales o específicos, mediante la aplicación procesos de diseño, planeación y operación de eventos, para promover gestión local y fortalecimiento de los mismos, al interior de las instituciones y las localidades beneficiadas, de manera colaborativa, creativa, respetuosa y con empatía.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 4.1 Principios para planificar el programa

##### 4.1.1 Un programa que considera las finalidades que buscan los involucrados

4.1.1.1 La institución: A través de sus fines y objetivos

4.1.1.2 Los participantes: En su etapa de participación inicial y posterior desarrollo

4.1.1.3 Los dirigentes: Que determinan objetos específicos y orientan la acción

4.1.1.4 Los profesionales: Que tienen a su cargo la ejecución y convencimiento de las diferentes partes

##### 4.1.2 Un programa conformado con actividades basadas en los aspectos importantes del participante

4.1.2.1 Sus necesidades

4.1.2.2 Sus intereses

4.1.2.3 Sus habilidades

##### 4.1.3 Actividades que involucran una gran influencia positiva sobre el individuo

4.1.3.1 Mayor apertura de su nivel cultural

4.1.3.2 Desarrollo personal

4.1.3.3 Mayor nivel de participación social

4.1.3.4 Incremento en su condición de salud física y mental

4.1.3.5 Mayor tolerancia en su accionar

#### 4.2. Características de un programa: Equilibrio, diversidad, variedad y flexibilidad

#### 4.3 Diseño del proyecto

4.3.1 Diagnóstico y Estudio de factibilidad

4.3.2 Planteamiento-Ejes temáticos: Naturaleza del proyecto

4.3.3 Justificación: análisis de necesidades

4.3.4 Análisis de las dimensiones personales y sociales de los participantes

4.3.5 Establecer objetivos de las actividades físico-recreativas que se van a llevar a cabo

4.3.6 Metas Cuantitativa: porcentajes, cantidades, límites

4.3.7 Análisis del entorno geográfico, flora y fauna y qué actividades recreativas se pudieran desarrollar

4.3.8 Climatología e inconvenientes para realizar una actividad con seguridad

- 4.3.9 Recursos Humanos: Organigrama y descripción de funciones
- 4.3.10 Recursos Materiales e instrumentos específicos que se precisan para llevar a cabo las actividades
- 4.3.11 Planimetría (Logística): Definición y ventajas
- 4.3.12 Costos y Presupuesto
- 4.3.13 Metodología: Cronograma y programación de itinerario, estrategias organizativas y de animación.
- 4.3.14 Evaluaciones
- 4.4 Plan de contingencias para prevenir accidentes y atenderlos en caso de emergencia
  - 4.4.1 Importancia de los primeros auxilios en el marco de las actividades recreativas
- 4.5 Principios de seguridad para cualquier actividad físico-recreativa sin accidentes ni lesiones
- 4.6 Desarrollo sostenible en el deporte, el turismo y la educación física
  - 4.6.1 Programa de deportes y recreación sustentable
  - 4.6.2 Relación de la apropiación afectiva y efectiva de los espacios para la recreación físico-deportiva con la sustentabilidad de la recreación

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I				
<b>1</b>	<b>Pintura</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Al iniciar la sesión el docente ambientará con diferentes tipos de música y les dará a los alumnos las siguientes instrucciones:</li> <li>2. Dibujar y pintar lo que desee.</li> <li>3. Cerrar los ojos e imaginar algún paisaje o lugar que deseen pintar y dibujar mientras mantienen los ojos cerrados.</li> <li>4. Dibujar lo que la música te haga sentir.</li> <li>5. Al finalizar el docente les pedirá a cada alumno que comente acerca de los diferentes tipos de dibujos que realizaron.</li> </ol>	Bocina y celular con música previamente seleccionada para la sesión. Hojas blancas Diferentes tipos de colores Caja de lápices #2	1 hora
<b>2</b>	<b>Plastilina</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Al iniciar el docente dará las instrucciones del uso del alambre.</li> <li>2. Lo estudiantes utilizan su tabla como base para posteriormente usar el alambre para crear el esqueleto de la figura que deseen crear, misma que se sujetará a la base de madera con las tachuelas. Al final utilizará la plastilina para poder dar forma a la figura que desea crear.</li> </ol>	1 tabla de 20cm x 20cm 1 cuelga ropa o gancho de alambre. 4 tachuelas de ½ pulgada 1 barra de plastilina de color neutro Pinzas de punta 1 martillo	1 hora

		3. El alumno tendrá como consigna terminar su figura en casa.		
3	<b>Máscara de Yeso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Durante la sesión el docente dará indicaciones.</li> <li>2. Los alumnos se agruparán en parejas</li> <li>3. Cada quien trabajará en la cara de su compañero haciendo la máscara que le corresponde.</li> <li>4. Al terminar la máscara del primer compañero intercambiaran funciones hasta tener las dos máscaras por equipo.</li> <li>5. Cada alumno tendrá la consigna de terminar su máscara en casa</li> </ol>	<p>1 recipiente con agua  1 recipiente con vaselina  1 venda de yeso de 3 pulgadas  Tijeras  Secadora de pelo</p>	2 horas
4	<b>Presentación de productos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Durante el transcurso de la unidad los alumnos irán desarrollando diversas actividades cuyos productos serán presentados en esta exposición en donde deberán expresar las razones y motivaciones para su realización.</li> </ol>	<p>Un aula vacía  Mesas para colocar los productos terminados  Cartel informativo sobre los productos.</p>	2 horas
5	<b>Enfoques y tendencias actuales de la recreación y sus áreas de trabajo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente preparará un programa de actividades recreativas en las que se incluya una actividad que tenga una clara tendencia de las vistas en clase <ul style="list-style-type: none"> <li>-Juego con Tendencia Nacional e Internacional</li> <li>-Juego con Tendencia Humanística</li> </ul> </li> </ol>	<p>* Áreas verdes de la facultad  * El material que requiera para practicar los juegos que haya escogido el maestro  * Silbato  * 5 Conos  * 1 Libreta  * 6 Lápices</p>	2 horas

		<p>-Juego con Tendencia Pragmática</p> <p>-Juego con Tendencia Institucional y Empresarial</p> <p>-Juego con Tendencia Terapéutica</p> <p>2. El docente implementa este programa recreativo organizando al grupo por equipos y utilizando estrategias y herramientas de atención, y de motivación, como demostración.</p> <p>3. Los jóvenes participan activamente en las actividades que implementa el docente</p> <p>4. Al final se invita a los jóvenes a identificar a qué tendencia corresponden cada una de las actividades del programa y a mencionar también las herramientas que se manejaron durante la sesión.</p> <p>5. Se cierra la actividad con una retroalimentación y contando los puntos</p>		
<b>UNIDAD II</b>				
<b>6</b>	<b>Actividades deportivas y predeportivas</b>	<p>El profesor explica algunos tipos de actividades deportivas y predeportivas relacionadas con la naturaleza.</p> <p>El estudiante:</p> <p>1. Investiga algunas otras actividades deportivas y</p>	<p>-Rubricas de evaluación</p> <p>--El material que cada equipo necesite para implementar su segmento de programa. (a cargo de cada equipo)</p>	2 horas

		<p>predeportivas. que se desarrollan en el medio natural.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Se reúnen en equipos de 5.</li> <li>3. Los equipos planifican para su implementación, una actividad deportiva y una predeportiva de las que investigaron. Las planeaciones deben incluir: objetivo de la actividad, el material, la duración de cada actividad y referencias.</li> <li>4. Implementan las actividades que planearon el resto de sus compañeros como participantes.</li> </ol>		
<b>7</b>	<b>Observación del ecosistema</b>	<p>El profesor explica los diferentes ecosistemas que existen en la región aptos para realizar la actividad física.</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifica los diferentes ecosistemas que existen en su región.</li> <li>2. Se reúnen en equipos de 5.</li> <li>3. Los equipos planifican para su implementación, dos actividades recreativas diseñadas para llevarse a cabo en un tipo de medio físico natural previamente asignado. Las planeaciones deben incluir: objetivo de la actividad, el material, la duración de cada actividad y referencias.</li> </ol>	<p>-Rubricas de evaluación --El material que cada equipo necesite para implementar su segmento de programa. (a cargo de cada equipo)</p>	2 horas

		4. Implementan las actividades que planearon el resto de sus compañeros como participantes.		
<b>8</b>	<b>Juegos dirigidos</b>	<p>El profesor explica qué son los juegos dirigidos.</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Investiga los diferentes tipos de juegos dirigidos: en solitario, cooperativos, uno contra todos, duelos individuales, duelos por equipos, todos contra todos, uno contra todos-todos contra uno, todos contra todos por equipos y juegos ambivalentes.</li> <li>2. Se reúnen en equipos de 5.</li> <li>3. Eligen y planean un juego de cada tipo previamente asignado.</li> <li>4. Implementan las actividades que planearon el resto de sus compañeros como participantes.</li> </ol>	<p>-Rubricas de evaluación</p> <p>--El material que cada equipo necesite para implementar su segmento de programa. (a cargo de cada equipo)</p>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
<b>9</b>	<b>Técnicas y herramientas para manejo de grupos</b>	<p>El profesor explica las técnicas y dinámicas grupales</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las técnicas rompe hielo, de integración y socialización entre grupos.</li> <li>2. Se reúnen en equipos de 5.</li> <li>3. Eligen y planean una técnica de manejo de grupos.</li> </ol>	<p>-Rubricas de evaluación</p> <p>--El material que cada equipo necesite para implementar su segmento de programa. (a cargo de cada equipo)</p>	2 horas



		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Aplican dos juegos a un grupo ajeno a los compañeros de su salón de clase.</li> <li>5. El profesor elige al azar la planeación que el grupo deberá aplicar</li> <li>6. El grupo entrega la planeación y la rúbrica de evaluación para la actividad entregada por el profesor</li> </ol>		
10	<b>Plaza acuática de desafíos: Estrategias en el medio acuático</b>	<p>El docente planifica e implementa un programa de actividades en el medio acuático para ejemplificar uno de los formatos recreativos para desempeño profesional “la alberca”:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bienvenida, Introducción general, toma de lista</li> <li>2. Organización de equipos y normas de seguridad</li> <li>3. Calentamiento</li> <li>4. Ejercicios de Buceo: hiperventilación y buzos</li> <li>5. Juego1: Cosechando perlas</li> <li>6. Juego2: La gruta subacuática</li> <li>7. Juego3: Acrosport acuático</li> <li>8. El naufrago</li> <li>9. Waterpolo</li> <li>10. Cierre y retroalimentación.</li> </ol>	<p>1 silbato  1 Programa de actividades  1 lista de asistencia  30 Pelotas de golf  4 baldes  4 pañuelos  2 pelotas medianas de hule  4 Conos  1 pelota de volleyball  4 cámaras de llanta infladas  4 remos</p>	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
11	<b>Elaboración y uso de materiales en actividades recreativas</b>	<p>El profesor explica la elaboración y aplicación de materiales recreativos</p> <p>El estudiante:</p>	<p>-Rubricas de evaluación  --El material que cada equipo necesite para implementar su</p>	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se reúnen en equipos de 5.</li> <li>2. Crea materiales sus materiales recreativos.</li> <li>3. Planea y aplica 5 actividades recreativas con cada material.</li> <li>4. Entrega la planeación y rúbrica de evaluación de las actividades.</li> </ol>	segmento de programa. (a cargo de cada equipo)	
12	<b>Diseño y comercialización de proyecto de Actividades recreativas</b>	<p>PRIMERO: Siguiendo los siguientes pasos vistos en clase, cada equipo deberá hacer el proyecto de un curso de verano con duración de 4 días basado en actividades en el recreativas de las diferentes ramas (Motriz, cultural y social):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planteamiento</li> <li>2. Justificación</li> <li>3. Características, necesidades y preferencias del participante, estrategias de mercadotecnia</li> <li>4. Objetivo general y particulares del proyecto</li> <li>5. Metas Cuantitativa: porcentajes, cantidades, límites.</li> <li>6. Lugar y fecha: Estudio integral del medio físico y la zona, como tipo de terreno, clima, Instalaciones flora y fauna</li> <li>7. Recursos Humanos: Organigrama y funciones</li> <li>8. Recursos Materiales</li> </ol>	<p>-Archivo PPTX del tema,          -Proyector,          -Computadora,          -Rubricas de evaluación          -El material que cada equipo necesite para implementar su segmento de programa. (a cargo de cada equipo)</p>	10 horas

		<p>9. Planimetría (Logística): Definición y ventajas</p> <p>10. Presupuesto</p> <p>11. Metodología y desarrollo: Programación de actividades del evento/ cronograma de actividades, estrategias organizativas y de animación.</p> <p>12. Evaluaciones</p> <p>SEGUNDO: IMPLEMENTACIÓN DE LA PRÁCTICA:</p> <p>Parte A</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con base en esta propuesta por turnos de 1:30 horas, cada equipo implementará un segmento que consideren de los más relevantes de su propuesta de programa, organizando y animando al resto del grupo de compañeros a participar de él, utilizando técnicas y herramientas de conducción de sesiones.</li> <li>2. Se conduce al grupo en la participación de evaluación de pares y autoevaluación.</li> </ol> <p>Parte B</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. El equipo expondrá su proyecto ante dos invitados que se desenvuelven en el ramo "clientes potenciales", con la finalidad de convencerlos de que es un proyecto productivo en el que conviene invertir y totalmente</li> </ol>		
--	--	---	--	--

		factible en su desarrollo, apoyados con presentaciones multimedia, y diseño de mercadotecnia.		
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

- Exposición teórico- práctica con apoyos multimedia
- Manejo de Equipos de trabajo.
- Prácticas
- Por modelaje:
- Panel de expertos
- Seguimiento

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Análisis de casos
- Investigación
- Mapas mentales y conceptuales
- Elaboración de videos
- Diseño e Implementación de programas recreativos
- Diseño y exposición de proyecto final.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

Examen parcial - .....	10%
Prácticas - .....	35%
Exposiciones y Tareas- .....	25%
Proyecto final - .....	30%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Camerino, O., &amp; Catañer, M. (2015). 1001 Ejercicios y juegos de recreación. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.</p> <p>González, F. &amp; Temprano, R. (2018). Actividades de ocio y tiempo libre. Madrid, España: Editorial Paraninfo.</p> <p>González-Vera, M. A. (2019). Planificación, sustentabilidad e impacto de las actividades turísticas recreativas del pasajero de cruceros: estudio de caso Mahahual (Quintana Roo, México) (Tesis Doctoral) Universitat Rovira i Virgili, Barcelona. Recuperado de file:///Users/robertoespinoza/Downloads/TESt.pdf</p> <p>Humberstone, B., &amp; Konstantaki, M. (2016). Ageing, Physical Activity, Recreation and Wellbeing. Cambridge, UK: Scholars Publishing.</p> <p>Martínez, J.J. (2011). Animación y recreación: Turística, escolar y extraescolar. Animatea. Madrid, España: Editorial Inde. [clásica].</p> <p>AÑO SANZ, V. Organización de eventos y competiciones deportivas. 2011 Valencia: Universitat de Valencia. Servei de publicacions.</p> <p>MIRANDA VIÑUELAS, J. y CAMERINO FOGUET, O. (1996). La recreación y la animación deportiva: sonrisa y esencia de nuestro tiempo. Salamanca: Amarú. (B. III)</p>	<p>Aguiar, M. &amp; Hurst, E. (2007). Measuring trends in leisure: the allocation of time over five decades. The Quarterly Journal of Economics, 122(3), 969–1006. [clásica]. Recuperado de <a href="https://www.nber.org/papers/w12082.pdf">https://www.nber.org/papers/w12082.pdf</a></p> <p>Baena-Extremera, A., Pérez, J. M. S., Baños, R. F., &amp; García, J. F. (2013). Adaptación de nuevos deportes de aventura a la educación física escolar: las vías ferratas. Apunts. Educación física y deportes, 4(114), 36-44. [clásica]. Recuperado de <a href="https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/274080/362174">https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/274080/362174</a></p> <p>Baena-Extremera, A., Baños, R. F., &amp; Serrano, J. M. (2014). Elaboración de una carrera de orientación para Educación Física en Sierra Nevada. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (25), 136-139. [clásica]. Recuperado de file:///Users/robertoespinoza/Downloads/Dialnet-ElaboracionDeUnaCarreraDeOrientacionParaEducacionF-4555152%20(1).pdf</p> <p>Carmen Grace Salazar Salas (2007) Recreación (100) 50-150 Edit. UCR,</p> <p>Escaravajal-Rodríguez, J. C., Baena-Extremera, A., Ayala-Jiménez, J. D., &amp; Ruiz-Fernández, Z. M. (2017). Propuesta de raid de aventura escolar en Educación Física. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 5(1).</p> <p>Escaravajal- Rodríguez, J. C., &amp; García-Montes, M. E. (2018). "Openorienting Mapper: elaboración de mapas de orientación de centro escolares. EmásF: revista digital de educación física, (51), 79-88.</p> <p>García-Montes, M. E. (2009). Los espacios convencionales y no convencionales para la práctica físico-deportivo-recreativas. Tándem, 30, 9-21. [clásica].</p> <p>García-Montes, M. E. y Girela-Rejón, M. J. (2002). Tiempos recreativos. Tándem, 6, 7-17. [clásica].</p>

- González-Millán, I. (2000). Variables que intervienen en el grado de recreación físico-deportiva. *Tándem*, 6, 65-77. [clásica].
- Lema, R., & Monteagudo, M. J. (2016). Espacios de ocio y recreación para la construcción de ciudadanía. recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com>
- Montero, P. J. R., Rodríguez, J. C. E., Baena, A., Fernández-Atienzar, D., González-Lázaro, J., Francisco, H., ... & Martín, J. M. (2018). Pablo Caballero Blanco. "La naturaleza como contexto privilegiado de aprendizaje" (Pp 5 a 7). *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 9(54).
- Peralta, R., Medina, R., Osorio, E., & Salazar, C. (2015). Aproximaciones para la construcción del campo de la recreación en latinoamérica. México: Puerta Abierta. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/281240878\\_Aproximaciones\\_para\\_la\\_construccion\\_del\\_campo\\_de\\_la\\_recreacion\\_en\\_Latinoamerica](https://www.researchgate.net/publication/281240878_Aproximaciones_para_la_construccion_del_campo_de_la_recreacion_en_Latinoamerica)
- Piercy, K.L., Troiano, R.P., Ballard, R.M., Carlson, S.A., Fulton, J.E., Galuska, D.A., et al. (2018). The physical activity guidelines for Americans. *JAMA*, 320(19), 2020–2028. Recuperado de <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/2712935>
- Sturm, R. & Cohen, D. (2019). Free Time and Physical Activity Among Americans 15 Years or Older: Cross-Sectional Analysis of the American Time Use Survey. *Preventing Chronic Disease*, 16:E133. doi: 10.5888/pcd16.190017. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6795070/pdf/PCD-16-E133.pdf>
- Waichman, P. (1974). *Tiempo Libre y Recreación. Un desafío pedagógico*. Armenia. Kinesis. 2000. [clásica].
- Waichman, P. (2009) ¿Cuál recreación para América Latina? *Espacio Abierto*, 18, (1), 101-108. [clásica].
- Zea-Montero, M. J. (2000). La recreación en busca del hilo conductor: "diseñando un traje a medida". *Tándem*, 6, 40-50. [clásica].

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente de esta asignatura debe contar con título profesional relacionada con la cultura física, recreación o área afín, así como contar con cursos o certificaciones en temáticas relativas a la unidad de aprendizaje con un máximo de 2 años de haber sido emitidas. Preferentemente, deberá contar con posgrado, así como contar con al menos un año de experiencia acreditable en el desempeño de las actividades antes mencionadas. Asimismo, el docente deberá cumplimentar con al menos un curso de pedagogía y didáctica



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Morfo-fisiología
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Luis Mario Gómez Miranda  
Alberto Jiménez Maldonado  
Mario Israel Oregel Cortéz

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 11 de noviembre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa básica, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Biomédica. El propósito de esta unidad de aprendizaje es que el alumno comprenda el funcionamiento de órganos y sistemas del cuerpo humano en su estado basal, para conocer su función integrativa como generador de homeostasis corporal.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Examinar la conformación del cuerpo humano, mediante el análisis de su organización y funcionamiento, para la comprensión de los procesos motrices y energéticos relacionados con la actividad física y el deporte, con responsabilidad, respeto y orden.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elaboración de un modelo a escala de un sistema del cuerpo humano, que permita la explicación de los diferentes tipos de comunicación celular, su integración como sistema y sus funciones principales en estado basal, durante la práctica de actividades físicas y/o deportivas, así como sus adaptaciones crónicas. A cada estudiante se le asignará un sistema del cuerpo humano entre: sistema nervioso, sistema óseo, sistema muscular, sistema cardiovascular, sistema respiratorio y sistema endocrino; y de acuerdo al sistema correspondiente deberá elaborar una maqueta o modelo a escala que contenga todos los órganos que componen el sistema respetando los fundamentos anatómicos y fisiológicos del mismo.

A partir de este modelo el estudiante debe ser capaz de explicar el funcionamiento de dicho sistema y su interrelación con otros sistemas del cuerpo humano. Para la evaluación se tendrán en cuenta la calidad visual del modelo, el conocimiento de la función de cada órgano y de la integración de estos como sistema, la fluidez y el lenguaje utilizados para explicar el funcionamiento del sistema, así como la capacidad de relacionar las funciones de este sistema con otros del cuerpo humano.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Introducción a la Morfo-fisiología**

**Competencia:**

Identificar terminología biomédica básica relacionada con la anatomía, morfología y fisiología humana, mediante una revisión teórica, para comprender el lenguaje de la Morfo-fisiología, con una actitud crítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 2 horas

- 1.1. Prefijos y sufijos médicos.
- 1.2. Anatomo-fisiología y terminología médica.
- 1.3. Estrategias celulares comunes para adaptaciones a nuevas demandas (Síndrome de Adaptación General).

## UNIDAD II. Fisiología del Sistema Nervioso

### Competencia:

Identificar los componentes del sistema nervioso, mediante el análisis de la literatura bibliográfica y científica, para comprender el funcionamiento integrativo del sistema nervioso y su papel en la generación y/o regulación del movimiento humano con actitud proactiva y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 2.1. Estructura y función del sistema nervioso.
- 2.2. Sistema nervioso central (SNC).
- 2.3. Sistema nervioso autónomo (SNA).
  - 2.3.1. Sistema nervioso simpático (SNS).
  - 2.3.2. Sistema nervioso parasimpático (SNP).
  - 2.3.4. Sistema nervioso entérico.
- 2.4. Patologías asociadas al sistema nervioso.
- 2.5. Función motora.

### UNIDAD III. Fisiología del Sistema Óseo

**Competencia:**

Identificar los componentes del sistema óseo y articular, mediante la investigación literaria correcta, para comprender el funcionamiento integrativo del sistema esquelético y su papel en la generación y/o regulación del movimiento humano con actitud ética y analítica.

**Contenido:****Duración:** 5 horas

- 3.1. Estructura y función del sistema óseo.
  - 3.1.2. Anatomía del esqueleto.
  - 3.1.3. Tipos de hueso.
- 3.2. Células del sistema óseo.
  - 3.2.1. Osteoblastos, osteocitos y osteoclastos.

## UNIDAD IV. Fisiología del Sistema Muscular

### Competencia:

Identificar los componentes del sistema muscular, mediante el análisis de la literatura y de videos explicativos, para comprender el funcionamiento integrativo del sistema muscular y su papel en la generación y/o regulación del movimiento humano con actitud crítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 4.1. Sistema muscular.
  - 4.1.1. Estructuras del sistema muscular.
  - 4.1.2. Tipos de fibras musculares.
- 4.2. Función del sistema muscular.
- 4.3. Tipos de contracción muscular.
  - 4.3.1. Contracción isotónica concéntrica.
  - 4.3.2. Contracción isotónica excéntrica.
  - 4.3.3. Contracción isométrica.

## UNIDAD V. Fisiología del Sistema Cardiovascular

### **Competencia:**

Identificar los componentes del sistema cardiovascular, mediante el análisis teórico de la literatura y con apoyo de medios audiovisuales, para comprender el funcionamiento aislado de los órganos, la conexión entre los mismos y su relevancia en la homeostasis del ser humano con actitud honesta y analítica.

### **Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 5.1. Estructura del corazón.
- 5.2. Características principales de los vasos sanguíneos
- 5.3. Sistema sanguíneo y linfático.
- 5.4. Sistema cardiovascular.
- 5.5 Circulación mayor (sistémica) y menor (pulmonar).

## UNIDAD VI. Fisiología del Sistema Respiratorio

### Competencia:

Distinguir los componentes del sistema respiratorio, mediante el análisis teórico y audiovisual del mecanismo de la respiración, para identificar la conexión entre los mismos y su relevancia en la homeostasis del ser humano con actitud proactiva y responsable.

### Contenido:

- 6.1. Estructura y función del sistema respiratorio.
- 6.2. Intercambio gaseoso.
- 6.3. Volúmenes y capacidades pulmonares.
- 6.4. Consumo de oxígeno ( $VO_2$ )

**Duración:** 5 horas



## UNIDAD VII. Fisiología del Sistema Endocrino

### **Competencia:**

Distinguir los componentes del sistema endocrino mediante la investigación de la literatura y el análisis de videos explicativos, para comprender su funcionamiento en la comunicación intracelular e intercelular e identificar la relevancia de la participación hormonal en la homeostasis del ser humano con actitud ética y analítica.

### **Contenido:**

- 7.1. Glándulas endocrinas.
- 7.2. Hormonas del sistema endocrino.
- 7.3. Mecanismos de acción hormonal.

**Duración:** 5 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Mapa mental de terminología médica.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar equipos de al menos 3 alumnos.</li> <li>2. Los alumnos deberán desarrollar de manera breve y concisa cada uno de los conceptos seleccionados aleatoriamente por el docente.</li> <li>3. Con el material de apoyo deberán construir un mapa mental didáctico.</li> <li>4. El equipo explicará en forma alternada el desarrollo del mapa fundamentando su trabajo.</li> <li>5. Entregar el trabajo en tiempo y forma.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Papel periódico.</li> <li>● Pegamento.</li> <li>● Tijeras.</li> <li>● Taparroschas.</li> <li>● Conos delimitantes.</li> <li>● Material reciclado.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Interacción nerviosa.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se realizarán equipos aleatorios de 4 alumnos.</li> <li>2. El docente asignará los temas a cada uno de los equipos.</li> <li>3. Los alumnos desarrollarán una presentación interactiva en la que describan el SNC y SNA en conjunto de las diferencias entre el SNS y SNP.</li> <li>4. Por equipos, retroalimentarán en clase el contenido teórico de cada una de las presentaciones.</li> <li>5. Entregar el trabajo en tiempo y forma.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora o laptop.</li> <li>● Power point.</li> <li>● Keynote.</li> <li>● Proyector.</li> </ul>	4 horas

<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Estructuración ósea.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Los alumnos formarán equipos aleatoriamente de al menos 3 compañeros.</li> <li>2. El docente deberá asignar de manera aleatoria la estructura ósea a cada grupo para su elaboración.</li> <li>3. Cada equipo deberá hacer uso de material didáctico para la elaboración de la estructura ósea asignada de manera creativa.</li> <li>4. Una vez culminado el prototipo óseo, explicarán su función específica, articulaciones interconectadas.</li> <li>5. Entregar el trabajo en tiempo y forma.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Papel.</li> <li>● Algodón.</li> <li>● Pegamento.</li> <li>● Engrudo.</li> <li>● Material reciclado.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>Tipos de músculos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se realizarán equipos de 3-5 estudiantes.</li> <li>2. Cada equipo deberá realizar un esquema virtual acorde al tema aleatorio entregado por el docente.</li> <li>3. Los temas serán tipos de músculo según su tejido, tipos de músculo según su función, sarcómero.</li> <li>4. El docente elegirá aleatoriamente a un integrante de cada equipo para que proceda a la retroalimentación del esquema.</li> <li>5. Entregar el trabajo en tiempo y</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Celular.</li> <li>● Tabletas electrónicas.</li> </ul>	4 horas

		forma.		
5	<b>Contracción muscular.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente formará equipos aleatoriamente.</li> <li>2. Se entregarán de manera aleatoria contenido temático acorde a la unidad teórica.</li> <li>3. Cada equipo tendrá 45 minutos para realizar investigación acorde al tema entregado por el docente.</li> <li>4. La información deberá corresponder al análisis de movimientos realizados en deportes donde se desarrollen los diferentes tipos de contracción y las lesiones involucradas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Celular.</li> <li>● Tabletas electrónicas.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD V</b>				
6	<b>Esquema de la estructura de corazón</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del profesor.</li> <li>2. Realizar un esquema que identifique las estructuras del corazón y los vasos sanguíneos que lo integran.</li> <li>3. Entregar el trabajo solicitado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hojas de rotafolio</li> <li>● Plumones</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD VI</b>				
7	<b>Esquema del intercambio gaseoso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del profesor.</li> <li>2. Realizar un esquema que identifique las estructuras que intervienen en el intercambio gaseoso.</li> <li>3. Entregar el trabajo solicitado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hojas blancas</li> <li>● Lápiz</li> <li>● Colores</li> <li>● Pluma</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD VII</b>				

8	Tabla con glándula, Hormona y función	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del profesor.</li> <li>2. Realizar una tabla que organice las glándulas con las hormonas que segrega y la función de cada una de ellas.</li> <li>3. Entregar el trabajo solicitado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hojas blancas</li> <li>● Plumas de diferentes colores</li> </ul>	4 horas
---	---------------------------------------	---	---	---------

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente, lo cual dará paso a trabajar con diferentes estrategias los talleres programados, asimismo, proporcionará la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y los exhorta a participar en la clase.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en los talleres programados.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Tareas .....	20%
- Talleres .....	20%
- Exámenes .....	30%
- Modelo a escala de un sistema del cuerpo humano.....	30%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Boron, W. F., y Boulpaep, E. L. (2016). <i>Medical physiology E-book</i> (3a ed.). Philadelphia, Estados Unidos. Elsevier Health Sciences.</p> <p>Guyton, A.C.y Hall, J.E. (1996). <i>Tratado de Fisiología médica</i> (9a ed.). Madrid, España. Interamericana-McGraw-Hill. [clásica]</p> <p>Shier, D., Butler, J., y Lewis, R. (2019). <i>Hole's essentials of human anatomy &amp; physiology</i> (15a ed.). Nueva York, Estados Unidos. McGraw-Hill Education.</p> <p>Tortora, G. J., y Derrickson, B. (2018). <i>Principios de anatomía y fisiología</i> (15a ed.). Buenos Aires, Argentina. Médica Panamericana.</p>	<p>Le Vay, D. (2008). <i>Anatomía y fisiología humana</i> (2a ed.). Barcelona, España. Editorial Paidotribo. [clásica]</p> <p>Pró, E. A. (2014). <i>Anatomía clínica</i> (2a ed.). Buenos Aires: Médica Panamericana. [clásica]</p> <p>Riera, M. L. (2008). <i>Anatomía aplicada a la actividad física y deportiva</i> (3a ed.). Badalona, España. Editorial Paidotribo. [clásica]</p>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Morfo-fisiología debe contar con título de Licenciado en actividad física y deporte o área afín, de preferencia con posgrado en el área Biológica, con experiencia laboral de al menos 2 años en temas fisiológicos. Contar con capacidad investigativa, ser proactivo y analítico.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Desarrollo de Habilidades del Pensamiento.
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02HT: 02HL: 00HPC: 00HCL: 00HE: 02CR: 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Isis Jael Oviedo Rodríguez.  
Verónica Rivera Torres.  
Yolián Elizabeth Hernández Mejía  
Isidro González Ballesteros

#### Firma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolás Rodríguez Lucas.  
Juan José Calleja Núñez.  
Esteban Hernández Armas.

#### Firma

**Fecha:** 26 de octubre de 2020



## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La asignatura Desarrollo de Habilidades del Pensamiento se contempla en la Etapa Básica, es de carácter obligatoria y pertenece al área Social-Humanista.

Su importancia radica en la comprensión de los procesos neurofisiológicos del ser humano como son la inteligencia, la metacognición, los procesos cognitivos básicos y superiores, mediante el desarrollo de competencias teórico prácticas asociadas al diseño de un programa de actividad física enfocado a potenciar el desarrollo de las habilidades del pensamiento y los procesos de aprendizaje, con actitud crítica, reflexiva y creativa.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar los procesos cognitivos en el desarrollo del ser humano, a través de la identificación de los procesos neurofisiológicos, la metacognición, y la inteligencia humana, para propiciar la adquisición eficiente del aprendizaje con responsabilidad, empatía, actitud reflexiva y creativa.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elaborar un programa de actividades donde se reflejen los beneficios de la aplicación de los procesos cognitivos básicos y superiores, para potenciar el desarrollo de las habilidades del pensamiento y los procesos de aprendizaje, a través de la actividad física.

El diseño del programa deberá contener:

- Objetivo
- Sustento teórico (al menos cinco autores)
- Desarrollo de las actividades
- Conclusiones
- Bibliografía. (Formato APA 7a. Edición).

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Procesos Neurofisiológicos**

**Competencia:**

Comprender las funciones del cerebro humano mediante el análisis de los procesos cognitivos básicos, la solución de ejercicios de los procesos cognitivos superiores, así como la práctica de actividades que favorezcan las funciones ejecutivas, para el desarrollo efectivo de habilidades del pensamiento, con actitud creativa, colaborativa y respetuosa.

**Contenido:**

**Duración:** 16 horas

- 1.1. Cerebro humano.
  - 1.1.1. Cerebro reptiliano.
  - 1.1.2. Sistema límbico.
  - 1.1.3. Neocórtex.
  - 1.1.4. Hemisferios cerebrales
  - 1.1.5. Beneficios de la actividad física en el cerebro.
- 1.2. Procesos cognitivos Básicos.
  - 1.2.1. Memoria: Tipos de memoria: Memoria a Corto plazo, Memoria a Largo Plazo y Memoria de Trabajo.
  - 1.2.2. Atención y concentración.
  - 1.2.3. Percepción.
  - 1.2.4. Sensación.
- 1.3. Procesos cognitivos superiores.
  - 1.3.1. Lenguaje.
  - 1.3.2. Pensamiento.
    - 1.3.1.1 Definición de pensamiento
    - 1.3.2.2 Tipos y desarrollo del pensamiento:
      - 1.3.2.2.1. Pensamiento crítico y científico.
      - 1.3.2.2.2. Pensamiento lógico-matemático.
      - 1.3.2.2.3. Pensamiento convergente y divergente.
- 1.4. Funciones ejecutivas
  - 1.4.2. Planificación.
  - 1.4.3. Razonamiento.
  - 1.4.4. Flexibilidad.
  - 1.4.5. Inhibición
  - 1.4.6. Toma de decisiones.
  - 1.4.7. Ejecución dual.

- 1.4.8. Branching (multitarea).
- 1.4.9. Trastornos de las funciones ejecutivas.

## UNIDAD II. Inteligencia humana

### Competencia:

Comparar las teorías de inteligencia tradicional, inteligencias múltiples, teoría triárquica e inteligencia emocional, así como sus orígenes, para determinar estrategias que favorezcan los procesos de enseñanza aprendizaje en el ámbito educativo, mediante la investigación de fuentes informativas confiables y el desarrollo de prácticas de neuroeducación física, con actitud analítica, creativa y colaborativa.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 2.1. Precusores de estudios de la Inteligencia:
  - 2.1.1. Spearman, A.Binet, y L.L.Thurstone. Lewis Terman.
- 2. 2. Inteligencias Múltiples
  - 2.2.1. Austin, Howard Gardner.
- 2.3. Teoría triárquica de la Inteligencia
  - 2.3.1.R.J.Sternberg
- 2.4. Inteligencia Emocional
  - 2.4.1. P. Salovey,
  - 2.4.2. J.D. Mayer, Goleman
  - 2.4.3. Dilemas de la inteligencia
- 2.5. NeuroEF (Neuro Educación Física)
  - 2.5.1. Neurogénesis a través del ejercicio aeróbico.
  - 2.5.2. El ejercicio, la meditación, el yoga y el mindfulness.
  - 2.5.3. El cerebro y el deporte.

## UNIDAD III. Metacognición

### Competencia:

Demostrar la importancia de la metacognición como herramienta en el desarrollo de las habilidades del pensamiento, para lograr procesos de aprendizaje efectivos y conscientes, a lo largo de toda la vida, por medio del análisis de fuentes informativas, análisis de casos y resolución de ejercicios, con actitud autocrítica, analítica y resolutiva.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

#### 3.1. Definición de metacognición.

##### 3.1.1. Componentes de la metacognición.

3.1.1.1. Conocimiento del propio conocimiento.

3.1.1.2. Regulación, control y organización.

##### 3.1.2. Estrategias de metacognición.

3.1.2.1. Uso.

3.1.2.2. Aprendizaje, estilos de aprendizaje, dificultades y altas capacidades intelectuales.

3.1.2.3. Consolidación.

3.1.2.4. Control.

3.1.2.5. Transferencia.

#### 3.2. Aplicación de habilidades metacognitivas en el aprendizaje.

3.2.1. Metamemoria.

3.2.3. Meta-atención.

3.2.4. Metacompreensión.

3.2.5. Metapensamiento.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>	<b>Procesos Neurofisiológicos</b>			
1	Análisis de la estructura cerebral y sus funciones.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos, exponer las funciones cerebrales y los procesos cognitivos básicos y superiores.</li> <li>2. Relacionar la función cerebral con ejercicios de actividad física, gimnasia cerebral, mnemotécnicas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Artículos científicos.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Plumones.</li> </ul>	4 horas.
2	Juegos de memoria.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actividad que se realiza entre pares.</li> <li>2. Desarrollar material didáctico (memorama, rompecabezas, scrabble), para potencializar los procesos de memoria.</li> <li>3. Se presenta en clase ante grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cartón</li> <li>● Plumones</li> <li>● Material de reciclaje.</li> </ul>	4 horas.
3	Ejemplo de actividad física que beneficia el desarrollo de las funciones cerebrales.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buscar en fuentes confiables, journals en internet o libros, actividades físicas donde se involucren las funciones ejecutivas, explicando: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Funciones ejecutivas involucradas.</li> <li>● Recomendaciones para lograr resultados perdurables: edades, condiciones físicas, cantidad de días de práctica, etc.</li> </ul> </li> <li>2. Citar la fuente informativa.</li> <li>3. Se evalúa la actividad con</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Artículos científicos físicos o en internet.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Sonido.</li> <li>● Lo que determine el equipo para el desarrollo de su actividad.</li> <li>● Rúbrica</li> </ul>	3 horas

		base en rúbrica.		
4	Artículo científico (pensamiento científico)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos, elaborar un artículo científico con temas relacionados con el desarrollo del pensamiento.</li> <li>2. Buscar información bibliográfica de al menos 5 autores.</li> <li>3. Elaborar de acuerdo con el formato de redacción sugerido.</li> <li>4. Apegarse a la rúbrica de evaluación.</li> <li>5. Entregarlo de manera electrónica, en el espacio que se designe para ello.</li> <li>6. Citar fuentes informativas en formato APA 7ma. edición.</li> <li>7. Presentar el artículo ante el grupo y ante académicos investigadores que emitan recomendaciones.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Formato de redacción del artículo.</li> <li>● Rúbrica de evaluación.</li> <li>● Fuentes informativas.</li> <li>● Acceso a internet.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Gestor de bibliografías (Endnote, Zotero, Mendeley, Citethisforme).</li> </ul>	3 horas
5	6 sombreros para pensar. (pensamiento crítico y divergente)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Por equipos, elaborar un sombrero con base a la lectura de 6 sombreros para pensar de E. de Bono.</li> <li>2. Representar las características del mismo.</li> <li>3. Ejemplificarlas con situaciones relacionadas con la actividad física y deporte.</li> <li>4. Apegarse a la rúbrica de evaluación.</li> <li>5. Presentar ante el grupo realizando una actividad lúdica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Lectura de E. de Bono: Seis Sombreros para Pensar.</li> <li>● Rúbrica de evaluación.</li> <li>● Material de libre elección que requiera el equipo para elaborar el sombrero.</li> <li>● Área abierta para la presentación y actividad.</li> </ul>	6 horas

UNIDAD II	Inteligencia humana			
6	Conociendo la inteligencia humana.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo colaborativo.</li> <li>2. Investigación científica de</li> <li>3. los diferentes autores que aportaron al concepto de Inteligencia.</li> <li>4. Analizar las diferentes posturas y aportaciones a la Inteligencia Humana.</li> <li>5. Realizar un cuadro comparativo donde se especifique la aportación de cada autor.</li> <li>6. Identificar las diferencias o similitudes de conceptos.</li> <li>7. Identificar la utilidad de la información.</li> <li>8. Beneficios de la actividad física en el desarrollo de habilidades cognitivas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tabla comparativa.</li> <li>● Artículos científicos.</li> <li>● Laptop.</li> <li>● Cuaderno.</li> <li>● Lo que especifique el equipo para el logro de la actividad.</li> <li>● Acceso a google drive.</li> </ul>	4 horas
7	Conozco mi tipo de inteligencia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar los tests de inteligencia y elaborar una tabla comparativa en google drive, compartida con el docente, donde agregue los resultados e información que permita:</li> <li>2. Reconocer los tipos de inteligencias predominantes.</li> <li>3. Identificar las características de mis estilos de inteligencia.</li> <li>4. Proponer, con base en la literatura consultada, estrategias didácticas para facilitar los aprendizajes según las inteligencias</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Acceso a internet.</li> <li>● Acceso a google drive.</li> <li>● Materiales de consulta recomendados.</li> <li>● Computadora.</li> </ul>	2 horas



		<p>predominantes.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Proponer, con base en la literatura recomendada, estrategias didácticas para fortalecer las inteligencias no predominantes.</li> <li>En la última columna, agregar dos ejemplos de las estrategias didácticas recomendadas (el enlace a otra página de internet o hacia el archivo en línea correspondiente).</li> </ol>		
8	Activando mi cerebro.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes deberán investigar ejercicios físicos que estimulen los procesos cognitivos.</li> <li>En equipos deberán diseñar una actividad física que dure aproximadamente 15 minutos su realización.</li> <li>Plasmar la actividad en formato de plan de sesión donde indiquen: objetivo, tipo de estimulación, actividad física, material y bibliografía.</li> <li>Desarrollar la actividad frente a grupo.</li> <li>Se evalúa la actividad con rúbrica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Artículos científicos.</li> <li>Formato de planeación de clase.</li> <li>Los materiales que requiera el equipo.</li> <li>Rúbrica de evaluación.</li> </ul>	6 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente)**

- El docente proporciona material de consulta e implementación de práctica, mediante herramientas tecnológicas como Classroom, google docs, entre otras.
- Guía y retroalimenta los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes.
- Utiliza estrategias de aprendizaje significativo enfocadas a la solución de problemas mediante la implementación de estudios de caso reales.
- Aprendizaje basado en problemas
- Técnica expositiva
- Debates
- Ejercicios prácticos
- Proyección de material audiovisual.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno)**

- Investigación
- Análisis de casos
- Trabajo en equipo
- Exposiciones
- Organizadores gráficos
- Ensayos
- Resúmenes
- Cuadros comparativos
- Elaboración de material audiovisual y didáctico
- Implementación de actividades lúdicas.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- 2 evaluaciones parciales.....	20%
- Tareas.....	15%
- Participación en clase.....	15%
- Prácticas de taller.....	30%
- Exposiciones.....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Arden, J.B. (2019). <i>Brain2Brain: Implementa el cambio del cliente a través del poder persuasivo de la neurociencia</i>. México:Manual Moderno.</p> <p>Cymes, M. (2018). <i>Mima tu cerebro: Cómo cuidarlo para vivir mejor</i>. México:Diana.</p> <p>Cerchiaro Ceballos, E., Sánchez Castellón, L., Herrera Vázquez, J., Arbeláez Gómez, M., y Gil Ramírez, H. (2011). <i>Un acercamiento a la metacognición y la comprensión lectora en estudiantes universitarios de México y Colombia</i>. Unimagdalena. [Clásica].</p> <p>De Bono, E. (2016). <i>El pensamiento creativo</i>. Barcelona: Paidós.</p> <p>De Bono, E. (2014). <i>Seis Sombreros para Pensar</i>. España: Booket Paidós. [Clásica].</p> <p>Dehaene, S. (2019). <i>¿Cómo aprendemos? Los cuatro pilares con los que la educación puede potenciar los talentos de nuestro cerebro</i>. México:Siglo XXI Editores.</p> <p>Escallón Largacha, E., y Forero Gómez, A. (2015). <i>Aprender a escribir en la universidad</i> [Ebook]. Recuperado de: <a href="http://eds.a.ebscohost.com/eds/ebookviewer/ebook/bmxLYmtfXzE2MzAzNzJfX0FO0?sid=246b431d-bba1-4c24-8b77-38f7f3531360@sessionmgr4007&amp;vid=16&amp;format=EB&amp;rid=1">http://eds.a.ebscohost.com/eds/ebookviewer/ebook/bmxLYmtfXzE2MzAzNzJfX0FO0?sid=246b431d-bba1-4c24-8b77-38f7f3531360@sessionmgr4007&amp;vid=16&amp;format=EB&amp;rid=1</a></p> <p>Gardner, H. (2019). <i>Inteligencias múltiples</i>. Barcelona: Paidós.</p>	<p>A. de Sánchez, M. (2010). <i>Desarrollo de habilidades del pensamiento, Procesos básicos del pensamiento</i>. (2nd ed.). México, D.F:Trillas. [Clásica].</p> <p>Bransford, J. D., Brown, A. L., y Cocking, R. R. (2000). <i>How people learn: Brain, mind, experience, and school</i>. Washington: National Academies Press. Recuperado de: <a href="https://www.desu.edu/sites/flagship/files/document/16/how_people_learn_book.pdf">https://www.desu.edu/sites/flagship/files/document/16/how_people_learn_book.pdf</a> [Clásica]</p> <p>Hernández de la Rosa, E., Manqueros, Juan Manuel, J. M., Macías, A., y Acosta Chávez, M. (2016). <i>Actores y Procesos Educativos. Estudios que parten del terreno formativo</i>. (1a.). ReDIE Red Durango de Investigadores Educativos A. C. <a href="http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Libro2.pdf">http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Libro2.pdf</a></p> <p>Huidobro Salas, T. (2005). <i>Una definición de la creatividad a través del estudio de 24 autores seleccionados: Memoria para optar al grado de Doctor presentada por Teresa Huidobro Salas</i>. [Universidad Complutense], Madrid:Servicio de Publicaciones. [Clásica]</p> <p>Johnson, A. (2008). <i>El desarrollo de las habilidades de pensamiento</i>. México: Ed. Pax. [Clásica]</p> <p>Martín-Martínez, I., Chiroso, L. J., Reigal, R. E., Hernández-Mendo, A., Juárez-Ruiz de Mier, R., y Guisado, R. (2015). Effects of physical activity on executive function in a sample of adolescents. <i>Anales De Psicología / Annals of Psychology</i>, 31(3), 962-971. <a href="https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.171601">https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.171601</a></p> <p>Stanford-Binet Intelligences Scales [SB5]. (2003). Riverside</p>

Garnett, S. (2020). *Cómo usar el cerebro en las aulas: Para mejorar la calidad y acelerar el aprendizaje*. España: Narcea Ediciones.

Heredia Y. y Sánchez A.L. (2013) *Teorías del aprendizaje en el contexto educativo*. Ed. Digital. ITESM, México. Recuperado de [https://books.google.com.mx/books?id=DTNoDQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=teor%C3%ADas+de+aprendizaje&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiA3v6T5\\_nAhUBIDQIHfn5ANMQ6AEILzAB#v=onepage&q=teor%C3%ADas%20de%20aprendizaje&f=false](https://books.google.com.mx/books?id=DTNoDQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=teor%C3%ADas+de+aprendizaje&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiA3v6T5_nAhUBIDQIHfn5ANMQ6AEILzAB#v=onepage&q=teor%C3%ADas%20de%20aprendizaje&f=false)

Klimova, B. (2013). Developing Thinking Skills in the Course of Academic Writing. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.09.229> [Clásica]

Lluch, L. y Nieves de la Vega, I. (2019). *El ágora de la neuroeducación: La neuroeducación explicada y aplicada*. Barcelona: Octaedro.

Malas Tolsá, O., Malas Tolsá, K., y Ribas Grebol, M. (2020). Las inteligencias múltiples en educación física: adaptación para la diversidad. *VIREF Revista De Educación Física*, 8(4), 14-26. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/337391>

Swartz, R., y Perkins, D. (2014). *El aprendizaje basado en el pensamiento*. Boadilla del Monte, Madrid: Ediciones SM.[Clásica].

Taggart, Geoff & Ridley, Kate & Rudd, Peter & Benefield, Pauline. (2005). Thinking Skills in the Early Years: A Literature Review. Set: Research Information for Teachers. 10.18296/set.0525. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/265069159\\_Thinking\\_Skills\\_in\\_the\\_Early\\_Years\\_A\\_Literature\\_Review](https://www.researchgate.net/publication/265069159_Thinking_Skills_in_the_Early_Years_A_Literature_Review)

Publishing. Recuperado de: <http://www.riverpub.com/products/sb5/scoring.html> [Clásica]

[Clásica]

Toro-Gómez, J. y Yepez-Sanz, M. (2018). *El cerebro del siglo XXI*. México:Manual Moderno.

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la asignatura Desarrollo de Habilidades del Pensamiento debe presentar título de Licenciatura en Psicología o área afín, con amplio conocimiento en el desarrollo de procesos neurofisiológicos del ser humano como la inteligencia y metacognición. Preferentemente con estudios de posgrado y dos años de experiencia en docencia. Habilidades para el trabajo en equipo, actitud crítica, ser objetivo, proactivo y con responsabilidad social.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Comunicación Oral y Escrita
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02HT: 02HL: 00HPC: 00HCL: 00HE: 02CR: 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Verónica Rivera Torres  
Irma Cruz Soto  
Rita Paulina Chávez López

#### Firma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolas Rodríguez Lucas  
Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez

#### Firma

**Fecha:** 30 de octubre de 2020



## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La unidad de aprendizaje Comunicación Oral y Escrita, tiene como propósito fortalecer en el alumno, su capacidad para redactar correctamente mediante lecturas, producción y corrección de textos, así como técnicas eficaces de exposición oral, para lograr una retroalimentación esperada en el receptor o público, con actitud analítica, responsable y tolerante. Está unidad pertenece a la etapa básica, es de carácter obligatoria y forma parte del área de conocimiento Social Humanista.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Estructurar mensajes académicos y profesionales, mediante diferentes textos formales y exposiciones orales, para comunicar efectivamente a diferentes públicos, con actitud empática, respetuosa y responsable.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Exponer un discurso oral enfocado a un tema relacionado con la actividad física y el deporte, ante un auditorio, con base en un guión escrito que incluya:

- Un lenguaje claro, preciso y directo.
- Una redacción que atienda las normas generales de escritura, ortografía y gramática.
- Una estructura adecuada: introducción o exordio, desarrollo de las ideas y conclusión o epílogo.
- Lenguaje no verbal adecuado.
- Uso de técnicas de expresión oral.
- Formato de APA 7ma edición.
- De 5 a 7 minutos de duración.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Importancia de la Comunicación en el Ámbito Profesional.**

**Competencia:**

Analizar los fundamentos de la comunicación, por medio del estudio de los conceptos, barreras, tipos de comunicación y las habilidades comunicativas, para llevar a cabo comunicaciones asertivas y eficientes, con actitud crítica, colaborativa y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 10 horas

1.1. Fundamentos de la comunicación.

- 1.1.1. Conceptos: comunicación, información, datos.
- 1.1.2. Objetivo de la comunicación.
- 1.1.3. Componentes del proceso de comunicación.
- 1.1.4. Leyes y axiomas de la comunicación.
- 1.1.5. Barreras que impiden una correcta comunicación.
  - 1.1.5.1. Psicológicas.
  - 1.1.5.2. Semánticas.
  - 1.1.5.3. Físicas.
  - 1.1.5.4. Fisiológicas.
  - 1.1.5.5. Administrativas.

1.2. Habilidades comunicativas básicas:

- 1.2.1. Hablar y escuchar.
- 1.2.2. Leer y escribir.
- 1.2.3. Comunicación asertiva y efectiva.

1.3. Tipos de comunicación:

- 1.3.1. Interpersonal.
  - 1.3.1.1. Requisitos para la comunicación interpersonal: transparencia, autenticidad, coherencia, congruencia, aceptación, consonancia, empatía.
- 1.3.2. Grupal o social.
- 1.3.3. Organizacional o institucional.
  - 1.3.3.1. Formal e informal.
  - 1.3.3.2. Interna y externa.
  - 1.3.3.3. Ascendente, descendente, horizontal y transversal.
  - 1.3.3.4. Función estratégica de la comunicación en la organización.

1.4. Comunicación en la actividad física y el deporte.

## UNIDAD II. Habilidades de Comunicación Escrita.

### Competencia:

Aplicar las reglas ortográficas y gramaticales, estrategias de lectura y citación de fuentes informativas a través del análisis de las técnicas de producción de textos, para redactar documentos de uso académico y profesional, con actitud analítica, propositiva y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 2.1. Reglas de ortografía y gramaticales.
  - 2.1.1. Acentuación.
  - 2.1.2. Puntuación.
  - 2.1.3. Uso de letras y otras normas.
- 2.2. Estrategias y técnicas para la comprensión lectora:
  - 2.2.1. Previa a la lectura.
  - 2.2.2. Durante la lectura.
  - 2.2.3. Después de la lectura.
- 2.3. Tipos de textos
  - 2.3.1. Textos técnicos y científicos
  - 2.3.2. Instruccionales, expositivos, argumentativos.
  - 2.3.3. Profesionales, informativos.
- 2.4. Producción de textos
  - 2.4.1. Técnicas de producción de textos:
    - 2.4.1.1. Planificación y organización.
    - 2.4.1.2. Redacción.
    - 2.4.1.3. Evaluación, revisión.
    - 2.4.1.4. Redacción final.
- 2.5. Referencias y citación de fuentes bibliográficas.
  - 2.5.1. Estilo de la American Psychological Association (APA).

## UNIDAD III. Habilidades de Comunicación Oral

### Competencia:

Presentar un discurso oral a una audiencia, a través del análisis de las características, formas de expresión oral, la elaboración de un guión que incluya argumentos, conectores, frases de apoyo así como técnicas de presentación, para desarrollar habilidades de comunicación efectiva en el ámbito tanto profesional como académico, con actitud empática, asertiva y respetuosa.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 3.1. Conceptos.
  - 3.1.1. Oratoria.
  - 3.1.2. Retórica.
  - 3.1.3. Expresión oral.
- 3.2. Características del buen comunicador.
- 3.3. Construcción de la imagen profesional.
- 3.4. Formas de expresión oral en el ámbito profesional.
  - 3.4.1. Individuales: charla, discurso, conferencia, disertación,
  - 3.4.2. Grupales: mesa redonda, debate, panel de expertos, foro, otros.
- 3.5. El discurso:
  - 3.5.1. Construcción del discurso:
    - 3.5.1.1. Preparación.
    - 3.5.1.2. Estructuración.
    - 3.5.1.3. Argumentación.
    - 3.5.1.4. Guión del discurso: conectores, elementos y frases de apoyo.
    - 3.5.1.5. Propósitos del discurso: referencial, fático, apelativo o expresivo, metalingüístico, poético.
  - 3.5.2. Presentación del discurso:
    - 3.5.2.1. Lenguaje no verbal: Kinésica, proxémica.
    - 3.5.2.2. Uso de la voz.
    - 3.5.2.3. Persuasión y atención.
    - 3.5.2.4. Improvisación.
    - 3.5.2.5. Técnicas para evitar bloqueos de comunicación.
    - 3.5.2.6. Materiales de apoyo: presentación audiovisual.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I	<b>Importancia de la Comunicación en el Ámbito Profesional</b>			
1	<b>Concepto, objetivo y componentes del proceso de comunicación.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo de carácter individual.</li> <li>2. Leer el <i>concepto comunicación el objetivo y los componentes del proceso de comunicación.</i></li> <li>3. Describir los puntos más relevantes para construir en un mapa semántico en línea o de forma manual.</li> <li>4. Hacer una evaluación usando un crucigrama en línea.</li> <li>5. Enviar las evidencias como el mapa semántico y crucigrama para su evaluación.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Libros, revistas académicas y otros</li> <li>● Computadora/Laptop</li> <li>● Celular</li> <li>● Cuaderno</li> <li>● Lápiz o bolígrafo</li> <li>● App para crear mapas semánticos (Coggle.it, bubbl.us, otro).</li> <li>● Apps para Actividades Educativas Gratuitas y gamificadas, (Educaplay)</li> <li>● Proyector</li> </ul>	2 horas
2	<b>Barreras que impiden una correcta comunicación.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos, investigar información sobre las barreras de comunicación (en fuentes digitales y físicas).</li> <li>2. Analizar las diferencias de las barreras de la comunicación.</li> <li>3. Realizar un organizador gráfico en una aplicación electrónica mediante el análisis previo.</li> <li>4. Presentar su trabajo al resto del grupo por medio de un proyector.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Libros, revistas académicas y otros</li> <li>● Computadora/Laptop</li> <li>● App de organizador gráfico (Wix, Coggle.it, Canva, entre otras).</li> <li>● Proyector</li> </ul>	2 horas
3	<b>Habilidades comunicativas básicas, asertivas y efectivas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo individual.</li> <li>2. Hacer un resumen-guion de los temas antes trabajados en la asignatura.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Libros, revistas académicas y otros</li> <li>● Computadora/Laptop</li> </ul>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Elaborar un video selfie donde se exprese cada tópico, empleando sus habilidades asertivas y efectivas.</li> <li>4. Presentar su enlace o video en un foro en la plataforma Blackboard.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Celular</li> <li>● Apps para crear videos, Tik-Tok, Flipgrid u otro.</li> <li>● Plataforma virtual de aprendizaje Blackboard</li> </ul>	
4	<b>Comunicación en la actividad física y deporte</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos, entrevistar a un profesional de la actividad física, el deporte, la educación física, para identificar los tipos de mensaje, canales, periodicidad, funciones de comunicación que emplean con sus deportistas o alumnos.</li> <li>2. Preparar un cuestionario y presentarlo para revisión previa al docente.</li> <li>3. Grabar en video la entrevista, asegurándose de que el audio sea de buena calidad (se escuche con claridad y volumen adecuado, la voz del entrevistado).</li> <li>4. Grabar algunas comunicaciones del entrevistado con sus alumnos, deportistas.</li> <li>5. Presentar su video ante el grupo. (lo pueden subir a alguna plataforma como google drive, Youtube, Loom, etc., de manera temporal)</li> <li>6. Hablar sobre lo aprendido ante el grupo: su experiencia, el nombre y una breve reseña del entrevistado, si hay algo que corregirán de lo observado en la</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Oficio para solicitar la entrevista.</li> <li>● Cámara de video.</li> <li>● Micrófono.</li> <li>● App para editar video.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Dispositivo de sonido.</li> </ul>	4 horas

		comunicación del entrenador-deportista, maestro-alumno, etc.		
<b>UNIDAD II</b>	<b>Habilidades de Comunicación Escrita</b>			
5	<b>Reglas ortográficas y gramaticales</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De manera individual, tomar apuntes de ejercicios de actividades en clase.</li> <li>2. Practicar ejercicios gamificados disponibles en repositorio.</li> <li>3. Evaluación de ejercicios.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Computadora/Laptop</li> <li>● Celular</li> <li>● Cuaderno</li> <li>● Lápiz o bolígrafo</li> <li>● App para crear mapas semánticos, (bubbl.us).</li> <li>● Apps para Actividades Educativas Gratuitas y gamificadas, (Educaplay)</li> <li>● Apps para convertir presentaciones a herramientas Scorm.</li> </ul>	2 horas
6	<b>Técnicas de lectura</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo colaborativo de 5 integrantes.</li> <li>2. Revisar la bibliografía citada del e-book: Buzan, Tony, (1993).</li> <li>3. Identificar las técnicas de lectura rápida.</li> <li>4. Elaborar un reporte con un formato guiado y con instrucciones específicas.</li> <li>5. Exponer por parte del equipo, donde se selecciona un participante por parte del profesor.</li> <li>6. Entregar su reporte por equipo, por medio electrónico o físico.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Libro o e-book de Tony Buzan, El Libro de la lectura rápida.</li> <li>● Computadora/Laptop</li> <li>● Procesador de palabras.</li> <li>● Proyector</li> <li>● Formato de reporte guiado</li> <li>● Lápiz o bolígrafo.</li> <li>● Plataforma de Aprendizaje Virtual - Blackboard.</li> </ul>	4 horas
7	<b>Producción de textos de uso académico y profesional: ensayo, informe, manual de ejercicios.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos, elaborar textos de uso académico y profesional, con base en el plan de producción de textos revisados en clase.</li> <li>2. Redactar un ensayo de tres</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Acceso a plataforma Google Drive.</li> <li>● Materiales bibliográficos consultados en la unidad y de libre búsqueda.</li> </ul>	6 horas

		<p>cuartillas, a partir de tres fuentes informativas o más. Debe incluir argumentos, atender la estructura del ensayo y las reglas de ortografía y gramática.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Redactar un informe ejecutivo de dos cuartillas, que incluya datos, un gráfico, una tabla, análisis objetivo y conclusiones, en un documento de Word.</li> <li>Redactar un manual de ejercicios aplicable a la actividad física, deporte o educación física, que incluya la descripción detallada de dos ejercicios o bien, una estrategia didáctica detallada, con textos descriptivos, metodológicos e imágenes o dibujos.</li> <li>Guardarlos en archivo de pdf y subir a un portafolio de evidencias digital, en Google Drive: un folder por cada equipo con un archivo por cada texto elaborado.</li> <li>En todos los casos hacer uso correcto de las reglas de ortografía y gramática.</li> <li>Citar fuentes informativas en formato de APA.</li> <li>Se califica con base en rúbrica de evaluación y con Safe Assignment (protección de derechos de autor).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestor de bibliografías (Endnote, Zotero, Mendeley, Citethisforme.com/es)</li> <li>Aplicación para detectar plagio.</li> <li>Plataforma de aprendizaje Virtual Blackboard</li> <li>Computadora</li> </ul>	
<b>UNIDAD III</b>	<b>Habilidades de Comunicación Oral</b>			
8	<b>Elaboración del guión de un discurso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Elaborar de manera individual, un guión de discurso con base</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Procesador de palabras o Google Docs.</li> </ul>	3 horas



		<p>en la temática que se proponga en grupo.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Atender las recomendaciones para construcción del discurso revisadas en clase.</li> <li>3. Debe incluir argumentos, conectores, elementos y frases de apoyo.</li> <li>4. Definir el propósito del discurso.</li> <li>5. Entregar en formato de word el discurso, compartido con el docente, en plataforma de google drive o de manera física si no se cuenta con acceso a plataformas en línea.</li> <li>6. Se evaluará con rúbrica con lista de cotejo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Plataforma de aprendizaje Virtual Blackboard</li> <li>● Computadora</li> <li>● Cuaderno</li> <li>● Lápiz o bolígrafo</li> <li>● Rúbrica o lista de cotejo</li> </ul>	
9	<b>Exposición de discurso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Exponer el discurso con base en el guión elaborado en práctica anterior.</li> <li>2. Preparar una presentación audiovisual como apoyo a su discurso.</li> <li>3. Utilizar adecuadamente la kinésica y proxémica, la voz.</li> <li>4. Atender los códigos de vestimenta recomendados. (profesional)</li> <li>5. En caso de ser grabado, entregar evidencia en video.</li> <li>6. Se evalúa con rúbrica o lista de cotejo, por coevaluación y heteroevaluación.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Apps de presentadores.</li> <li>● Rúbrica o lista de cotejo.</li> <li>● Aula grande o salón de clases para presentar.</li> <li>● Pódium o atril.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Computadora.</li> </ul>	3 horas
10	<b>Organización de un Foro.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo grupal.</li> <li>2. Elegir un tema en plenaria.</li> <li>3. Proponer invitados como expertos en el tema elegido.</li> <li>4. Seleccionar un rol dentro del</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Internet</li> <li>● Libros, revistas académicas y otros</li> <li>● Computadora/Laptop</li> <li>● Apps para crear videos.</li> </ul>	4 horas

		<p>evento.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Planear programa: orden del evento, medio electrónico o presencial y tiempos para cada participación.</li> <li>6. Revisar discurso, de los maestros de ceremonia, lecturas de semblanza y despedida, lectura de reconocimientos.</li> <li>7. Entregar reporte.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Apps para crear carteles.</li> <li>● Redes sociales para difusión del evento.</li> <li>● Plataforma virtual de aprendizaje Blackboard.</li> <li>● Invitaciones.</li> <li>● Reservación de sala audiovisual.</li> <li>● Solicitud del diseño de reconocimientos.</li> <li>● Mesa y sillas para invitados (ponentes y evaluadores).</li> <li>● Sonido: micrófono y bocinas.</li> <li>● Lista de cotejo de actividades (Check List).</li> <li>● Hoja de registro usando Google Forms.</li> </ul>	
--	--	--	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

Haga clic aquí para escribir texto. **Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Análisis de casos
- Aprendizaje basado en problemas
- Técnica expositiva
- Debates
- Ejercicios prácticos
- Foros
- Proyección de material audiovisual.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Investigación
- Análisis de casos
- Trabajo en equipo
- Exposiciones
- Organizadores gráficos
- Ensayos
- Resúmenes
- Cuadros comparativos
- Producción de material audiovisual.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- 2 evaluaciones parciales.....	20%
- Tareas.....	10%
- Participación en clase.....	10%
- Prácticas de taller.....	20%
- Presentación de discurso.....	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Asún-Dieste S., Romero-Martín M., Aparicio-Herguedas J., Fraile-Aranda A. (2020). <i>Conducta proxémica en la formación inicial del profesorado en educación física. / Proxemic Behaviour in Pre-service Teacher Training in Physical Education. Apunts: Educación Física y Deportes</i>. Recuperado de: <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=s3h&amp;AN=144363501&amp;lang=es&amp;site=eds-live">http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=s3h&amp;AN=144363501&amp;lang=es&amp;site=eds-live</a></p> <p>Carmichael, E. (2016). <i>5 Ways to Improve your COMMUNICATION Skills - #BelieveLife</i>. Recuperado de: <a href="https://youtu.be/xr1q-uBtIH4">https://youtu.be/xr1q-uBtIH4</a></p> <p>Costigan, R. D., &amp; Brink, K. E. (2020). Developing Listening and Oral Expression Skills: Pillars of Influential Oral Communication. <i>Journal of Management Education</i>, 44(2), 129–164. Recuperado de: <a href="https://doi.org/10.1177/1052562919890895">https://doi.org/10.1177/1052562919890895</a></p> <p>García-Macho, M. L.; García-Page, M.; Gómez Manzano, P. &amp; Cuesta Martínez, P. (2017). <i>Conocimientos básicos de Lengua Española</i>. Ed. Centro de Estudios Ramón Areces SA.</p> <p>Gascón, J. Á. (2019). <i>How to argue with coherence; Cómo argumentar con coherencia</i>. Recuperado de: <a href="https://libcon.rec.uabc.mx:4440/10.1387/theoria.20435">https://libcon.rec.uabc.mx:4440/10.1387/theoria.20435</a></p> <p>Gustavo, G., &amp; Carolina, S. (2015). Enseñar a Argumentar en La Escuela. Estudio a través de los Manuales Escolares. <i>Cuadernos de Educación</i>, 13(13), 1–13. Recuperado de: <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=zbh&amp;AN=118944262&amp;lang=es&amp;site=eds-live">http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=zbh&amp;AN=118944262&amp;lang=es&amp;site=eds-live</a></p>	<p>Buzan, Tony, (1993), el libro de la lectura rápida, Urano, Recuperado de: <a href="http://www.librosmaravillosos.com/ellibrodelalecturarapida/pdf/El%20libro%20de%20la%20lectura%20rapida%20-%20Tony%20Buzan.pdf">http://www.librosmaravillosos.com/ellibrodelalecturarapida/pdf/El libro de la lectura rapida - Tony Buzan.pdf</a> [Clásica]</p> <p>Carnegie, D. (2007). <i>Cómo ganar amigos e influir sobre las personas</i>. México: DeBolsillo. [Clásica]</p> <p>Castro, A. (2013). <i>Comunicación oral: técnicas y estrategias</i>. Universidad del Norte, Ediciones Uninorte. Recuperado de: <a href="http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&amp;db=e00xww&amp;AN=710221&amp;lang=es&amp;site=eds-live&amp;ebv=EB&amp;ppid=pp_i">http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&amp;db=e00xww&amp;AN=710221&amp;lang=es&amp;site=eds-live&amp;ebv=EB&amp;ppid=pp_i</a> [Clásica]</p> <p>Ellis, R. (2009). <i>Communication Skills : Stepladders to Success for the Professional: Vol. 2</i>. ed. <i>Intellect Books</i>. Recuperado de: <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=e00xww&amp;AN=272551&amp;lang=es&amp;site=eds-live">http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=e00xww&amp;AN=272551&amp;lang=es&amp;site=eds-live</a> [Clásica]</p> <p>Fonseca Yerena, M. del S. (2011). <i>Comunicación oral y escrita</i>. México: Prentice Hall-Pearson. [Clásica]</p> <p>González Prieto, P. (2011) <i>Técnicas de comunicación oral y escrita</i>. Madrid: GPS. [Clásica]</p> <p>Guerra Frías, M., &amp; Peña Alfaro González, S. R. (2010). <i>Manual de publicaciones de la American Psychological Association / traducción por Miroslava Guerra Frías ; revisión y adaptación lingüística, Silvia Rosa Peña Alfaro González (3a ed. Traducida de la sexta en inglés.)</i>. El Manual Moderno.</p>

Hernández Mendo, A., 2003. *La Comunicación En El Contexto Deportivo*. [online] Psicología del deporte Volumen 1. Recuperado de: <http://psicologia.del.deporte.uma.es/archivos/comunicacion.pdf>[Clásica].

Jiménez Arias, M. E. (2015). La sencillez como cualidad moral en las exposiciones científicas orales. *MEDISAN*, 19(2), 273–287. Recuperado de: [http://www.medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/163/html\\_39](http://www.medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/163/html_39)

Mas Manchon, L. (2016). Estructura formal, textual y oral del discurso público. *Estudios Sobre El Mensaje Periodístico*, 1, 445. Recuperado de: <https://revistas.ucm.es/index.php/ESMP/article/view/52606>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Comunicación Oral y Escrita, debe contar con título de Ciencias de la Comunicación, Relaciones Públicas, Pedagogía o área afín, con experiencia de dos años en docencia, así como en comunicación organizacional, comunicación institucional o medios de comunicación; preferentemente con maestría o doctorado en educación, comunicación o en área afín, que sea proactivo, analítico, creativo y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada; Facultad de Deportes, Mexicali; y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Antecedentes Pedagógicos de la Cultura Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 03 HT: 00 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 03 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Gabriela Valles Verdugo  
Víctor Enrique Porras Alvarado

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas  
Juan José Calleja Núñez

**Fecha:** 26 de octubre de 2020



## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Esta asignatura proporciona las bases teóricas e históricas de la actividad física que ayudan a comprender la naturaleza del programa educativo Licenciado en Actividad Física y Deporte. A través de su estudio, el estudiante se apropiará de herramientas y conceptos teórico-metodológico que serán la bases para su desempeño en las diferentes disciplinas de la actividad física y comprenderá de forma integral la esencia del plan de estudios durante su trayectoria académica. Esta unidad de aprendizaje es de carácter obligatorio que se imparte en la etapa básica y forma parte del área de conocimiento Pedagógica.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar la evolución de la cultura física mediante la revisión de los antecedentes, enfoques y corrientes pedagógicas, para comprender el contexto actual de la cultura física, con actitud analítica y respeto.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Análisis y exposición de por lo menos un antecedente histórico, una corriente pedagógica y un enfoque de educación física, con relación al contexto actual de la cultura física.

- Elabora un documento escrito que incluya: portada, introducción, sustento teórico, relación con el contexto actual de la cultura física, conclusión y referencias bibliográficas en estilo APA; en una extensión mínima de 5 cuartillas apoyándose de los autores vistos en clase.
- Expone el tema ante una audiencia mediante un elemento audiovisual que cumpla con la estructura formal académica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Antecedentes históricos**

**Competencia:**

Analizar el origen y evolución de la actividad física a partir de las eras históricas para comprender su importancia en los contextos sociales, con responsabilidad y actitud analítica y reflexiva.

**Contenido:**

**Duración:** 14 horas

- 1.1. Naciones antiguas.
- 1.2. Civilizaciones del Antiguo Oriente.
- 1.3. Actividad física en la Grecia Clásica.
- 1.4. Olimpia y su historia.
- 1.5. Los Espartanos.
- 1.6. Juegos Olímpicos Antiguos.
- 1.7. El Imperio Romano y el deporte.
- 1.8. Deportistas históricos.
- 1.9. Historia del Olimpismo Moderno.
- 1.10. El Barón Pierre de Coubertin y el Comité Olímpico Internacional (COI).

## UNIDAD II. Corrientes de la educación física

### **Competencia:**

Analizar las corrientes de la educación física para comprender sus principios y bases teóricas-metodológicas que le permita aplicarlas en la educación física en escenarios educativos y laborales, con respeto y trabajo colaborativo.

### **Contenido:**

**Duración:** 14 horas

- 2.1. Educación físico-deportiva: cuerpo Acrobático.
- 2.2. Educación psicomotriz: cuerpo pensante.
- 2.3. Expresión corporal: cuerpo comunicante.
- 2.4. La sociomotricidad.
- 2.5. Corriente centroeuropea.
- 2.6. Corrientes de las habilidades motrices básicas (USA).
- 2.7. Corrientes multideportiva.
- 2.8. Corriente alternativa.
- 2.9. Corrientes de actividades en la naturaleza.
- 2.10. Corriente de actividad física y salud.
- 2.11. Corriente de turismo y deporte.

### UNIDAD III. Enfoques de la educación física en México.

**Competencia:**

Analizar programas de educación física de la Secretaría de Educación Pública en México a partir de sus enfoques, impacto y evolución para reconocer su naturaleza de acuerdo a las necesidades sociales de la época en las que se desarrollaron, con pensamiento crítico y honestidad.

**Contenido:**

- 3.1. Militar (1940).
- 3.2. Deportivo (1960).
- 3.3. Psicomotriz (1974).
- 3.4. Orgánico Funcional (1988).
- 3.5. Motriz de Integración Dinámica (1993).
- 3.6. Global de la Motricidad (2011).
- 3.7. Aprendizajes Clave (2018).

**Duración:** 20 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Se recomienda al profesor que se privilegien actividades dinámicas que motive a los estudiantes aprender a aprender contenidos históricos. Se pueden utilizar las siguientes estrategias:

- Técnica expositiva.
- Discusión grupal.
- Observación docente.
- Estudios de caso.
- Mesas redondas.
- Debates.
- Simposio.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Líneas del tiempo.
- Mapas conceptuales.
- Infografías
- Videos informativos.
- Mapas mentales.
- Cuadros comparativos.
- Cuadros sinópticos
- Exposición
- Resumen
- Investigación documental
- Trabajo colaborativo

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

#### **Criterios de evaluación**

- Evaluaciones parciales.....	20%
- Reportes de lectura.....	40%
- Participación en clase.....	10%
- Reporte escrito y exposición .....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Baena, A. (2006). <i>Corrientes de la educación física escolar. El Área de educación física con La Ley Orgánica 2/2006</i>. Material docente. Recuperado de <a href="https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22052/1/2.%20Corriente%20EF%20Escolar.pdf">https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22052/1/2.%20Corriente%20EF%20Escolar.pdf</a></p> <p>Benjumea, M. (s.f.). <i>La educación física en la contemporaneidad. Tendencias y perfil Profesional</i>. Recuperado de <a href="http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/108-laeducacion.pdf">http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/108-laeducacion.pdf</a></p> <p>Chávez, R. (2012). <i>Historia de la educación física</i>. México: Trillas.</p> <p>Hernández, D. y Recoder, G. (2015). <i>Historia de la actividad física y el deporte. Bases conceptuales. Premisas Ordenaduras. Síntesis Literatura</i>. México: Impresos Chávez de la Cruz. Recuperado de <a href="http://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/HISTORIA%20DE%20LA%20ACTIVIDAD%20F%C3%8DICA%20Y%20EL%20DEPORTE.pdf">http://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/HISTORIA%20DE%20LA%20ACTIVIDAD%20F%C3%8DICA%20Y%20EL%20DEPORTE.pdf</a></p> <p>International Olympic Committee. (1962). <i>The Olympic Games. General Information</i>. Lausanno, Switzerland: Louis Couchoud S. A. [clásica]. Recuperado de <a href="https://stillmed.olympic.org/Documents/Olympic%20Charter/Olympic_Charter_through_time/1962-The_OG-general_information.pdf">https://stillmed.olympic.org/Documents/Olympic%20Charter/Olympic_Charter_through_time/1962-The_OG-general_information.pdf</a></p> <p>Kennard, J. (1997). The History of Physical Education. <i>The University of Chicago Press</i>, 2(4). 835-842. [Clásica].</p> <p>Pérez, M. (1993). <i>Evolución histórica de la Educación Física</i>. <i>Apunts. Educación Física y Deporte</i>, 33, 24-39. [Clásica].</p> <p>Subsecretaría de Educación Básica. (2008). <i>El enfoque por competencias de la educación física</i>. Dirección General de Desarrollo Curricular. Subdirección de Educación Física. Recuperado de <a href="https://z33preescolar2.files.wordpress.com/2012/01/el">https://z33preescolar2.files.wordpress.com/2012/01/el</a></p>	<p>Chaverra, B. (2013). Ideas y prácticas de la Grecia ateniense y su influencia en la educación física actual. <i>Revista de Educación física</i>. 2(1). Recuperado de <a href="https://www.researchgate.net/publication/322764700_Ideas_y_practicas_de_la_Grecia_ateniense_y_su_influencia_en_la_educacion_fisica_actual">https://www.researchgate.net/publication/322764700_Ideas_y_practicas_de_la_Grecia_ateniense_y_su_influencia_en_la_educacion_fisica_actual</a></p> <p>Blazquez, D. (2006). La educación física. Biblioteca temática del deporte. <i>INDE publicaciones, 4: Barcelona</i>.</p> <p>Ramirez, G. (2013). <i>Manual de teoría e historia de la educación física y el deporte contemporáneos</i>. Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.</p> <p>Toribio, E. (2019). <i>Corrientes Modernas de la educación física y su contribución al desarrollo de la pedagogía de la educación física</i>. Universidad Nacional de Educación. Lima: Perú. Recuperado de <a href="http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/3439/MO-NOGRAF%C3%8DA%20-%20TORIBIO%20AGUADO.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/3439/MO-NOGRAF%C3%8DA%20-%20TORIBIO%20AGUADO.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a></p> <p>Sesé, J. (2008). Los juegos olímpicos de la antigüedad. <i>Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, Cultura, Ciencia y Deporte</i>, 3(9), 201-211. Murcia: España. Universidad Católica San Antonio de Murcia. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/1630/163017542008.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/1630/163017542008.pdf</a></p>

[enfoque por competencias de -la -  
educ fisica en la educ basica.pdf](#)

Simona, F., Rus, C. y Vanvu, G. (2014). The importance of psychomotricity in developing of perceptual. Motor Structures. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 149, 317-320. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.08.249>

#### X. PERFIL DEL DOCENTE

Licenciado en Actividad Física y Deporte, Licenciado en Educación Física o área fin, de preferencia con grado de maestría con conocimientos en el área de la educación o educación física y deporte escolar. Contar con experiencia laboral de 1 año, preferentemente en el Sistema Educativo. Con una actitud objetiva y responsable.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Responsabilidad Social
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Isis Jael Oviedo Rodríguez  
Lourdes Cutti Rivero  
Carlos Verdugo Balbuena

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa básica, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Social Humanista. Se busca que los estudiantes conozcan y comprendan el valor de la responsabilidad social, las implicaciones éticas, morales y valorales para que puedan actuar con base en estos principios teniendo en cuenta los impactos económicos, sociales y ambientales durante su ejercicio profesional.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar la responsabilidad social desde la perspectiva ética, la inclusión y el medio ambiente mediante la revisión de sus dimensiones y componentes, para comprender su relación y aplicación en el campo profesional, con respeto, actitud crítica y reflexiva.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elaborar un informe de responsabilidad social en la integre las dimensiones de la ética, inclusión social y medio ambiente considerando los grupos de interés que interactúan en la comunidad. El informe deberá realizarse con base a las teorías que sustentan el ejercicio de los temas mencionados y deberá contener: introducción, desarrollo (descripción de las teorías) y conclusiones (determinar aplicación e impacto en el desarrollo de actividades físicas), sustento científico y bibliografía estilo APA.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. La Responsabilidad Social**

**Competencia:**

Identificar la importancia de la responsabilidad social y sus componentes, mediante el análisis científico así como su relación con los stakeholders para la toma de conciencia y la práctica con una actitud crítica proactiva y reflexiva.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Definiciones y evolución de la responsabilidad social
- 1.2 Principios y dimensiones de la responsabilidad social
- 1.3 Tipos de responsabilidad social (ciudadana, empresarial, gubernamental).
- 1.4 Los stakeholders
- 1.5 Responsabilidad social Universitaria
- 1.6 Responsabilidad social en la Actividad Física y Deporte.

## UNIDAD II. La Ética, Valores y Aspectos Morales

### **Competencia:**

Explicar la importancia de los conceptos de la ética, valores y moral, a través de la revisión bibliográfica y su aplicación en el comportamiento humano y ético profesional con responsabilidad, actitud objetiva y compromiso con la sociedad.

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 2.1 Ética: conceptos y dimensiones en lo personal, social y profesional.
- 2.2 Los valores: Concepto, clasificación, construcción e importancia en el desarrollo humano.
- 2.3 La Moral: Concepción de la moralidad y factores que influyen en el comportamiento
- 2.4 Ética profesional
  - 2.4.1 Retos éticos de la profesión.
  - 2.4.2 Elementos significativos de la ética profesional.
  - 2.4.4 La ética en la promoción de la actividad física.
- 2.5 Código de ética del profesor de Educación Física y del entrenador.

### UNIDAD III. La Responsabilidad Social, Género e Inclusión

**Competencia:**

Distinguir los conceptos fundamentales de igualdad, equidad, diversidad, a través del estudio fundamentado de teorías centradas en equidad de género, igualdad y violencia de género, así como los aportes de los derechos humanos para promover acciones inclusivas en un ambiente educativo y de la comunidad con responsabilidad y sentido ético.

**Contenido:****Duración:** 10 horas

- 3.1 ¿Qué es género?
  - 3.1.1. Género binario
  - 3.1.2 Estereotipo de género
  - 3.1.3 Sistemas de género
  - 3.1.4 Desigualdades de género (económico, político, cultural y deporte)
  - 3.1.5 Violencia de género (simbólica y estructural)
- 3.2 Equidad e igualdad
- 3.3. Derechos Civiles
- 3.4 Derechos humanos
- 3.5 Estrategias para la Inclusión social (desigualdad e inequidad de género)

## UNIDAD IV. Desarrollo Sostenible y Medioambiente

**Competencia:**

Promover acciones socialmente responsables y sustentables en la educación física y deporte a partir del análisis de distintas iniciativas nacionales e internacionales en materia social y ambiental para su aplicación en el ámbito deportivo con criterio ético y humanista.

**Contenido:****Duración:** 8 horas

- 4.1 Sustentabilidad y medio ambiente
- 4.2 Los aspectos ambientales y acciones: contaminación, cambio climático, residuos. Biodiversidad
- 4.3 Los objetivos de Desarrollo Sostenibles
- 4.4 El deporte sostenible.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I				
1	<b>Análisis de lecturas, video o publicidad.</b>	<p>1. Se facilita material bibliográfico para que el alumno pueda revisar y analizar el concepto de RS y elaborar una reflexión.</p> <p>2. Se presenta un video que permita identificar algunos problemas relacionados a la Responsabilidad Social.</p> <p>3. Plantear ejercicios o casos que permitan identificar prácticas de RS que contrastan con los criterios o definiciones propuestas.</p>	Medios tecnológicos (vídeos, audio).	2 horas
2	<b>Estudios de caso y responsabilidad social</b>	<p>1. El docente utiliza el estudio de caso como estrategia didáctica y se les entrega una situación o estudio de caso.</p> <p>2. A partir de ello, los estudiantes plantean dos objetivos para la solución del problema.</p> <p>3. Después, se realiza una búsqueda bibliográfica para dar respuesta a los objetivos anteriormente planteados.</p> <p>4. Finalmente, se entrega una solución por escrito del caso al docente y se expone ante el grupo.</p>	<p>*Situaciones o hipótesis de casos.</p> <p>*Búsqueda bibliográfica o electrónica.</p> <p>*Computadora.</p> <p>*Cañón.</p>	4 horas

<b>UNIDAD II</b>				
3	<b>Jerarquizar valores universales</b>	<p>1. Se les hace entrega de un texto donde se plasme una situación real o supuesta, con la intención de que los estudiantes identifiquen los valores implícitos dentro del texto.</p> <p>2. Con base en la identificación de los valores, deberán jerarquizarlos de acuerdo a su juicio.</p> <p>3. Después, se reunirán en equipos y compartirán su jerarquización de valores, para posteriormente, crear una nueva jerarquización, pero ahora colectiva.</p> <p>4. Finalmente, cada equipo, expondrá al grupo su jerarquización de valores.</p> <p>5. Se discutirán los resultados de manera grupal y el docente precisará los conceptos teóricos en los que surjan dudas.</p>	<p>*La situación real o supuesta.  *Cuaderno.  *Lápiz.  *Hojas de rotafolio.</p>	2 horas
4	<b>Juegos de roles</b>	<p>1. Por equipos, reciben un antivalor, que deberá ser dramatizado por los estudiantes, aplicados en un contexto de la actividad física y deporte.</p> <p>2. A partir de la dramatización, se lleva a cabo una retroalimentación grupal, con la intención de identificar las consecuencias de aplicar tales antivalores en la</p>	<p>*Espacio amplio.  *Lista de antivalores a dramatizar.</p>	6 horas



		profesión. Se rescatan los aspectos clave de lo ocurrido durante el juego; se analizan elementos como el discurso, postura, comportamiento e interrelaciones personales.		
5	<b>Dilemas éticos</b>	1. Plantear o presentar dilemas éticos a través de cortos, películas o casos que generen moralejas.	*Medios tecnológicos (vídeos, audios, etc.) o materiales impresos para profundizar sobre dilemas éticos.	2 horas
6	<b>Frases de reflexión</b>	1. Proponer frases sobre la ética y responsabilidad social, generar discusión y reflexión que conlleven a insertar los valores atribuido a la práctica en lo personal, profesional y social.	Material impreso Medios tecnológicos (video, audios)	2 horas
7	<b>Casos de estudio sobre ética profesional</b>	1. Plantear o presentar un caso corto. Formular las preguntas para orientar la discusión.	Material impreso Medios tecnológicos (video, audios)	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
8	<b>Cuadro de doble entrada</b>	1. Elaborar cuadro de doble entrada donde identifica los prejuicios, estereotipos y acciones discriminatorias relacionadas con desigualdad e inclusión.	Material impreso Medios tecnológicos (video, audios)	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
9	<b>Caso de estudio sobre ética y contaminación ambiental.</b>	1. Presentar un caso real, por ejemplo, la planta de pesticidas Unión Carbide en Bhopal. Formular las preguntas para la discusión. Concluir y reflexionar.	Material impreso Medios tecnológicos (video, audios)	2 horas
10	<b>Dilema Moral</b>	1. Presentar el escenario o el dilema, incentivar a los alumnos a experimentar un conflicto personal con el dilema, llevar al debate mediante preguntas de	Material impreso Medios tecnológicos (video, audios)	2 horas

		razonamiento moral.		
11	<b>Taller de reciclaje</b>	Presentar el tema, por ejemplo "Residuos orgánicos". Brindar la información sobre los residuos orgánicos y preparación de composta. Solicitar los materiales y plantear la actividad.	-Medios tecnológicos (video, audios) -Residuos orgánicos, balanza, termómetro, tierra, hojas secas, papel o cartón	6 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El docente proporciona material de consulta e implementación de práctica, mediante herramientas tecnológicas como Classroom, Google docs, entre otras. Guía y retroalimenta los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes. Utiliza estrategias de aprendizaje significativo enfocadas a la solución de problemas mediante la implementación de estudios de caso reales.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** El estudiante realiza actividades relacionadas con la identificación, comprensión, además participa de manera dinámica en clase y prácticas, investiga de manera individual y grupal, presenta ante el grupo los productos obtenidos a partir de las prácticas, desarrolla una carpeta de evidencias en la que plasma la aplicación y análisis de los resultados de cada una de las prácticas, con actitud crítica, de respeto y responsabilidad.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

Exámenes teóricos:.....	20%
Prácticas.....	20%
· Bitácora de prácticas.	
· Resolución de problemas.	
Trabajos de investigación y presentaciones.....	20%
Elaboración de material de actividad física .....	30%
Participación en clase.....	10%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Bolívar, A. (2005). Ensayo Temático: <i>El lugar de la ética profesional en la formación universitaria</i>. <i>Revista Mexicana de Investigación Científica</i>, Vol. 10 (24), 93-123. Recuperado de <a href="http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v10n24/1405-6666-rmie-10-24-93.pdf">http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v10n24/1405-6666-rmie-10-24-93.pdf</a> [Clásica]</p> <p>Cardona, A. (2000). <i>Formación de Valores: Teorías, reflexiones y respuestas</i>. Editorial Grijalbo. Editado por la Universidad Autónoma de Baja California. México. [Clásica]</p> <p>Devís, J., &amp; Pérez, V. (2002). <i>La ética en la promoción de la actividad física relacionada con la salud</i>. Universidad de Valencia y Alcalá. Recuperado de <a href="file:///C:/Users/gusta/Downloads/332185-Texto%20del%20art_culo-145687-1-10-20180517%20(1).pdf">file:///C:/Users/gusta/Downloads/332185-Texto%20del%20art_culo-145687-1-10-20180517%20(1).pdf</a> [Clásica]</p> <p>ECS (2014), <i>Gender Equality in Sport Proposal for Strategic Actions 2014-2020.</i>, Recuperado de: <a href="http://ec.europa.eu/sport/events/2013/documents/20131203-gender/final-proposal-1802_en.pdf">http://ec.europa.eu/sport/events/2013/documents/20131203-gender/final-proposal-1802_en.pdf</a></p> <p>Frias, S. (2014) <i>Gender Inequality in Mexico</i>. Recuperado de: <a href="https://www.academia.edu/20162713/Frias_2014_Gender_inequality_in_Mexico">https://www.academia.edu/20162713/Frias_2014_Gender_inequality_in_Mexico</a></p> <p>Hirsch, A. (2003). <i>Elementos significativos de la ética profesional</i>. Reencuentro, núm. 38. 8-15 Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco Distrito Federal, México. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/340/34003802.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/340/34003802.pdf</a>. ISSN: 0188-168X [Clásica]</p>	<p>Aldeanueva, I., &amp; Arrabal, G. (2018). La comunicación y medición de la Responsabilidad Social Universitaria: Redes sociales y propuesta de indicadores. <i>Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria</i>, 12(1), 121-136. Recuperado de <a href="https://doi.org/10.19083/ridu.12.626">https://doi.org/10.19083/ridu.12.626</a></p> <p>Vallaey, F. (2018). Las diez falacias de la responsabilidad social universitaria. <i>Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria</i>, 12(1), 34-58.</p> <p>Vallaey, F. (2010). <i>La responsabilidad social universitaria: un nuevo modelo universitario contra la mercantilización</i>. <i>Revista Iberoamericana de Educación Superior</i>, 5(12), 105-117.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente interesado en impartir la asignatura Responsabilidad Social debe presentar título de Licenciatura en Psicología, Sociología o Educación, con experiencia en la materia y/o investigación sobre temas de responsabilidad social. De Preferencia con estudios de posgrado y dos años de experiencia en docencia. Habilidades para el trabajo en equipo, actitud crítica y objetiva, además de ser un referente en su ética profesional.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Didáctica de Deportes en Conjunto
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 04 HCL: 00 HE: 01 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Omar Plascencia Enríquez  
Pedro César Sida Vargas  
Víctor Porras Alvarado

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Didáctica de Deportes en Conjunto tiene como finalidad brindar el aprendizaje de la disciplina a través de la metodología de la enseñanza, brinda los principios del entrenamiento deportivo, para identificarlo y llevarlo a la práctica, mediante el uso de las estrategias didácticas en relación al desarrollo deportivo. Se encuentra en la etapa básica con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Técnico-Deportiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Aplicar la didáctica en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las principales técnicas y tácticas de los deportes de conjunto, por medio de técnicas y estrategias innovadoras específicas del deporte, para lograr el desarrollo de estrategias metodológicas de técnicas en poblaciones específicas, con responsabilidad, honestidad y respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realiza un video donde se demuestren las fases de explicación, demostración, ejecución y corrección de por lo menos un gesto técnico ofensivo y defensivo de los deportes de conjunto en una población específica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Generalidades de los deportes de pelota**

**Competencia:**

Identificar las generalidades de los deportes de pelota, a través de la revisión de las características conceptuales de cada disciplina deportiva, para distinguir las particularidades de cada uno y desarrollarlo en la práctica, con actitud reflexiva, crítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 2 horas

- 1.1. Conceptos de los Deportes de Pelota
  - 1.1.1 Deportes de pelota
- 1.2. Clasificación de los Deportes de pelota
  - 1.2.1 Aspectos de similitud de los deportes de tiempo y marca
  - 1.2.2 Aspectos de diferenciación de los deportes de tiempo y marca



## UNIDAD II. Voleibol

### **Competencia:**

Analizar los fundamentos ofensivos y defensivos del voleibol, mediante el proceso enseñanza aprendizaje del desarrollo correcto de los aspectos técnicos encaminados a la táctica de juego, para lograr la mejora continua de las capacidades físicas, técnicas y tácticas en la práctica del deporte, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 3 horas

- 2.1. Fundamentos ofensivos
  - 2.1.1. Saque
  - 2.1.2. Colocación a remate
  - 2.1.3. Remate
- 2.2. Fundamentos Defensivos
  - 2.2.1. Recepción
  - 2.2.2. Bloqueo individual
  - 2.2.3. Bloqueo colectivo

## UNIDAD III. Baloncesto

### **Competencia:**

Analizar los fundamentos ofensivos y defensivos del baloncesto, mediante el proceso enseñanza aprendizaje del desarrollo correcto de los aspectos técnicos encaminados a la táctica de juego, para lograr la mejora continua de las capacidades físicas, técnicas y tácticas en la práctica del deporte, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

#### 3.1. Fundamentos ofensivos

3.1.1. Pase

3.1.2. Bote

3.1.3. Tiro

3.1.4. Fintas

3.1.5. Cortes y Pantallas

#### 3.2. Fundamentos defensivos

3.2.1. Trabajo de pies.3.2.2. Uso de las manos

3.2.3. Visión del balón

3.2.4. Saltar hacia el balón

3.2.5. Bloqueo y recuperación

## UNIDAD IV. Beisbol y Softbol

### **Competencia:**

Analizar los fundamentos ofensivos y defensivos del béisbol y softbol, mediante el proceso enseñanza aprendizaje del desarrollo correcto de los aspectos técnicos encaminados a la táctica de juego, para lograr la mejora continua de las capacidades físicas, técnicas y tácticas en la práctica del deporte, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 4.1. Fundamentos ofensivos
  - 4.1.1. Bateo
  - 4.1.2. Corrida de bases
- 4.2. Fundamentos defensivos.
  - 4.2.1. Pitcheo
  - 4.2.2. Fildeo

## UNIDAD V. Futbol Soccer

### **Competencia:**

Analizar los fundamentos ofensivos y defensivos del fútbol soccer, mediante el proceso enseñanza aprendizaje del desarrollo correcto de los aspectos técnicos encaminados a la táctica de juego, para lograr la mejora continua de las capacidades físicas, técnicas y tácticas en la práctica del deporte, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 3 horas

#### 5.1. Fundamentos ofensivos

5.1.1. Pases

5.1.2. Recepción

5.1.3. Dribling

#### 5.2. Fundamentos defensivos

5.2.1. Colocación de piernas ante dribling

5.2.2. Coberturas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Saque y colocación a remate y remate</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)	6 horas
2	<b>Recepción con bloqueo individual</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)	4 horas
3	<b>Recepción con bloqueo colectivo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos,	6 horas

		6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica	aros, etc.)	
<b>UNIDAD III</b>				
4	<b>Fundamentos ofensivos. (Pase, bote, tiro, fintas, cortes y pantallas)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	6 horas
5	<b>Fundamentos defensivos. (Trabajo de pies, uso de manos, visión del balón)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas
6	<b>Fundamentos defensivos (Saltar al balón, bloqueo y recuperación)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	6 horas

		6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica		
<b>UNIDAD IV</b>				
7	<b>Fundamentos ofensivos aplicado al béisbol. (Bateo y corrido de bases)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas
8	<b>Fundamentos defensivos aplicado al beisbol (Pitcheo y fildeo)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas
9	<b>Fundamentos ofensivos aplicado al softbol. (Bateo y corrido de bases)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas

		6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica		
10	<b>Fundamentos defensivos aplicado al softbol (Pitcheo y fildeo)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas
<b>UNIDAD V</b>				
11	<b>Fundamentos ofensivos. (Pases recepción y dribling)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas
12	<b>Fundamentos defensivos. (Colocación de piernas ante el dribling, coberturas)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	4 horas



		6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica		
13	<b>Aplicación de gestos técnicos y tácticos mediante del juego.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>Cancha o campo de juego Balones Red Ropa deportiva apropiada al deporte Silbato Cronómetro Tabla de apoyo Implementos de apoyo (conos, aros, etc.)</p>	8 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente las metodologías de Didáctica de Deportes en Conjunto, así como orientar el desarrollo de las prácticas.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben trabajar de manera individual y colaborativa, aplicando sus conocimientos en la participación efectiva en las prácticas y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Participación y trabajos en clase.....10%
- Exámenes por unidad..... 20%
- Práctica de campo.....50%
- Video.....20%
- Total..... 100%**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Conade. (Sin fecha). <i>Manual de Capacitación, Academia Beisbol</i>. México: Conade.</p> <p>Hernández, J.N. (2014). <i>Libro Beisbol y Softbol</i>. Guatemala.</p> <p>Karl, G., Stotts, T., y Johnson, P. (2018). <i>101 ejercicios para el ataque en baloncesto</i>. Barcelona, España: Paidotribo.</p> <p>Krause, J. V., y Nelson, C. (2018). <i>Basketball skills &amp; drills</i>. USA: Human Kinetics.</p> <p>Lucas, J. (2000). <i>Recepción, colocación y ataque en voleibol</i>. Barcelona, España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Moras, G. (2005). <i>La preparación integral en el voleibol : 1000 ejercicios y juegos</i>. Barcelona, España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Oliva, A. G. (2007). <i>Manual del entrenador de fútbol moderno</i>. España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Olivera, J. B. (2008). <i>1250 ejercicios y juegos de baloncesto, vol. II (5ª ed.)</i>. Barcelona: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Pavlovich, P. M. (2006). <i>Voleibol : aprender y progresar : más de 500 ejercicios del servicio, pase, remate y bloqueo</i>. Barcelona : Paidotribo. [clásica].</p> <p>Paye, B. (2001). <i>Enciclopedia de ejercicios defensivos de baloncesto</i>. Barcelona. España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Vázquez. F. S. (2006). <i>1022 ejercicios de ataque en fútbol</i>. Barcelona, España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Wissel, H. (2011). <i>Basketball: Steps to success</i>. USA: Human Kinetics. [clásica].</p>	<p>Collins, D. R., y Hodges, P. B. (2001). <i>A comprehensive guide to sports skills tests and measurement</i>. USA: Scarecrow Press. [clásica].</p> <p>Klaus, D. (2002). <i>El entrenador de voleibol</i>. Barcelona: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Lucas, J. (2005). <i>El voleibol: iniciación y perfeccionamiento</i>. Barcelona, España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Montero, A. (2010). <i>Didáctica del baloncesto</i>. Badalona, España: Paidotribo. [clásica].</p> <p>Nitsch, J. R. (2002). <i>Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario</i>. España: Editorial Paidotribo. [clásica].</p> <p>Üzüm, H. (2018). Athletes' Perception of Coaches' Behavior and Skills About Their Sport. <i>Journal of Education and Training Studies</i>, 6(5), 28-33.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Didáctica de Deportes de Conjunto debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 2 años de experiencia docente. Asimismo debe tener conocimientos en el área de entrenamiento en deportes de pelota. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Actividades en la Naturaleza
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Cruz Iván Acosta Gutiérrez  
Yenderina Graciela Medina Romo  
Luis Alfredo Urroz Arreola

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa básica, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Técnico-Deportiva, su importancia radica en el conocimiento del equipo, cuidado y utilización de las herramientas para actividades físicas terrestres (orientación, rapel y senderismo) que le permitirán adquirir las habilidades necesarias para la conducción de grupos, desarrollo de actividades orientadas en la naturaleza y conducción de deportes alternativos.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar programas de actividad física en entornos naturales terrestres de manera segura y lúdica, a través del análisis teórico-práctico de actividades practicadas en la naturaleza y la reflexión de las actividades en esos contextos para responder a necesidades sociales relacionadas con la utilización del tiempo libre, de manera crítica, reflexiva e incluyente con un alto sentido de responsabilidad social y al medio ambiente.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseña un programa de actividades donde se refleje la innovación y la atención a una necesidad relacionada a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, el cual debe integrar: diseño del programa, características de la población, objetivos y contenidos, descripción del entorno natural o artificial, recursos materiales y técnicos, logística, técnicas de seguridad, establecer técnicas, métodos y modelos de enseñanza, desarrollo de las actividades, posibles imprevistos y soluciones y estrategias de evaluación.

## V. DESARROLLO POR UNIDADES

### UNIDAD I. Antecedentes y Conceptos Básicos de las Actividades en la Naturaleza

#### Competencia:

Conocer los principios, clasificación y conceptos básicos relacionados con las actividades en la naturaleza, su práctica y su vinculación con los actores que participan de las mismas, a través de actividades prácticas, visualización de material multimedia, lecturas, investigación y análisis para la elaboración propuestas de actividades físicas-recreativas que contribuyan a la promoción de la salud de vida del que participe en ella, manifestando una actitud proactiva y de colaboración con sus pares.

#### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Evolución y desarrollo de las prácticas físico-deportivas en el medio natural.
- 1.2 Conceptos y principios básicos
  - 1.2.1 ¿Qué es el medio natural?
  - 1.2.2 El medio natural como escenario vivo para la práctica de las actividades físico, deportivas y recreativas.
    - 1.2.2.1 Clasificación de los espacios naturales.
    - 1.2.2.2 Desarrollo sostenible y actividades físicas, deportivas y recreativas.
    - 1.2.2.3 Evaluación de impacto ambiental durante las actividades en la naturaleza: Principios No Deje Huella (Leave No Trace)
- 1.3 Ubicación de las actividades en la naturaleza dentro de la clasificación de las actividades Recreativas
- 1.4 Beneficios de la oferta y práctica de las actividades en la naturaleza
  - 1.4.1 Educativos
  - 1.4.2 Psicológicos
  - 1.4.3 Deportivos
  - 1.4.4 Empresariales
  - 1.4.5 Sociales
- 1.5 Buenas prácticas de las actividades en la naturaleza:
  - 1.5.1 Generalidades de la normativa legal
  - 1.5.2 Pautas de observación para actividades seguras.
- 1.6 Aproximación a las actividades y deportes alternativos en el medio natural
  - 1.6.1 Deportes Terrestres
    - 1.6.1.1 Campo traviesa y Carrera de montaña
    - 1.6.1.2 Vías Ferratas
    - 1.6.1.3 Travesías de montaña
    - 1.6.1.4 Espeleología
  - 1.6.2 Deportes Acuáticos
    - 1.6.2.1 Modalidades de Canotaje (Kayak)

- 1.6.2.2 Descenso en ríos (Rafting)
- 1.6.2.3 Surf
- 1.6.2.4 Buceo autónomo y Buceo con tubo
- 1.6.3 Deportes Aeronáuticos
  - 1.6.3.1 Paracaidismo
  - 1.6.3.2 Parapente y Alas delta
  - 1.6.3.3 Salto base
- 1.6.4 Actividades en nieve
  - 1.6.4.1 Esquí de fondo
  - 1.6.4.2 Tabla sobre nieve (snowboard)
  - 1.6.4.2 Esquí de travesía
- 1.6.5 Actividades en hielo
  - 1.6.5.1 Patinaje
  - 1.6.5.1 Hokey



## UNIDAD II. Orientación

### Competencia:

Identificar los tipos de técnicas de orientación aplicadas a la práctica de actividades de aventura en la naturaleza, mediante la observación y utilización de instrumentos específicos a cada práctica, para el desarrollo de protocolos enfocados a la seguridad de la conducción grupal, con responsabilidad y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

#### 2.1 Tipos de actividades de orientación.

2.1.2 Orientación Deportiva.

2.1.2 Orientación en el Medio Natural

2.1.3 Orientación Urbana

#### 2.2 Medios de orientación

2.2.1 Naturales

2.2.1.1 Musgo

2.2.1.2 Sol

2.2.1.3 Estrellas

2.2.2 Artificiales

2.2.2.1 G.P.S.: Tipos y uso

2.2.2.2 Brújula: Manejo y componentes de la

2.2.2.3 mapas y croquis

#### 2.3 Interpretación de mapas topográficos.

2.3.1 Líneas de Nivel

2.3.2 Simbología

2.3.3 Sistema de Coordenadas U.T.M.

#### 2.4 Diseño de mapas y croquis

#### 2.5 Concepto y generalidades de la orientación deportiva y sus modalidades.

2.5.1 Carrera de Orientación

## UNIDAD III. Escalada y Rapel

### Competencia:

Reconocer cada una de las técnicas, herramientas y buenas prácticas utilizadas en la escalada y el rapel, así como el equipo necesario, sus cuidados y usos, a través de prácticas realizadas en zonas naturales y artificiales, vigilando la implementación de normas de seguridad y reglas de comportamiento disciplinado y respetuoso.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 3.1 Introducción al rapel y la escalada deportiva
  - 3.1.1 Conceptos
  - 3.1.2 Reglas básicas de seguridad
- 3.2 Cuidado y usos del Equipo personal básico de seguridad
  - 3.2.1 Casco
  - 3.2.2 Guantes
  - 3.2.3 Arnés
  - 3.2.4 Mosquetones
  - 3.2.5 Cintas Expres
  - 3.2.5 Aseguradores
  - 3.2.6 Descensores
    - 3.2.6.1 Ocho
    - 3.2.6.2 ATC (Air Traffic Controller)
  - 3.2.7 Tipos, usos y cuidado de cuerdas
    - 3.2.7.1 Estática
    - 3.2.7.2 Dinámica
    - 3.2.7.3 Semiestática
    - 3.2.7.4 Cordinos y cintas tubulares
- 3.3 Accesorios
  - 3.3.1 Pies de gato
  - 3.3.2 Bolsa de magnesio
  - 3.3.3 Levas y ganchos.
  - 3.3.4 Ascensores y poleas
- 3.4 Tipos de Anclajes
- 3.5 Tipos de Lugares y Superficies de práctica
  - 3.5.1 Artificial

3.5.2 Natural  
3.5.3 Con apoyo  
3.5.4 Sin apoyo  
3.6 Nudos básicos para escalada y rappel

## UNIDAD IV. Senderismo

### Competencia:

Identificar los instrumentos necesarios para la práctica de senderismo, a través del manejo del equipo básico en zonas naturales, para el desarrollo de rutas considerando los protocolos y normas de seguridad, con sentido de responsabilidad social y cuidado al medio ambiente.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

#### 4.1 Conceptos de Tipos de senderismo

4.1.1 Diferencia entre Senderismo, Trekking y Hiking

4.1.2 Senderismo Interpretativo: Elementos, interpretación del paisaje y del medio ambiente.

#### 4.2 Equipo básico

4.2.1 Mochila

4.2.2 Calzado

4.2.3 Vestimenta

4.2.4 Accesorios

4.2.5 Alimento y bebida durante las actividades de senderismo

#### 4.3 Moverse en la naturaleza: técnicas de progresión por senderos e itinerarios de baja y media montaña

#### 4.4 Normas y reglamentos de seguridad

4.4.1 Protocolos y normas de seguridad, antes y durante las prácticas de senderismo.

## UNIDAD V. Actividades relacionadas al Campismo y excursionismo

### Competencia:

Conocer las técnicas, herramientas de campismo y excursionismo, a través de prácticas de campo donde se apliquen los conocimientos adquiridos para la organización de actividades en el medio natural donde se realicen programas de estilo de vida saludable, calidad de vida y administración del ocio, con actitud proactiva, trabajo en equipo y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 5.1 ¿Campismo y excursionismo por qué y para qué?
- 5.2 Equipo básico personal y de acampado.
- 5.3 Pionerismo y Cabuyería
  - 5.3.1 Nudos: los 10 básicos para el campamento
  - 5.3.2. Nudos de rescate: As de guía, Silla de bombero y Prusick.
  - 5.3.3 Amarres: Cuadrado, Diagonal, Redondo
  - 5.3.4 Construcciones básicas para campamento:
    - 5.3.4.1 Camilla improvisada
    - 5.3.4.2 Balsa
    - 5.3.4.3 Mochilero: con 2 tripies
    - 5.3.4.4 Cerco de campamento
- 5.4 Procedimiento para la colocación de Obstáculos para CANOPY (pista de obstáculos)
  - 5.4.1 Alternativas para obstáculos
- 5.5 El P.R.A.C. en la supervivencia. (Protección. Rescate, Agua, Comida)
  - 5.5.1 Protección.
    - 5.5.1.1 ¿Por qué es importante que un excursionista conozca los Primeros Auxilios?
    - 5.5.1.2 Ubicación e instalación de los diferentes tipos de refugio.
  - 5.5.2 Rescate: diferentes tipos de señales de rescate
  - 5.5.3 El Agua durante las actividades de campismo y excursionismo.
    - 5.5.3.1 Administración y requerimientos de hidratación.
    - 5.5.3.2 Localización y técnicas de abastecimiento de agua en la naturaleza.
  - 5.5.4 Alimentación durante las actividades en el medio natural.

5.5.4.1 Localización y técnicas de abastecimiento en campamentos

5.5.4.2 Cocina sin utensilios

5.6 Consideraciones del equipo, vestimenta y precauciones a observar según las condiciones climáticas en campamentos o excursiones.

5.7 Técnicas de acampado según el tipo de terreno y de actividad.

## UNIDAD VI. Planificación y Organización de Deportes Alternativos en Medios Naturales

### Competencia:

Distinguir los riesgos y exigencias de los diferentes tipos de deportes alternativos en medios naturales así como las normas legales, técnicas y herramientas adecuadas para la planificación, organización y conducción de las mismas, a través de la visualización de material multimedia, uso de metodología de la investigación, lecturas y prácticas de campo, para aplicarlos en el diseño de programas de activación física, estilo de vida saludable, y administración del ocio, con una actitud proactiva, responsable y respetuosa.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 6.1 Consideraciones de las actividades y deportes alternativos en el Medio Natural.
  - 6.1.1 Aspectos en la selección de DEPORTES alternativos en el medio Natural según “riesgo vs beneficio”
  - 6.1.2 Elementos y variables que inciden en el desarrollo de las AFMN.
  - 6.1.3 Abordaje de situaciones de riesgo y contingencias
  - 6.1.4 Primeros Auxilios
    - 6.1.4.1 Importancia de la presencia de un primer respondiente en las actividades de naturaleza.
    - 6.1.4.2 Protocolo de actuación en caso de un incidente de afectación a la salud del participante.
    - 6.1.4.3 Descripción de técnicas elementales de primeros auxilios
      - 6.1.4.3.1 RCP
      - 6.1.4.3.2 Malestares comunes
      - 6.1.4.3.3 Heridas comunes.
      - 6.1.4.3.4 Inmovilización.
      - 6.1.4.3.5 Evacuación.
      - 6.1.4.3.6 Composición y uso del Botiquín de primeros auxilios
- 6.2 Normativa legal de la práctica de actividad física y deportiva en la naturaleza
- 6.3 Organización de actividades físicas y deportivas en la naturaleza
- 6.4 Planificación de actividades físicas y deportivas en el medio natural.
- 6.5 Manejo y animación de grupos en actividades y deportes de naturaleza.
  - 6.5.1 Técnicas y herramientas de atención.
  - 6.5.2 Metodología para la conducción de grupos durante las sesiones en el medio natural.
    - 6.5.2.1 Las dinámicas de Integración.
    - 6.5.2.2 Los juegos al aire libre
- 6.6 Aplicaciones para los deportes en la naturaleza

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Investigar zonas naturales</b>	Hacer una investigación de 2 lugares en Baja California en donde se puedan practicar algunas actividades que consideres interesantes en el medio natural. (contactos, sitios web, mapas de ubicación, instalaciones y servicios, costos, climas, tipo de terreno, flora y fauna)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dispositivos electrónicos</li> <li>● Sitios Web y redes sociales</li> <li>● Medios impresos</li> </ul>	1 hora
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Adaptación al uso de la brújula</b>	<p><b>1. Puntos Fijos</b></p> <p>a. En equipos los alumnos se ubicarán en la explanada y seleccionarán un espacio el cual marcarán con una X utilizando un trozo de masking tape.</p> <p>b. Parados y sin moverse en la X marcada, ubicará un objeto a la distancia y con el uso de su brújula obtendrán los grados en los que se encuentra dicho objeto. así obtendrán los grados de 10 objetos.</p> <p>c. Anotarán en su libreta el punto X y cada uno de los objetos que observen a la distancia y sus grados. Todo esto lo obtendrán sin moverse del punto señalado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 Brújula de mirilla o de base transparente</li> <li>● 1 Libreta de notas.</li> <li>● 1 lápiz #2</li> <li>● 1 pluma negra o azul</li> <li>● 1 rollo de Masking Tape</li> </ul>	2 horas



		<p>d. Al terminar intercambiarán los resultados con otro equipo el cual deberá revisar y confirmar que los objetos observados coinciden con los grados marcados.</p> <p><b>2. Puntos en Movimiento</b></p> <p>a. Partiendo del punto marcado con masking tape, ubicará un objeto a la distancia y obtendrán sus grados.</p> <p>b. Una vez obtenidos los grados procederán a avanzar hasta el objeto seleccionado y contarán la cantidad de pasos normales que les tomó en llegar.</p> <p>c. Partiendo desde el primer objeto al que llegaron, ubicará otro objeto a la distancia y procederán a obtener los datos requeridos por el docente. así lo harán hasta obtener 10 objetos.</p> <p>d. Al terminar anotarán en otra hoja el inicio, los grados y la cantidad de pasos, los cuales serán entregados a otro equipo para que realice el recorrido.</p> <p>Cuando el otro equipo termine se juntarán para comparar resultados.</p>		
3	<p><b>Pistas naturales y claves: “Búsqueda del tesoro”</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se organiza al grupo por equipos de 6 a 7 personas</li> <li>2. En un área ubicada en el medio natural se trazarán pistas al lado</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 6 fichas impresas de pistas naturales y artificiales.</li> <li>● 1 carnet por equipo</li> <li>● 8 mensajes en clave.</li> </ul>	2 horas

		<p>derecho del camino elegido, allí trazar una ruta con las distintas señales (que están en las fichas técnicas) utilizando para esto piedras, ramas, madera, gises de un tamaño no menor a 35 cm.</p> <p>3. Para trazar la ruta hay que ir poniendo las pistas entre 2 personas una se pone en el punto de partida y la otra en el punto donde se pondrá la siguiente pista, esto para cerciorarse que las flechas estén derechas, las pistas deberán ponerse más o menos a 15 a 20 mts de distancia y deberán estar a la vista del lado derecho del camino.</p> <p>4. El equipo encargado de instalar las pistas deberá partir alrededor de 40 minutos antes de que el primer equipo salga.</p> <p>5. A lo largo de la ruta se irán dejando mensajes escondidos en clave (que se muestran en la ficha técnica que se les proporcionó a cada equipo) para que los equipos que los encuentren los vayan descifrando y anotando ya que cada mensaje forma parte de un párrafo o indicación que deberán completar y entregar al final de la pista para que la persona encargada les entregue el mapa del tesoro si es que lograron hacer el menor tiempo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 3 premios especiales.</li> <li>● 3 gises</li> <li>● 1 hoja y 1 lápiz por equipo</li> <li>● 2 mapas del tesoro</li> <li>● 2 tesoros para esconder (suficiente para 7 personas c/u)</li> <li>● Botiquín</li> <li>● Cámara</li> <li>● 2 relojes con cronómetro.</li> <li>● 2 plumas y dos hojas para los que vigilan la salida y la meta.</li> <li>● 1 trofeo de la actividad</li> </ul>	
--	--	---	--	--

		<p>6. Para saber qué equipo hizo el menor tiempo, los encargados deben registrar los tiempos de salida y llegada en el carnet y esperar a que llegue el último equipo (mientras tanto el equipo a cargo deberá hacer una sesión de 8 fotografías a los equipos según vayan llegando y al reloj que marca el tiempo de llegada, las cuales se compartirán en clase como evidencia)</p> <p>7. Se entregará un mapa del tesoro (de no muy difícil, lejana, ni extensa localización) que indicará en dónde está escondido el cofre con los premios.</p> <p>8. Encontrado el tesoro se organiza a todo el grupo para UNA FOTO DE TODO EL CONTINGENTE</p> <p>9. Iniciar la caminata de regreso, se dan las gracias, objetivos y concluye la actividad.</p>		
4	<b>Técnicas de orientación con brújula y sin brújula.</b>	<p>1. Se les proporciona una ficha técnica sobre algunas técnicas de orientación con distintos métodos.</p> <p>2. Se ubicarán 5 bases rotativas de 20 minutos cada una y se designa un responsable de base previamente instruido para la aplicación de las técnicas que consistirán en: Base a -Brújula Solar</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 3 palos de escoba</li> <li>● 3 relojes de manecillas (pueden ser de cartón)</li> <li>● 6 tapaderas de frasco</li> <li>● 6 agujas</li> <li>● 1 imán</li> <li>● 6 corchos u hojas de árbol</li> <li>● 1 botella de agua</li> <li>● 3 brújulas de regleta</li> <li>● 3 papeles con azimuts</li> <li>● 15 latas vacías (6 cm de diámetro x) y limpias</li> </ul>	2 horas

		<p>Base b -Técnica del reloj de manecillas y Brújula con aguja e Imán</p> <p>Base c -Localización de azimut con brújula de regleta</p> <p>Base d -Kits astronómicos: Osa mayor, Casiopea, Orion, Osa menor</p> <p>Base e -Uso de GPS</p> <p>3. Se organiza el grupo en 5 equipos</p> <p>4. Cada equipo inicia en una base diferente, a los 20' se rotan los equipos a la base que se encuentra en sentido de las manecillas del reloj.</p> <p>5. Se induce a un proceso metacognitivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 rollo de tape gris</li> <li>● 3 clavos</li> <li>● 2 martillos</li> <li>● Dibujos a escala de constelaciones</li> <li>● 2 gps</li> </ul>	
5	<b>Carrera de Orientación</b>	<p>1. Se les entregará a los alumnos un mapa con indicaciones en grados y distancias (metros o cm) sobre los lugares a donde se deben dirigir.</p> <p>2. Con el uso de su brújula ubicarán la dirección hacia donde tienen que ir.</p> <p>3. Con el uso de su regla deberán calcular las distancias en metros o centímetros, según se les haya entregado en el mapa, y así lograr ubicar el punto hacia donde tienen que trasladarse.</p> <p>4. Cuando hayan terminado el recorrido, los alumnos se reunirán donde el profesor y conversarán sobre la experiencia, pros y contras de la actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mapa a escala del lugar donde se llevará a cabo la carrera</li> <li>● Brújula de mirilla y/o de base plana (de preferencia ambas).</li> <li>● Lápiz del #2 y una regla de 15cm</li> </ul>	2 horas

UNIDAD III				
6	<b>Reconocimiento del equipo</b>	<p>1. Dirigidos por el docente, los alumnos formarán parejas con las cuales realizarán las siguientes consignas.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Vestirán el equipo básico de rapel (arnés, casco, guantes, mosquetón y descensor) y cada uno deberá revisar que su pareja tenga bien colocados los elementos básicos del equipo.</li> <li>Una vez revisado, procederán a anclarse por turnos a una cuerda previamente sujeta a X estructura no mayor a 4 metros y simularán la postura de un descenso.</li> <li>Cada alumno deberá revisar que su pareja esté bien anclada y colocada adecuadamente para un descenso.</li> </ol> <p>2. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cuerda estática de 6m</li> <li>● Cascos</li> <li>● Guantes</li> <li>● Arneses</li> <li>● Mosquetones</li> <li>● Descensores</li> </ul>	2 horas
7	<b>Visita al gimnasio de escalada</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>El grupo se encuentra en el gimnasio de escalada de la ciudad, previa cita con los encargados.</li> <li>El encargado del gimnasio dará una plática breve sobre cómo fue la instalación del negocio, y cómo funciona</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ropa adecuada: cada quien</li> <li>● 1 botella de agua c/u</li> <li>● 1 bolsita de magnesia</li> <li>● Cámara fotográfica</li> <li>● Cuota del gimnasio. cada quien.</li> </ul>	2 horas

		<p>administrativamente. (muy breve), además sobre el tema de la escalada como futuro deporte olímpico y las necesidades de estructura.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Posteriormente se les darán las reglas de seguridad.</li> <li>Explicación del equipo que se utilizará para la práctica</li> <li>Algunas técnicas de escalada vertical y en “boulder” y del cuidado de su compañero, verificando que su equipo esté bien y asegurando su subida al escalar y su descenso.</li> <li>6. El maestro deberá estar monitoreando las “velas” para evitar accidentes.</li> <li>Una vez que todos hayan intentado la escalada vertical, podrán disponer del tiempo que queda para escalar en boulder libremente, pero con el monitoreo del maestro.</li> <li>Antes de retirarse se conduce a un proceso de metacognición.</li> </ol>		
<b>UNIDAD IV</b>			•	
8	<b>Sendero homologado el Descanso</b>	Los alumnos realizarán un recorrido de 15.5Km en un sendero tipo circuito dirigido por el docente, donde pondrán en práctica los principios vistos en clase, sobre la dirección de grupos en medios naturales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Auxiliares de primeros auxilios</li> <li>• 3 radios para comunicación</li> <li>• 600 ml de Gel antibacterial</li> </ul>	5 horas
9	<b>Rally Ecológico</b>	<p>Trabajo en equipo:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Se le entrega a cada equipo un listado de 10 retos relacionados</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 Listas de Retos ecológicos para el Rally</li> </ul>	1 hora

		<p>con la observación e identificación de la naturaleza.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Se les pide fotografiar alguna especie específica de flora y fauna que se puede encontrar relativamente fácil en el área de preferencia algunos en su nombre científico.</li> <li>● Algunos objetos naturales con características especiales enfatizando que no deben dañar a los seres vivos.</li> <li>● También se puede pedir que se tomen fotografías en posiciones difíciles o graciosas frente a algún tipo de árbol, que trepen etc.</li> </ul> <p>2. Se les da un tiempo límite de 40 minutos para que termine el Rally (si es que el área no es muy grande)</p> <p>3. El primer equipo que termine completo y correctamente el Rally Gana.</p> <p>Se conduce a un proceso de metacognición para que analicen ¿qué hicieron? ¿cómo le hicieron? ¿qué les costó más trabajo? ¿qué conocen y que desconocían? ¿Qué aprendieron de la naturaleza? para enfatizar que esa fue una pequeña práctica del senderismo interpretativo.</p>		
<p><b>UNIDAD</b> <b>V</b></p>				

10	<b>Construcción de un refugio</b>	Los alumnos construirán un refugio utilizando los nudos necesarios para su construcción.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 rollo de soga de Henequen torcido 300ft</li> <li>● Palos de escoba.</li> <li>● Sábana o lona</li> </ul>	1 hora
11	<b>Pista de comandos (de obstáculos)</b>	<p>1. Se dividirá al grupo en 5 equipos</p> <p>2. Se designará a cada equipo la construcción de 2 obstáculos con un límite de tiempo de 40' (a cada equipo se le proporcionará el material y las instrucciones para instalar el obstáculo, el maestro deberá estar atento para verificar que los obstáculos están instalados correctamente)</p> <p>3. Los 10 obstáculos son los siguientes (al maestro le toca poner 1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Perezoso</li> <li>. Sargento</li> <li>. Cuerda floja/ puente/ (slackline)</li> <li>. Pecho tierra</li> <li>. Escalera loca</li> <li>. Circuito ligero y rápido: zig-zag, salto tigre, salto bayas, elefantitos, zancos, arriba abajo, vueltas y croquet.</li> <li>. Paso del mono</li> <li>. Arnés hechizo y polea (auto subida o subir al compañero por turno)</li> <li>. Pista ciega</li> <li>. Tirolesa</li> </ul> <p>4. A cada equipo se le proporcionará un carnet con los 10 obstáculos que les irán firmando en cada obstáculo por equipo toda vez hayan pasado el 80% del equipo,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 cuerdas de 10 metros: maestra</li> <li>● 1 cuerda de 20 mts</li> <li>● 1 cuerda de 20 mts</li> <li>● 10 estacas: maestra</li> <li>● 12 palos de escoba: maestra</li> <li>● 1 mecahilo</li> <li>● 14 pañuelos:</li> <li>● martillo:</li> <li>● 2 pares de zancos</li> <li>● 2 palos de croquet, 2 aritos de croquet y 2 pelotas</li> <li>● 1 polea, solo si se va a poner la tirolesa</li> <li>● 2 cascos:</li> <li>● 2 arneses:</li> <li>● Cinta de seguridad roja</li> <li>● Cinta para cuerda floja y rash (slackline)</li> <li>● Escalera loca</li> <li>● 2 cajas de cartón grandes (desarmadas)</li> <li>● Premios</li> </ul>	3 horas



		<p>anotando el tiempo por equipo en cada obstáculo.</p> <p>5. Los encargados de firmar en cada obstáculo serán un representante de cada equipo en la primera ronda de 5 obstáculos y otros 5 diferentes de cada equipo para la segunda ronda.</p> <p>6. Se les dará a cada equipo 30 minutos para pasar cada ronda en las que ellos podrán elegir el orden de los obstáculos según estén libres.</p> <p>7. Al terminar las 2 rondas se saca el tiempo promedio de cada equipo y se premian los 3 primeros lugares.</p> <p>8. se recoge y ordena todo el material.</p> <p>Observaciones: En todo momento el maestro deberá estar pendiente de los obstáculos que representen más dificultad para prevenir que pase algún accidente, los obstáculos deberán estar firmes y verificarse antes de usarse, el material debe ser seguro, la altura de los obstáculos no deberá exceder de los 2.5 mts. a excepción de la (tirollesa y la polea)</p>		
12	<b>Construcción de balsas y uso de embarcación.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se dan a conocer los objetivos de la actividad, Conducción, Organización, Motivación, Formato acuático.</li> <li>2. Dar a conocer medidas de seguridad en el medio acuático.</li> <li>3. Los equipos ya deberán estar conformados para la hora de la</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 10 palos de escoba por equipo.</li> <li>● 1 bola de ixtle mediano por equipo</li> <li>● 1 Tijeras por equipo</li> <li>● Ropa adecuada para la actividad.</li> <li>● 1 garrafón con tapadera por persona.</li> </ul>	2 horas

		<p>actividad ya que en este caso el material corre por su parte.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Se les dan las indicaciones: Cada equipo deberá construir una balsa utilizando los nudos y amarres vistos en clase, con el material que se les solicitó para la práctica (1 bola de ixtle, tijeras, 10 palos de escoba, 1 garrafón con tapón por cada miembro del equipo, y ropa adecuada para la actividad)</li><li>5. La balsa deberá ser capaz de llevar a cuestas sin hundirse a por lo menos 2 miembros del equipo.</li><li>6. Se realizará una carrera de relevos en parejas de 25 metros, los miembros del equipo que subirán a la balsa llevarán un remo, casco y chaleco salvavidas mismos que deberán pasar a los relevos quienes no podrán avanzar hasta que tengan puesto el equipo de seguridad. Gana el equipo que termine la carrera de relevos primero con su balsa completita.</li><li>7. El último reto consiste en una competencia de resistencia de la balsa, la balsa que soporte llevar a cuestas sin hundirse a más miembros del equipo en un trayecto de 25 metros gana.</li></ol> <p>Al finalizar se hace una retroalimentación y se invita a dejar limpio el lugar.</p>		
--	--	---	--	--

UNIDAD VI				
13	<p><b>Propuesta sobre Programa de actividades en el medio natural con duración de 2 días</b></p>	<p><b>PREPARACIÓN DE LA PRÁCTICA:</b>  Siguiendo los siguientes pasos vistos en clase, cada equipo deberá hacer un proyecto con duración de 2 días basado en actividades en el medio natural:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Que? = Planteamiento y presentación de la empresa</li> <li>• ¿Por qué? = Justificación</li> <li>• ¿Para quién? = Cliente</li> <li>• ¿Por qué? = Objetivo general y particulares</li> <li>• ¿Cuánto? = Metas Cuantitativas</li> <li>• ¿Dónde? = Todo sobre el lugar</li> <li>• ¿Cuándo? = Fecha (clima, hora de sol, temporadas, etc)</li> <li>• ¿Cómo? = Organización, metodología</li> <li>• ¿Quiénes? = Recurso humano: organigrama y descripción de funciones</li> <li>• ¿Con qué? = Listado de recursos necesarios: materiales y logísticos</li> <li>• ¿A qué costo? = Presupuesto</li> <li>• Seguimiento del desarrollo = Cómo se llevará esto durante el desarrollo del evento.</li> <li>• Evaluación del evento; herramientas para: Diagnóstica, Monitoreo y resultados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoyo Multimedia</li> <li>• 1 Proyector</li> <li>• 1 Computadora</li> <li>• 5 Reconocimientos</li> <li>• 1 Lista de cotejo</li> <li>• 1 Rúbrica de evaluación</li> <li>• Silbato</li> <li>• Los materiales que correspondan a las actividades en el medio natural seleccionadas e implementadas por los equipos.</li> </ul>	7 horas

		<p><b>IMPLEMENTACIÓN DE LA PRÁCTICA:</b></p> <p><b>Parte A</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con base en esta propuesta por turnos de 1:30 horas por equipo, cada equipo implementará un segmento de los más representativos del tipo de campamento que se les designó organizando y animando al resto del grupo de compañeros a participar de él, utilizando técnicas y herramientas de conducción de sesiones.</li> <li>2. Se conduce al grupo en la participación de evaluación de pares y autoevaluación.</li> </ol> <p><b>Parte B</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. El equipo expondrá su proyecto ante dos invitados que se desenvuelven en el ramo “clientes potenciales”, con la finalidad de convencerlos de que es un proyecto productivo en el que conviene invertir y totalmente factible en su desarrollo, apoyados con presentaciones multimedia, y diseño de mercadotecnia.</li> </ol>		
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Exposición teórico- práctica con apoyos multimedia
- Manejo de Equipos de trabajo.
- Prácticas Guiadas al aire libre
- Por modelaje: Visitas guiadas a empresas relacionadas
- Panel de expertos
- Seguimiento

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Análisis de casos
- Investigación
- Mapas mentales y conceptuales
- Elaboración de videos
- Diseño e Implementación de programas recreativos
- Diseño y exposición de proyecto final.
- Prácticas al aire libre

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

Examen parcial .....	10%
Prácticas .....	30%
Exposiciones y Tareas .....	20%
Proyecto final .....	20%
Campamento de fin de cursos- .....	20%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>García, E. (2005). <i>Orientación: desde el mapa y la brújula hasta el GPS y las carreras de orientación</i>. Madrid: Desnivel [clásica].</p> <p>Secretaría de Turismo. (26 de septiembre de 2003). Norma Oficial Mexicana NOM-09-TUR-2002, que establece los elementos a que deben sujetarse los guías especializados en actividades específicas. <i>Diario Oficial de la Federación</i> [clásica] Recuperado de <a href="https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19524/2_NOM-09-TUR-2002.pdf">https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19524/2_NOM-09-TUR-2002.pdf</a> .</p> <p>Secretaría de Turismo. (22 de julio de 2002). Norma Oficial Mexicana NOM-011-TUR-2001, Requisitos de seguridad, información y operación que deben cumplir los prestadores de servicios turísticos de Turismo en Aventura. <i>Diario Oficial de la Federación</i> [clásica]. Recuperado de <a href="http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=723685&amp;fecha=22/07/2002#:~:text=NORMA%20Oficial%20Mexicana%20NOM%2D011,%2D%20Secretar%C3%ADa%20de%20Turismo.">http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=723685&amp;fecha=22/07/2002#:~:text=NORMA%20Oficial%20Mexicana%20NOM%2D011,%2D%20Secretar%C3%ADa%20de%20Turismo.</a> .</p> <p>She, S., Tian, Y., Lu, L., Eimontaite, I., Xie, T. &amp; Sun, Y. (2019). An Exploration of Hiking Risk Perception: Dimensions and Antecedent Factors. <i>International Journal of Environmental Research and Public Health</i>, 16(11),1986. doi: 10.3390/ijerph16111986. Recuperado de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6603918/pdf/ijerph-16-01986.pdf">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6603918/pdf/ijerph-16-01986.pdf</a></p>	<p>Baena-Extremera, A., Baños, R. F., &amp; Serrano, J. M. (2014). Elaboración de una carrera de orientación para Educación Física en Sierra Nevada. <i>Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación</i>, (25), 136-139. [clásica]. Recuperado de <a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=455515">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=455515</a></p> <p>Baena-Extremera, A., Pérez, J. M. S., Baños, R. F., &amp; García, J. F. (2013). Adaptación de nuevos deportes de aventura a la educación física escolar: las vías ferratas. <i>Apunts. Educación física y deportes</i>, 4(114), 36-44. [clásica]. Recuperado de <a href="https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/274080/362174">https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/274080/362174</a></p> <p>Bretón A. (2018). <i>Manual de Excursionismo</i>. México: Ed. Alejandro Bretón Ortiz.</p> <p>Escarvajal- Rodríguez, J. C., &amp; García-Montes, M. E. (2018). Openorienteeing Mapper: elaboración de mapas de orientación de centro escolares. <i>EmásF: revista digital de educación física</i>, (51), 79-88. Recuperado de <a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6360324">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6360324</a></p> <p>Mitten, D., Overholt, J., Haynes, F., D'Amore C. &amp; Ady, C. (2016). Hiking: A Low-Cost, Accessible Intervention to Promote Health Benefits. <i>American Journal of Lifestyle Medicine</i>, 12(4), 302-310. Recuperado de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6993091/pdf/10.1177_1559827616658229.pdf">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6993091/pdf/10.1177_1559827616658229.pdf</a></p>

Pawson, D. (1999). *Manual de Nudos: Guía práctica paso a paso para realizar más de 100 nudos*. Barcelona: BLUME [clásica].

## X. PERFIL DEL DOCENTE

Título universitario de carrera profesional relacionada con las especialidades contenidas en la norma oficial mexicana NOM-09-TUR-2002 y las temáticas contenidas en las unidades de esta carta genérica, así como contar con al menos un año de experiencia acreditable como asistente en la conducción de grupos en actividades de las disciplinas que se contemplan en este documento. El docente deberá contar con certificación o constancia de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar con un máximo dos años de haber sido expedida por una institución calificada en la materia.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Tecnologías de la Información y la Comunicación
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

José Luis Bermúdez Flores  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas  
Irma Cruz Soto

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La finalidad de la unidad de aprendizaje Tecnologías de la Información y la Comunicación es efficientar e innovar actividades de la actividad física mediante el uso de las TICS.

Su utilidad radica en que el alumno desarrolle habilidades en el uso de las herramientas tecnológicas para su aplicación en la solución de problemas en la actividad física.

Esta asignatura pertenece a la etapa básica con carácter obligatorio y forma parte del área de conocimiento Administrativa.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Elaborar documentos electrónicos para el manejo de presentaciones, video, textos y cálculo, mediante el uso de herramientas de las tecnologías de la información y la comunicación, para efficientar e innovar actividades de la actividad física, con actitud objetiva, creativa, ordenada y responsable.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elabora proyecto de la actividad física y deporte que incluya:

- Temática de estudio, que se tratarán mediante las herramientas de las TIC.
- Planteamiento de proyecto y objetivo que incluya el uso, medición y presentación de una propuesta digital considerando mínimamente aspectos de presentación digital (Video, Infografía, Página Web,Etc) para representar la problemática a atender.
- Diseño e implementación de un manual de ayuda para el tema tratado (Documento de texto con: Estructura) relevante al problema trabajado y los cálculos o acciones necesarias a resolver.
- Elaboración de base de datos, mediante herramientas web y google Docs para la recolección de información.
- Elaboración de un Dashboard de una hoja de cálculo, para procesar y manejar la información recolectada de la problemática de la actividad física: Incluye automatización de la información, personalización de gráficas y fuentes de datos

El proyecto deberá entregarse con una estructura propuesta por la unidad académica en el formato digital.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Tecnologías de la información y la comunicación**

**Competencia:**

Identificar los conceptos fundamentales de las tecnologías de la información y la comunicación, a través de la revisión bibliográfica y el estudio de casos, para comprender su aplicación en la vida diaria, con actitud analítica, reflexiva y crítica.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Introducción a las Tecnologías
  - 1.1.1 Concepto de Artefactual, Técnica, Tecnológica, Comunicación, Electrónica
  - 1.1.2 Revolución de la Tecnología
  - 1.1.3 Tecnologías para el aprendizaje (TIC, TAC, TEP)
  - 1.1.4 Efectos de las tecnologías en la sociedad
  - 1.1.5 Big data
  - 1.1.5 Agentes inteligentes (IA)
  - 1.1.6 Asistentes Virtuales (Alexa, Home, Cortana, Siri)
- 1.2 El sistema operativo
  - 1.2.1 Sistema operativo de Fijos y Móviles
  - 1.2.2 Tipos de Sistemas operativos
  - 1.2.3 Aplicaciones móviles en la actividad física.
  - 1.2.4 Manejo de archivos y datos
  - 1.2.5 Estructura de Archivos
- 1.3 Uso de periféricos de los equipos de cómputo.
  - 1.3.1 Tecnologías de Entrada / Salida y almacenamiento
  - 1.3.2 Dispositivos de señalamiento
  - 1.3.3 Sistemas de reconocimiento de voz
  - 1.3.4 Digitalización.
- 1.4 Medios electrónicos de comunicación
  - 1.4.1 Web 1.0, 2.0, 3.0 y 4.0
  - 1.4.2 Aplicaciones de escritorio web
  - 1.4.3 Almacenamiento virtual
  - 1.4.4 Herramientas y aplicaciones Web
  - 1.4.5 Redes sociales
  - 1.4.6 Streaming y videoconferencias

## UNIDAD II. Procesador de textos

### Competencia:

Organizar información, mediante las herramientas del procesador de textos, para elaborar documentos académicos estructurados, con actitud colaborativa, creativa y diligente.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 2.1. Procesamiento de textos
  - 2.1.1. Nomenclatura de archivo de textos
  - 2.1.2. Código Ascii y codificación de archivos.
  - 2.1.3. Procesadores de texto plano y enriquecido.
- 2.2. Configuración para la edición de textos
  - 2.2.1. Capa de diseño de trabajo
  - 2.2.2. Área de impresión
  - 2.2.3. El esquema
  - 2.2.4. Títulos y notas al pie, índice
- 2.3. Manejo de herramientas básicas
  - 2.3.1. Tablas
  - 2.3.2. Edición de Texto
  - 2.3.3. Manejo imágenes
- 2.4. Referencias
  - 2.4.1. Títulos
  - 2.4.2. Citas y bibliografía
  - 2.4.3. Tablas de Ilustraciones
  - 2.4.4. Tablas de Contenido
  - 2.4.5. Notas al Pie
  - 2.4.6. Índice
- 2.5. Correspondencia
  - 2.5.1. Formatos de combinación
  - 2.5.2. Campos de combinación
  - 2.5.3. Vista previa
  - 2.5.4. Finalizar y combinar

## UNIDAD III. La hoja de cálculo

### Competencia:

Analizar datos, mediante las herramientas de la hoja de cálculo, para brindar información en la solución de problemáticas de la actividad física, con actitud analítica, responsable y crítica.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 3.1 Conceptos básicos de la hoja de cálculo
  - 3.1.1. Características de la hoja de cálculo
  - 3.1.2. Elementos de la Hoja de cálculo
  - 3.1.3. Operaciones aritméticas y lógicas básicas
  - 3.1.4. Referencias, Tipos y Navegación
- 3.2. Manejo de funciones
  - 3.2.1. Fecha y Hora
  - 3.2.2. Estadísticas
  - 3.2.3. Búsqueda y referencia
  - 3.2.4. Lógicas
  - 3.2.5. Texto
- 3.3. Gráficos
  - 3.3.1. Tipos de gráfico
  - 3.3.2. Ilustraciones
  - 3.3.3. Minigráficos
  - 3.3.4. Gráficos combinados
- 3.4. Manejo de información y tratamiento de datos
  - 3.4.1. Consolidación de datos
  - 3.4.2. Filtros
  - 3.4.3. Tablas dinámicas
  - 3.4.4. Gráficos dinámicos

## UNIDAD IV. Sistemas de presentación

### Competencia:

Elaborar documentos informativos, mediante la identificación de herramientas tecnológicas y el uso de los elementos de la presentación, para promover una comunicación asertiva, con actitud abierta, creativa y autocrítica.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 4.1 Conceptos de la presentación
  - 4.1.1 Elementos de una hoja de presentación
  - 4.1.2 Tipos de plantillas y uso de plantillas personalizadas
  - 4.1.3 Procesos de animación
  - 4.1.4 Características principales para el desarrollo y la exposición
- 4.2 Transiciones y efectos
  - 4.2.1 Animaciones
  - 4.2.2 Entrada
  - 4.2.3 Énfasis
  - 4.2.4 Salida
  - 4.2.5 Trayectorias de movimiento
  - 4.2.6 Uso de video
- 4.3 Control de presentación
  - 4.3.1 Tiempos de presentación
  - 4.3.2 Tipos de presentación
  - 4.3.3 Resolución de presentación

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I				
1	<b>Uso de sistemas operativos de escritorio y móviles.</b>	<p><b>Identificar la estructura y capas del sistema operativo, por exploración.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicio del equipo de cómputo.</li> <li>2. Mediante Explorador de archivos, Seleccionar la opción <b>-Propiedades del Sistema</b></li> <li>3. Caracteriza el equipo de cómputo y un hardware, siguiendo la plantilla (Anexo A).</li> <li>4. Clasificar las secciones de la interfaz de usuario, mediante observación y reconocimiento de sus elementos de acuerdo con las imágenes referenciadas en el Anexo A.</li> <li>5. Utilizar la interfaz de usuario y crear una estructura de archivos de acuerdo con lo solicitado en la práctica.</li> <li>6. Identificar los comandos del sistema operativo mediante la ventana de Terminal del sistema operativo. Utilizar el comando Help y explorar los nombres de comando de línea.</li> <li>7. Entrega el reporte de la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Plantilla Anexo A</li> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> </ul>	2 horas
2	<b>Uso de plataformas E-learning (Unidad I) Blackboard.</b>	<p><b>Identificar la estructura de la plataforma Blackboard.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicio el navegador de Web y escribir la dirección <b>url: uabc.blackboard.com</b></li> <li>2. Mediante cuenta institucional autenticarse, con matrícula y contraseña. de acuerdo con la estructura 011XXXXX y AL011XXXXX.</li> <li>3. Ir al perfil de nombre y cambiar su <b>información e imagen.</b></li> <li>4. Seleccionar las opciones del flujo de actividades y explorar cada opción.</li> <li>5. Entrar a un curso donde se encuentre activo y</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Clave de correo de UABC y usuarios.</li> <li>● Plantilla Anexo B</li> </ul>	2 horas

		<p>explorar las opciones.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Caracterizarlas herramientas del curso de la plataforma, su uso y aplicación, siguiendo la plantilla (Anexo B).</li> <li>Clasificar las secciones de la interfaz de usuario, reconocimiento de la sección de <b>Contenido, Calendario, Debates, Libro de calificaciones, Mensajes y Estadísticas.</b></li> <li>Hacer una redacción en la planilla Anexa sobre el propósito de cada elemento y sus usos.</li> <li>Hacer un contraste con la plataforma de <b>Google Classroom</b>, Llenando el cuadro comparativo del <b>Anexo B.</b></li> <li>Guardar y entregar el reporte de la práctica.</li> </ol>		
3	<p><b>Aplicaciones para la actividad física y el cuidado de la salud. (Uso de aplicaciones móviles para el deporte y salud)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Instalación de aplicaciones para dispositivos móviles</b> (<i>Rolla World NCR + Nike Running Coach, Noom, Heart Rate, Health, Salud Calc</i>).</li> <li>Ingresar a la plataforma Google Play (Sistema Operativo Android) Apple Store (Dispositivos IOS).</li> <li>Instalar las aplicaciones referidas.</li> <li>Descargar la plantilla de la práctica (Anexo C).</li> <li>Utilizando los pasos de la tabla, caracterizar los elementos relacionados con información que ofrece cada aplicación y la información necesaria que se suministra para la obtención de resultados.</li> <li>Configurar cada aplicación y explorar la información que aportan.</li> <li>En la plantilla, llenar el reporte individual de los resultados observados, ventajas y desventajas de cada una.</li> <li>Guardar y entregar práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora, Dispositivo Móvil</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Plantilla Anexo C</li> <li>● Clave de correo de UABC y usuarios.</li> </ul>	2 horas
4	<p><b>Uso de plataformas de almacenamiento virtual (Google Drive, Herramientas Web y</b></p>	<p><b>Configuración de cuenta y herramientas Web para plataforma de almacenamiento virtual.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ingresar a la url de almacenamiento virtual de</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Clave de correo de</li> </ul>	2 horas



	Formularios).	<p><b>Google Drive</b>, y con su cuenta de correo institucional autenticarse.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Siguiendo la práctica paso a paso, presionar botón <b>Nuevo</b> para conectar <b>más aplicaciones</b> a google drive, herramientas: a) para <i>diseño de diagrama de flujo</i> (LucidChart), b) Herramienta de QR Code <i>Barcode Generator</i> c) <i>Mapas Mentales MindMup</i> d) <i>Manejo de Imágenes Gimp Online</i> e) <i>Powtoon</i></li> <li>3. Crear una carpeta para guardar y compartir los archivos que creará con las herramientas instaladas (<b>Práctica 4</b>).</li> <li>4. Con las aplicaciones agregadas a google drive, presionar el botón de <b>Nuevo</b>.</li> <li>5. Desarrollar un <i>diagrama de flujo</i> igual a la <i>imagen 1</i> de la práctica.</li> <li>6. Seleccione la aplicación para Diseñar un código de barras QR, para compartir su información y guardar en carpeta.</li> <li>7. Repetir pasos para crear un Mapa Mental, sobre el uso de google drive</li> <li>8. Editar una imagen de perfil con la herramienta <b>Gimp</b> y guardarla en su carpeta virtual previamente creada.</li> <li>9. Desarrolle un pequeño video con la herramienta Powtoon.</li> <li>10. Una vez finalizadas las actividades, compartir enlace, para cualquier persona que tenga correo uabc.edu.mx, con el permiso de Lector.</li> <li>11. Entregar práctica.</li> </ol>	<p>UABC y usuarios.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Practica paso a paso.</li> </ul>	
5	TIC, TAC, TEP	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Búsqueda de conceptos y características de las TIC, TAC y TEP, así como sus desventajas y diferencias entre ellas.</li> <li>2. Práctica de carácter individual.</li> <li>3. Búsqueda de información de los temas, donde incluirá el concepto y características de TIC, TAC y TEP,</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Clave de correo de UABC y usuarios.</li> <li>● Uso de objetos de aprendizaje</li> </ul>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Incluirá dibujos e imágenes,</li> <li>5. Insertará un Video de cada una de las clasificaciones.</li> <li>6. Debe incluir la bibliografía usando el formato APA.</li> <li>7. Cada estudiante deberá agregar su trabajo en el foro de discusión para su evaluación</li> <li>8. Explicación de términos y conceptos por el profesor.</li> <li>9. Para retroalimentar su conocimiento adquirido deberá revisar el objeto de aprendizaje libre en la red.</li> </ol>		
<b>UNIDAD II</b>				
6	<b>Uso de editores WYSWYG, WYSWYM para páginas diseño WEB. (Google docs).</b>	<b>Uso de la aplicación Google Docs</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Abrir un documento nuevo</li> <li>2. Seleccionar una <i>plantilla predeterminada</i></li> <li>3. Usar la opción <i>General</i></li> <li>4. Buscar la opción de <i>Boletín Alegre</i></li> <li>5. Cambiar textos e imágenes con un tema deportivo de tu interés</li> <li>6. Para compartir el enlace del documento, debe presionar el botón <i>Compartir</i></li> <li>7. Seleccionar el <i>botón de Obtener enlace</i> y configure con <i>la opción de restringido a cualquiera que tenga el enlace</i></li> <li>8. Copie el enlace y envíela en su meta</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Clave de correo de UABC y usuarios.</li> </ul>	2 horas
7	<b>Configuración de documentos y uso de bordes de página. irma</b>	<b>Creación de un documento para reconocimiento o diploma.</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Abrir un documento nuevo</li> <li>2. Configurar documento tamaño carta, orientación horizontal, márgenes 2,5 cm</li> <li>3. Insertar bordes de página</li> <li>4. Insertar textos centrados: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. <i>Reconocimiento</i>: fuente: Pacifico o Lobster. 18 puntos</li> <li>b. <i>Otorgado a</i>: Arial, 12 puntos</li> <li>c. Redactar: <i>por haber ganado el primer lugar en la carrera de "Atletismo 2020"</i>.</li> </ol> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Procesador de textos o Google Docs</li> <li>● Correo electrónico institucional</li> </ul>	2 horas

		<p>d. Ensenada, B.C, Fecha:</p> <p>5. Insertar logotipo de la escuela o institución.</p> <p>6. Guardar su archivo en formato PDF.</p>		
8	<p><b>Uso de la opción herramientas del Procesador de Textos Microsoft Word o Generico (Google Docs). (Unidad II)</b></p>	<p><b>Práctica del formato APA con el procesador de Textos.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utilizará Google Académico <a href="https://scholar.google.es/schhp?hl=es">https://scholar.google.es/schhp?hl=es</a></li> <li>2. Buscar 3 libros con las palabras clave: <i>Informática y deporte.</i></li> <li>3. Abre un archivo en <i>Google Docs</i></li> <li>4. Selecciona la <i>opción Herramientas y la opción Citas.</i></li> <li>5. Seleccione la opción <i>APA</i></li> <li>6. Seleccione la opción <i>libro, rellene los espacios del formulario.</i></li> <li>7. <i>Agregue citas y después agregar bibliografía.</i></li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Site Google</li> <li>● Procesador de textos o Google Docs</li> <li>● Correo electrónico institucional</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
9	<p><b>Elementos de la Hoja de Cálculo y Uso de Referencias (Conocer el funcionamiento básico de Excel, sus principales elementos, uso de referencias y operación en el cálculo).</b></p>	<p><b>Introducción al uso de referencias, operadores aritméticos y lógicos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iniciar la aplicación de Ms. Excel.</li> <li>2. Diseñar una plantilla de documento parecido a la imagen (<b>Anexo 1 Ver plantilla de la Práctica</b>).</li> <li>3. Utilizar los nombres de celdas indicadas, para la entrada de celdas variables de entrada.</li> <li>4. Utilizando la fórmula de Velocidad. En la celda H13 calcular la velocidad <b>=C13/(C15/60)</b></li> <li>5. En la celda H15, calcular el aumento que tendría que darse para disminuir el porcentaje solicitado <b>=H13*(1+C17)</b></li> <li>6. En la celda G17 Comprobar el resultado de disminución <b>=(1C17)*C15</b></li> <li>7. En la celda I17, Comprobar el resultado de Velocidad, <b>=C13/(G17/60)</b></li> <li>8. Agregar personalización de formato a cada celda para que contengan el tipo de</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Anexo Plantilla para práctica de referencias.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Aplicación</li> <li>● Hoja de Cálculo.</li> <li>● Proyector</li> </ul>	2 horas

		<p>información. <b>(Km, Minutos, Horas, %, Etc)</b></p> <p>9. Utilizando la fórmula de calorías. En la celda H30 calcular las calorías consumidas por hora <b>=C32*(60/30)</b></p> <p>10. En la celda H32, calcular la distancia para el consumo solicitado <b>=(C30*C34) /H30</b></p> <p>11. En la celda H34 Calcular el tiempo requerido <b>=H32/C30*60</b></p> <p>12. En la celda I36, Comprobar el resultado de consumo, = =H34/30*C32</p> <p>13. Agregar formatos a cada celda para que contengan el tipo de información. (Km, Minutos, Horas, %, Kcal, Etc)</p> <p>14. Guardar la práctica y subirla en la práctica solicitada, y responder a las preguntas del anexo.</p>		
10	<p><b>Cálculo de la Tasa metabólica y gasto calórico en la actividad física. (Funciones y Formatos condicionales de la Hoja de Cálculo).</b></p>	<p><b>Creación de un formato que calcule la Tasa Metabólica Basal de un individuo, con base a su Género, Edad, Peso y Estatura</b></p> <p>1. Iniciar la aplicación de Hoja de Cálculo.</p> <p>2. Diseñar una plantilla de documento parecido a la imagen (anexo 1)</p> <p>3. Utilizar los nombres de celdas indicadas, para la entrada de celdas variables de entrada, en la tabla correspondiente a Q8: V15.</p> <p>4. Configurar los controles de opción, para vincular la celda F10 para ello es necesario hacer clic en el control de formulario</p> <p>5. (Cualquiera: Hombre o Mujer) Seleccionar Formato de Control y vincular a la celda.</p> <p>6. En la Celda R8 Utilizando la función lógica SI, escribir que tipo de género se seleccionó en los controles de opción: <b>=SI(F10=0,"Mujer", "Hombre")</b></p> <p>7. En la Celda R15, determinar el IMC, utilizando la fórmula <math>IMC = \text{Peso} / \text{Estatura}^2</math> <b>=R11/R13^2</b></p> <p>8. Modificar los valores de actividad para hombre y mujer en la tabla T9 a U14 dependiendo de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Programa de hoja de cálculo</li> <li>● Plantilla Tasa Metabólica</li> <li>● Quiz de conocimientos</li> </ul>	2 horas

		<p>sus valores personales.</p> <p>9. Utilizando la fórmula de Tasa Metabólica Basal. En las celdas D14, D16 y D18 hacer una referencia a las celdas R9, R11 y R13 para obtener los valores correspondientes a Peso, Estatura y Edad,</p> <p>10. En la celda D21 y H21 Comprobar el resultado de la TMB, para hombre:  <b>=H13+13.75*H14+5*H16-5*H18</b> y Mujer:  <b>=D13+9.46*D14+1.8*D15-4.67*D18</b></p> <p>11. En la Celda F4, hacer una referencia a la Celda M29 para traer el factor de actividad  <b>=M29</b></p> <p>12. Agregar formatos a cada celda para que contengan el tipo de información. (Kgs, Mts, Años, Horas, Kcal, % , Etc) de acuerdo con cada celda.</p> <p>13. Utilizando la fórmula de referencia hacia las tablas de horas por actividad y género, hacer una referencia de acuerdo con la condición de que tipo de género esté seleccionado en celda \$R\$8 presentar la fórmula de la siguiente forma para descanso: <b>=SI(\$R\$8="Mujer",T9,U9)</b> y repita para cada celda de M9 hasta M25, cambiando únicamente las referencias correspondiente a las horas de cada actividad.</p> <p>14. En la celda K8, calcular la suma total de horas por las actividades diarias, mismas que deberán de cubrir un total de 24 horas.  <b>=K9+M9+M13+M17+M21+M25</b></p> <p>15. Seleccionar las Celdas K9, M9, M13, M17, M21 y M25, a las cuales se aplicará un formato condicional por fórmula.</p> <p>16. Ir a la Cinta Inicio, Sección: Estilos y opción: Formato Condicional. Seleccionar opción Nueva Regla y tomar la última regla: "Utilice una fórmula que determine las celdas para aplicar formato" en la casilla Dar Formato,</p>		
--	--	--	--	--

		<p>escriba la condición que la Celda \$K\$8 sea igual a 24 horas Condición: <b>=\$K\$8=24</b></p> <p>17. En la parte posterior dar clic en el botón Formato, aparecerá un cuadro dialogo. Seleccione la cinta Relleno y seleccione Color Verde y Aceptar, repetir Aceptar para guardar la regla en las celdas seleccionadas.</p> <p>18. Repita los pasos 13 al 16, con dos cambios únicamente. En el paso 16, la condición cambia por diferente de 24 <b>=\$K\$8&lt;&gt;24</b> y el paso 17 por Color Rojo.</p> <p>19. Seleccionar el rango de celdas de D13:D25, repita el paso 16, con la diferencia que cambiaremos a condición. <b>=\$R\$8="Hombre"</b> y En el formato se cambia el color a Relleno: <b>Blanco</b>, Bordes: <b>Ninguno</b>, Fuente: <b>Color Blanca</b>.</p> <p>20. Repetir el paso 19 para el rango de celdas <b>H13:H25</b>, con la diferencia que cambiaremos la condición. <b>=\$R\$8="Mujer"</b> y En el formato se cambia el color a Relleno: <b>Blanco</b>, Bordes: <b>Ninguno</b>, Fuente: <b>Color Blanca</b>.</p> <p>21. Dar doble clic sobre la forma Amarilla de Observaciones, hasta que quede seleccionada con los 8 puntos. Posteriormente ir a la barra de Fórmulas y escribir la referencia =R37 y presionar la tecla Intro (Enter). Aparecerán las recomendaciones de la sección.</p> <p>22. Finalmente seleccione la Celda F10 y cambie el color del texto a <b>blanco</b>.</p> <p>23. Guardar la práctica y subirla en la meta solicitada.</p> <p>24. Responder a las preguntas del Quiz.</p>		
11	<p><b>Cálculo de Ingesta Calórica recordatorio de las 24 horas.</b> <b>(Utilización de Fórmulas de Referencia, Lógicas, y</b></p>	<p><b>Uso de categoría Búsqueda y Referencias:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Descargar archivo Plantilla <b>Alimentos Calorias.xlsx</b></li> <li>2. Colocar nombre a la columna de alimentos definiéndose el nombre de base, para ello</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Programa de hoja de cálculo</li> </ul>	2 horas

	<p><b>presentación de recursos gráficos)</b></p>	<p>seleccionar la hoja Alimentos, seleccionar desde la celda <b>A2: T1057</b>.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>En el cuadro de nombres escribir el nombre de base y presionar la tecla <b>Enter</b>.</li> <li>Asignar una lista de alimentos en la hoja Dieta en las celdas de <b>C11:C42</b>, para ello regresar a la Hoja Dieta, seleccionar rango, dar clic en la cinta del menú principal <b>Datos  Herramientas de Datos  Herramienta Validación de datos</b>.</li> <li>En el cuadro de diálogo mostrado, En opción configuración, la opción permitir, seleccionar lista, y en Origen escribir <b>=indirecto(\$C\$9)</b> y dar clic en el botón aceptar</li> <li>Situar en la celda D11 y colocar la fórmula siguiente: <b>=SI(C11="", "", BuscarV(C11,base,3,0)*B11)</b> para obtener la cantidad de la porción del alimento seleccionado.</li> <li>Situar en la celda E11 y colocar la fórmula siguiente: <b>=SI(C11="", "", BuscarV(C11,base,4,0))</b> para obtener el tipo de unidad de la porción del alimento seleccionado.</li> <li>Situar en la celda F11 y colocar la fórmula siguiente: <b>=SI(C11="", "", BuscarV(C11,base,8,0)*B11)</b> para obtener la cantidad de fibra del alimento seleccionado.</li> <li>Situar en la celda G11 y colocar la fórmula siguiente: <b>=SI(C11="", "", BuscarV(C11,base,7,0)*B11)</b> para obtener la cantidad CHO del alimento seleccionado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plantilla base de datos Alimentos</li> <li>Quiz de conocimientos</li> </ul>	
12	<p><b>Determinación del somatotipo. Uso de cálculos y gráficos personalizados para la presentación de</b></p>	<p><b>Cálculo de las características físicas y la composición corporal</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Iniciar la aplicación de Ms. Excel.</li> <li>Diseñar una plantilla de documento parecido a la imagen (<b>anexo 1,2, y 3</b>)</li> <li>Definir los nombres a cada celda de entrada</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Equipo de computo</li> <li>Plicometro</li> <li>Báscula</li> <li>Tallímetro</li> <li>Cinta de Medir</li> <li>Microsoft</li> </ul>	4 horas

		<p>(No en los títulos) localizada en la hoja con el nombre de “<b>Estado</b>”, para ser utilizados y reconocidos en el libro por su propio nombre (<i>Persona, Edad, IMCdeseado, IMCreal, Ingesta, TMB, MasaGrasa, Ejercicio, MasaMagra, GastoEnergetico, Pesoldeal, Peso, Altura, Agua, Día, Semana, Mes, Estado</i>).</p> <p>4. Validar la celda <b>C5</b> con un tipo de validación <b>Lista</b>, para vincular la lista a la tabla de datos que se encuentra en la hoja con el nombre “<b>Personas</b>” para ello es necesario ir a la cinta de <b>Datos</b>; Seleccionar <i>Validación de Datos</i> y permitir origen con el rango la <b>Personas!celda A3:A51</b>.</p> <p>5. Con la función <b>Buscarv()</b> vincular cada dato de la tabla “<b>Cientes</b>”, con el nombre seleccionado en la Celda <b>C5</b> “<b>Persona</b>”. Escribir la fórmula: Ejemplo para la celda Edad escribir:  <b>=SI(Persona="","",Buscarv(Persona,clientes,3,0))</b>, Nota: repetir esta fórmula en todas las celdas (con fondo gris) vinculandose con la tabla de “<b>Cientes</b>”, para ello cambiar en la fórmula, el número de columna que correspondiente a cada valor de la tabla y que será mostrado en las celdas de la plantilla “<b>Estado</b>”.</p> <p>6. En la Celda IMCreal (<b>E7</b>), determinar el IMC, utilizando la fórmula de IMC <b>=Peso/Altura^2</b> ó <b>=C16/E16^2</b></p> <p>7. Generar los nombres de referencia con la opción nuevo, en la herramienta Administrador de Nombres localizada en la cinta Fórmulas para los siguientes nombres de tablas y fórmulas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>tablaOMS</b> para el rango (<b>=Tablas!A2:C7</b>).</li> <li>- Para los cálculos de TMB el nombre de <b>tabla TMB</b> para el rango(<b>=Tablas!E2:F5</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Excel</li> <li>• Plantillas</li> <li>• Video Antropometría</li> </ul>	
--	--	--	--	--



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para cálculo de densidad <b>tablaDurnin</b> para el rango (=Tablas!J2:N6).</li> <li>- Para imágenes <b>tablasImágenes</b> para el rango (=Tablas!G24:K25 ).</li> <li>- <b>Definir nombre EstadoIMC</b> rango(=Tablas!G22:K23).</li> <li>- Definir nombre de fórmula para localizar la imagen en tabla Imagenes con nombre: <b>imagenEstado</b> =si(genero="Hombre",indice(tablaImagenes,2,coincidir(Estado!K24,EstadoIMC,0)),indice(tablaImagenes,1,coincidir(Estado!\$K\$24,EstadoIMC,0)))</li> </ul> <p>8. Seguir los pasos de la práctica de la plantilla, para obtener cálculos 8-18 del paso.</p> <p>9. Desarrollo de gráfica personalizada para somatocarta.</p> <p>10. Con los datos obtenidos de la medición de parámetros antropométricos, colocar los resultados en la hoja de mediciones.</p> <p>11. Personalizar el gráfico, para colocar los puntos relativos a la composición corporal (Endo, Meso y Ecto).</p> <p>12. Personalice los contenidos, realice el análisis de los resultados de la práctica.</p> <p>13. Presentar el quiz de conocimientos.</p>		
<b>UNIDAD IV</b>				
13	<b>Uso de herramientas de presentación Prezi, Genially. (Unidad IV)</b>	<p><b>Desarrollará la presentación de información multimedia en Web con un tema del deporte.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Seleccionar el tema que se utilizará para la presentación atendiendo la estructura y la organización de la información.</li> <li>2. Realizar una lectura a los enlaces de páginas con el fin de reconocer las diferentes modalidades para estructurar la información y características a seguir a la hora de desarrollar o implementar un determinado estilo de plantilla (Ver guía de práctica).</li> <li>3. Estructurar la información, organizando y ordenando la de manera jerárquica que permita</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Usuarios correspondientes a la aplicación.</li> <li>● Guía de práctica.</li> </ul>	2 horas

		<p>entender el sentido o cronología de la información <b>(ver ejemplo Guía de práctica).</b></p> <p>4. Identificar las diferentes herramientas de presentación tanto de escritorio como de web, reconociendo cada particularidad que ofrece cada aplicación. Con el fin de establecer el tipo de presentación que se desarrollará con cada una de ellas.</p> <p>5. Desarrollar una presentación multimedia, <b>Genially, Prezi, donde:</b> se presentará la información previamente recolectada, agregar música imágenes y videos que puedan mejorar el impacto visual de la información que se quiere transmitir según sea el caso del tipo de aplicación.</p> <p>6. Guardar la práctica y los diferentes elementos de la presentación: <b>multimedia.</b></p> <p>7. Subirla en la meta solicitada.</p>		
14	<p><b>Uso de herramientas web 2.0 para la presentación y manejo de imagen, Piktochart, Prezi, Canva (Unidad IV)</b></p>	<p><b>Desarrollar presentación infográfica de un tema del deporte.</b></p> <p>1. Seleccionar el tema que se utilizará para la presentación atendiendo la estructura y la organización de la información.</p> <p>2. Realizar una lectura a los enlaces de páginas con el fin de reconocer las diferentes modalidades para estructurar la información y características a seguir a la hora de desarrollar o implementar un determinado estilo de plantilla (Ver guía de práctica).</p> <p>3. Estructurar la información, organizando y ordenando la de manera jerárquica que permita entender el sentido o cronología de la información <b>(ver ejemplo Guía de práctica).</b></p> <p>4. Identificar los diferentes elementos de presentación infográfica (Imágenes, textos y gráficos), reconociendo cada particularidad que ofrece la aplicación. Con el fin de establecer el tipo de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Usuarios correspondientes a la aplicación.</li> <li>● Uso de cámara y micrófono</li> </ul>	2 horas

		<p>presentación que se desarrollará con cada una de ellas.</p> <p>5. Desarrollar una presentación de infografía, con <b>PicktoChart, Canva o Prezi donde:</b> se presentará la información previamente recolectada, agregar imágenes, gráficos y textos que puedan mejorar el impacto visual de la información que se quiere transmitir según sea el caso del tipo de aplicación.</p> <p>6. Guardar la imagen para la práctica de la infografía.</p> <p>7. Subirla en la meta solicitada.</p>		
15	<p><b>Uso de herramientas de presentación sonido y video. Powtoon, Renderforest, Youtube, etc. (Unidad IV)</b></p>	<p><b>Desarrollar video animación relacionada con un tema del deporte o la actividad física.</b></p> <p>1. Seleccionar el tema que se utilizará para la presentación atendiendo la estructura y la organización de la información.</p> <p>2. Realizar una lectura a los enlaces de páginas con el fin de reconocer las diferentes modalidades para estructurar la información y características a seguir a la hora de desarrollar o implementar un determinado estilo de plantilla (Ver guía de práctica).</p> <p>3. Estructurar la información, organizando y ordenando la de manera jerárquica que permita entender el sentido o cronología de la información <b>(ver ejemplo Guía de práctica).</b></p> <p>4. Identificar las herramientas de la aplicación web, reconociendo cada particularidad que ofrece cada aplicación. Con el fin de establecer el tipo de presentación que se desarrollará con ella.</p> <p>5. Desarrollar una presentación de video animado con Powtoon o <b>Renderforest donde:</b> se presentará la información previamente recolectada, agregar música, caracteres animados, imágenes y videos que puedan mejorar el impacto visual de la información que se quiere transmitir según sea el</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Internet</li> <li>● Usuarios correspondientes a la aplicación.</li> <li>● Uso de cámara y micrófono</li> </ul>	2 horas

		caso del tipo de aplicación. 6. Guardar la práctica y el video generado. 7. Subir el video o enlace en la meta solicitada.		
--	--	--	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

La estrategia de aprendizaje por descubrimiento que propone este curso, es el desarrollo autónomo de un producto final “proyecto integral de TIC” que contempla la aplicación de conceptos, métodos y técnicas con el uso de herramientas tecnológicas, que se verán a través de unidades organizadas en prácticas secuenciadas en la conceptualización y uso de procedimientos, mediante actividades síncronas y asíncronas que ofrecen recursos de vídeo, información documental, quiz de autoaprendizaje y casos prácticos que les permitan a los estudiantes observar las problemáticas atendidas por TIC en la actividad física y deporte.

- El profesor guiará, retroalimenta y fortalece los aprendizajes con actividades, método de proyectos, aprendizaje basado en problemas, técnica expositiva, debates, ejercicios prácticos, foros, entre otras, de forma presencial que profundicen el nivel de aprendizaje; así como un espacio para integrar los contenidos e ir revisando el curso y avances de los estudiantes.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

El estudiante, realiza actividades, concentrando su actividad en la comprensión y habilitación de las diferentes herramientas de software y métodos necesarios en el uso de un dispositivo de cómputo, mismos que el estudiante trabajará mediante metas establecidas relacionadas con el área de la profesión y actividades de investigación, estudio de caso, trabajo en equipo, exposiciones, organizadores gráficos, ensayos, resúmenes, cuadros comparativos, prácticas de laboratorio y demás.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Evaluaciones parciales.....	30%
- Tareas.....	10%
- Prácticas de laboratorio.....	40%
- Proyecto de actividad física y deporte.....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Alexander, M., Kusleika, D., &amp; Walkenbach, J. (2019). <i>Microsoft Excel 2019 Bible</i>. Hoboken, EE. UU: Wiley.</p> <p>Lambert, Joan, &amp; Verfassser. (2015). <i>Microsoft Word 2016 step by step</i>. Redmond: Microsoft.</p> <p>MediaAcitve. (2016). <i>Aprender Office 2016: con 100 ejercicios prácticos</i>. México: Alfaomega.</p> <p>MIT Technology Review Insights. (2020). <i>5G and the enterprise opportunity</i>. Recuperado de <a href="https://www.technologyreview.com/2020/10/07/1009178/5g-and-the-enterprise-opportunity/">https://www.technologyreview.com/2020/10/07/1009178/5g-and-the-enterprise-opportunity/</a></p> <p>Valentin, H. (2016). <i>Presentaciones con Power Point &amp; Prezi Paso a Paso</i>. Perú: ValentinBook.</p> <p>Valentin, H. (2019). <i>Microsoft Excel 2019 Paso a Paso</i>. Perú: ValentinBook</p> <p>Wexler, N. (2019). How classroom technology is holding students back: <i>MIT Technology</i>, 123(6)p 15-25. <a href="https://www.technologyreview.com/2019/12/19/131155/classroom-technology-holding-students-back-edtech-kids-education/">https://www.technologyreview.com/2019/12/19/131155/classroom-technology-holding-students-back-edtech-kids-education/</a></p> <p>Zanoni, L. (2014). <i>Futuro Inteligente</i>. Argentina: DigitalBe. [clásica]</p>	<p>Alemán, J. A., Andujar, P. S., &amp; Ortín, E. J. (2020). <i>Guía para la prescripción de ejercicio físico en pacientes con riesgo cardiovascular</i>. Recuperado de <a href="https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO25050/seh-guia-01.pdf">https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO25050/seh-guia-01.pdf</a></p> <p>De Luca, D. (2014). <i>Apps HTML5 para móviles: desarrollo de aplicaciones para smartphones y tablets basado en tecnologías web</i>. Buenos Aires: Alfaomega [clásica].</p> <p>Luján, J. D. (2015). <i>Android: aprende desde cero a crear aplicaciones</i>. México: RC Libros.</p> <p>Valentin, H. (2017). <i>Word 2016 Paso a Paso</i>. Perú: ValentinBook.</p> <p>Zanoni, L. (2019). <i>Las máquinas no pueden soñar: Pasado, presente y futuro de la Inteligencia Artificial</i>. Buenos Aires: DigitalBe.</p>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje, Tecnologías de la Información y la Comunicación debe contar con título de Licenciatura en sistemas informáticos, Ingeniería en computación o área afín, preferentemente con estudios de posgrado en Tecnologías de la información y la comunicación y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Fundamentos de Bioquímica
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Nayelli Girón  
Patricia Concepción García Suárez  
Tatiana Romero García

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje tiene como finalidad brindar las bases de la composición y estructura del organismo a nivel molecular, permite al alumno comprender las rutas metabólicas y la fisiología del cuerpo humano durante la actividad física y deporte. Fundamentos de Bioquímica se encuentra en la etapa básica con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Biomédica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Identificar la composición y estructura del organismo a nivel molecular, a través del análisis sobre los procesos bioquímicos del ser humano, para comprender el funcionamiento del cuerpo humano y su relación con la práctica de actividad física y estilos de vida saludables, con una actitud responsable, crítica y empática.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realiza presentación oral en la que se explique de forma detallada y utilizando ejemplos aplicados a la actividad física y el deporte, las funciones de diferentes biomoléculas tales como carbohidratos, lípidos, aminoácidos, proteínas, ácidos nucleicos, enzimas y cofactores. La presentación y el material debe seguir la siguiente estructura: Apertura, orden de la presentación, introducción del tema, breve contexto histórico del tema, concepto general, clasificación, funciones, fuentes en la alimentación y finalmente relación con la actividad física y la práctica de deporte.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Bases químicas de la vida**

**Competencia:**

Interpretar las bases químicas de la vida, mediante la identificación de las características y estructura de la materia, para asociar su funcionalidad con el estudio de las biomoléculas y el metabolismo, actitud crítica, responsabilidad.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1. Organización de la materia.
  - 1.1.1. Concepto de átomo.
  - 1.1.2. Estructura y modelos atómicos.
  - 1.1.3. Ley del octeto.
- 1.2. Bioelementos.
  - 1.2.1. Concepto de Bioelementos.
  - 1.2.2. Tipos de enlaces químicos.
  - 1.2.3. Fuerzas intermoleculares.
- 1.3. Química del carbono.
  - 1.3.1. Grupos funcionales.
  - 1.3.2. Tipos de reacciones químicas.

## UNIDAD II. Biomoléculas

### Competencia:

Identificar la composición, características y propiedades de las biomoléculas, mediante el análisis de la estructura química y función biológica, para comprender la composición del cuerpo humano, con actitud crítica y colaborativa.

### Contenido:

**Duración:** 15 horas

#### 2.1. Biomoléculas.

- 2.1.1. Clasificación de las biomoléculas.
- 2.1.2. Estructura y fórmula molecular.
- 2.1.3. Función de las biomoléculas.
- 2.1.4. Química del agua.
- 2.1.5. Equilibrio ácido-base.

#### 2.2. Carbohidratos.

- 2.2.1. Estructura de los carbohidratos.
- 2.2.2. Clasificación de los carbohidratos.
- 2.2.3. Función de los carbohidratos.

#### 2.3. Lípidos.

- 2.3.1. Estructura de los lípidos.
- 2.3.2. Clasificación de los lípidos.
- 2.3.3. Función de los lípidos.

#### 2.4. Proteínas.

- 2.4.1. Estructura y clasificación de aminoácidos.
- 2.4.2. Estructura de las proteínas.
- 2.4.3. Clasificación de las proteínas.
- 2.4.4. Función de las proteínas.
- 2.4.5. Concepto y clasificación de Enzimas.
- 2.4.6. Función Enzimática.
- 2.4.7. Factores que regulan la función enzimática.

#### 2.5. Ácidos Nucleicos.

- 2.5.1. Estructura de los ácidos nucleicos.
- 2.5.2. Clasificación de los ácidos nucleicos.
- 2.5.3. Función de los ácidos nucleicos.

## UNIDAD III. Estructura celular

### Competencia:

Distinguir los diferentes tipos de célula, así como las unidades que las componen, mediante la identificación de la función de sus organelos, para entender el funcionamiento de la célula como un organismo vivo, actitud crítica y tolerante.

### Contenido:

**Duración:** 9 horas

#### 3.1. La célula.

- 3.1.1. Concepto de célula.
- 3.1.2. Tipos de células.
- 3.1.3. Membranas celulares.
- 3.1.4. Citoesqueleto.
- 3.1.5. Matriz extracelular.

#### 3.2. Organelos.

- 3.2.1. Núcleo.
- 3.2.2. Retículo endoplasmático.
- 3.2.3. Aparato de Golgi.
- 3.2.4. Vacuolas (lisosomas, peroxisomas, otros.)
- 3.2.5. Ribosomas.
- 3.2.6. Membrana celular.
- 3.2.7. Mitocondria.

#### 3.3. Procesos celulares.

- 3.3.1. Transporte de membrana.
- 3.3.2. Mitosis.
- 3.3.3. Meiosis.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I				
1	<b>Estructuras atómicas y moléculas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza los montajes diseñados por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Analiza y compara los diferentes tipos de enlaces y moléculas trabajados.</li> <li>4. Realiza un reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	Palos de madera Bolas de unicel o plastilina	3 horas
2	<b>Tipos de reacciones químicas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza los procedimientos diseñados por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Identifica las características de los diferentes tipos de reacciones químicas observadas, así como de los productos obtenidos.</li> <li>4. Realiza un reporte sobre el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	Tubos de ensayo Mechero Vasos de precipitado Pinzas Muestras (jugo de limón, vinagre, bicarbonato de sodio, quitaesmalte, levadura, azúcar, alcohol, entre otros)	4 horas
3	<b>Bioelementos y Biomoléculas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza los procedimientos diseñados por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Analiza y compara las características de los diferentes tipos de</li> </ol>	Mechero Pinzas Vasos de precipitado Frasco con tapa Vinagre Alcohol etílico Solución de yodo Aceite de cocina Papa	4 horas

		<p>biomoléculas estudiados en las muestras.</p> <p>4. Realiza un reporte sobre el desarrollo de la práctica.</p>	<p>Carne de res</p> <p>Hueso de pollo</p>	
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Determinación de pH</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Obtener las muestras especificadas por el docente.</li> <li>3. Determinar los valores de pH de las diferentes muestras por los métodos colorimétrico y potenciométrico.</li> <li>4. Realiza un reporte sobre el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	<p>pHmetro de bolsillo</p> <p>Papel indicador de pH</p> <p>Tubos de ensayo</p> <p>Gotero</p> <p>Frascos de recolección de muestras</p>	3 horas
5	<b>Estudio de actividad enzimática</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Registrar los cambios en las reacciones trabajadas.</li> <li>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	<p>Tubos de ensayo</p> <p>Mechero</p> <p>Agua oxigenada</p> <p>Solución de yodo</p> <p>Zanahoria</p> <p>Hígado de pollo</p> <p>Almidón</p>	3 horas
6	<b>Extracción de ADN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Registrar los resultados obtenidos.</li> <li>4. Realiza reporte sobre el</li> </ol>	<p>Tubos de ensayo</p> <p>Fresas</p> <p>Mortero</p> <p>Jabón líquido</p> <p>Bisturí</p> <p>Sal de cocina</p> <p>Etanol</p>	4 horas

		desarrollo de la práctica		
<b>UNIDAD III</b>				
7	<b>La Célula</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la práctica.</li> <li>2. Se calibra y ajusta los parámetros en el microscopio.</li> <li>3. Prepara la muestra en el portaobjetos según las indicaciones del docente.</li> <li>4. Se observan las diferentes muestras y se realizan los dibujos que corresponden.</li> <li>5. Desarrolla un reporte con los resultados de la práctica.</li> </ol>	Microscopio Portaobjetos Cubreobjetos kit de disección Kit de muestras fijas	3 horas
8	<b>Permeabilidad de la membrana celular</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Registrar los resultados obtenidos.</li> <li>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	Frasco de vidrio Vinagre Huevo Agua Papel celofan Almidón Solución de Yodo	4 horas
9	<b>Mitosis</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la práctica.</li> <li>2. Se calibra y ajusta los parámetros en el microscopio.</li> <li>3. Prepara la muestra en el</li> </ol>	Microscopio Portaobjetos Cubreobjetos kit de disección Cebolla Azúcar Levadura	4 horas



		portaobjetos según las indicaciones del docente. 4. Desarrolla un reporte con los resultados de la práctica.	Vaso de precipitado Mechero	
--	--	---	--------------------------------	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de fundamentos de bioquímica, así como orientar el desarrollo de las prácticas de laboratorio, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a los alumnos a la participación en las clases.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de laboratorio y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Tareas y trabajos.....	10%
- Examen.....	50%
- Participación en clase.....	05%
- Prácticas de laboratorio.....	15%
- Evidencia de aprendizaje(presentación oral ).....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

Chang R., (2013). *Química* (11<sup>va</sup> ed.). México:Mc Graw-Hill. [clásica].

Koolman, J. y Roehm, KH., (2012). *Bioquímica: Texto y Atlas* (4<sup>ta</sup> ed.). Stuttgart, Germany: Thieme. [clásica].

McKee y col. (2014). *Bioquímica. Las bases moleculares de la vida* (5<sup>ta</sup> ed.). México:Mc Graw-Hill. [clásica].

Nelson, D. y Cox, M., (2019). *Principios de Bioquímica* (7<sup>ma</sup> ed.). New York, USA: WH freeman.

Roberts, J. Stewart, R. y Caserio, M (1971). *Organic Chemistry* (1<sup>ra</sup> ed.). Biblioteca Caltech. California, USA. Recuperado de: [https://authors.library.caltech.edu/25032/1/Organic\\_Chemistry.pdf](https://authors.library.caltech.edu/25032/1/Organic_Chemistry.pdf)

Universidad Nacional de Tucumán (2016). *Química Orgánica*. Recuperado de: <https://www.quimicaorganica.org>

### Complementarias

Berg, J., Tymoczko, J. y Stryer, L., (2007). *Bioquímica* (6<sup>ta</sup> ed.). Barcelona, España: Reverté. [clásica].

Berg, J. (2012). *Biochemistry* (7<sup>ma</sup> ed.). Belmont CA, USA: Brooks/Cole. [clásica].

Flores, NP. Alcázar, A. y Benítez, P. (2016). *Manual de prácticas de bioquímica* (5<sup>ta</sup> ed.). México DF, Manual Moderno.

Lodish H., Berk, A., Kaiser, C., Krieger, M., Bretscher, A., Ploegh H., Amon, A., y Scott, M. (2005) *Biología molecular y celular* (7<sup>ma</sup> ed.). México:Panamericana. [clásica].

MacLaren, D. y Morton, J., (2012). *Biochemistry of Sports and exercise metabolism* (1<sup>ra</sup> ed.). Oxford, UK: Editorial Wiley-Blackwell. [clásica].

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Fundamentos de Bioquímica debe contar con título de Licenciado en químico farmacéutico biólogo o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en el área de biomédica y dos años de experiencia docente; preferiblemente con conocimientos básicos de deporte. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Didáctica de la Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Norma Karina Carrasco Pereda  
Ernesto Alonso González Castillo  
Nancy Castro Rodríguez  
Cynthia Araceli Medina Lara

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la asignatura es el diseño y aplicación de planeaciones didácticas en situaciones simuladas que permitan desarrollar la actividad física y el deporte con aporte inclusivo.

Su utilidad radica en que le brinda al estudiante herramientas para el análisis de los estilos y estrategias de enseñanza, así como también las estrategias didácticas para la facilitación del proceso de enseñanza y aprendizaje en la promoción de la actividad física, considerando las características del grupo.

Pertenece a la etapa básica con carácter obligatorio y su área de conocimiento es la Pedagógica

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar planeaciones didácticas para la educación física y el deporte, a través del análisis de los elementos de la didáctica, los estilos de enseñanza, estrategias de enseñanza y estrategias didácticas con intencionalidad pedagógica, para su aplicación en situaciones didácticas simuladas que permitan la mejora e inclusión en el proceso de enseñanza y aprendizaje de los alumnos, con actitud responsable, reflexiva y crítica.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora una carpeta pedagógica que integre planeaciones didácticas que contengan: estilos de enseñanza, estrategias de enseñanza y didácticas, tomando en cuenta los elementos de la planeación (tiempo, lugar, recursos o materiales didácticos), así también las adecuaciones pertinentes para la inclusión educativa.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Base conceptual de la didáctica**

**Competencia:**

Diferenciar entre estilos y estrategias de enseñanza y estrategias didácticas, a partir del análisis teórico-conceptual de las bases de la didáctica, para reconocer las necesidades y particularidades del proceso de enseñanza y aprendizaje de la actividad física, con actitud analítica, responsable y empática

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

1.1 Didáctica

1.1.1 Concepto de Didáctica

1.1.2 Estrategias didácticas.

1.1.3. Características de las estrategias didácticas.

1.2 Pierre Parlebas y la educación física

1.2.1 Didáctica y prácticas de la enseñanza en educación física

1.3 Proceso de comunicación en el desarrollo de la actividad física

## UNIDAD II. Los estilos de enseñanza

### Competencia:

Analizar los diferentes estilos y estrategias de enseñanza, identificando la intencionalidad pedagógica y la interacción entre docente y alumno en el proceso de toma de decisiones, para aplicarlos en el proceso enseñanza-aprendizaje, con actitud analítica, responsable y empática.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

2.1. Concepto de estilo de enseñanza en la educación física

2.2. Muska Mosston

2.2.1 Estilo de enseñanza Cognitivo

2.2.1.1 Estrategia de enseñanza Descubrimiento guiado

2.2.1.2 Estrategia de enseñanza resolución de problemas

2.2.2 Estilo de enseñanza tradicional

2.2.2.1 Estrategia de enseñanza enseñanza directa

2.2.2.2 Estrategia de enseñanza asignación de tareas

2.2.3 Estilo de enseñanza Participativos

2.2.3.1 Estrategia de enseñanza Enseñanza recíproca

2.2.3.2 Estrategia de enseñanza Pequeños grupos.

2.2.4 Estilo de enseñanza Individualizados.

2.2.4.1 Estrategia de enseñanza Programas individuales.

2.3. Delgado Noguera

2.3.1. Estilo de enseñanza Tradicionales

2.3.1.1. Estrategia de enseñanza Mando directo

2.3.1.2. Estrategia de enseñanza Modificación del mando directo

2.3.1.3. Estrategia de enseñanza Asignación de tareas.

2.3.2. Estilo Individualización

2.3.2.1. Estrategia de enseñanza Individualización por grupos

2.3.2.2. Estrategia de enseñanza Enseñanza Modular

2.3.2.3. Estrategia de enseñanza Programas Individuales

2.3.2.4. Estrategia de enseñanza Enseñanza Programada

2.3.3. Estilos de enseñanza que posibilitan la participación.

2.3.3.1 Estrategia de enseñanza Enseñanza Recíproca

2.3.3.2. Estrategia de enseñanza Grupos Reducidos

- 2.3.3.3.Estrategia de enseñanza Microenseñanza
- 2.3.4.Estilos de enseñanza que favorecen la socialización
  - 2.3.4.1.Estrategia de enseñanza y trabajo colaborativo.
  - 2.3.4.2.Estrategia de enseñanza trabajo interdisciplinar.
  - 2.3.4.3.Estrategia de enseñanza juegos de roles y simulaciones.
- 2.3.5.Estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente al alumno
  - 2.3.5.1.Estrategia de enseñanza descubrimiento guiado
  - 2.3.5.2.Estrategia de enseñanza resolución de problemas.
- 2.3.6.Estilos de enseñanza que promueven la creatividad.
  - 2.3.6.1.Estrategia de enseñanza cinética corporal.



## UNIDAD III. La actividad física adaptada

### **Competencia:**

Analizar el concepto de Actividad física adaptada, por medio de la terminología, clasificación de las discapacidades y fundamentos teóricos de la inclusión, para establecer un marco de referencia dentro del Proceso de Enseñanza y Aprendizaje, con actitud reflexiva, respetuosa y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

#### 3.1 La Actividad Física adaptada

- 3.1.1 Concepto, terminología y ámbitos de intervención de la AFA
- 3.1.2 Clasificación general de las deficiencias.
- 3.1.3 La deficiencia y discapacidad.

#### 3.2 Clasificación.

- 3.2.1 Discapacidad sensorial.
- 3.2.2 Discapacidad física.
- 3.2.3 Discapacidad intelectual.

#### 3.3 Organización de la actividad física adaptada

- 3.3.1 Principios y modelos de inclusión.

## UNIDAD IV. El juego como estrategia didáctica

### **Competencia:**

Aplicar las estrategias didácticas del juego en sesiones de educación física y deporte, mediante el análisis y selección de actividades motrices en situaciones escolares simuladas, para contribuir en la planificación del proceso de enseñanza- aprendizaje dinámico, con actitud crítica, responsable y respetuosa.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

#### 4.1 El juego como estrategia didáctica

- 4.1.1 Juego libre.
- 4.1.2 Formas jugadas
- 4.1.3 Juego recreativo.
- 4.1.4 Juego dirigido
- 4.1.5 Juego espontáneo
- 4.1.6 Juegos autóctonos.
- 4.1.7 Juegos cooperativos
- 4.1.8 Juegos de invasión
- 4.1.9 Juegos de integración y socialización:
- 4.1.10 Juegos de persecución
- 4.1.11 Juegos con reglas
- 4.1.12 Juegos modificados
- 4.1.13 Juegos tradicionales
- 4.1.14 Juegos predeportivos
- 4.1.15 Rondas infantiles

## UNIDAD V. Estrategias creativas

### **Competencia:**

Aplicar estrategias didácticas creativas en sesiones de educación física y deporte, mediante el análisis y selección de actividades motrices en situaciones escolares simuladas, para contribuir en la planificación de un proceso de enseñanza- aprendizaje dinámico, con actitud crítica, responsable y respetuosa.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 4.1. Rally (Lineal, mapa, centralizado y mixto).
- 4.2. Cuento motor
- 4.3. Ludoteca
- 4.4. Gamificación educativa mediante el movimiento.
- 4.5 .GymKhana
- 4.6 .Plaza de desafíos
- 4.7 .Pista comando
- 4.8 .Circuitos de acción motriz

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Aplicación de los estilos y estrategias de enseñanza de Mosston y Delgado.</b>	<p>1.- A partir de las sesiones teóricas de los estilos y estrategias de enseñanza de Mosston y Delgado, los alumnos deberán desarrollar prácticas.</p> <p>2.- Aplicación de estos contenidos en un espacio controlado simulando sesiones de actividad física.</p>	<p>Gimnasio UABC. Material didáctico (en correspondencia de las actividades que se han de desarrollar). Planeaciones.</p>	8 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
2	<b>Estrategias didácticas mediante el juego</b>	<p>1.- Analizar de manera práctica los contenidos de las estrategias didácticas abordadas dentro del aula.</p> <p>2.- Participar activamente de manera individual y colectiva en las actividades asignadas a cada equipo.</p> <p>3.- Realizar planeación previa reconociendo las características de las estrategias didácticas creativas asignadas.</p> <p>4.- Aplicación de sesiones de actividad física simuladas.</p>	<p>Espacio asignado. Material didáctico. Planeaciones. Lecturas.</p>	12 horas
<b>UNIDAD V</b>				
3	<b>Estrategias didácticas mediante la creatividad</b>	<p>1.- Analizar de manera práctica los contenidos de las estrategias didácticas abordadas dentro del aula.</p> <p>2.- Participar activamente de manera individual y colectiva en las actividades asignadas a cada equipo.</p> <p>3.- Realizar planeación previa reconociendo las características de las estrategias didácticas creativas asignadas.</p> <p>4.- Aplicación de sesiones de actividad física simuladas.</p>	<p>Espacio asignado. Material didáctico. Planeaciones. Lecturas.</p>	12 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Crear ambientes de aprendizaje favorecedores al proceso de enseñanza - aprendizaje, movilización de saberes en los alumnos a través de las diferentes técnicas y recursos disponibles.

Técnicas expositivas, objetivos, resumen, organizador previo, ilustraciones, analogías, preguntas intercaladas, pistas tipográficas, mapas conceptuales, proyectos y manejo de las TIC'S y TAC'S.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Participación dentro y fuera del aula.

Tomar apuntes, lectura guiada, resúmenes, organizadores gráficos, mapas conceptuales, mapas mentales, cuadro de vías (comparativos), exposiciones teórico/práctico, trabajo en equipo, investigación y manejo de las TIC 'S y TAC´S.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- 2 evaluaciones parciales.....	30%
- Tareas.....	10%
- Exposición teórica.....	20%
- Prácticas de taller.....	20%
- Carpeta pedagógica.....	20%
<b>-Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Aisenstein, A. (2000). <i>De la motricidad a la técnica en la enseñanza del deporte. Repensando la educación física escolar. Entre la educación integral y la competencia motriz</i>. Argentina: Ediciones Novedades Educativas.</p> <p>Blández, A. (1995). <i>Las niñas y los niños durante las sesiones en la utilización del material y del espacio en educación física</i>. España: Propuestas y recursos didácticos.</p> <p>Dean, J. (2000). <i>Los niños en la organización del aprendizaje en la educación primaria</i>. Barcelona: Paidós</p> <p>Devís, J. (1996). <i>Los juegos modificados: actividades para la comprensión en educación física, deporte y currículum</i>. España: Investigación y desarrollo curricular.</p> <p>Mosston, M., y Ashworth, S. (2008). <i>Teaching Physical Education</i> (1.ª ed.). Georgia: Pearson Education.</p> <p>Peña, M. R. (2003). "En torno al recreo y los recesos. Visión de los alumnos normalistas." en <i>Observación y práctica docente I. Programa y materiales de apoyo para el estudio. Licenciatura en Educación Física. 3er semestre</i>. 117-121 México: DGN.</p> <p>Secretaría de Educación Pública. (1999). <i>Los juegos modificados I</i>. [película]. Serie videos didácticos de educación física. Barra de verano 1999. México: SEP</p>	<p>Amat, O. (2010). <i>Aprender a enseñar</i>. España: Profit. [Clásica]</p> <p>Gutiérrez, R. (2012). <i>Introducción a la didáctica</i>. México: Esfinge. [Clásica]</p> <p>Flores, O. (2006). <i>Evaluación Pedagógica y Cognición</i>. Colombia: McGraw-Hill. [Clásica]</p> <p>García, E., y Rodríguez, H. (2011). <i>Los métodos de enseñanza</i>. México: Trillas. [Clásica]</p> <p>Díaz, F., y Hernández, G. (2010). <i>Estrategias docentes para un aprendizaje significativo</i>. (3ª ed.). México: McGraw-Hill. [Clásica]</p> <p>López, B. (2012). Un aprendiz estratégico para una nueva sociedad. <i>Robótica educativa</i>.13 (2). 246-272. Recuperado de: <a href="https://doi.org/10.14201/eks.9008">https://doi.org/10.14201/eks.9008</a> [Clásica]</p> <p>Arráez, J.M., López, J.M., Ortiz, M.M., y Torres, J. (1995). <i>Aspectos Básicos de la Educación Física en la Educación Primaria. Manual para el Maestro</i>. Sevilla: Wanceulen. [Clásica]</p> <p>Linares, P. (1993). <i>Fundamentos psicoevolutivos de la Educación Física Especial</i>. España: Universidad de Granada. [Clásica]</p> <p>Sarmiento, J.C., y Arráez, J.M. Un Instrumento Para Diagnosticar Necesidades Educativas Especiales <i>en El Ámbito Motor</i>. En: Linares, P.L. y Arráez, J.M. (Coords). (1999) <i>Motricidad y</i></p>

Necesidades Especiales. Granada: AEMNE.

Secretaría de Educación Pública. (2000). *La sesión de educación física en preescolar, videocinta de la serie Educación Física*. México: SEP.

Secretaría de Educación Pública. (2000). *La sesión de educación física en primaria, videocinta de la serie Educación Física*. México: SEP.

Secretaría de Educación Pública. (2000). *La sesión de educación física en secundaria, videocinta de la serie Educación Física*. México: SEP.

Secretaría de Educación Pública. (2001). *Juegos Tradicionales Purépechas*. México: SEP.

Simard, C., Caron, F., y Skrotzky, K. (2003). *Actividad Física Adaptada*. Barcelona: Inde.

Torres, A. (2013). *Didáctica de la educación física*. México: Trillas.

Viciano, J., y Mayorga, D. (2016). Innovative teaching units applied to physical education - Changing the curriculum management for authentic outcomes. Department of Physical Education and Sport. University of Granada. *Kinesiology* 48(1), 142-152. Recuperado de [www.researchgate.net/publication/305242304\\_Innovative\\_teaching\\_units\\_applied\\_to\\_physical\\_education\\_-\\_Changing\\_the\\_curriculum\\_management\\_for\\_authentic\\_outcomes](http://www.researchgate.net/publication/305242304_Innovative_teaching_units_applied_to_physical_education_-_Changing_the_curriculum_management_for_authentic_outcomes)

Yildirim, M., y Caz, C. (2018). Analysis of Socialization Situations via Sport-based Physical Activity among Students at a School of Physical Education and Sports. *European Journal*



*of Educational Research*. 7(4), 999 – 1010. Recuperado de <https://eric.ed.gov/?id=EJ1195936>

Wallhead, T., y Dyson, B. (2016). A didactic analysis of content development during Cooperative Learning in primary physical education. *European Physical Education Review* 23(3), 311-326. Recuperado de [www.researchgate.net/profile/Tristan\\_Wallhead/publication/301309101\\_A\\_didactic\\_analysis\\_of\\_content\\_development\\_during\\_Cooperative\\_Learning\\_in\\_primary\\_physical\\_education/links/5afca6ea458515e9a59afac0/A-didactic-analysis-of-content-development-during-Cooperative-Learning-in-primary-physical-education.pdf](http://www.researchgate.net/profile/Tristan_Wallhead/publication/301309101_A_didactic_analysis_of_content_development_during_Cooperative_Learning_in_primary_physical_education/links/5afca6ea458515e9a59afac0/A-didactic-analysis-of-content-development-during-Cooperative-Learning-in-primary-physical-education.pdf).

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta esta unidad de aprendizaje debe contar con un título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, Licenciado en Educación, Pedagogía o área afín, con experiencia laboral de tres años en docencia y actividades relacionadas con actividad física y deporte, debe contar con conocimiento de la estructura de la educación física en el sistema educativo. De preferencia con Maestría o especialidad en Pedagogía o Educación Física y Deporte Escolar. Debe ser propositivo, con ética profesional, responsabilidad y liderazgo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Expresión Corporal
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Milford Franklyn Peynado Hall  
Sara Malybeth León Sánchez  
Eduardo Valdez Dávila

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 06 de noviembre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La asignatura de Expresión Corporal se encuentra dentro del área de conocimiento Pedagógica, es de carácter obligatorio y forma parte de la etapa básica. Tiene la finalidad de que el estudiante analice y aplique los conocimientos teórico-prácticos para el desarrollo de habilidades motrices, rítmicas y corporales en el área de la actividad física y deporte, siendo la expresión corporal fundamental para su formación académica y profesional, que está vinculada directamente a las actividades de su carrera. Esta asignatura brindará al alumno los elementos básicos para que pueda comunicarse de manera efectiva, empática, inclusiva y respetuosa, a través de la profundización en el conocimiento del cuerpo, el espacio y el tiempo, logrando con ello tener un lenguaje corporal propio.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Crear una secuencia rítmica por medio de bases y técnicas de expresión corporal, utilizando procedimientos del ritmo, la danza y la dramatización y el manual de escoltas, para diseñar y ejecutar una serie de movimientos con ritmo, métrica y favoreciendo las capacidades coordinativas, con actitud inclusiva, respetuosa y empática.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseño y ejecución de un recorrido de escolta, donde la rúbrica evalúe la creatividad, ritmo, coordinación, cadencia, uniforme, voz de mando, pasos y desplazamientos del orden cerrado.

Representación y ejecución individual de una secuencia rítmica de 4 minutos máximo, aplicando los elementos de la expresión corporal (cuerpo, espacio y tiempo) y que transmita una emoción; donde la rúbrica evalúe el ritmo, métrica, diseño de bit, utilización del espacio, sincronización de movimientos, imagen personal adecuada, interpretación pertinente y creatividad.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Proceso Comunicativo.**

**Competencia:**

Utilizar las bases del proceso comunicativo del ser humano, a través de la identificación de la kinesia, la proxémica e imagen personal, para crear un lenguaje corporal propio, de forma coordinada y armónica, con una actitud inclusiva y respetuosa.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1 Concepto de comunicación.
- 1.2 Modelo comunicativo.
  - 1.2.1 Axiomas de la comunicación.
- 1.3 Tipos de comunicación.
  - 1.3.1 Comunicación Verbal.
  - 1.3.2 Comunicación no Verbal.
- 1.4 Elementos de la comunicación no verbal.
  - 1.4.1 Paralingüística.
  - 1.4.2 Kinesia.
  - 1.4.3 Proxémica.
  - 1.4.4 Imagen personal.

## UNIDAD II. Perspectivas Y Enfoques Conceptuales De La Expresión Corporal.

### Competencia:

Analizar las bases y orientaciones contextuales de la expresión corporal que le permitan interpretar una coreografía, utilizando las herramientas y técnicas de la expresión corporal, con la finalidad de transmitir emociones, con disciplina, empatía y sensibilidad.

### Contenido:

**Duración:** x horas

- 2.1 Término y definición de la expresión corporal.
- 2.2 Referencias históricas de la expresión corporal.
- 2.3 Orientaciones contextuales.
  - 2.3.1 Orientación psicológica, perspectivas psicomotriz y terapéutica.
  - 2.3.2 Orientación escénica.
  - 2.3.3 Orientación pedagógica – escolar.
  - 2.3.4 Orientación metafísica.

## UNIDAD III. Expresión corporal: Campos De Acción Y Manifestaciones Expresivas

### Competencia:

Analizar los elementos de la expresión corporal para establecer las coordenadas corporales, espaciales y temporales que permitan crear las bases de una comunicación efectiva e impulse la capacidad de creación de un lenguaje gestual propio, a través de la aplicación de técnicas como la dramatización, la interpretación, la escenificación y la danza, profundizando así en el conocimiento y vivencia del propio cuerpo, siendo inclusivos, empáticos y respetuosos.

### Contenido:

**Duración:** 16 horas

- 3.1 Toma de Conciencia del Cuerpo.
  - 3.1.1 Conocimiento del cuerpo (Equilibrio, postura, respiración).
  - 3.1.2 Dominio corporal (Segmentación corporal).
- 3.2 Toma de Conciencia del espacio.
  - 3.2.1 Espacio individual.
  - 3.2.2 Espacio intercorporal.
  - 3.2.3 Espacio total.
- 3.3 Toma de conciencia del tiempo.
  - 3.3.1 Rítmica y métrica musical.
  - 3.3.2 Bit, tiempo fuerte, fraseo musical.
- 3.4 Rítmica corporal
  - 3.4.1 Relación entre movimiento y sonido.
  - 3.4.2 Secuencia de movimientos.
  - 3.4.3 Tabla rítmica.
  - 3.4.4 Interpretación
  - 3.4.5 Dramatización
  - 3.4.6 Escenificación

## UNIDAD IV. Orden Cerrado

### Competencia:

Realizar evoluciones de escolta mediante la aplicación de ejercicios de Orden cerrado, con el propósito de utilizar el cuerpo, espacio y tiempo adecuadamente con actitud responsable y respetuosa.

### Contenido:

**Duración: 8 horas**

#### 4.1 Orden cerrado.

- 4.1.1 Introducción al orden cerrado.
- 4.1.2 Cadencia.
- 4.1.3 Voces de mando.
- 4.1.4 Firmes.
- 4.1.5 Orden Cerrado y características.
  - 4.1.5.1 Paso Redoblado.
  - 4.1.5.2 Paso Corto.
  - 4.1.5.3 Paso veloz.
  - 4.1.5.4 Paso Acelerado.
  - 4.1.5.5 Paso atrás.
  - 4.1.5.6 Pasos de costado.
  - 4.1.5.7 En descanso.
  - 4.1.5.8 Media vuelta.
  - 4.1.5.9 Flancos.
  - 4.1.5.10 Saludar.

#### 4.2 Desplazamientos de escolta.

- 4.2.1 Conversiones.
- 4.2.2 Columna por dos.
- 4.2.3 Columna por uno.
- 4.2.4 Integrar escolta.
- 4.2.5 Relevar.
- 4.2.6 Marcar el paso.



## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Comunicación no Verbal</b>	<p>1.- Escoge una canción que sea de tu agrado, con la cual te sientas identificado y con la que creas poder explicar ¿quién eres?</p> <p>2.-. Realiza una interpretación o mímica de la canción escogida, poniendo énfasis en la utilización de tu mirada, tu expresión facial, tus gestos, tu postura y tu imagen personal.</p> <p>3.- Haz una grabación (video), en una sola toma (no editar), de 3 a 4 min máximo de tu interpretación.</p> <p>4.- Guarda y envía tu video por los medios acordados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bocina</li> <li>• Dispositivo de grabación</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Cámara o celular para grabar</li> <li>• Internet</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Expresión corporal y sus enfoques</b>	<p>1.- Solicitar al docente de la asignatura que le asigne una canción, la cual será su "Reto".</p> <p>2.-. Escuchar la canción y aprendérsela.</p> <p>3.-. Realizar una interpretación mímica o dramatización de la canción, considerando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de la expresión facial.</li> <li>• Tener una Imagen personal acorde a la canción.</li> <li>• Utilización del cuerpo para expresarse (dominio corporal).</li> <li>• Desenvolvimiento en el espacio (utilización del espacio).</li> <li>• Utilización del tiempo (manejo del ritmo).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bocina</li> <li>• Dispositivo de grabación</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Elementos necesarios para crear contexto.</li> <li>• Cámara o celular para grabar</li> <li>• Internet</li> </ul>	2 horas

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Contexto (uso de elementos escenográficos).</li> </ul> <p>4.- Haz una grabación (video), en una sola toma (no editar) de tu interpretación.</p> <p>5.- Guarda y envía tu video por los medios acordados.</p>		
<b>UNIDAD III</b>				
6	<b>Manifestación Expresiva de la Expresión Corporal: Dramatización</b>	<p>1.-. Organizarse con su compañero (designado por el docente) para escoger una canción. La canción deberá seguir las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La canción a escoger debe de ser un dueto.</li> <li>Ser cantada en español.</li> </ul> <p>2.- Escuchar la canción y decidir qué parte de la canción tomará cada uno. Es importante que cada uno se identifique y aprenda la parte que le corresponde.</p> <p>3.- Crear un contexto (escenografía) en donde crees que se está desarrollando la historia de la canción.</p> <p>4.- Realizar una mímica o dramatización de la canción, en donde muestres la emoción de tu canción, considerando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilización de la expresión facial.</li> <li>Tener una Imagen personal acorde a la canción.</li> <li>Utilización del cuerpo para expresarse (dominio corporal).</li> <li>Desenvolvimiento en el espacio (utilización del espacio).</li> <li>Utilización del tiempo (manejo del ritmo).</li> <li>Contexto (uso de elementos escenográficos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bocina</li> <li>Dispositivo de grabación</li> <li>Computadora.</li> <li>Elementos necesarios para crear contexto.</li> <li>Cámara o celular para grabar</li> <li>Internet</li> </ul>	2 horas

		5.- Hagan una grabación (video), de tu interpretación.		
7	<b>Manifestación Expresiva de la Expresión Corporal: Secuencia de movimientos</b>	<p>1.- Organiza equipos de 5 integrantes</p> <p>2.- Observen el video de la “Con Calma” de Daddy Yankee &amp; Snow, recuperado de YouTube, <a href="https://www.youtube.com/watch?v=L87XZ1yqWVI">https://www.youtube.com/watch?v=L87XZ1yqWVI</a></p> <p>2.- Sigán las indicaciones del video y realiza los pasos del mismo.</p> <p>3.- Haz una grabación (video) en una sola toma (sin edición) de tu ejecución de los pasos.</p> <p>4.- Guarda y envía tu video por los medios acordados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bocina</li> <li>• Dispositivo de grabación</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Elementos necesarios para crear contexto.</li> <li>• Cámara o celular para grabar</li> <li>• Internet</li> </ul>	4 horas
8	<b>Manifestación Expresiva de la Expresión Corporal: Tabla Rítmica</b>	<p>(Equipos de 10-11 integrantes)</p> <p>1.- Realizar con su equipo una secuencia de movimientos y ejercicios rítmicos ejecutados al tempo de la música usando la marcha como base.</p> <p>2.- Se presentará una tabla rítmica, por equipos, en la explanada frente a la Subdirección (con público).</p> <p>3.- Se grabará en video y se entregará vía electrónica en cualquier formato para reproducción en Windows, no formato .MOV. Deberá tener una duración de 3´30 a 4´00 minutos y se calificará evoluciones (15), formaciones (15), secuencia de movimientos acordes al bit musical, sincronización grupal y de movimientos, inicio, final, proyección y coreografía escrita.</p> <p>4.- Coordinarse con otros equipos para no repetir canción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bocina</li> <li>• Dispositivo de grabación</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Elementos necesarios para crear contexto.</li> <li>• Cámara o celular para grabar</li> <li>• Internet</li> </ul>	6 horas

9	<b>Manifestación Expresiva de la Expresión Corporal: Escenificación</b>	<p>1.- Realiza una búsqueda en internet sobre ¿Quién fue Francisco Gabilondo Soler y cuáles son sus obras?</p> <p>2.- Escoge y apréndete una canción del compositor Francisco Gabilondo Soler.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ten en cuenta que no sólo es que te la sepas o te guste. Si no que tengas los elementos en casa para crear un contexto (escenografía) adecuado para dicha canción.</li> </ul> <p>3.- Crea un contexto (escenografía). Utiliza tu imaginación y tu creatividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prepara el espacio donde se hará. Incluir elementos (objetos o elementos significativos de la canción) Pueden elaborar escenografía con material u objetos que tengan en casa.</li> </ul> <p>4.- Crea una Imagen personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tú serás el narrador de la historia, utiliza la imaginación y la creatividad.</li> </ul> <p>5.- Dentro del contexto que creaste y usando la canción que escogiste, escenifica tu canción. Debes de tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de la expresión facial.</li> <li>• Tener una Imagen personal acorde a la canción.</li> <li>• Utilización del cuerpo para expresarse (dominio corporal).</li> <li>• Desenvolvimiento en el espacio (utilización del espacio).</li> <li>• Utilización del tiempo (manejo del ritmo).</li> <li>• Contexto (uso de elementos escenográficos).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bocina</li> <li>• Dispositivo de grabación</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Elementos necesarios para crear contexto.</li> <li>• Cámara o celular para grabar</li> <li>• Internet</li> </ul>	4 horas
---	---	---	---	---------

		<p>6.- Haz una grabación (video), de tu escenificación. Podrás hacer varias tomas y editarlas, teniendo cuidado de no perder la secuencia de la canción.</p> <p>7.- Guarda el video (con tu nombre) en una carpeta en tu Drive de correo UABC y otorga los permisos para su visualización.</p>		
10	<b>Manifestación Expresiva de la Expresión Corporal: Cuento motor</b>	<p>(Equipos de 5-6 integrantes)</p> <p>1. Se realizará la adaptación de un cuento infantil o se inventará; deberá tener una duración entre 8 y 10 minutos. No habrá diálogos (sólo narrador grabado).</p> <p>2. Elaborarán escenografía y vestuario acorde al cuento.</p> <p>(Se evaluará la kinesia, la imagen personal, manejo de las 3 conciencias y la escenografía)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bocina</li> <li>• Dispositivo de grabación</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Elementos necesarios para crear contexto.</li> <li>• Vestuario diverso.</li> <li>• Cámara o celular para grabar</li> <li>• Internet</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
	<b>Ejercicios de orden cerrado</b>	<p>Equipos de 6 integrantes</p> <p>1.- Definir los integrantes para integrar su escolta.</p> <p>2.- Realizar los ejercicios de Orden cerrado vistos en clase.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explanada amplia para realización de ejercicios.</li> </ul>	4 horas
	<b>Orden Cerrado: Desplazamientos de la escolta</b>	<p>Equipos de 6 integrantes</p> <p>1.- Junto con los integrantes de su escolta lleven los desplazamientos vistos en clase.</p> <p>2.- Prepararse para realizar una demostración de todas las escoltas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explanada amplia para realización de ejercicios y desplazamientos</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Para el alcance de la competencia y evidencias de desempeño se utilizarán diversas estrategias de enseñanza para facilitar el aprendizaje de los contenidos de las unidades temáticas:

Técnicas expositivas

Lluvia de ideas

Ejercicios prácticos

Análisis de videos

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Para el alcance de la competencia y evidencias de desempeño se utilizarán diversas estrategias de aprendizaje para facilitar el aprendizaje de los contenidos de las unidades temáticas:

Investigación

Organizadores gráficos

Exposiciones

Trabajo en equipo

Interpretaciones

Recorridos de orden cerrado

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe de haber presentado el Trabajo Final.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Prácticas.....	30%
- 2 exámenes escritos.....	20%
- Participación en clase.....	10%
- Trabajo Final.....	40%
- Recorrido de Escolta	
- Secuencia Rítmica	
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2018). <i>Ley sobre el Escudo, la Bandera y el Himno Nacionales</i>. Recuperado de <a href="http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/213_301118.pdf">http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/213_301118.pdf</a></p> <p>Departamento de Acción Cívica, de la Dirección de Relaciones Públicas. (2008). Instructivo Único de Escoltas de Banderas. Tijuana. Recuperado de: <a href="file:///C:/Users/UABC%2016657970/Downloads/instructivo%20de%20Escoltas%20(acci%C3%B3n%20Civica).pdf">file:///C:/Users/UABC%2016657970/Downloads/instructivo%20de%20Escoltas%20(acci%C3%B3n%20Civica).pdf</a> [Clásica]</p> <p>Escarabajal, R. R. (2018). <i>Fundamentos Teóricos de la Expresión Corporal</i>. España: Pila Teleña.</p> <p>MacDonald, R. A., &amp; Chaiklin, S. (2017). <i>The Oxford handbook of dance and wellbeing</i>. Oxford University Press.</p> <p>Martín, O. J. (2019). <i>Tú habla, que yo te leo Las claves de la comunicación no verbal</i>. España: Aguilar</p> <p>Schinca, M. (2010). <i>Expresión Corporal: Técnica y expresión del movimiento</i>, Barcelona: CISSPRAXIS [clásica]</p> <p>Shinca, M. (2011). <i>Manual de Psicomotricidad, Ritmo y Expresión Corporal</i>, España: Wolters Kluwer [clásica]</p>	<p>Arteaga, C. M., Viciano, G. V., Conde, C. J. (1999) <i>Desarrollo de la expresividad corporal: tratamiento globalizador de los contenidos de representación</i>, España: INDE Publicaciones [Clásica]</p> <p>Ferrari, H. (2015). <i>El enfoque de la enseñanza del movimiento según el método Schinca: el proceso de Expresión</i>. Recuperado de <a href="https://www.resad.com/Acotaciones.new/index.php/ACT/article/view/40/100">https://www.resad.com/Acotaciones.new/index.php/ACT/article/view/40/100</a></p> <p>Smith-Autard, J. M. (2014). <i>Dance Composition: A Practical Guide to Creative Success in Dance Making: Vol. 5th ed.</i> Routledge. [Clásica]</p>



## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Perfil docente: El docente que imparta esta asignatura debe poseer título de Licenciatura en Actividad Física y Deporte o área afín, con conocimientos sobre motricidad humana, dominio de la métrica musical y sus elementos, con experiencia laboral mínima de dos años en presentaciones, manejo de grupos y coreografías. Debe mostrar empatía y sensibilidad ante las manifestaciones emocionales.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes,
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Desarrollo Humano
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02 **HT:** 02 **HL:** 00 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Isis Jael Oviedo Rodríguez  
Michelle Barretos Ruvalcaba  
Melinna Ortiz Ortiz

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolas Rodríguez Lucas  
Juan José Calleja Núñez  
Esteban Hernández Armas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa básica es de carácter obligatoria y pertenece a el área social-humanista, su importancia radica en la utilidad e identificación de características del desarrollo humano en sus diferentes etapas, para la cual el estudiante desarrolla las competencias teórico prácticas asociadas por medio de la aplicación de diferentes técnicas de recolección de datos, con la finalidad de comprender los hitos de desarrollo y proponer estrategias dirigidas a la inclusión de actividades físicas.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Examinar las dimensiones que integran las etapas del desarrollo humano, mediante el estudio de las características que conforman un individuo, para identificar los factores biológicos y psicosociales que intervienen en su desarrollo, con actitud analítica, colaborativa y respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Un informe sobre el desarrollo humano de un individuo en la etapa biológica y psicosocial que integre estrategias para potencializar sus capacidades y conductas de acuerdo a la etapa en la que se encuentre.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Desarrollo humano**

**Competencia:**

Analizar las características biológicas, cognitivas y psicosociales del individuo a través del estudio de las etapas de desarrollo para identificar y comprender patrones conductuales de acuerdo a su maduración, con responsabilidad, empatía y actitud crítica y objetiva.

**Contenido:**

**Duración:** 12 horas

- 1.1. Concepto de desarrollo humano (Perspectiva Erik Erickson y Piaget).
  - 1.1.1. Dimensión Psicosocial (Individual, personalidad, relaciones interpersonales y emociones).
  - 1.1.2. Dimensión Biológica
- 1.2. Estadios del desarrollo humano.
  - 1.2.1. Desarrollo prenatal y nacimiento.
  - 1.2.2. Primera Infancia.
  - 1.2.3. Segunda Infancia.
  - 1.2.4. Niñez media.
  - 1.2.5. Adolescencia.
  - 1.2.6. Adulthood Temprana.
  - 1.2.7. Adulthood Intermedia.
  - 1.2.8. Adulthood Tardía.
  - 1.2.9. Etapa Final de la vida y tanatología.
- 1.3. Influencias en el desarrollo humano
  - 1.3.1. Herencia, ambiente y maduración
  - 1.3.2. Contextos de desarrollo
  - 1.3.3. Teoría de la perspectiva-evolutiva sociobiológica de Urie

## UNIDAD II. Teorías de la personalidad

### **Competencia:**

Analizar los elementos que componen la personalidad a partir de los referentes y principios de teóricos clásicos para identificar patrones de personalidad que impactan en el rendimiento físico, con actitud crítica y tolerante.

### **Contenido:**

- 2.1. Teoría psicoanalítica (Sigmund Freud, Albert Adler, Carl Jung).
- 2.2. Teorías conductuales (Skinner, Pavlov).
- 2.3. Teorías cognitivo Conductual (Walter Mischel, Albert Bandura y Kelly).
- 2.4. Teoría humanista (Carls Rogers, Abraham Maslow).

**Duración:** 4 horas

### UNIDAD III. Desarrollo de la personalidad, autoconocimiento y expresión de las emociones

**Competencia:**

Proponer estrategias para potencializar la autoestima e impactar en el desarrollo humano a partir de sus componentes que la integran y las características de los sujetos, con creatividad, empatía y compromiso.

**Contenido:****Duración:** 4 horas

- 3.1. Desarrollo de la personalidad.
  - 3.1.1. Concepto de personalidad
  - 3.1.2. Temperamento
  - 3.1.3. Carácter
  - 3.1.4. Actitud
  - 3.1.5. Aptitud
  - 3.1.6. Constitución física
- 3.2. Componentes de la autoestima
  - 3.2.1. Autoconocimiento
  - 3.2.2. Autoimagen
  - 3.2.3. Autoaceptación
  - 3.2.4. Autoevaluación
  - 3.2.5. Autorrespeto

## UNIDAD IV. La clasificación de la discapacidad

**Competencia:**

Proponer y adecuar estrategias para promover prácticas inclusivas a partir de los tipos de discapacidades que pueden ocurrir en un grupo de individuos, con respeto y una actitud analítica y colaborativa.

**Contenido:**

- 4.1. Tipos de discapacidad según su clasificación.
  - 4.1.1. Discapacidades sensoriales y de comunicación.
  - 4.1.2. Discapacidades motrices.
  - 4.1.3. Discapacidades mentales.
  - 4.1.4. Discapacidades múltiples y otras.
- 4.2. Prácticas inclusivas

**Duración:** 12 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDA D I</b>				
1	Identificar indicadores de la etapa de desarrollo en niños en la infancia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar instrumentos que evalúan la etapa de desarrollo humano (infancia).</li> <li>2. Selección del instrumento.</li> <li>3. Identificar un escenario</li> <li>4. Aplicación y análisis del instrumento.</li> <li>5. Elaboración de un reporte escrito que argumente las conductas del niño de acuerdo a la etapa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrumento de evaluación de la etapa infancia.</li> <li>• Anatole</li> <li>• Guía Portage</li> </ul>	4 horas
2	Identificar indicadores de la etapa de desarrollo en la adolescencia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Registro de observación para identificar la etapa de desarrollo humano (adolescencia).</li> <li>2. Identificar al sujeto</li> <li>3. Elaboración de un reporte escrito que argumente las conductas del adolescente de acuerdo a la etapa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantilla de observación</li> </ul>	4 horas
3	Identificar indicadores de la etapa de desarrollo en la adultez temprana, adultez media o adultez tardía.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Registro de observación para identificar la etapa de desarrollo humano (adultez temprana, adultez media o adultez tardía).</li> <li>2. Identificar al sujeto</li> <li>3. Elaboración de un reporte escrito que argumente las conductas del adulto de acuerdo a la etapa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantilla de observación</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDA D III</b>				
4	Aplicación de escala de actitudes	Prácticas Test para identificar indicadores de personalidad Autoevaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test de Galliat</li> <li>• Test de Autoestima de Rosenberg</li> </ul>	2 horas



5	Diseño de estrategias para potencializar componentes de la personalidad o autoestima	Elaborar una propuesta de intervención que potencialice la autoestima a través de la actividad física.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manual de estrategias didácticas enfocadas al desarrollo de la autoestima.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDA D IV</b>				
6	Identificar discapacidades en un grupo	Realizar registro de observación. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bitácora de campo.</li> <li>2. Análisis de los datos obtenidos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formato de registro de observación.</li> </ul>	4 horas
7	Proponer y adecuar estrategias para promover prácticas inclusivas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Investigar estrategias que promuevan la inclusión.</li> <li>2. Analizar la pertinencia según la discapacidad.</li> <li>3. Role playing entre pares.</li> <li>4. Realizar retroalimentación sobre la práctica.</li> <li>5. Realizar un compendio de estrategias</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Material deportivo y lúdico.</li> </ul>	10 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Técnica expositiva
- Observación
- Prácticas guiadas
- Aplicación de instrumentos
- Mesas redondas
- Estudios de caso
- Rol playing
- Análisis de material audiovisual

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Redacción
- Análisis de información
- Investigación documental
- Organizadores gráficos
- Resumen
- Síntesis
- Exposición
- Trabajo de campo
- Diario de campo
- Trabajo colaborativo
- Responder instrumentos
- Elaboración de informes y ensayos

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Evaluación parciales .....	10%
- Actividades (estrategias) en clase.....	20%
- Tareas .....	15%
- Exposición en equipo y reporte escrito.....	10%
- Prácticas.....	15%
- Informe sobre etapa de desarrollo.....	30%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Brendan, N. (1995). <i>The Six of self esteem</i>. Bantam Doubleday Dell Publishing Group Incorporated. [clásica]. Recuperado de: <a href="https://experiencelife.com/wp-content/uploads/2011/11/70-the-six-pillars-of-self-esteem.pdf">https://experiencelife.com/wp-content/uploads/2011/11/70-the-six-pillars-of-self-esteem.pdf</a></p> <p>Cloninger, S. (2003). <i>Teorías de la personalidad</i>. México: Pearson Educación. [clásica]</p> <p>Digman, J. (1990). <i>Personality structure: Emergence of the five-factor model</i>. <i>Annual Review of Psychology</i>, 41, 417-440. [clásica]. DOI: <a href="https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221">https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221</a></p> <p>Organización de las Naciones Unidas, ONU, <i>¿Qué significa discapacidad?, en Historia de la discapacidad y las Naciones Unidas</i>. Recuperado de <a href="https://www.un.org/es/observances/day-of-persons-with-disabilities/background">https://www.un.org/es/observances/day-of-persons-with-disabilities/background</a></p> <p>Papalia, D. E. y Martorell, G. (2016). <i>Desarrollo humano</i>. 13va ed. México: McGraw-Hill.</p>	<p>Frank, V. (2015). <i>El sentido de la Vida</i>. Barcelona, España: Herder. Recuperado de: <a href="http://www.peofoundation.org/uploaded/content/article/1060602139.pdf">http://www.peofoundation.org/uploaded/content/article/1060602139.pdf</a></p> <p>Organización Mundial de la Salud. (2001). <i>Clasificación Internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud</i>. Madrid, España: Grafo S.A. [clásica]. Recuperado de: <a href="https://www.imsero.es/InterPresent2/groups/imsero/documents/binario/435cif.pdf">https://www.imsero.es/InterPresent2/groups/imsero/documents/binario/435cif.pdf</a></p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Licenciado en Psicología o área afín, con conocimientos en las etapas de desarrollo humano, la discapacidad y teorías que lo sustentan el desarrollo de la personalidad. Preferente con estudios de posgrado y dos años de experiencia en docencia. Habilidades para el trabajo en equipo, ser objetivo, proactivo y con responsabilidad social



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 04 HCL: 00 HE: 01 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Andrés Alberto Villalobos Flores  
Cynthia Aracely Medina Lara  
Marco Aurelio Martínez Granados  
Aarón Viramontes Cruz  
Roberto Carlos Terrones Ríos

**Fecha:** 12 de noviembre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa básica, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Técnico-Deportiva, el propósito de esta unidad de aprendizaje es que el alumno adquiera una visión general sobre la didáctica de deportes de tiempo y marca, su importancia práctica en la formación de niños, jóvenes y adultos, así como el conocimiento de los fundamentos técnicos, la progresión de la enseñanza y el reglamento aplicado en el ámbito de deportivo y de la enseñanza.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Aplicar la didáctica en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las principales técnicas y tácticas de los deportes de tiempo y marca, por medio de técnicas y estrategias innovadoras específicas del deporte, para lograr el desarrollo de estrategias metodológicas de técnicas en poblaciones específicas, con responsabilidad, honestidad y respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realiza un video donde se demuestren las fases de explicación, demostración, ejecución y corrección de por lo menos un gesto técnico de los deportes de tiempo y marca en una población específica.



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Generalidades de los deportes de Tiempo y Marca**

**Competencia:**

Identificar las generalidades de los deportes de tiempo y marca (atletismo, natación y ciclismo), mediante la revisión de documentos teóricos-científicos y la visualización de videos, para analizar el desarrollo y evolución de los mismos, con una actitud crítica, reflexiva y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 2 horas

- 1.1. Conceptos de los Deportes de Tiempo y marca
  - 1.1.1 Deportes de apreciación
  - 1.1.2 Atletismo, Natación y Ciclismo.
- 1.2. Clasificación de los Deportes de Tiempo y marca
  - 1.2.1 Aspectos de similitud de los deportes de tiempo y marca
  - 1.2.2 Aspectos de diferenciación de los deportes de tiempo y marca

## UNIDAD II. Atletismo

### **Competencia:**

Aplicar los fundamentos teóricos-técnicos de las pruebas de pista y de campo, mediante la demostración de la progresión de su enseñanza, para vivenciar la exigencia que conlleva cada una de las pruebas, con respeto, honestidad y disciplina.

### **Contenido:**

**Duración:** 7 horas

#### 2.1. Pista

- 2.1.1 Carrera de Velocidad.
- 2.1.2 Carrera de media y larga distancia.
- 2.1.3 Carreras con obstáculos.

#### 2.2. Campo

- 2.2.1 Saltos horizontales
- 2.2.2 Salto de altura (tijera)
- 2.2.5 Lanzamientos con carrera
- 2.2.6 Lanzamientos con giros

## UNIDAD III. Natación

### **Competencia:**

Aplicar los fundamentos de la natación y las técnicas de nado, mediante la demostración de la progresión de su enseñanza, para vivenciar la exigencia que conlleva este deporte; con respeto, responsabilidad y apego al reglamento técnico de competencia e instalaciones.

### **Contenido:**

**Duración:** 5 horas

#### 3.1. Principios Básicos de la Natación

- 3.1.1 Técnicas de Flotar-respiración (Bucitos)
- 3.1.2 Deslizamiento
- 3.1.3 Patada
- 3.1.4 Braceo
- 3.1.5 Giros (vueltas de campana) y clavados

#### 3.2. Técnicas de Nado

- 3.2.1 Crol
- 3.2.2 Dorso
- 3.2.3 Pecho
- 3.2.4 Mariposa

## UNIDAD IV. Ciclismo

### **Competencia:**

Aplicar los fundamentos del ciclismo de pista y ruta, a través de la demostración de la progresión de su enseñanza, para vivenciar la exigencia que conlleva este deporte; con respeto, responsabilidad y apego al reglamento técnico de competencia.

### **Contenido:**

**Duración:** 2 horas

#### 4.1. Pista

4.1.1 Posición del cuerpo

4.1.2 Pedaleo

#### 4.2. Ruta

4.2.1 Posición del Cuerpo

4.2.2 Pedaleo

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Carrera de velocidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	Pista atlética, conos, silbato, vallitas, block de salidas, cronómetro, tabla de apoyo.	4 horas
2	<b>Carrera de Resistencia</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Pista atlética, conos, silbato, vallitas, cronómetro, pulsómetro, tabla de apoyo.	4 horas
3	<b>Carrera con Obstáculos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> </ol>	Pista atlética, conos, silbato, vallitas, vallas reglamentarias.	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>		
4	<b>Salto Horizontal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Pista atlética, conos, silbato, vallitas, fosa de saltos, cronómetro, cinta métrica, cajón de madera de 20 cm. de altura.	4 horas
5	<b>Salto Vertical</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	Pista atlética, conos, silbato, saltómetros, varilla de fibra de vidrio.	4 horas

		6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.		
6	<b>Lanzamiento con carrera (jabalina)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Pista atlética, conos, silbato, masking tape.	4 horas
7	<b>Lanzamientos con giros (disco y bala)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Pista atlética, conos, Aros, silbato, vallitas, masking tape, disco de 1 y 2 kg., pelotas de softbol, bala de 4kg.	4 horas.
<b>UNIDAD III</b>				
8	<b>Técnicas de Flotar -respiración Deslizamiento</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> </ol>	Alberca, Tubos flotadores y tablas	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>		
9	<b>Patada</b> <b>Braceo</b> <b>Giros</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Alberca, Tubos flotadores y tablas	4 horas
10	<b>Crol</b> <b>Dorso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Alberca, Tubos flotadores y tablas	4 horas



11	<b>Pecho</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Alberca, Tubos flotadores y tablas	4 horas
12	<b>Mariposa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	Alberca, Tubos flotadores y tablas	4 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
13	<b>Posición del Cuerpo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> </ol>	Bicicleta para Velódromo, cronómetro, tabla de apoyo, conos.	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>		
14	<b>Pedaleo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	Bicicleta para Velódromo, cronómetro, tabla de apoyo, conos.	4 horas
15	<b>Posición del Cuerpo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	Bicicleta para Velódromo, cronómetro, tabla de apoyo, conos.	4 horas
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica.</li> </ol>		

16	<b>Pedaleo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	Bicicleta para Velódromo, cronómetro, tabla de apoyo, conos.	4 horas
----	----------------	---	--	---------

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente las metodologías de Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca, así como orientar el desarrollo de las prácticas. Todo lo anterior, mediante estrategias de participación activa, demostración, corrección y retroalimentación.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben trabajar de manera individual y colaborativa, aplicando sus conocimientos en la participación efectiva en las prácticas y en clase. Investigando extra clase, para cumplir y complementar la información proporcionada por el docente. También deberá realizar, ensayos, resúmenes, mapas mentales y conceptuales cuando la programación del docente lo requiera. Cumplir con el aspecto teórico-práctico para la asimilación de los contenidos y aprender a enseñar.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

-Participación y trabajo en clase....	10%
- Examen por unidad.....	20%
- Práctica de Campo .....	30%
- Video.....	40%
<b>Total.....</b>	<b>.100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Burt, P. (2014). <i>Bike Fit: Optimise your bike position for high performance and injury avoidance</i>. A&amp;C Black.</p> <p>Faria, E. W., Parker, D. L. y Faria, I. E. (2005). The science of cycling. <i>Sports medicine</i>, 35(4), 285-312 [clásica]</p> <p>Glaskin, M. (2013). <i>Cycling science: how rider and machine work together</i>. University of Chicago Press.[clásica]</p> <p>Lanuza, F. D. y Torres, A. (2001). 1060 Ejercicios y juegos de natación. <i>Colección Deporte</i>. [clásica]</p> <p>Lucero, B. (2016). <i>Los 100 mejores ejercicios de natación (Bicolor)</i>. Paidotribo.</p> <p>Maglischo, E. W., y Schofield, D. (2009). <i>Natación: técnica, entrenamiento y competición</i>. Editorial Paidotribo [clásica]</p> <p>Marinof, A., y Coumbe-Lilley, J. (2017). <i>Science of Sport: Swimming</i>. The Crowood Press</p> <p>Mármol, A. G., Luquin, A. C. y Valenzuela, A. V. (2014). Análisis comparativo de diferentes modelos de enseñanza para la iniciación al atletismo. <i>Ágora para la Educación Física y el Deporte</i>, 16(2), 104-121.</p> <p>Morgan, K. (2013). <i>Athletics challenges: A resource pack for teaching athletics</i>. Routledge. [clásica]</p> <p>Sant, J. R. (2018). <i>Metodología y técnicas de atletismo</i>. Editorial Paidotribo</p> <p>Schmolinsky, G. (1981). <i>Atletismo (Leichtathletik)</i>. Madrid: <i>Augusto Pila Teleña</i> [clásica]</p> <p>Valenzuela, A. V. y Mármol, A. G. (2019). <i>Fundamentos del Atletismo: Claves para su enseñanza</i>. Editorial Pila Teleña.</p>	<p>Collins, D. R., y Hodges, P. B. (2001). <i>A comprehensive guide to sports skills tests and measurement</i>. Scarecrow Press. [clásica]</p> <p>Nitsch, J. R. (2002). <i>Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario</i>. Editorial Paidotribo. [clásica]</p> <p>Üzüm, H. (2018). Athletes' Perception of Coaches' Behavior and Skills About Their Sport. <i>Journal of Education and Training Studies</i>, 6(5), 28-33.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Didáctica de Deportes de Tiempo y Marca debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 2 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos en el área de entrenamiento en deportes de tiempo y marca. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Tendencia Fitness
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Cristhian Emmanuel López Campos  
Elena Cecilia Guzmán Gutiérrez  
Martín Ulises Guerrero Gerardo

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Actualmente surgen nuevas formas de ejercitarse, relacionadas a tendencias fitness, por lo que, es importante dotar al estudiante de los conocimientos y herramientas sobre los nuevos enfoques del ejercicio, para orientar a los individuos o grupos sociales sobre aquellas actividades más convenientes de acuerdo a sus características y necesidades. Por otra parte, estas nuevas tendencias, han propiciado la demanda de profesionales en el área fitness.

Esta asignatura se ubica en la etapa básica con carácter obligatorio y pertenece al área de conocimiento de Técnico-Deportiva

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Proponer programas de actividad física, basado en las nuevas tendencias fitness, técnicas, instrumentos y atención a normas de seguridad, para ofrecer y promover servicios innovadores, con actitud emprendedora, reflexiva y respeto al medio ambiente.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseñar un programa de actividad física, basado en las nuevas tendencias fitness, mediante una memoria técnica que contenga los siguientes elementos: Resumen, Índice de documentos, Introducción, Objetivos, Metodología, Resultados, Conclusiones y Bibliografía.

Se entrega estructura documental y exposición al grupo



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Conceptos en el ámbito de las nuevas tendencias fitness**

**Competencia:**

Analizar las nuevas tendencias fitness, a través de la revisión de los diferentes tipos de entrenamiento, para conocer su aplicación de acuerdo a las características del individuo o grupo, con pensamiento crítico, responsabilidad y honestidad.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1. Definición de Entrenamiento personal
- 1.2. Definición de Entrenamiento TRX
- 1.3. Definición de Entrenamiento Body Weight Training (BWT)
- 1.4. Concepto de Entrenamiento con el programa Bootcamp
- 1.5. Concepto de Entrenamiento con el programa P90X
- 1.6. Concepto de Entrenamiento programa CrossFit
- 1.7. Entrenamiento con Gadgets aplicados a la actividad física
- 1.8. Aplicaciones en el fitness

## UNIDAD II. Actividades físicas al aire libre.

### Competencia:

Identificar las actividades al aire libre, mediante la práctica de la carrera, capoeira, parkour y BMX, para conocer su aplicación de acuerdo a las características del individuo o grupo, con pensamiento crítico, responsabilidad y honestidad.

### Contenido:

- 2.1 Actividad física urbana
- 2.2 Carrera
- 2.3 Capoeira
- 2.4 Parkour
- 2.5 BMX

**Duración:** 4 horas

### UNIDAD III. Actividades físicas indoor

**Competencia:**

Desarrollar capacidades físicas, mediante las nuevas tendencias de flexibilidad, fuerza y resistencia, para aplicarlos en individuos o grupo, con disciplina, perseverancia y empatía.

**Contenido:****Duración:** 12 horas

3.1 Yoga.

3.2 Nuevas tendencias del entrenamiento de la flexibilidad (Dinamic Stretching, PNF y Foam Rolling)

3.3 Nuevas tendencias del entrenamiento de la fuerza (Ejercicios olímpicos, Crossfit, Insanity, Bootcamp, TRX y Kettlebell)

3.4 Nuevas tendencias del entrenamiento de la resistencia (ejercicios con autocarga corporal- body weight training, HIIT y Circuit Training)

3.5 Oferta y modalidades de actividad física en el medio acuático

3.6. Innovación y nuevas tendencias en fitness y wellness

## UNIDAD IV. Actividad física deporte-social

### **Competencia:**

Aplicar el deporte-social, mediante las practicas y variables tradicionales, para lograr la cohesión de individuos y grupos sociales, con actitud propositiva, colaborativa e inclusión.

### **Contenido:**

- 4.1 La práctica físico-deportiva desinstitucionalizada y desregularizada
- 4.2 Variables de los deportes tradicionales

**Duración:** 4 horas

## UNIDAD V. Actividades físicas alternativas.

### Competencia:

Diseñar actividades físicas, con apoyo de medios auditivos y coreografías, para desarrollar las capacidades coordinativas, con creatividad y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 5.1 Actividades con soporte musical y nuevas tendencias de actividades Para el tiempo libre
- 5.2 Acondicionamiento físico con soporte musical - carga de entrenamiento-
- 5.3 Composición de coreografías
- 5.4 Danza urbana

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Actividades al aire libre</b>	<p>El docente explica las características de las actividades al aire libre.</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Revisa los diferentes tipos de actividades del aire libre.</li> <li>2. Se organiza en equipos de 5 personas o las indicadas por el docente.</li> <li>3. Seleccionan y planean una actividad carrera, capoeira, parkour y BMX.</li> <li>4. Aplican la actividad al grupo.</li> </ol>	Áreas libres disponibles	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
2	<b>Aplicación de actividades Indoor</b>	<p>El docente explica las características de las actividades Indoor.</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. . revisa en procedimiento para realizar las actividades Indoor.</li> <li>2. Ejecuta cada una de las actividades Indoor.</li> </ol>	Aula, gimnasio de pesas y usos múltiples	16 horas
3	<b>Diseño de actividades Indoor</b>	<p>El docente explica las características y metodología de las actividades Indoor</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Explora las actividades Indoor.</li> </ol>	Aula, medios electrónicos y pintaron.	8 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Elige una actividad Indoor.</li> <li>3. Realiza la planeación de 4 a 6 semanas de acuerdo a las modalidades de actividades físicas Indoor.</li> <li>4. Entrega planeación al docente.</li> </ol>		
<b>UNIDAD V</b>				
4	<b>Aplicación de actividades físicas alternativas</b>	<p>El docente explica las características de las actividades físicas alternativas.</p> <p>El estudiante:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Revisa en procedimiento para realizar las actividades físicas alternativas.</li> <li>2. Ejecuta cada una de las actividades físicas alternativas.</li> </ol>	Gimnasio de usos múltiples, áreas libres disponibles y equipo de sonido	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Presentar y explicar los temas relacionados con las nuevas tendencias fitness
- Realizar ejemplos de ejecución de las diferentes actividades de tendencias fitness
- Elaborar y aplicar exámenes teóricos y prácticos
- Explicar el diseño y planeación de actividades fitness
- Supervisar y dirigir las prácticas
- Propiciar la participación activa del estudiante

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Investigar los temas relacionados con las nuevas tendencias fitness
- Ejecutar las diferentes actividades de tendencias fitness
- Resolver y ejecutar exámenes teóricos y prácticos
- Diseñar y planear las actividades fitness
- Aplicar las planeaciones de actividades a los compañeros de grupo
- Trabajar en equipo.



## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- 1 examen teórico .....	10%
- 1 examen práctico.....	20%
- Practicas .....	30%
- Diseñar un programa de actividad física, basado en las nuevas tendencias fitness ...	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Bellomo, D. (2010). Kettlebell, entrenamiento para deportistas. Madrid: Ediciones Tutor. [clásica].</p> <p>Correa, M. (2015). 110 Best Crossfit Exercise. USA: Createspace. [clásica].</p> <p>Dawes, J. (2017). Complete guide to TRX suspension training. USA: Human Kinetics.</p> <p>Dieguez, J., &amp; Papí, J. D. (2007). Entrenamiento funcional en programas de fitness. Volumen I. Barcelona: Inde. [clásica].</p> <p>Domínguez Castilla, J. (2014). Dirección y dinamización de actividades de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente. Málaga: IC Editorial. [clásica].</p>	<p>Cattadori, G., Segurini, C., Picozzi, A., Padeletti, L. &amp; Anzà, C. (2018). Exercise and heart failure: an update. ESC Heart Failure, 5(2), 222–232. Recuperado de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5880674/pdf/EHF2-5-222.pdf">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5880674/pdf/EHF2-5-222.pdf</a></p> <p>Ferrand, A. C., Gambau, V., &amp; Nardi, M. (2018). Marketing en el fitness. Barcelona: Paidotribo.</p> <p>Kerti, M., Balogh, Z., Kelemen, K. &amp; Varga, J. (2018). The relationship between exercise capacity and different functional markers in pulmonary rehabilitation for COPD. International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease, 13, 717–724. Recuperado de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5836697/pdf/copd-13-717.pdf">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5836697/pdf/copd-13-717.pdf</a></p> <p>Patel, K. (2014). The Complete Guide to Bodyweight Training. Bloomsbury Publishing. [clásica].</p> <p>Randolph. D. (2013). Entrenamiento con Kettlebell. Barcelona: Paidotribo. [clásica].</p>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente de esta asignatura debe contar con título profesional relacionada con la cultura física y certificaciones en temáticas relativas a la unidad de aprendizaje, de preferencia con posgrado, así como contar con al menos un año de experiencia acreditable como colaborador de programas de entrenamiento contemporáneos, con buen manejo, aplicación y análisis de resultados de los implementos y herramientas tecnologías que se contemplan en este documento. Así mismo, el docente deberá cumplimentar con al menos un curso de pedagogía y didáctica.

El docente deberá contar con certificación o constancia de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar con máximo de 2 años de haber sido expedida por la institución calificada en la materia

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Iván de Jesús Ramos Rodríguez  
Pedro Torres Rivera

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 27 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La asignatura Bases Legales y Organizativas del Sistema Educativo brinda las bases y principios que regulan el funcionamiento y organización del Sistema Educativo Mexicano. Se analizan de manera particular los servicios que ofrece y el papel de la educación física en los planes y programas para la educación básica y media superior. Estos conocimientos le permitirán al estudiante comprender la dinámica de este campo de trabajo y el papel de la educación física planteado desde la Secretaría de Educación Pública para el contexto social actual. Esta asignatura es de carácter obligatorio, pertenece al área de conocimiento Pedagógica y se oferta en la etapa básica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar el funcionamiento y la organización de los servicios educativos que orientan al Sistema Educativo Mexicano, a través de la revisión normativa establecida en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, la Ley General de Educación y en las respectivas leyes estatales, así como la revisión de los planes y programas de estudio, para aplicar las bases reglamentarias en la educación básica y obligatoria, con actitud objetiva, crítica y responsable.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elaboración de un ensayo en donde se realice una crítica constructiva y reflexión de las leyes educativas, la normatividad, la inclusión educativa y la organización del servicio educativo; donde se enfatice la aplicación e importancia de éstas en el desarrollo docente en la educación básica y obligatoria. Que cumpla con la estructura de un ensayo: portada, introducción, desarrollo, reflexión, y referencias bibliográficas en formato APA. El ensayo deberá tener una extensión de cinco cuartillas.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Los principios legales de la educación**

**Competencia:**

Analizar los principios legales de la educación a través de la revisión de la normativa que orienta al SEM para explicar la naturaleza de las normas jurídicas y conocer las facultades y responsabilidades de quienes participan en los servicios educativos, con responsabilidad y actitud crítica, analítica y reflexiva.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. La educación: servicio de orden público e interés social.
  - 1.1.1. El carácter nacional de la legislación educativa.
  - 1.1.2. La preservación del derecho a la educación.
- 1.2. Elementos que constituyen el Sistema Educativo Mexicano.
  - 1.2.1. Actores.
  - 1.2.2. Instituciones.
  - 1.2.3. Autoridades educativas.
- 1.3. El sector público y privado.
  - 1.3.1. Conocimiento organizacional del sector público
  - 1.3.2. Conocimiento organizacional del sector privado

## UNIDAD II. La normatividad educativa

### **Competencia:**

Analizar principios legales que regulan el Sistema Educativo mediante el análisis de los documentos normativos que rigen la educación en México, para identificar su operación en los servicios educativos y las funciones de las autoridades educativas de los tres órdenes de gobierno, con actitud crítica y objetiva.

### **Contenido:**

**Duración:** 10 horas

- 2.1. Artículo 3º. Constitucional.
  - 2.1.1. Aprendizajes clave de nuevo modelo educativo.
- 2.2. Ley General de Educación.
- 2.2. Ley Estatal de Educación.
- 2.3. Federalismo educativo.
  - 2.3.1. Distribución de la función social educativa.
  - 2.3.2. De los servicios educativos.
  - 2.3.3. Del financiamiento a la educación.
  - 2.3.4. De la evaluación al sistema educativo nacional.
- 2.4. Equidad en la educación.
  - 2.4.1. Proceso educativo.
  - 2.4.2. Tipos y modalidades de educación.
  - 2.4.3. De los planes y programas de estudio.
  - 2.4.4. Del calendario escolar.
- 2.5. Participación social en la educación.
  - 2.5.1. De los padres de familia.
  - 2.5.2. De los consejos de participación social.
- 2.6. Educación impartida por particulares.
- 2.7. Ley General para la Inclusión de las personas con discapacidad.

## UNIDAD III. Bases organizativas

### **Competencia:**

Analizar los planes y programas de estudio de educación física en el nivel básico y media superior a partir de sus intenciones y alcances para identificar la importancia de la actividad física y deporte en el contexto social y en los escenarios educativos y laborales, con responsabilidad, honestidad y actitud analítica.

### **Contenido:**

**Duración:** 12 horas

- 3.1. La Secretaría de Educación Pública.
- 3.2. La estructura organizativa en el Sistema Educativo Mexicano.
  - 3.2.1. La educación preescolar y sus planes y programas de estudio.
  - 3.2.2. Formas de organización, modalidades y variantes comunitarias.
  - 3.2.3. Programas oficiales de educación física nivel preescolar.
- 3.3. La educación primaria y sus planes y programas de estudio.
  - 3.3.1. Programas oficiales de educación física de nivel primaria.
  - 3.3.2. Aspectos teóricos de la educación física.
  - 3.3.3. El diseño curricular de la educación física en educación primaria.
- 3.4. La educación secundaria y sus planes y programas de estudios.
  - 3.4.1. Tipos de secundaria: general, técnica, telesecundaria y para trabajadores.
  - 3.4.2. Programas oficiales de educación física en nivel secundaria.
- 3.5. La educación media superior.
  - 3.5.1. Modalidades educativas.
  - 3.5.2. Programas oficiales de educación física en media superior.



## UNIDAD IV. Inclusión educativa en la sesión de educación física

### **Competencia:**

Analizar la normativa asociada a la inclusión educativa en educación básica y media superior para reconocer la importancia de las necesidades de los alumnos en las actividades de actividad física y deporte, con empatía y responsabilidad social.

### **Contenido:**

- 4.1. Necesidad educativa.
- 4.2. Necesidad especial.
- 4.3. Necesidad educativa especial (NEE).
- 4.4. Inclusión.
- 4.5. Integración.
- 4.6. La Educación Física Especial (AFA).
- 4.7. La integración e inclusión educativa.

**Duración:** 4 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Soy mexicano y tengo derechos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipo.</li> <li>2. Asignar artículos por equipo.</li> <li>3. Análisis de los artículos que incluya ejemplos de su aplicación.</li> <li>4. Presentación en la mesa redonda.</li> <li>5. Elaborar un escrito sobre los hallazgos más significativos de los Derechos Individuales.</li> </ol>	Constitución Políticas de los Estados Unidos Mexicanos.	4 horas
2	<b>La filosofía detrás de la Constitución</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Leer el Artículo 3ro.</li> <li>2. Identificar las características de la educación pública.</li> <li>3. En equipos hacer una breve descripción de las características.</li> <li>4. Presentar las características en plenaria.</li> <li>5. Elaborar una síntesis de las características de la educación en México.</li> </ol>	Constitución Políticas de los Estados Unidos Mexicanos.	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
3	<b>Debate sobre funciones de las autoridades educativas de los tres órdenes de gobierno</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Integrar tres equipos.</li> <li>2. Leer las facultades y responsabilidades de las autoridades educativas en los tres órdenes de gobierno.</li> <li>3. Identificar las responsabilidades exclusivas y convergentes.</li> <li>4. A partir de problemas actuales debatir su responsabilidad y función.</li> </ol>	Constitución Políticas de los Estados Unidos Mexicanos.	2 horas
4	<b>Diagnóstico de participación social en la comunidad.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En grupo elaborar un guía de preguntas sobre la participación</li> </ol>	Guía de preguntas	8 horas

		<p>social en las escuelas de la comunidad.</p> <p>2. En parejas visitar un centro educativo y aplicar la guía de preguntas al personal directivo o miembros del Consejo Escolar de Participación Social.</p> <p>3. Analizar las respuestas y elaborar reporte.</p> <p>4. Presentar los hallazgos ante el grupo.</p>		
<b>UNIDAD III</b>				
5	<b>Análisis de la práctica docente en Educación Física</b>	<p>1. En grupo realizar guías de observación para las clases Educación Física en preescolar, primaria, secundaria y media superior.</p> <p>2. En parejas visitar un centro educativo y gestionar la observación de una clase de Educación Física.</p> <p>3. Contrastar el registro de observación con lo que planteas los planes y programas del nivel.</p> <p>4. Elaborar reporte de la práctica.</p> <p>5. Presentar hallazgos ante el grupo.</p>	Planes y programas de estudio de Educación Física	8 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
6	<b>La inclusión y la educación física</b>	<p>1. En parejas visitar un CAM.</p> <p>2. Identificar los servicios que ofrece el CAM.</p> <p>3. Observar las acciones y actividades relacionadas con la educación física.</p> <p>4. Elaborar informe de la visita.</p>	Acuerdo 040219 “Reglas de operación para el programa para la inclusión y la equidad educativa”	8 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Debates.
- Técnica expositiva.
- Mesa redonda.
- Uso de TICC.
- Investigación documental.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Ensayo
- Síntesis
- Organizadores gráficos.
- Observación
- Investigación documental
- Trabajo colaborativo

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Evaluaciones parciales .....	20%
- Reportes de lectura.....	10%
- Participación en clase.....	05%
- Exposición en equipo y reporte escrito.....	15%
- Prácticas de taller .....	30%
- Ensayo sobre el Sistema Educativo Mexicano .....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Ainscow, M. (2015). <i>Guía para la educación inclusiva. Desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares</i>. Madrid, España: OEI.</p> <p>Diario Oficial de la Federación. (1917). <i>Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, artículos 3°, 4°, 24°, 31° fracción I y 130°</i>. Última reforma publicada DOF 21-06-2011. [Clásica]. Recuperado de: <a href="http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1.pdf">http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1.pdf</a>.</p> <p>Diario Oficial de la Federación. (1993). <i>Nueva Ley General de Educación, artículos del 1 – 8</i>. Última reforma publicada DOF 21-06-2011. [Clásica]. Recuperado de: <a href="http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/137.pdf">http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/137.pdf</a></p> <p>Granados, O. (2018). <i>Reforma educativa</i>. México: Fondo de Cultura Económica.</p> <p>H. Congreso del Estado de Baja California. (1995). <i>Ley de Educación del Estado de Baja California</i>. Periódico Oficial No. 48, de fecha 29 de septiembre de 1995, Sección I, Tomo CII. [Clásica]. Recuperado de: <a href="https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/9db15657-4ea9-47fe-9fe6-4a6181040a2c/bajacalifornia.pdf">https://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/9db15657-4ea9-47fe-9fe6-4a6181040a2c/bajacalifornia.pdf</a></p> <p>IPOMEX. (s.f.). <i>Legislación educativa para maestros de educación básica. Normas que regulan la reforma educativa en México</i>. Recuperado de <a href="http://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files/ipo">www.ipomex.org.mx &gt; recursos &gt; ipo &gt; files_ipo</a></p> <p>Meneses, E. (1998). <i>Tendencias educativas oficiales en México 821-1911</i>. 2da. Edición. México: Porrúa. [Clásica]. Recuperado de <a href="https://dokumen.pub/tendencias-educativas-oficiales-en-mexico-1821-1911-tomo-i.html">https://dokumen.pub/tendencias-educativas-oficiales-en-mexico-1821-1911-tomo-i.html</a></p> <p>Secretaría de Educación Pública. (2017). <i>Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Plan y programas de estudio para la educación básica</i>. México: Autor.</p>	<p>Baradei, L. &amp; Amin, K. (2010). Community participation in education: A case study of the Boards of Trustees' experience in the Fayoum governorate in Egypt. <i>Africa Education Review</i>, 7, 107-138. Recuperado de <a href="https://www.researchgate.net/publication/233082182_Community_participation_in_education_A_case_study_of_the_Boards_of_Trustees%27_experience_in_the_Fayoum_governorate_in_Egypt">https://www.researchgate.net/publication/233082182_Community_participation_in_education_A_case_study_of_the_Boards_of_Trustees%27_experience_in_the_Fayoum_governorate_in_Egypt</a></p> <p>Diario Oficial de la Federación. (2013). <i>Programa Sectorial de Educación 2013- 2018</i>. México: Secretaría de Educación Pública. Recuperado de <a href="http://www.dof.gob.mx/nota_detalle_popup.php?codigo=5326569">http://www.dof.gob.mx/nota_detalle_popup.php?codigo=5326569</a></p> <p>Juarez, G. (2016). <i>La Constitución Política de los Estados Unidos para niños y niñas</i>. México: Plaza y Valdez.</p> <p>Perales, F. y Escovedo, M. (2016). La participación social en la educación: entre propuestas innovadoras y tradición educativa. <i>Revista Electrónica de Educación Investigación Educativa</i>, 18(1), 69-81. Recuperado de <a href="http://redie.uabc.mx/redie/article/view/738">http://redie.uabc.mx/redie/article/view/738</a></p> <p>Secretaría de Educación Pública. (2010). <i>Guía para facilitar la inclusión de los alumnos y alumnas con discapacidad en las escuelas que participan en el PEC</i>. México: Autor.</p> <p>Secretaría de Educación Pública. (2017). <i>Aprendizajes claves para la educación integral</i>. Educación Física, Educación Básica. México: Autor.</p> <p>U.S. Department of Education.(2009). <i>State regulation of private schools. Office of Innovation and Improvement. Office of Non-Public Education</i>. Washington, D.C. Recuperado de <a href="https://www2.ed.gov/admins/comm/choice/regprivschl/regprivschl.pdf">https://www2.ed.gov/admins/comm/choice/regprivschl/regprivschl.pdf</a></p>

Schmelkes. S. (2019) *La Educación multigrado en México*. Instituto Nacional para la evaluación de la Educación. México: SEP  
UNESCO. (2017). *Guía para la Inclusión y la Equidad en la Educación*. Paris, Francia: Autor.

## X. PERFIL DEL DOCENTE

Licenciado en Actividad Física y Deporte, Licenciado en Educación Física, Licenciado en Educación, Licenciado en Pedagogía o área afín, con experiencia y conocimiento en la organización del sistema educativo. Ser responsable, objetivo y analítico.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Bioquímica de la Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Nayelli Giron  
Alberto Jiménez Maldonado  
Tatiana Romero Garcia

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Bioquímica de la Actividad Física tiene la finalidad de identificar los sistemas energéticos y su participación durante la actividad física, brinda contenidos teóricos de los sistemas energéticos para diseñar y controlar programas de entrenamiento y activación física. Se encuentra en la etapa básica con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Biomédica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar los conceptos bioquímicos asociados al metabolismo, mediante su estudio, diseño, ejecución y evaluación de planes y programas de actividad física y entrenamiento deportivo, para la mejora de las capacidades físicas de la población general y atletas amateur y profesionales, con una actitud ética y responsable.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Presenta de manera oral un póster en el cual aborde procesos bioquímicos de manera integrativa en estado basal y durante la práctica de actividad física.

Describe una competencia deportiva, incluyendo la preparación para la misma, en términos de las rutas metabólicas involucradas en cada momento de la competencia.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Bioenergética**

**Competencia:**

Identificar los procesos de manejo de energía en los seres vivos, a través del análisis del balance energético y el metabolismo, para comprender la inherente condición bioquímica presente en las células vivas, con actitud crítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 2 horas

1.1. Bioenergética.

1.1.1. Concepto de bioenergética.

1.1.2. Concepto de metabolismo.

1.1.3. Anabolismo y catabolismo.

1.1.4. Balance energético.

1.1.5. Concepto, estructura y función de ATP.

## UNIDAD II. Metabolismo de carbohidratos

### Competencia:

Identificar reacciones bioquímicas asociadas al metabolismo de los carbohidratos, mediante el análisis de las rutas específicas, para entender los procesos de obtención de energía desarrollados en el organismo, con actitud crítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 2.1. Metabolismo de los carbohidratos.

2.1.1. Glucolisis.

2.1.2. Glucogenolisis.

2.1.3. Ciclo de krebs.

2.1.4. Cadena de transporte de electrones y fosforilación oxidativa.

2.1.5. Glucogenesis.

2.1.6. Gluconeogenesis.

2.1.7. Metabolismo de Fructosa.

## UNIDAD III. Metabolismo de lípidos

### **Competencia:**

Identificar reacciones bioquímicas asociadas al metabolismo de los lípidos, mediante el análisis de las rutas específicas, para entender los procesos de obtención y almacenamiento de energía presentes en el organismo, con actitud crítica y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

#### 3.1. Metabolismo de los lípidos.

3.1.1. Lipólisis.

3.1.2. Beta-oxidación.

3.1.3. Síntesis de ácidos grasos.

3.1.4. Síntesis de triglicéridos (lipogénesis).

## UNIDAD IV. Metabolismo de aminoácidos

### Competencia:

Identificar reacciones bioquímicas asociadas al metabolismo de los lípidos, mediante el análisis de las rutas específicas, para entender los procesos de obtención y almacenamiento de energía presentes en el organismo, con actitud crítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 4.1. Catabolismo de las proteínas (sistema Ubiquitina-Proteosoma).
- 4.2. Metabolismo de aminoácidos.
  - 4.2.1. Transaminación.
  - 4.2.2. Desaminación.
  - 4.2.3. Ciclo de la urea.
- 4.3. Síntesis de aminoácidos.

## UNIDAD V. Sistemas energéticos del ejercicio físico

### Competencia:

Identificar los diferentes sistemas energéticos, mediante el análisis integrativo de las rutas metabólicas, para comprender la importancia de los diferentes sistemas energéticos en el ejercicio físico y el deporte, con actitud crítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 5.1. Sistema energético de corto plazo.
  - 5.1.1. Composición y función del sistema Fosfocreatina.
  - 5.1.2. Fosfocreatina: el reservorio energético.
  - 5.1.3. Sistema energético ATP-PC.
  - 5.1.4. Regulación hormonal y metabólica del sistema energético a corto plazo.
  - 5.1.5. Metabolismo de Lactato.
  - 5.1.6. Adaptaciones metabólicas del ejercicio de corto plazo.
  - 5.1.7. Análisis y control del sistema metabólico corto plazo (mecanismos de fatiga).
- 5.2. Energía a largo plazo: el sistema aerobio.
  - 5.2.1. Adaptaciones metabólicas del sistema energético aerobio.
  - 5.2.2. Comunicación periférica durante el ejercicio aerobio.
  - 5.2.3. Estrés oxidativo.
  - 5.2.4. Análisis y control del sistema metabólico de largo plazo (mecanismos de fatiga).
- 5.3. Integración de sistemas energéticos durante el ejercicio intermitente.
  - 5.3.1. Comunicación sistémica durante el ejercicio intermitente.
  - 5.3.2. Análisis y control del sistema metabólico intermitente (mecanismos de fatiga)

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Determinación por método indirecto de contenido energético de alimentos industrializados</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Determinar el cambio de temperatura del recipiente al calentar el alimento.</li> <li>4. Estima el contenido energético.</li> <li>5. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	Termómetro Merchero Soporte universal Recipientes de vidrio	3 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Prueba de tolerancia a la glucosa (determinación de absorción de glucosa e índice glucémico)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Determina en sangre capilar los cambios de glucosa a través del tiempo.</li> <li>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	Glucómetro Tiras reactivas de glucosa Lancetas Torundas	3 horas
3	<b>Determinación de glucógeno en músculo e hígado</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Procesa las muestras para obtener los homogenados de acuerdo a las instrucciones.</li> </ol>	Mortero Carne de pollo Hígado de pollo Licuadora Ácido perclorico Saliva Vinagre	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Incuba las muestras 40 minutos a 40°.</li> <li>4. Realiza las lecturas de glucosa correspondientes.</li> <li>5. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	<p>Termómetro Glucómetro Tiras reactivas glucosa</p>	
<b>UNIDAD III</b>				
4	<b>Determinación de parámetros lipídicos en sangre</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza la extracción de sangre en un estudiante en ayuno y otro sin ayuno.</li> <li>3. Procesa las muestras de sangre para obtener el suero.</li> <li>4. Somete las muestras a la lectura de colesterol total, colesterol HDL y triglicéridos mediante fotometría (Analizador CardioChek o Equipo Spinreact)</li> <li>5. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	<p>Torundas Lancetas Capilares Tiras reactivas panel lipídico Equipo Cardiochek o Jeringas Torundas Tubos vacutainer Centrífuga Reactivos Spinreact para lípidos Equipo Spinreact</p>	3 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
5	<b>Determinación de proteínas totales por refractometría</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Determina con el uso de refractómetro portátil la concentración de proteínas totales en sangre capilar.</li> </ol>	<p>Refractómetro portátil Capilares Lancetas Torundas Ciclo-ergómetro Banda sinfín</p>	3 horas



		4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica		
<b>UNIDAD V</b>				
6	<b>Evaluación de la dinámica de glucosa y lactato durante los ejercicios de alta intensidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Determina la dinámica de glucosa y lactato en sangre capilar durante los ejercicios de alta intensidad</li> <li>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	Glucómetro Lactómetro Lancetas Torundas Tiras reactivas de glucosa Tiras reactivas de lactato Ciclo-ergómetro Banda sinfín Pago de licencia del GymAware	3 horas
7	<b>Evaluación de la dinámica de glucosa y lactato durante los ejercicios de larga duración y moderada intensidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Determina la dinámica de glucosa y lactato en sangre capilar durante los ejercicios de moderada intensidad y larga duración</li> <li>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</li> </ol>	Glucómetro Lactómetro Lancetas Torundas Tiras reactivas de glucosa Tiras reactivas de lactato Ciclo-ergómetro Banda sinfín Pago de licencia de polar team	3 horas
8	<b>Evaluación de la dinámica de lípidos durante los ejercicios de larga duración y moderada intensidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</li> <li>3. Determina la dinámica de</li> </ol>	Lipidómetro Glucometro Torundas Tiras reactivas de glucosa Tiras reactivas de lípidos Ciclo-ergómetro Banda sinfín	4 horas

		<p>glucosa y lactato en sangre capilar durante los ejercicios de moderada intensidad y larga duración</p> <p>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</p>	Pago de licencia de polar team	
9	<b>Evaluación de la dinámica de glucosa y lactato durante los ejercicios intermitentes</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</p> <p>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</p> <p>3. Determina la dinámica de glucosa y lactato en sangre capilar durante los ejercicios intermitentes.</p> <p>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</p>	<p>Glucómetro Lactómetro Lancetas Torundas Tiras reactivas de glucosa Tiras reactivas de lactato Ciclo-ergómetro Banda sinfín Pago de licencia de polar team</p>	3 horas
10	<b>Evaluación de la dinámica de metabolitos asociados al metabolismo de aminoácidos o durante los ejercicios intermitentes</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del docente para realizar la práctica.</p> <p>2. Realiza el montaje diseñado por el docente con el material solicitado.</p> <p>3. Determina la dinámica de glucosa y lactato en sangre capilar durante los ejercicios intermitentes.</p> <p>4. Realiza reporte sobre el desarrollo de la práctica</p>	<p>Lancetas Torundas Tiras reactivas Urisin Tubos Falcon Ciclo-ergómetro Banda sinfín Pago de licencia de polar team</p>	3 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de bioquímica de la actividad física, así como orientar el desarrollo de las prácticas de laboratorio, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a los alumnos a la participación en las clases.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de laboratorio y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Tareas y trabajos.....	10%
- Participación en clase.....	10%
- Exámenes .....	40%
- Prácticas de laboratorio.....	20%
- Evidencia de aprendizaje .....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

Flores, NP. Alcázar, A. y Benítez, P. (2016). *Manual de prácticas de bioquímica* (5<sup>ta</sup> ed.). México DF, México: Manual Moderno.

J. Borms, M. y Hebbelinck, A.P. Hills. (2004). *Principles of Exercise Biochemistry* (3<sup>ra</sup> ed.). Bruselas: Karger. [clásica].

Koolman, J. y Roehm, KH., (2012). *Bioquímica: Texto y Atlas* (4<sup>ta</sup> ed.). Stuttgart, Germany: Thieme. [clásica].

MacLaren, D. y Morton, J., (2012). *Biochemistry of Sports and exercise metabolism*. Oxford, UK: Wiley-Blackwell. [clásica].

Nelson, D. y Cox, M., (2019). *Principios de Bioquímica* (7<sup>ma</sup> edición), New York, USA: WH freeman.

Urdampilleta, A., Martínez JM. y Lopez, R., *Valoración bioquímica del entrenamiento: herramienta para el dietista-nutricionista deportivo*. (2013). España. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/260599350\\_valoracion\\_bioquimica\\_del\\_entrenamiento\\_deportivo](https://www.researchgate.net/publication/260599350_valoracion_bioquimica_del_entrenamiento_deportivo)

Von Oetinger, A. y Trujillo, L. (2015). *Beneficios metabólicos de realizar ejercicio en estado de ayuno*. Chile. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnut/v42n2/art05.pdf>

### Complementarias

McArdle, W., Katch, F. y Katch V. *Fundamentos de fisiología del ejercicio* (2020). Puebla, México. Recuperado de: <https://academia.utp.edu.co/basicasyaplicadas/files/2020/02/FUNDAMENTOS-DE-FISIOLOGIA-DO-EXERCÍCIO.pdf>

Viru, A. y Viru, M., (2003) *Análisis y control del rendimiento deportivo*. Barcelona, España: Paidotribo. [clásica].

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje debe contar con título de Licenciado en químico farmacéutico biólogo o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en el área de bioquímica y dos años de experiencia docente; preferiblemente con conocimientos básicos de deporte. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Kinesiología
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Irma Isaura Garcia  
Cruz Iván Acosta Gutiérrez  
Antonio Pineda Espejel

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 30 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Kinesiología brinda el estudio de los sistemas responsables del movimiento del cuerpo humano, permitiendo al alumno analizar e identificar que el desarrollo del movimiento se lleve de manera efectiva en la actividad física y deporte, se encuentra en la etapa básica con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Biomédica

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar los sistemas responsables del movimiento humano, mediante la identificación de la clasificación, estructura y principal función de los tejidos biológicos, para comprender la anatomía humana durante la ejecución del ejercicio físico, con una actitud crítica, de respeto y de autogestión del conocimiento.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora material audio-visual sobre tejidos óseos y capsulo-ligamentosos, así como sus respectivos puntos de referencia relacionados con orígenes, inserciones, acciones e inervaciones de los músculos esqueléticos. El cual debe especificar características biomecánicas y de actividad neuro-muscular (EMG) de la anatomía humana durante la ejecución de movimientos activos, pasivos y resistivos.



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Terminología general**

**Competencia:**

Analizar los conceptos básicos de anatomía, mediante la identificación de las características y fundamentos de los mismos, para utilizarlos en la descripción de movimientos y actividades del cuerpo en los distintos deportes, con responsabilidad y respeto.

**Contenido:**

- 1.1. Conceptos generales de la Kinesiología.
- 1.2. Etimologías Grecolatinas.
- 1.3. Movimientos Corporales.

**Duración:** 4 horas

## UNIDAD II. Planimetría

**Competencia:**

Identificar los planos y ejes corporales, mediante el uso de la planimetría, para localizarlos en la práctica real, con respeto y responsabilidad.

**Contenido:**

- 2.1. Planos corporales.
- 2.2. Ejes corporales.

**Duración:** 4 horas

### UNIDAD III. Anatomía ósea

**Competencia:**

Identificar los huesos que componen el cuerpo humano, mediante modelos anatómicos, para conocer la ubicación de los mismos, con actitud crítica, responsable y respeto.

**Contenido:**

- 3.1. Generalidades de la anatomía ósea.
- 3.2. Anatomía del esqueleto axial.
- 3.3. Anatomía del esqueleto apendicular.

**Duración:** 6 horas

## UNIDAD IV. Anatomía articular

**Competencia:**

Diferenciar las articulaciones que componen el cuerpo humano, mediante modelos anatómicos, para conocer su función y movimiento, con actitud crítica, responsable y respeto.

**Contenido:**

- 4.1. Generalidades de la anatomía articular.
- 4.2. Tipos de articulación.

**Duración:** 6 horas

## UNIDAD V. Anatomía Muscular

### **Competencia:**

Identificar los músculos esqueléticos y regiones musculares que mueven al cuerpo humano, mediante modelos anatómicos y la clasificación de grupos o regiones, para comprender su acción, con actitud crítica, responsable y de respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 12 horas

- 5.1. Generalidades de la anatomía muscular.
- 5.2. Origen, inserción y acción.
  - 5.2.1 Grupos musculares del tronco.
  - 5.2.2 Grupos musculares del tren superior.
  - 5.2.3 Grupos musculares del tren inferior.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	<b>Anatomía ósea</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Identifica los huesos anatómicos.</li> <li>3. Nombra los huesos anatómicos.</li> <li>4. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>	Esqueletos Huesos	6 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
2	<b>Identificación de inserciones muscular</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Identifica en los huesos anatómicos los diferentes sitios de inserción muscular</li> <li>3. Nombra los músculos</li> <li>4. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>	Esqueleto Videos Computadora Proyector Pantalla	9 horas
3	<b>Identificar los diferentes movimientos de los grupos musculares</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Identifica en los huesos anatómicos los diferentes sitios de inserción muscular</li> <li>3. Nombra los músculos</li> <li>4. Con apoyo de un globo parcialmente inflado con extremo colocado en la inserción superior a la inserción inferior supliendo al músculo en estudio</li> </ol>	Esqueleto Globos tamaño mediano (rojos o rosas)	9 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Observa la movilidad articular y la acción muscular</li> <li>6. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>		
4	<b>Videos de acciones musculares</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Observa el video en el cual se puede ver al individuo realizar una actividad física del grupo muscular estudiado.</li> <li>3. Identifica en los músculos y sus funciones</li> <li>4. Nombra los músculos</li> <li>5. Observa la movilidad articular y la acción muscular</li> <li>6. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>	<p>Video Proyector Pantalla</p>	8horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de kinesiología, así como orientar el desarrollo de las prácticas de taller, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a la participación en las clases.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.



## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Portafolio de evidencias de la práctica.....30%
- Exámenes..... 40%
- Participación..... 05%
- Evidencia de aprendizaje..... 25%
- Total.....100%**

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

Ahonen, J. (2001). *Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física (Color)*. España: Paidotribo. [clásica]

Foster, M. A. (2019). *Therapeutic kinesiology: musculoskeletal systems, palpation, and body mechanics*. United State of America: Pearson.

Milanovic, D., Sporis, G. Salaj, S. y Skegro, D. (2017). 8th INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE ON KINESIOLOGY. Zagreb: Faculty of Kinesiology. Recuperado de [https://bib.irb.hr/datoteka/901498.8\\_International\\_conference\\_kinesiology-2017-USB.pdf](https://bib.irb.hr/datoteka/901498.8_International_conference_kinesiology-2017-USB.pdf)

Parker, L. (1997). *Guía fácil de kinesiología*. España: Robinbook. [clásica]

Tortora, G. J., y Derrickson, B. (2013). *Principios de anatomía y fisiología*. Madrid, Espala: Médica Panamericana. [clásica]

### Complementarias

García-Porrero, J. A., Hurlé, J. M., & Padilla, G. B. (2005). *Anatomía humana* (pp. 138-144). España: McGraw-Hill/Interamericana de. [clásica]

Latarjet, M., y Liard, A. R. (2004). *Anatomía humana*. Buenos Aires: Médica Panamericana. [clásica]

Lippert, L. S., y Minor, M. A. D. (2017). *Laboratory Manual for Clinical Kinesiology and Anatomy*. United State of America: FA Davis.

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Kinesiología debe contar con título de Licenciado en actividad física y deporte o área afín, de preferencia con posgrado en el área de ciencias del movimiento humano, con experiencia profesional en la prescripción del ejercicio y amplio manejo de la nomenclatura anatómica del movimiento humano. Ser proactivo, analítico y fomentar el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, campus Mexicali, extensión Tijuana y extensión Ensenada
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Psicología de la Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02**HT:** 02**HL:** 00**HPC:** 00**HCL:** 00**HE:** 02**CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Nunguno

#### Equipo de diseño de PUA

Isis Jael Oviedo Rodríguez  
Michelle Barretos Ruvalcaba  
Lucia Teran Villalpando  
Eva Tatiana Maldonado Flores

#### Firma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolás Rodríguez Lucas  
Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja

#### Firma

**Fecha:** 10 de noviembre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La asignatura de Psicología de la Actividad Física se encuentra en la etapa básica, es de carácter obligatorio y forma parte del área de conocimiento Social Humanista y tiene como finalidad que el alumno cuente con el conocimiento y aplicación de la Psicología como especialidad dentro de su formación profesional, desde su origen hasta el mejoramiento de la salud y el bienestar. Desarrollando las habilidades de detección, análisis y diseños para la aplicación de estrategias de intervención, con actitud objetiva, respetuosa y responsable.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento físico y deportivo de las personas que practican actividad física y deporte, a través de diferentes procesos fisiológicos involucrados en la actividad física para la selección y aplicación de técnicas psicológicas que favorezcan el rendimiento psicofísico y el mantenimiento de la salud; con actitud objetiva, respetuosa y responsable.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseñar un programa de actividades que refleje la selección de técnicas de intervención psicológica, para incrementar el rendimiento físico y el mantenimiento de la salud.

El diseño del programa deberá contener:

- Objetivo
- Sustento teórico
- Desarrollo de las actividades
- Conclusiones
- Bibliografía en formato APA

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Orígenes De La Psicología Deportiva**

**Competencia:**

Distinguir las funciones de la psicología en la actividad física y el deporte, por medio de la identificación de los principales acontecimientos en la historia desde su origen hasta su consolidación, para comprender la interacción de estos atributos psicológicos como influencias del rendimiento físico, mostrando actitud reflexiva, pensamiento crítico y objetivo.

**Contenido:**

- 1.1. Etapas de Evolución de la historia de la psicología deportiva
  - 1.1.1 Precursores
  - 1.1.2 Formación
  - 1.1.3 Crecimiento
  - 1.1.4 Consolidación
- 1.2. Función del Licenciado en Actividad Física y Deporte
  - 1.2.1. El pentágono deportivo

**Duración:** 5 horas

## UNIDAD II. Inserción Y Función De La Psicología En La Actividad Física Y Deporte

### **Competencia:**

Identificar los recursos de evaluación en la psicología de la actividad física y deporte por medio del reconocimiento de diferentes instrumentos para la planificación y la inserción de diferentes estrategias, procedimientos y adaptaciones acorde a las etapas de la periodización. Actuando de manera reflexiva, con pensamiento objetivo y responsabilidad social.

### **Contenido:**

**Duración:** 5 horas

#### 2.1.1. Evaluación

2.1.1.2. Entrevista con el entrenador, identificar necesidades, metodología, procedimientos.

2.1.1.3. Planificación

2.1.1.4. Preparación Psicológica (directa e indirecta)

### UNIDAD III. Procesos de sensación y percepción en la actividad física y deporte.

**Competencia:**

Analizar la influencia de los sentidos en la recepción de estímulos internos y externos que impactan el ser humano, a través de bibliografías, video y documentales para identificar cómo influyen en el comportamiento y rendimiento físico, con actitud crítica, reflexiva y responsable.

**Contenido:****Duración: 4 horas****3.1 Bases fisiológicas sensación y percepción****3.1.1 Sensación****3.1.2 Percepción****3.1.3 La percepción como proceso psicológico fundamental****3.2 Tipos de Sensación y Percepción en el deporte.****3.2.1 Tipos de umbrales****3.2.2. Aspecto subliminal y adaptación sensorial****3.3 Función e importancia de los sentidos en los contextos de actividad física y deporte****3.3.1 Sensación y percepción Deportiva****3.3.2 Importancia e influencia de la percepción en el rendimiento físico y deportivo.**

## UNIDAD IV. Variables Psicológicas Involucradas En El Rendimiento Físico Y Deportivo.

### Competencia:

Relacionar las variables psicológicas que influyen en el rendimiento físico mediante la revisión de videos, artículos y bibliografía para la identificación de variables individuales o colectivas que impactan en el rendimiento físico, con actitud objetiva, de empatía y respetuosa.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 4.1 Variables psicológicas individuales

##### 4.1.1. Conceptos de Activación, estrés y angustia

4.1.2.1 Relación entre rendimiento, activación y la angustia.

4.1.2.3. Síndrome de “burnout” (desgaste profesional) en el deporte

##### 4.1.2 Motivación

4.1.2.1. Teoría de la Autodeterminación

4.1.2.2. Déficits de motivación de los deportistas de la competencia.

4.1.2.3. Adherencia al entrenamiento.

##### 4.1.3 Autoconfianza

4.1.3.1 La autoconfianza de los deportistas

4.1.3.2 Principales características de la autoconfianza

4.1.3.3 Estrategias para fortalecer la autoconfianza

##### 4.1.4 Atención

4.1.4.1 Foco atencionales

4.1.4.2 Conectar la concentración para un rendimiento óptimo.

4.1.4.3 Ejercicios para mejorar la concentración y atención.

##### 4.1.5 Emociones y estados de ánimo

4.1.8.3. Instrumento de Evaluación POMS

4.1.8.4. Perfil Témpano de Hielo por Morgan

#### 4.2 Variables psicológicas colectivas

##### 4.2.1 Cohesión de equipo

4.2.1.1 Modelo conceptual de cohesión.

4.2.1.2 Relación entre cohesión y el rendimiento.



4.2.1.3 Estrategias para mejorar la cohesión.

4.2.2. Relación Entrenador-Jugadores

4.2.1.7 Relación del entrenador con el grupo del entrenamiento

4.2.1.8 Disciplina colectiva

4.2.3 Liderazgo

4.2.3.1 Definición de liderazgo.

4.2.3.2 Cuatro componentes del liderazgo efectivo.

## UNIDAD V. Métodos y Técnicas.

### Competencia:

Analizar los beneficios de las técnicas de intervención psicológica que reducen los síntomas relacionados con el estrés, ansiedad o comportamientos negativos en el ser humano, mediante la selección de técnicas enfocadas a generar el bienestar psicológico para aplicarlas en escenarios deportivos, con actitud proactiva, reflexiva, respetuosa y analítica.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 5.1. Establecimiento de metas
  - 5.1.1 Definición de meta.
  - 5.1.2 Diseño de un sistema de establecimiento de metas.
- 5.2 Visualización.
  - 5.2. 1 Definición de visualización.
  - 5.2.2 Visualización en el deporte Dónde, qué, cuándo y por qué?
  - 5.2.3 Claves para el uso efectivo de la visualización.
- 5.3 Técnicas para reducir estrés y ansiedad.
  - 5.3.1. Relajación progresiva de Jacobson
  - 5.3.2. Respiración 4x4x4x4
- 5.4. Retroalimentación.
  - 5.4.1. Sandwich
  - 5.4.1. Modelamiento
  - 5.4.1. Análisis de video de retroalimentación.
- 5.5. Técnicas de modificación de conducta.
  - 5.5.1. Beneficio, Costes (toma de decisiones).
  - 5.5.2 .Economía de fichas.
  - 5.5.3. Reforzador positivo y negativo.

## UNIDAD VI. El Mejoramiento de la Salud y el Bienestar.

### **Competencia:**

Determinar los factores que influyen en el bienestar psicológico mediante la revisión bibliográfica para la identificación de síntomas relacionados con la fatiga crónica, prevención de lesiones o sobreentrenamiento en el deportista, con actitud analítica, colaborativa y respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

#### 6.1. Ejercicio y bienestar psicológico.

6.1.1 Comprensión de los efectos del ejercicio en el bienestar psicológico.

6.1.2 Los factores psicológicos que influyen en las lesiones deportivas.

6.1.3 Función de psicología del deporte en la rehabilitación de las lesiones.

#### 6. 2. El síndrome de fatiga crónica y el sobreentrenamiento.

6.2.1. Factores que conducen al sobreentrenamiento y al síndrome de fatiga crónica en los atletas.

6.2.2. Síntomas que caracterizan el sobreentrenamiento y la fatiga crónica.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Línea del tiempo en formato electrónico.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente dividirá al grupo en equipos.</li> <li>2. A partir de los datos históricos de la Psicología deportiva, los estudiantes extraerán los datos que consideren relevantes para la consolidación de la Psicología deportiva.</li> <li>3. Presentarla en clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material Bibliográfico</li> <li>- Repositorio UABC para la creación de líneas del tiempo.</li> </ul>	6 horas.
2	<b>Mapa mental</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente dividirá al grupo en equipos.</li> <li>2. Partiendo de los datos obtenidos y consultas Bibliográficas, los alumnos plasmarán los datos relevantes sobre la historia y consolidación de la Psicología Deportiva.</li> <li>3. Presentar sus mapas en clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material Bibliográfico.</li> </ul>	
3				
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Entrevista</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dividir al grupo en tercias.</li> <li>2. Diseño de guion de entrevista para aplicarlo a un entrenador.</li> <li>3. Realizar la entrevista.</li> <li>4. Presentar los resultados por escrito y ante grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guion de Entrevista.</li> <li>- Cuaderno, pluma.</li> <li>- Cañón, laptop.</li> </ul>	5 horas
5	<b>Planificación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dividir el grupo en binas</li> </ol>		

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Identificación de las diferentes etapas de un período de entrenamiento</li> <li>3. Identifica las cualidades volitivas requeridas por etapa de la periodización.</li> <li>4. Exposición de las etapas</li> </ol>		
<b>UNIDAD III</b>				
6	<b>Experimentando los sentidos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se conforman grupos de 5 personas.</li> <li>2. Se le asignan un sentido a cada persona.</li> <li>3. Cada integrante experimentará un sentido y compartirá con sus compañeros el sentido que más le agrada.</li> <li>4. En equipo jerarquizan los sentidos con base a sus preferencias.</li> <li>5. Comparten con el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material que estimule los cinco sentidos del ser humano (gusto, oído, olfato, tacto y vista).</li> <li>- Cuaderno y lápiz.</li> </ul>	2 horas.
7	<b>Registro Senso-percepción</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se conforman grupos de 3 personas.</li> <li>2. Se dividen funciones de registro, cuestionamiento y elaboración de ejercicio.</li> <li>3. Cada integrante seleccionará una actividad en donde podrá estimular sus diferentes sentidos.</li> <li>4. Elaborarán por medio de esta actividad la conciencia de la senso-percepción.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plantilla con formato de registro para el proceso de la senso-percepción.</li> <li>- Lápiz o pluma.</li> <li>- Implementos para la elaboración de la actividad elegida.</li> </ul>	2 horas
8	<b>PROPIOCEPTIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se conforman grupos en parejas.</li> <li>2. Se les entrega un papel al azar, en este mismo viene</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pañuelos.</li> <li>- Lista de ejercicios.</li> <li>- Registro de datos.</li> <li>- Lápiz o pluma.</li> </ul>	

		<p>el nombre de un ejercicio.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. cada integrante se venda los ojos con un pañuelo por turnos.</li> <li>4. El integrante con ojos vendados comienza a mencionar que partes de su cuerpo siente que está trabajando.</li> <li>5. El compañero que no está vendado lleva un registro.</li> </ol>		
<b>UNIDAD IV</b>				
9	<b>Infografía</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en equipos.</li> <li>2. Se sortean las variables psicológicas individuales y colectivas.</li> <li>3. Realizar una infografía con base a la variable psicológica que corresponde a cada equipo.</li> <li>4. Se presenta al grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laptop.</li> <li>- Cañón.</li> <li>- Material bibliográfico.</li> <li>- Repositorio UABC para la creación de infografías.</li> </ul>	4 horas.
10	<b>Documental variables psicológicas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en tercias.</li> <li>2. Se consulta la bibliografía necesaria para identificar las variables psicológicas y su desarrollo en la práctica de la actividad física y/o el deporte.</li> <li>3. Realiza un video donde se incluya la importancia de su entrenamiento y una sugerencia para el desarrollo positivo de cada una.</li> <li>4. Se presenta el video ante</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material bibliográfico</li> <li>- Computadora</li> </ul>	4 horas

		grupo.		
	<b>Elaboración de pagina Google Site</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se integran equipos para el desarrollo de los Temas de mínimo 2 alumnos máximo 4.</li> <li>2. Los temas de las variables psicológicas se sortean para que trabajen en su investigación, integración y desarrollo.</li> <li>3. Los temas serán delimitados a la aplicación del deporte o la actividad física, la educación física o la recreación.</li> <li>4. Cada tema será integrado por equipo en un Google Site como propuesta de presentación.</li> <li>5. Se guía y supervisa en las sesiones para que cumplan los criterios previamente entregados en una rúbrica de elaboración.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Artículos de investigación mínimo 4, 2 Libros y 2 revistas, para material de apoyo</li> <li>- Internet</li> <li>- Google o su correo UABC</li> <li>- Rúbrica de contenido a desarrollar.</li> </ul>	
	<b>Seminarios de Variables Psicológicas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con el material integrado y su Google site terminado, cada equipo lo utiliza como material para presentar</li> <li>2. Se programa el evento con formalidad para presentar en Google meet o zoom.</li> <li>3. Cada equipo tiene 15 min de presentación de su Google site y 5 min de preguntas y observaciones.</li> <li>4. La evidencia es su material terminado y exposición.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Google site</li> <li>- Internet</li> <li>- link de Meet o Zoom</li> <li>- Programa para el orden de exposición</li> </ul>	

UNIDAD V				
11	<b>Registro de metas individuales y en conjunto. Seguimiento de las mismas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en equipos.</li> <li>2. En cada equipo tendremos a un entrenador y un asistente.</li> <li>3. A cada equipo se le asigna un deporte distinto.</li> <li>4. De acuerdo a una situación planteada por el maestro, el entrenador entregará un formato de metas Individuales a cada integrante del equipo y al obtener la información de estos tomará y analizará en conjunto cuáles serán nuestras metas en equipo a trabajar. Tiempo, medición y plan de acción (enfocados en metas SMART)</li> <li>5. Exponer frente al grupo sus datos y el plan de acción.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato de registro de metas individuales.</li> <li>- Formato de registro de metas grupales</li> <li>- Pluma o lápiz.</li> </ul>	2 horas
	<b>Seguimiento de caso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos realizan la integración de atención de un caso real</li> <li>2. Entrevistan a un deportista, atleta o entrenador.</li> <li>3. Detectar las necesidades a intervenir(Variable psicología)</li> <li>4. Realizar diagnóstico a meta de intervención, objetivo y técnica a aplicar.</li> <li>5. Aplicar la técnica correspondiente a la variable psicológica detectada.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato de entrevista y observación.</li> <li>- Rúbrica de integración de la actividad.</li> <li>- Laptop</li> <li>- Plataforma Meet o Blackboard Collaborate</li> </ul>	6hr



		6. Se integra el material elaborado y video para presentación de integración de la experiencia y evidencias.		
<b>UNIDAD VI</b>				
12	<b>Guía para utilizar el ejercicio para mejorar el estado de ánimo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide el grupo en tercias.</li> <li>2. Se elabora una guía para establecer un procedimiento de práctica de ejercicio para mejorar el estado anímico.</li> <li>3. Se presenta esta guía frente a grupo</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material bibliográfico</li> <li>- Computadora</li> <li>- Lonas para cartel</li> </ul>	4 horas
	<b>Programa de grupos guiados</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se forman equipos para desarrollar un programa aplicable a un grupo de personas, deportistas y/o atletas.</li> <li>2. El programa contiene un inicio, un ejercicio de desarrollo y un cierre.</li> <li>3. Se determina el grupo elegido a aplicar el programa (mínimo 4 personas)</li> <li>4. Las sesiones son mínimo 3 y máximo de 5 sesiones</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato del programa</li> <li>- Cronograma de aplicación</li> <li>- Laptop</li> </ul>	

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- El docente proporciona material de consulta e implementación de práctica, mediante herramientas tecnológicas como Classroom, Google Docs, entre otras.
- Guía y retroalimenta los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes.
- Utiliza estrategias de aprendizaje significativo enfocadas a la solución de problemas mediante la implementación de estudios de caso reales

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- El estudiante realiza actividades relacionadas con la identificación, comprensión.
- Participa de manera dinámica en clase y prácticas.
- Investiga de manera individual y grupal.
- Presenta ante el grupo los productos obtenidos a partir de las prácticas.
- Desarrolla una carpeta de evidencias en la que plasma la aplicación y análisis de los resultados de cada una de las prácticas.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio según Estatuto Escolar vigente.

### Criterios de evaluación

Exámenes teóricos: .....	20%
Prácticas.....	30%
○ Aplicación de técnicas de intervención psicológica.	
○ Bitácora de prácticas.	
○ Resolución de problemas.	
Trabajos de investigación y presentaciones.....	20%
Elaboración del programa de actividad física .....	40%
Participación en clase.....	10%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Keegan, R. (2015). <i>Being a sport psychologist</i>. Reino Unido: Macmillan International Higher Education.</p> <p>Morán, A. &amp; Toner J. (2017). <i>Psicología del Deporte</i>. México: El Manual Moderno.</p> <p>Cox, R. H., &amp; COX, R. (2008). <i>Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones</i>. Madrid España : Ed. Médica Panamericana.</p> <p>Jackson, S. A., &amp; Csikszentmihalyi, M. (2002). <i>Fluir en el deporte. Claves para las experiencias y actuaciones óptimas</i> (Vol. 70). Barcelona: Editorial Paidotribo. [clásica].</p> <p>Ramos, J. (2020). <i>Psicología del deporte. Entrenamiento mental para mejorar el rendimiento deportivo</i>. ISBN: 978-3-96633-427-3</p> <p>Tamorri, S. (2004). <i>Neurociencias y deporte. Psicología deportiva. Procesos mentales del atleta</i> (Vol. 70). Barcelona: Editorial Paidotribo. [clásica].</p> <p>Weinberg, R. S., &amp; Gould, D. (2010). <i>Fundamentals of Sport Psychology and Physical Exercise</i>. Estados Unidos de Norteamérica: Ed. Médica Panamericana.[Clásica]</p>	<p>Aoyagi, M. W., Cohen, A. B., Poczwadowski, A., Metzler, J. N., &amp; Statler, T. (2018). <i>Models of performance excellence: Four approaches to sport psychology consulting</i>. <i>Journal of Sport Psychology in Action</i>, 9(2), 94-110.</p> <p>Carbajal, N. P., Rodríguez, J. L. T., Sánchez, J. C. J., Cuenca, L. T. R., &amp; Gómez, R. P. (2020). <i>Contexto social y su impacto en la personalidad resistente en deportistas mexicano universitarios</i>. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i>, 20(2).</p> <p>García-Parra, N., González, J., &amp; de los Fayos, E. G. (2016). <i>Estado actual del estudio del síndrome de burnout en el deporte</i>. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i>, 16(2), 21-28.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Licenciatura en psicología con 3 años de experiencia impartiendo clases en nivel superior y preferentemente en el área de la actividad física. Con habilidades de liderazgo, trabajo en equipo, comunicación asertiva. Actitud crítica, objetiva, de respeto y responsabilidad social.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Deportes Alternativos
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Gennifer Aguirre Fajardo  
Julio Cesar Castañeda  
Alfredo Urroz Arreola  
Roberto Espinoza Gutiérrez  
María Concepción Hernández Moncada

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje Deportes Alternativos, es importante para la formación de los estudiantes en el conocimiento de distintos deportes alternativos, el material y equipo necesario para su correcto desarrollo, así como la correcta utilización, lo que permitirá a los estudiantes adquirir las habilidades necesarias para la conducción de grupos, diseño y desarrollo de actividades de deportes alternativos.

Esta asignatura se contempla en la etapa básica, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Técnico-Deportiva

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar actividades físicas alternativas en diversos entornos de manera segura y lúdica, a través del análisis teórico-práctico para responder a necesidades sociales relacionadas con la utilización del tiempo libre, de manera crítica, reflexiva e incluyente con un alto sentido de responsabilidad social y al medio ambiente.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseña un programa de actividades donde se refleje la innovación y la atención a una necesidad relacionada a la actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre en al menos una actividad o deporte alternativo, el cual debe integrar: características de la población, objetivos y contenidos, descripción del entorno natural o artificial, recursos materiales y técnicos, logística, técnicas de seguridad, establecer técnicas, métodos y modelos de enseñanza, desarrollo de las actividades, posibles imprevistos y soluciones).

Se entrega estructura documental y exposición al grupo.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Deportes alternativos en cancha reglamentaria**

**Competencia:**

Analizar las características de los deportes de cancha reglamentaria, mediante la revisión de los protocolos y normas de seguridad, para diseñar actividades recreativas alternativas, con sentido de responsabilidad social y cuidado al medio ambiente.

**Contenido:**

- 1.1. Bádminton
  - 1.1.1 Reglamento básico
  - 1.1.2 Técnica básica
- 1.2. Ultimate frisbee
  - 1.2.1 Reglamento básico
  - 1.2.2 Técnica básica

**Duración:** 10 horas



## UNIDAD II. Actividades deportivas adaptadas en entornos de playa

### Competencia:

Analizar las características de las actividades deportivas adaptadas en entornos de playa mediante la revisión de los protocolos y normas de seguridad, para diseñar actividades recreativas alternativas, con sentido de responsabilidad social y cuidado al medio ambiente.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 2.1 Normas y reglamentos de seguridad de actividades en entornos de playa
- 2.2. Clasificación de actividades deportivas a realizar en entornos de playa.
- 2.3. Deportes de cancha común en arena, adaptaciones y competencia.
  - 2.3.1. Ultimate Frisbee
  - 2.3.2. Fútbol
  - 2.3.3. Balonmano
  - 2.3.4. Rugby
- 2.4. Deportes de cancha propia en arena, adaptaciones y competencia.
  - 2.4.1. Air-Bádminton
  - 2.4.2. Pádel
  - 2.4.3. Voleibol

### UNIDAD III. Actividades acuáticas

**Competencia:**

Analizar las características de las actividades acuáticas mediante la revisión de los protocolos y normas de seguridad, para diseñar actividades recreativas alternativas, con sentido de responsabilidad social y cuidado al medio ambiente.

**Contenido:****Duración:** 10 horas

- 3.1 Normas y reglamentos de seguridad de actividades acuáticas en entornos de playa
- 3.2 Ley y reglamentos de medio ambiente, ecología y urbanización.
- 3.3. Clasificación de actividades deportivas acuáticas.
- 3.4. Indumentaria y material específico para actividades acuáticas.
- 3.5. Deportes y actividades acuáticas
  - 3.5.1. Snorkel.
  - 3.5.2. Buceo.
  - 3.5.3 Surf.
  - 3.5.4. Paddle Board.
  - 3.5.5. Tabla derivadora de vela (windsurfing).
  - 3.5.6. Bodyboard.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Conociendo el bádmiton; reglamento y técnica básica</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de bádmiton.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>4. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>5. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (pistas de juego con líneas marcadas y red en las medidas oficiales). Cada estudiante a cargo de llevar su propia raqueta y gallo de Bádmiton. Ver vídeos adicionales (BWF) previos a la práctica. Monitores si es necesario para realizar la explicación teórica y técnica.	2 horas
2	<b>Conociendo el bádmiton; técnica en desplazamiento y golpes.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de bádmiton.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>4. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>5. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (pistas de juego con líneas marcadas y red en las medidas oficiales). Cada estudiante a cargo de llevar su propia raqueta y gallo de Bádmiton. Ver vídeos adicionales (BWF) previos a la práctica. Monitores si es necesario para realizar la explicación técnica.	2 horas
3	<b>Conociendo el ultimate frisbee; reglamento y técnica básica</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de ultimate frisbee.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>1. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>2. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>3. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>		
4	<b>Practica 2 Conociendo el ultimate frisbee; sistemas de juego</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de ultimate frisbee.</li> <li>2. Se organiza en equipos</li> <li>3. Ejecuta los sistemas de juego en condiciones de competencia.</li> <li>4. Experimenta el deporte, alternando equipos de trabajo</li> <li>5. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
5	<b>Práctica de ultimate frisbee de playa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de ultimate frisbee de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>4. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>5. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>		
6	<b>Practica de futbol de playa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de fútbol de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>4. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>5. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	1 hora
7	<b>Práctica de balonmano de playa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de balonmano de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>4. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>		
8	<b>Práctica de rugby de playa/'</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de rugby de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>4. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>5. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	1 hora
9	<b>Práctica de air-bádminton de playa:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de air-bádminton de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>4. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>5. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas

		material utilizado de manera adecuada en su lugar.		
10	<b>Práctica de pádel de playa:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de pádel de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>4. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>5. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas
11	<b>Práctica de voleibol de playa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de voleibol de playa.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Se reúne en equipos de trabajo.</li> <li>4. Ejecuta movimientos específicos del deporte.</li> <li>5. Experimenta situaciones de juego.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (cancha de juego) Material deportivo reglamentario	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				

12	<b>Práctica snorkel</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de snorkel.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos de la actividad.</li> <li>4. Experimenta situaciones en contexto real.</li> <li>5. Lleva a cabo todas las normas de seguridad de manera práctica.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	<p>Instalación (espacio acuático) Material reglamentario</p>	2 horas
13	<b>Práctica buceo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de buceo.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos de la actividad.</li> <li>4. Experimenta situaciones en contexto real.</li> <li>5. Lleva a cabo todas las normas de seguridad de manera práctica.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	<p>Instalación (espacio acuático) Material reglamentario</p>	2 horas
14	<b>Práctica surf</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de surf.</li> </ol>	<p>Instalación (espacio acuático) Material reglamentario</p>	2 horas



		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos de la actividad.</li> <li>4. Experimenta situaciones en contexto real.</li> <li>5. Lleva a cabo todas las normas de seguridad de manera práctica.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>		
15	<b>Práctica paddle board</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de paddle board.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos de la actividad.</li> <li>4. Experimenta situaciones en contexto real.</li> <li>5. Lleva a cabo todas las normas de seguridad de manera práctica.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (espacio acuático) Material reglamentario	2 horas
16	<b>Práctica windsurfing</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de windsurfing.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> </ol>	Instalación (espacio acuático) Material reglamentario	2' horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Ejecuta movimientos específicos de la actividad.</li> <li>4. Experimenta situaciones en contexto real.</li> <li>5. Lleva a cabo todas las normas de seguridad de manera práctica.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>		
17	<b>Practica bodyboard</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de bodyboard.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta movimientos específicos de la actividad.</li> <li>4. Experimenta situaciones en contexto real.</li> <li>5. Lleva a cabo todas las normas de seguridad de manera práctica.</li> <li>6. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material utilizado de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (espacio acuático) Material reglamentario	2 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Exposición teórico-práctica con apoyos multimedia
- Manejo de Equipos de trabajo.
- Prácticas Guiadas en cancha y al aire libre
- Por modelaje: Visitas guiadas a contextos relacionados
- Panel de expertos
- Seguimiento

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Análisis de casos
- Investigación
- Mapas mentales y conceptuales
- Elaboración de videos
- Diseño e Implementación de programas de deportes alternativos
- Diseño y exposición de proyecto final.
- Prácticas al aire libre

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

Exámenes parciales .....	20%
Prácticas .....	30%
Exposiciones.....	15%
Tareas .....	15%
Proyecto final .....	20%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Morillo, J.P. (2017). Balonmano playa. Sevilla, España: Ed. Wanceulen Editorial Deportiva.</p> <p>López-Martínez, A.B., Palao, J.M., Ortega, E. García-deAlcaraz, A. (2018). Forma de ejecución y eficacia de la defensa de jugadoras de élite de voley playa femenino. <i>Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión</i>, 29, 75-87. Recuperado de <a href="http://colefcafecv.com/wp-content/uploads/2019/02/Art.5-29.pdf">http://colefcafecv.com/wp-content/uploads/2019/02/Art.5-29.pdf</a></p> <p>Biosca, C. (2001). Deportes náuticos windsurf, surf, bodyboard. España: Ed. Edimat Libros, S. A. [clásica].</p> <p>The Badminton World Federation. (2019). Airbadminton - The new outdoor game. Badminton World Federation. Recuperado de: <a href="https://bwfbadminton.com/news-single/2019/05/13/airbadminton-the-new-outdoor-game/">https://bwfbadminton.com/news-single/2019/05/13/airbadminton-the-new-outdoor-game/</a></p> <p>Dong, R., Wu, Y., Xu, S., Zhang, L., Ying, J., Jin, H., Wang, P., Xiao, L. &amp; Tong, P. (2018). Is aquatic exercise more effective than land-based exercise for knee osteoarthritis? <i>Medicine (Baltimore)</i>, 97(52), e13823. Recuperado de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6314737/pdf/medi-97-e13823.pdf">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6314737/pdf/medi-97-e13823.pdf</a></p> <p>Jeffery, T. (2017). Vela las regatas más emocionantes y espectaculares del mundo. España: Ed. Lunwerk.</p> <p>Mattos, F., Leite, N., Pitta, A. &amp; Bento, P.C. (2016). Effects of aquatic exercise on muscle strength and functional performance of individuals with osteoarthritis: a systematic review. <i>Revista Brasileira de Reumatologia (English Edition)</i>, 56(6),530-542. Recuperado de <a href="https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S22555021163">https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S22555021163</a></p>	<p>Alías, A., Aguilar, J.M. &amp; Hernández. A.I. (2016). Motivaciones de los estudiantes universitarios ante la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre. <i>Las actividades náuticas. Psychology, Society, &amp; Education</i>, 8(3), 229-242. Recuperado de <a href="http://ojs.ual.es/ojs/index.php/psye/article/view/182/166">http://ojs.ual.es/ojs/index.php/psye/article/view/182/166</a>.</p> <p>Golds, M. (2016). High Performance Badminton. Inglaterra: Ed. The Crowood Press Ltd.</p> <p>Houghton, D. &amp; Campbell, F. (2020). La estrategia del viento. España: Ed. Ediciones Cartamar. [clásica].</p> <p>Jarman, C. Los nudos más utilizados en náutica. (2003). España: Ed. Tutor [clásica].</p> <p>Secretaría de Turismo. (22 de julio de 2002). Norma Oficial Mexicana NOM-011-TUR-2001, Requisitos de seguridad, información y operación que deben cumplir los prestadores de servicios turísticos de Turismo en Aventura. <i>Diario Oficial de la Federación</i> [clásica]. Recuperado de <a href="http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=723685&amp;fecha=22/07/2002#:~:text=NORMA%20Oficial%20Mexicana%20NO%2D011,%2D%20Secretar%C3%ADa%20de%20Turismo">http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=723685&amp;fecha=22/07/2002#:~:text=NORMA%20Oficial%20Mexicana%20NO%2D011,%2D%20Secretar%C3%ADa%20de%20Turismo</a>.</p> <p>Secretaría de Turismo. (26 de septiembre de 2003). Norma Oficial Mexicana NOM-09-TUR-2002, que establece los elementos a que deben sujetarse los guías especializados en actividades específicas. <i>Diario Oficial de la Federación</i>. [clásica]. Recuperado de <a href="https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19524/2_NOM-09-TUR-2002.pdf">https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19524/2_NOM-09-TUR-2002.pdf</a>.</p>

00694?token=71F31B43C3EA70A3617767B66D7999D  
63BD3E79DD4623F5249413D15DD425FB22B662BB4  
7F1F511A8B3C91DBE31F452D

Plitt, S. (2017). Badminton For Beginners. Editorial independiente. ISBN 9781976198335

Steinman, J. (2009). Surfing & Health. United kingdom: Ed. Meyer & Meyer Sport [clásica].

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Título universitario de carrera profesional relacionada con las especialidades contenidas en la norma oficial mexicana NOM-09-TUR-2002 y las temáticas contenidas en las unidades de esta carta genérica, así como contar con al menos un año de experiencia acreditable como asistente en la conducción de grupos en actividades de las disciplinas que se contemplan en este documento. El docente deberá contar con certificación o constancia de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar con un máximo dos años de haber sido expedida por una institución calificada en la materia.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Didáctica de Deportes de Apreciación
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 04 HCL: 00 HE: 01 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Luis Leoncio Ramírez de Armas  
Eduardo Valdez Dávila

#### Firma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

#### Firma

**Fecha:** 07 de enero de 2021



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Didáctica de Deportes de Apreciación tiene como finalidad brindar el aprendizaje de la disciplina a través de la metodología de la enseñanza, basados en los principios del entrenamiento deportivo, para identificarlo y llevarlo a la práctica, mediante el uso de las estrategias didácticas en relación al desarrollo deportivo con actitud reflexiva, crítica y responsable. Se encuentra en la etapa disciplinaria con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento Técnico-Deportiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Aplicar la didáctica en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las principales técnicas y tácticas de los deportes de apreciación, utilizando métodos, medios específicos y estrategias de cada deporte, que permita lograr altos niveles técnicos y metodológicos en poblaciones específicas, con responsabilidad, honestidad y respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realiza un video donde se demuestren las fases didácticas metodológicas de cuidado, ayuda y corrección de errores en una población específica en por lo menos un gesto deportivo de los deportes de apreciación.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Generalidades de los Deportes de Apreciación**

**Competencia:**

Identificar las generalidades de los deportes de apreciación, a través de la revisión de las características conceptuales de cada disciplina deportiva, para distinguir las particularidades de cada uno y desarrollarlo en la práctica, con actitud reflexiva, crítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 1 horas

- 1.1. Conceptos de los Deportes de Apreciación.
  - 1.1.1 Deportes de apreciación (Clasificación).
  - 1.1.2 Gimnasia.
    - 1.1.2.1 Gimnasia artística.
  - 1.1.3 Clavados.
    - 1.1.3.1 Plataforma.
    - 1.1.3.2 Trampolín

## UNIDAD II. Gimnasia

### Competencia:

Demostrar las técnicas fundamentales de la gimnasia, mediante ejecución de ejercicios estructurados metodológicamente, para la correcta ejecución técnica que impacte en el proceso enseñanza aprendizaje, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

#### 2.1. Gimnasia artística.

- 2.1.1 Metodología de la enseñanza y fundamentos.
- 2.1.2 Medios de enseñanza, cuidado y ayuda.
- 2.1.3 Ejercicios a manos o piso (Masculino y femenino).
- 2.1.4 Caballo de salto Masc. y Femen.
- 2.1.5 Caballo con arzones y Barras paralelas.
- 2.1.6 Barras asimétricas y barra fija.
- 2.1.7 Anillas y viga de equilibrio.

#### 2.3 Características de la Gimnasia Aeróbica.

- 2.3.1 Exigencias en las composiciones gimnásticas.
- 2.3.2 Modalidades de participación
- 2.3.3 Exigencias técnicas de participación.
- 2.3.4 Formas de Evaluación.

## UNIDAD III. Clavados

### **Competencia:**

Demostrar las técnicas fundamentales del deporte de clavados, mediante ejecución de ejercicios estructurados metodológicamente, para la correcta ejecución técnica que impacte en el proceso enseñanza aprendizaje, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto

### **Contenido:**

**Duración:** 3 horas

- 3.1 Generalidades, trampolín y plataforma.
  - 3.1.1. Saltos sin giro y con giro.
  - 3.1.3. Saltos especiales.
- 3.2. Sincronizados
  - 3.2.1. Trampolín.
  - 3.2.2. Plataforma.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>	<b>Gimnasia Artística</b>			
1	<b>Manos Libres o Piso.</b> (Masc.y Feme.)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de manos libres.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Piso o Estera de Acrobacia.</li> <li>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</li> <li>-Música para el femenino.</li> </ul>	12 horas
2	<b>Caballo de Salto.</b> (Masc.y Feme.)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica salto de caballo.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Caballo de Salto.</li> <li>-Votador.</li> <li>-Carbonato de Magnesio.</li> <li>-Colchonetas.</li> </ul>	4 horas
3	<b>Caballo con Arzones.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica caballo con arzones.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caballo con Arzones.</li> <li>Carbonato de Magnesio.</li> <li>Colchonetas.</li> </ul>	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta de la práctica.</li> </ol>		
4	<b>Barras Paralelas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor en la práctica, cuidado y ayuda en barras paralelas.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica y metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>7. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>8. Se retroalimenta de la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Barras Paralelas.</li> <li>-Ropa deportiva apropiada al deporte</li> <li>-Carbonato de Magnesio.</li> <li>-Colchonetas.</li> <li>-Votador</li> </ul>	4 horas
5	<b>Barras Asimétricas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor en la práctica, cuidado y ayuda en barras asimétricas.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica y metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>7. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>8. Se retroalimenta de la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Barras Asimétricas.</li> <li>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</li> <li>-Carbonato de Magnesio.</li> <li>-Colchonetas.</li> <li>-Votador.</li> </ul>	4 horas
6	<b>Barra Fija.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor en la práctica, cuidado y</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Barras Fija.</li> <li>-Ropa deportiva apropiada al</li> </ul>	8 horas

		<p>ayuda en la barra fija.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>Realiza la introducción a la técnica y metodología de la enseñanza.</li> <li>Participa activamente en la ejecución de los fundamentos de barra fija.</li> <li>Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>Se retroalimenta de la práctica.</li> </ol>	<p>deporte.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Carbonato de Magnesio.</li> <li>-Guantes para la Barra.</li> <li>-Colchonetas.</li> </ul>	
7	<b>Anillas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Atiende las orientaciones del profesor en la práctica, cuidado y ayuda en anillas.</li> <li>Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>Realiza la introducción a la técnica y metodología de la enseñanza.</li> <li>Participa activamente en la ejecución de los fundamentos de anillas.</li> <li>Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>Se retroalimenta de la práctica.</li> </ol>	<p>-Anillas.</p> <p>Ropa deportiva apropiada al deporte.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Carbonato de Magnesio.</li> <li>-Guantes para las Anillas.</li> <li>-Colchonetas.</li> </ul>	8 horas
8	<b>Viga de Equilibrio.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Atiende las orientaciones del profesor en la práctica, cuidado y ayuda en viga de equilibrio.</li> <li>Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>Realiza la introducción a la técnica y metodología de la enseñanza.</li> <li>Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	<p>-Viga de Equilibrio.</p> <p>Ropa deportiva apropiada al deporte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Carbonato de Magnesio.</li> <li>-Colchonetas.</li> </ul>	12 horas

		<p>6. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos de viga de equilibrio.</p> <p>7. Analiza el desarrollo de la práctica. Se retroalimenta de la práctica.</p>		
<b>UNIDAD III</b>	<b>CLAVADOS</b>			
9	-Generalidades, trampolín y plataforma	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de trampolín.</p> <p>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</p> <p>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</p> <p>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</p> <p>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</p> <p>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</p>	<p>-Piscina (Fosa de Clavados)</p> <p>-Trampolines</p> <p>-Fosa de Esponjas</p> <p>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</p> <p>-Silbato</p> <p>-Cronómetro</p>	4 horas
10	-Sincronizados	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de saltos sincronizados.</p> <p>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</p> <p>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</p> <p>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</p> <p>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</p> <p>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</p>	<p>-Piscina (Fosa de Clavados)</p> <p>-Trampolines</p> <p>-Fosa de Esponjas</p> <p>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</p> <p>-Silbato</p> <p>-Cronómetro</p>	4 horas



## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente las metodologías de Didáctica de Deportes de apreciación, así como orientar el desarrollo de las prácticas.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben trabajar de manera individual y colaborativa, aplicando sus conocimientos en la participación efectiva en las prácticas y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Participación y trabajos en clase.....	10%
- Exámenes por unidad.....	20%
- Práctica de campo.....	30%
- Video.....	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Araújo, C. (2004). Manual de ayudas en gimnasia (Bicolor). Barcelona: Paidotribo.[Clásica]</p> <p>Ávalos Ramos, M. A., Martínez Ruiz, M. Á., &amp; Molina, G. M. (2016). Gymnastics Dispositions and Skills: A Case Study Listening to the Voices of Teachers. / Pogoji in Spretnosti Potrebni Za Poučevanje Telovadbe: Primer Poslušanja Glasu Učiteljev. <i>Science of Gymnastics Journal</i>, 8(1), 57–70.</p> <p>Estepa. T. E. y Carballo J. (2002) Acrobacia en gimnasia artística: su técnica y su didáctica. Barcelona: INDE.</p> <p>García, M. A. P. (2015). Concepción teórico-metodológica para la individualización de la preparación técnica en el clavados escolar. <i>Arrancada</i>, 15(27), 37-47.</p> <p>Napolitano, M. E. (2019). La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. <i>Recorridos, avances y revisiones. Educación Física y Ciencia</i>, 21(3), 113–122.</p> <p>Pérez-Carrillo, M. J. (1984). Gimnasia para todos: tratado de cultura física. Hispano Europea. [Clásica]</p> <p>Pochini, H. (2017). El proceso de entrenamiento de la Gimnasia Artística Femenina. Tesis de posgrado. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. En Memoria Académica. Disponible en: <a href="http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1458/te.1458.pdf">http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1458/te.1458.pdf</a></p> <p>Smolevskiy, V., &amp; Gaverdovskiy, I. (1996). Tratado general de</p>	<p>Collins, D. R., y Hodges, P. B. (2001). <i>A comprehensive guide to sports skills tests and measurement</i>. USA: Scarecrow Press. [clásica].</p> <p>Nitsch, J. R. (2002). <i>Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario</i>. España: Editorial Paidotribo. [clásica].</p> <p>Üzüm, H. (2018). Athletes' Perception of Coaches' Behavior and Skills About Their Sport. <i>Journal of Education and Training Studies</i>, 6(5), 28-33.</p> <p>Vernetta, M., Montosa, I., &amp; López-Bedoya, J. (2016). Análisis de las lesiones deportivas en jóvenes practicantes de gimnasia rítmica de competición en categoría infantil. / Analysis of sports injuries in young athletes of competitive rhythmic gymnastics in the infantile category. <i>Revista Andaluza de Medicina Del Deporte</i>, 9(3), 105–109.</p>

gimnasia artística deportiva. Barcelona: Paidotribo.[Clásica] Thompson, K., & Robinson, D. (2016). Gymnastics for Every Student. Physical & Health Education Journal, 82(2), 1–9.	
---	--

### X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Didáctica de Deportes de Apreciación debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 2 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos en el área de entrenamiento en deportes de apreciación. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Turismo Activo
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Nelly Duarte Gallegos  
Roberto Espinoza Gutiérrez  
Raúl Fernández Baños  
Cruz Iván Acosta Gutiérrez  
Nelly Duarte Gallegos

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 12 de enero de 2021

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la unidad de aprendizaje Turismo Activo, es que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para la conducción de grupos en esta área, así como el diseño y desarrollo de actividades relacionadas. Su importancia radica en el conocimiento teórico-práctico de las actividades turísticas que implican actividades deportivas y recreativas al aire libre, el material y equipo necesario para su desarrollo, así como su correcta utilización. Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa disciplinaria del plan de estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte, es de carácter obligatorio, no precisa requisitos previos para cursarla y pertenece al área del conocimiento Técnico-Deportiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Realizar propuestas de actividades que promuevan el turismo activo, a través del análisis del entorno local, regional, nacional e internacional, de situaciones motrices y de las características de quienes visitan los espacios al aire libre, para atender las necesidades sociales del contexto relacionadas con la actividad turística, con actitud responsable, creativa e incluyente.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora una propuesta de intervención innovadora que responde a necesidades sociales relacionadas a la actividad turística en un contexto en particular. Deberá contener: título de la propuesta, introducción, objetivos, justificación, procedimiento de aplicación de la propuesta y conclusiones.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Turismo, ocio ecológico y desarrollo sostenible**

**Competencia:**

Contextualizar los conceptos relacionados y aplicados al turismo activo, a través del análisis de fuentes oficiales de información y de visitas guiadas, para construir criterios de acción encaminados a soluciones en este ámbito, con una actitud reflexiva, propositiva y responsabilidad.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Definición del turismo y diferenciación de conceptos clave desde la praxiología motriz
- 1.2 Definición y tipos de actividad física, recreación, ocio y tiempo libre en el turismo
  - 1.2.1 Deportes de aventura
  - 1.2.2 Deportes en la naturaleza
  - 1.2.3 Actividades de ecoturismo
  - 1.2.4 Formas de turismo asociadas al ocio ecológico
- 1.3 Ecología desde el turismo activo; educación ambiental
- 1.4 La comercialización del turismo activo: conceptos básicos
- 1.5 La democratización de la práctica de actividades físico-deportivas en la naturaleza: procesos que inciden en el desarrollo del turismo activo
- 1.6 Las empresas de turismo activo
- 1.7 Los consumidores de turismo
- 1.8 Concepción de los productos y servicios desde el turismo actual

## UNIDAD II. Clasificación y abordaje al turismo

### Competencia:

Distinguir los aspectos mercadológicos y regulatorios relacionados al turismo activo, a través del análisis de fuentes de información y las normas oficiales mexicanas, para construir criterios de acción encaminados a generar un impacto social y ecológico positivo en este ámbito, con una actitud creativa, propositiva y responsabilidad con el medio ambiente.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 2.1 Marketing aplicado al sector del turismo
- 2.2 Producto turístico: actividades deportivas en la naturaleza
- 2.3 Proceso de comercialización del turismo activo
  - 2.3.1 Análisis de recursos humanos, materiales y financieros
  - 2.3.2 Estructuración y selección de los recursos humanos, materiales y financieros
  - 2.3.3 Patrimonio como recurso turístico.
  - 2.3.4 La actividad económica del entorno geográfico y su relación con la recreación.
- 2.4 Características del producto o servicio de turismo activo
  - 2.4.1 Herramientas de comunicación en idiomas extranjeros
  - 2.4.2 Estrategias motivacionales orientadas en el turismo activo y deportivo
  - 2.4.3 Perfil y caracterización física y cognitiva del participante
- 2.5 Requerimientos territoriales para la práctica turística y recreativa de las actividades deportivas en la naturaleza
  - 2.5.1 Ley y reglamentos de medio ambiente, ecología y urbanización
  - 2.5.2 Normas y reglamentos de seguridad
  - 2.5.3 Primeros auxilios y su aplicación
  - 2.5.4 Trámites y permisos.
- 2.6. Tipos de turismo deportivo
- 2.7 Turismo activo en Baja California



### UNIDAD III. Relación del turismo con diversas esferas sociales

**Competencia:**

Distinguir los sectores afines al turismo activo, a través del análisis de diversas actividades económicas relacionadas, para construir criterios de acción encaminados a producir propuestas viables que incluyan diversos servicios, con una actitud creativa, propositiva e incluyente.

**Contenido:****Duración:** 12 horas

- 3.1 Turismo activo y las nuevas tendencias sociales de práctica físico-deportiva
- 3.2 Turismo activo y los valores culturales postmodernos en torno al ocio activo
- 3.3 Repercusión del turismo en los recursos patrimoniales
- 3.4 Estrategias de inserción de productos o servicios en el turismo activo
- 3.5 El ocio deportivo como estímulo de desarrollo del turismo activo
- 3.6 El ocio moderno: convergencia entre el deporte y el turismo
- 3.7 Tendencias actuales en el turismo activo

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Explorando las empresas de aventura y ecoturismo en Baja California</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de exploración.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>4. Experimenta situaciones creadas por el docente.</li> <li>5. Guarda el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su lugar para su transporte.</li> <li>6. Elabora un informe de la práctica y lo entrega al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte</li> <li>• Teléfono inteligente u otra alternativa afín para toma de notas, fotografías, grabación de voz, etc.</li> </ul>	3 horas
2	<b>Explorando los deportes de aventura en tu Estado desde el enfoque del turismo (montañas)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de exploración.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>4. Experimenta situaciones relacionadas al montañismo.</li> <li>5. Guarda el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su lugar para su transporte.</li> <li>6. Elabora un protocolo de desarrollo de actividad</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte terrestre</li> <li>• Personal médico</li> <li>• Indumentaria apropiada (tenis, ropa cómoda deportiva)</li> <li>• Kit de hidratación y alimentación</li> <li>• Guía certificado en el área</li> </ul>	6 horas

		relacionada al montañismo y lo entrega al docente.		
3	<b>Explorando los deportes de aventura en tu Estado desde el enfoque del turismo (lago)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de exploración.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>4. Experimenta situaciones relacionadas a actividades recreativas en el contexto de lagos creadas por el docente.</li> <li>5. Guarda el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su lugar para su transporte.</li> <li>6. Elabora un protocolo de desarrollo de actividad relacionada y lo entrega al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte terrestre</li> <li>• Personal médico</li> <li>• Indumentaria apropiada (tenis, ropa cómoda deportiva)</li> <li>• Kit de hidratación y alimentación</li> <li>• Guía certificado en el área</li> </ul>	6 horas
4	<b>Explorando los deportes de aventura en tu Estado desde el enfoque del turismo (playa)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de exploración.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>4. Experimenta situaciones creadas por el docente relacionadas a actividades recreativas en el contexto de playa.</li> <li>5. Guarda el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte terrestre</li> <li>• Personal médico</li> <li>• Indumentaria apropiada (tenis, ropa cómoda deportiva)</li> <li>• Kit de hidratación y alimentación</li> <li>• Guía certificado en el área</li> </ul>	6 horas

		<p>lugar para su transporte.</p> <p>6. Elabora un informe de la práctica y lo entrega al docente.</p>		
<b>UNIDAD II</b>				
5	<b>Explorando la imagen y los lineamientos de operación de las empresas de aventura y ecoturismo en Baja California</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de exploración.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>4. Identifica la imagen corporativa y los lineamientos de operación de una empresa de aventura y ecoturismo mediante una visita de campo.</li> <li>5. Elabora un informe de la práctica y lo entrega al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte</li> <li>• Teléfono inteligente u otra alternativa afín para toma de notas, fotografías, grabación de voz, etc.</li> </ul>	3 horas
6	<b>Construyendo la imagen de mi empresa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de diseño de imagen.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>4. Crea el producto (logotipo, slogan y propuesta de valor) y lo presenta en clases.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Software de diseño (Corel Draw, Paint, Canva, etc.)</li> <li>• Computadora</li> </ul>	3 horas

UNIDAD III				
7	<b>Propuesta de actividad turística activa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para la creación de la propuesta.</li> <li>2. Analiza actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Detecta necesidades sociales relacionadas al turismo activo.</li> <li>4. Elabora una propuesta de intervención innovadora que responde a una necesidad social relacionada a la actividad turística en un contexto en particular.</li> <li>5. Presenta el producto a compañeros y docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Proyector</li> <li>• Bocina</li> <li>• Instalación para presentación</li> </ul>	5 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

El docente funge como guía-facilitador del aprendizaje, conduce la parte teórica del curso, presenta las prácticas brindando siempre herramientas y compartiendo estrategias para su realización; organiza y dirige distintas situaciones de aprendizaje de cada una de las unidades del programa, resuelve dudas a los alumnos tanto en aspectos teóricos como en la realización de sus ejercicios y prácticas emitiendo recomendaciones pertinentes para el éxito de las mismas.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

El alumno participa activamente en la realización de:

- Lecturas
- Búsqueda de información
- Prácticas de campo
- Exposición de información

Además, manifestará, en todas las actividades del curso, su capacidad de análisis, comprensión, síntesis y adecuada comunicación oral y escrita, mostrando actitud crítica en todo momento, interés por las actividades a desarrollar, disposición al trabajo en equipo y los valores de respeto y responsabilidad con el medio ambiente para el logro de las competencias.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

2 exámenes parciales .....	20%
Prácticas .....	40%
Exposiciones.....	10%
Propuesta de intervención (proyecto final) .....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Camacho-Ruiz, E., Carrillo-Reyes, A., Rioja-Paradela, T.M. y Espinoza-Medinilla E.E. (2016). Indicadores de sostenibilidad para el ecoturismo en México: estado actual. <i>LiminaR. Estudios Sociales y Humanísticos</i>, 14(1), 156-168. Recuperado de <a href="https://pdfs.semanticscholar.org/a134/3f72a3a88abac55402a9da760027a92bc8c4.pdf">https://pdfs.semanticscholar.org/a134/3f72a3a88abac55402a9da760027a92bc8c4.pdf</a></p> <p>Del Pilar, C., Angarita, J.L., Pérez, L. y Ochoa, A. C. (2016). Modelo de planificación estratégica del turismo rural sostenible. <i>Multiciencias</i>, 16(3), 267-276. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=904/90453464005">https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=904/90453464005</a></p> <p>Enríquez, J.A. (2018). <i>Turismo, sustentabilidad y desarrollo local. Tendencias del desarrollo turístico en una región del noroeste de México</i>. Ciudad de México: Pearson. Recuperado de <a href="https://investigadores.unison.mx/ws/files/5900819/version_para_imprimir.pdf">https://investigadores.unison.mx/ws/files/5900819/version_para_imprimir.pdf</a></p> <p>González-Rivas, R.A., Zueck, M., Marín, R. y Blanco, H. (2019). El sector turístico como un campo laboral para el educador físico: revisión sistematizada. <i>Revista digital de educación física</i>, 58, 121-130. Recuperado de <a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6930811">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6930811</a></p> <p>Secretaría de Turismo. (2002). <i>Norma Oficial Mexicana NOM-011-TUR-2001, Requisitos de seguridad, información y operación que deben cumplir los prestadores de servicios turísticos de Turismo en Aventura</i>. México:</p>	<p>García, J. F. (2017). <i>Motivación, ansiedad y autoconcepto en un programa de turismo activo en edades comprendidas entre 9 y 12 años</i> (Doctoral dissertation, Universidad de Huelva).</p> <p>Osorio, M., Monge, L.E., Serrano, R. y Cortés, I. (2017). Perfil del visitante de naturaleza en Latinoamérica: prácticas, motivaciones e imaginarios. Estudio comparativo entre México y Ecuador. <i>PASOS. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural</i>, 15(3), 713-729. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/881/88151417013.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/881/88151417013.pdf</a></p> <p>Ramos, J. (2013). <i>Marketing digital para empresas del sector turístico</i>. Libro digital: XinXii [clásica].</p> <p>Rivera-Lozano, R., Vázquez-Gálvez, F.A. y Granados-Olivas, A. (2019). Valoración del impacto climático en las principales ciudades de la frontera norte de México. En J.C. Rueda. (Programa de Investigación en Cambio Climático de la Universidad Nacional Autónoma de México.), <i>¿Aún estamos a tiempo para el 1.5°C? Voces y Visiones sobre el Reporte Especial del IPCC</i>. (425-440). Ciudad de México, México: Programa de Investigación en Cambio Climático de la Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <a href="http://cathi.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/9423/Rivera-Lozano%2c%20Vazquez-Galvez%2c%20Granados-Olivas%20-%202019%20-%20Valoracio%cc%81n%20del%20impacto%20clima%cc%81tico%20en%20las%20principales%20ciudades%20de%20la%20frontera%20n.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">http://cathi.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/9423/Rivera-Lozano%2c%20Vazquez-Galvez%2c%20Granados-Olivas%20-%202019%20-%20Valoracio%cc%81n%20del%20impacto%20clima%cc%81tico%20en%20las%20principales%20ciudades%20de%20la%20frontera%20n.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a></p> <p>Rodríguez, A.M. (2016). <i>Estructura socioeconómica de México</i>. Ciudad de México: Grupo editorial Patria.</p>



Diario Oficial de la Federación. Recuperado de [http://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=723685&fecha=22/07/2002#:~:text=NORMA%20Oficial%20Mexicana%20NOM%2D011,%2D%20Secretar%C3%ADa%20de%20Turismo.](http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=723685&fecha=22/07/2002#:~:text=NORMA%20Oficial%20Mexicana%20NOM%2D011,%2D%20Secretar%C3%ADa%20de%20Turismo.)

Secretaría de Turismo. (2003). *Norma Oficial Mexicana NOM-09-TUR-2002, que establece los elementos a que deben sujetarse los guías especializados en actividades específicas*. México: Diario Oficial de la Federación. Recuperado de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19524/2\\_NOM-09-TUR-2002.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/19524/2_NOM-09-TUR-2002.pdf)

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Turismo Activo, debe contar con título universitario en ciencias del ejercicio o área afín relacionada con las especialidades contenidas en las normas oficiales mexicanas NOM-09-TUR-2002 y la NOM-011-TUR-200, así como con las temáticas de sobre abordaje del turismo contenidas en las unidades de este programa; es deseable que cuente con al menos un año de experiencia acreditable como asistente o responsable en la conducción de grupos en actividades de las disciplinas que se contemplan en este documento. El profesor debe tener una actitud respetuosa, paciente, ser motivador y propositivo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Bases de la Administración
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

José Luis Bermúdez Flores  
Enrique Rodríguez Díaz  
Nohemí Castro Rodríguez  
Nancy Castro Rodríguez  
Jesús Carlos Torres Acedo  
Verónica Rivera Torres

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La finalidad de la unidad de aprendizaje Bases de la Administración es el diseño de la estructura organizacional de una empresa con enfoque deportivo.

Su utilidad radica en que proporciona al alumno técnicas, modelos y procedimientos para que pueda aplicar las bases y así mejorar los procesos administrativos en un entorno organizacional.

Se imparte en la etapa disciplinaria con carácter obligatorio y pertenece al área de conocimiento Administrativa.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Aplicar las etapas del proceso administrativo, a través de las técnicas, modelos y procedimientos administrativos, para el diseño de la estructura organizacional de una empresa de la actividad física, con responsabilidad; actitud proactiva e innovadora.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elabora un plan de una estructura organizacional que utilice las etapas del proceso administrativo, donde se integren las técnicas, modelos y procedimientos administrativos:

### **Planeación**

Nombre, Misión, Visión, Valores, Objetivos, Políticas, Reglamento.

### **Organización**

Organigrama, Descripción de puestos, Distribución de espacios físicos, Localización Geográfica

### **Dirección**

Incentivos, Comunicación

### **Control**

Formas de Control

El plan deberá entregarse con una estructura documental impresa en formato digital y la opción de exposición al grupo sobre el proyecto. Este deberá contar con portada, tabla de contenidos, introducción, plan, conclusión y referencias bibliografía en formato APA, de acuerdo con la estructura homologada que proponga la unidad académica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Introducción a la administración**

**Competencia:**

Analizar la relación entre las bases y teorías administrativas y la Administración deportiva, mediante la identificación de sus antecedentes y contexto global, para comprender su importancia en la resolución de conflictos y desarrollo de la organización, con actitud reflexiva y crítica.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Bases de la Administración
  - 1.1.1 Definición de Administración
  - 1.1.2 Eficacia
  - 1.1.3 Eficiencia
  - 1.1.4 Productividad
  - 1.1.5 Cultura y Clima Organizacional
  - 1.1.6 Clasificación de los Recursos: humanos, materiales, financieros
- 1.2 Teorías de la Administración
  - 1.2.1 Teoría clásica de la administración
  - 1.2.2 Teoría de la jerarquía de necesidades
  - 1.2.3 Teoría "X" y "Y"
  - 1.2.4 Teoría de las relaciones humanas
- 1.3 Historia de la Administración Deportiva
  - 1.3.1 Orígenes de la Administración Deportiva.
  - 1.3.2 Fundamentos de la Administración Deportiva.
  - 1.3.3 Necesidad de nuevas estructuras en el deporte.
- 1.4 El contexto social en el deporte.
  - 1.4.1 Importancia del contexto social en el deporte.
  - 1.4.2 Contexto deportivo nacional e internacional.
  - 1.4.3 Conflictos en el deporte.

## UNIDAD II. Planeación

### Competencia:

Analizar la primera etapa del proceso administrativo, identificando los diferentes enfoques de la planeación general, para el desarrollo y logro de los objetivos en beneficio de la organización, con actitud reflexiva, pensamiento crítico y responsabilidad.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

#### 2.1 Bases de la planeación

2.1.1 Definición de planeación

2.1.2 Finalidad de la planeación

2.1.3 Tipos de planes (programas, presupuestos, procedimientos, reglamentos)

2.1.4 Principios de Planeación

#### 2.2 Clasificación de la Planeación

2.2.1 Niveles de Planeación

2.2.1.1 Planeación Estratégica

2.2.1.2 Planeación Táctica

2.2.1.3 Planeación Operacional

2.2.2 Entornos organizacionales

## UNIDAD III. Organización

### Competencia:

Examinar la estructura, áreas y puestos dentro de una organización deportiva, mediante la descripción de funciones administrativas y operativas de acuerdo a la dimensión organizacional de cada tipo de entidad, para establecer un panorama general e identificar las líneas de autoridad y responsabilidad de cada área, con actitud analítica, pensamiento sistémico e innovador.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 3.1 Bases de la organización
  - 3.1.1 Definición de organización
  - 3.1.2 Etapas de la organización
  - 3.1.3 Principios de la organización
- 3.2 Organigramas y tipos de organigramas
  - 3.2.1 Definición de organigrama
  - 3.2.2 Tipos de organigramas
  - 3.2.3 Descripción de puestos
- 3.3 Autoridad y poder
  - 3.3.1 Concepto de autoridad
  - 3.3.2 Tipos de autoridad
  - 3.3.3 Concepto de poder
  - 3.3.4 Tipos de poder

## UNIDAD IV. Dirección

### Competencia:

Aplicar las diferentes funciones administrativas y operativas, las teorías de liderazgo, motivación y resolución de conflictos en cada área dentro de un programa de actividad física y deporte, a través la comunicación efectiva, la coordinación de las áreas, departamentos y tareas, para el desarrollo del liderazgo organizacional, dentro del marco jurídico actual con actitud ética y responsable en la toma de decisiones.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

#### 4.1 Bases de dirección

- 4.1.1 Definición de dirección
- 4.1.2 Principios de dirección
- 4.1.3 Funciones de Comunicación, integración, motivación y supervisión
- 4.1.4 Teoría de las necesidades humanas

#### 4.2 Liderazgo

- 4.2.1 Principios de liderazgo
- 4.2.2 Estilos de liderazgo
- 4.2.3 Diferencia entre jefe y líder
- 4.2.4 Casos de estudio de liderazgo
- 4.2.5 Manejo del cambio, conflicto y estrés

## UNIDAD V. Control

### Competencia:

Evaluar los resultados obtenidos de un programa de actividad física y deporte, mediante la verificación en relación a los objetivos previamente establecidos, para ajustar las estrategias y corregir las desviaciones, con una actitud flexible, resiliente y objetiva.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 5.1 Bases del control
  - 5.1.1 Definición de Control
  - 5.1.2 Tipos de control
  - 5.1.3 Fases de control
  - 5.1.4 Principios de control



## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER (32 horas)

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Detección de necesidades</b>	<p>1. Se forman equipos de trabajo para realizar una observación previa en su comunidad y traen reporte escrito.</p> <p>2. Detectan y analizan las necesidades comunitarias en su reporte.</p> <p>3. Proponen alternativas de solución a dichas necesidades y las presentan por escrito al docente y las exponen al grupo.</p> <p>4. Eligen por equipo el programa que van a desarrollar durante el semestre.</p>	<p>Observaciones previas de la comunidad por escrito.</p> <p>Presentación de un proyecto previo.</p> <p>Computadora</p> <p>Proyector</p>	6 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Elaboración de misión, visión, objetivos, estrategias, valores, políticas y reglamento interno.</b>	<p>1. Se forman equipos de trabajo para revisar textos informativos que le permitan la redacción correcta de una misión, visión, objetivos, estrategias, valores, políticas y reglamento interno.</p> <p>2. Realizan propuestas sobre su versión final y la presentan al docente.</p>	<p>Computadora</p> <p>Proyector</p> <p>Recursos bibliográficos</p> <p>Internet</p>	8 horas
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Elaboración de organigrama</b>	<p>1. Se formarán equipos de trabajo para la observación de las diferentes áreas de una empresa</p> <p>2. Una vez en equipo analizaron los diferentes tipos de organigrama dentro de una</p>	<p>Computadora</p> <p>Proyector</p> <p>Recursos bibliográficos</p> <p>Internet</p>	6 horas

		<p>organización determinando cuál es el que más le beneficia a su empresa.</p> <p>3. Analizan las áreas dentro de su empresa y darán valores de acuerdo a las funciones de cada puesto.</p>		
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>Elaboración de manual de comunicación interna</b>	<p>1. Se formarán equipos para hacer un análisis de qué tipos de situaciones se pueden presentar en la empresa.</p> <p>2. Una vez realizado el análisis se deberán realizar estrategias de resolución de conflictos, con el fin de no mermar la operación de la empresa.</p> <p>3. Desarrollar 3 técnicas de motivación del equipo de trabajo dentro de la empresa.</p>	Computadora	6 horas
<b>UNIDAD V</b>				
5	<b>Elaboración de formas de control interno</b>	<p>1. Se forman equipos de trabajo para revisar formas de control organizacional ya establecidas por empresas.</p> <p>2. Realizan aportaciones e ideas nuevas para la implementación de sus propias formas de control interno.</p> <p>3. Presentan sus propuestas finales al docente.</p>	Internet Computadora	6 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** A través de técnicas expositivas abordará los contenidos teóricos y los procedimientos para la elaboración de un plan organizacional, brindarán documentos de consulta y análisis. El docente guiará y retroalimentará de manera constante los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben observar y analizar su contexto social, desarrollar la reflexión individual y el trabajo colaborativo, aplicando sus conocimientos en la práctica para la elaboración de un plan de una estructura organizacional en el ámbito de la actividad física y deporte, donde aplique las etapas del proceso administrativo, integrando sus técnicas, modelos y procedimientos.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- 2 evaluaciones parciales.....	20%
-Trabajos y tareas .....	10%
- Taller.....	20%
- Plan de estructura organizacional.....	50%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Cepeda, G., Martelo, S. (2018). <i>Administración y Gestión de organizaciones deportivas</i>. (1a. Ed.). España: Ed. Pirámide</p> <p>Chiavenato, I. (2019). <i>Introducción a la teoría general de la Administración</i>. (10ª ed.). México: Mc Graw Hill</p> <p>Edebe, A. E. (2013). <i>Basic Principles and Practice of Business Administration</i>. United States: Xlibris. [clásica]</p> <p>Eksteen, E. (2014). <i>Sport organization and administration</i>. (1<sup>st</sup> ed.). London, United Kingdom: Eksteen &amp; bookboon.com Ltd. [clásica]</p> <p>Jones, G., &amp; George, J. (2019). <i>Administración contemporánea (Spanish Edition)</i> (10th ed.). España: McGraw-Hill Interamericana de España S.L.</p> <p>Munch, L. (2018) <i>Administracion Gestion Organizacional, Enfoques Y Proceso Administrativo</i>. (3a ed.) México: Ed. Pearson.</p> <p>Robbins, S., Decenzo, D., Coulter, M. (2013). <i>Fundamentos de administración: Conceptos esenciales y aplicaciones</i> (8a. ed.). México: Pearson. [clásica]</p> <p>Wehrich, H., Koontz, H., &amp; Cannice, M. (2017). <i>Administración: una perspectiva global, empresarial y de innovación</i>. (15<sup>th</sup>ed.). México: McGraw-Hill/Interamericana.</p> <p><b>Referencias electrónicas</b>            Alcaraz Rodríguez, R. (2015). <i>El emprendedor de éxito</i>. (5ª ed.). Recuperado de</p>	<p>Amaru, M.; Antonio, C. (2008). <i>Administración para Emprendedores</i>. Estado de México, México: Pearson, Prentice Hall. [clásica]</p> <p>Sánchez-Oliver, A., García-Fernández, J., Grimaldi-Puyana, M., &amp; Feria-Madueño, A. (2017). Entrepreneurship opportunities: ACSM's fitness trends evaluation. <i>Journal of Sports Economics &amp; Management</i>, 7, (1), 2-13. Recuperado de la base de datos <a href="http://sportsem.uv.es/j_sports_and_em/index.php/JSEM/article/view/56">http://sportsem.uv.es/j_sports_and_em/index.php/JSEM/article/view/56</a></p> <p>Sánchez-Oliver, A. J., Grimaldi-Puyana, M., &amp; Alcaraz-Rodríguez, V. (2018). La actividad física como oportunidad de emprendimiento social en la prevención de la obesidad. <i>Materiales para la Historia del Deporte</i>. (16), 50-56. Recuperado de <a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6268454">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6268454</a></p>

<https://libcon.rec.uabc.mx:4431/lib/uabcsp/reader.action?docID=3429191&ppg=1>

Hernández, Y. R. S. J. (2011). *Introducción a la administración : Teoría general administrativa: origen, evolución y vanguardia* (5ª ed.). Recuperado de <https://libcon.rec.uabc.mx:4431/lib/uabcsp/detail.action?docID=3214352> [clásica]

Hernández, Y. R. S. J., & Palafox, D. A. G. (2012). *Administración: Teoría, proceso, áreas funcionales y estrategias para la competitividad*. (3ª ed.). Recuperado de <https://libcon.rec.uabc.mx:4431/lib/uabcsp/reader.action?docID=3214416&ppg=1> [clásica].

Koontz, H., Weihrich, H., & Cannice, M. (2012). *Administración : Una perspectiva global y empresarial*. (14ªed.). Recuperado de <https://libcon.rec.uabc.mx:4431/lib/uabcsp/reader.action?docID=3214418&ppg=1> [clásica].

Koontz, H., & Weihrich, H. (2013). *Elementos de administración: Un enfoque internacional y de innovación*. (8ªed.). Recuperado de <https://libcon.rec.uabc.mx:4431/lib/uabcsp/reader.action?docID=3214420&ppg=2> [clásica].

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Bases de la Administración debe contar con título de Licenciado en Administración de Empresas, preferentemente con estudios de posgrado en gestión deportiva o administración, con dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico, responsable, con capacidad de análisis, sentido de liderazgo y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Nutrición en Actividad Física y Deporte
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02HT: 02HL: 00HPC: 00HCL: 00HE: 02CR: 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Marina Trejo Trejo  
Roberto Espinoza Gutiérrez  
Luis Mario Gómez Miranda  
Daniel Gómez León

**Fecha:** 18 de noviembre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolas Rodríguez Lucas  
Juan José Calleja Núñez  
Esteban Hernández Armas



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La asignatura de Nutrición en actividad Física y Deporte corresponde a la etapa disciplinaria, es de carácter obligatorio y forma parte del área de conocimiento biomédica, tiene como finalidad de aplicar conocimientos teórico-prácticos de la nutrición y su relación con la ejecución de actividad física, según la etapa de vida y el estado fisiológico, para emitir recomendaciones nutrimentales a individuos con el fin de mejorar la calidad de vida y desempeño en la práctica deportiva con actitud reflexiva, amplio sentido de responsabilidad y disposición al trabajo en equipo. El aprendizaje del alumno en esta materia se relaciona con morfofisiología, fundamentos de bioquímica, bioquímica de la actividad física, principios de la actividad física, fisiología del ejercicio, prescripción del ejercicio en poblaciones mórbidas y prescripción del ejercicio en adulto mayor.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Aplicar los fundamentos teóricos y prácticos de la nutriología al deportista, a través de la evaluación alimentaria, antropométrica y bioquímica, para la construcción de una orientación alimentaria adaptada a personas que realizan actividad física o deporte, con una actitud proactiva, crítica y responsable.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Presentar un proyecto final dirigido a sujetos que realicen ejercicio físico o deporte, en el que se explique la evaluación dietaria, antropométrica y bioquímica y presente recomendaciones en materia alimentaria, que incluya objetivos, justificación, sustento teórico, metodológico, resultados y referencias.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN**

**Competencia:** Identificar los principios básicos de la nutrición, la función de los alimentos como nutrientes y fuente de energía, así como la situación nutricional regional y nacional a través del análisis de fuentes oficiales de información para construir criterios de acción encaminados a soluciones en el ámbito nutricional del ser humano, con una actitud reflexiva, propositiva y responsabilidad.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1. Conceptos generales de nutrición.
- 1.2. Leyes de la nutrición y características de la alimentación correcta.
- 1.3. Macronutrientes y micronutrientes (clasificación, composición, función, fuentes alimentarias, deficiencias, exceso).
- 1.4. Grupos de alimentos y valor nutritivo de los alimentos (composición de los alimentos, clasificación, ración).
- 1.5. Situación actual de la nutrición y enfermedades relacionadas en México y Baja California.

## UNIDAD II. FISIOLÓGÍA DE LA NUTRICIÓN, OBTENCIÓN DE ENERGÍA Y GASTO CALÓRICO

**Competencia:** Comprender las funciones fisiológicas que intervienen en la utilización de energía en el organismo humano, a través de la investigación y resolución de actividades prácticas para establecer los requerimientos nutricionales y energéticos durante las diferentes etapas de la vida y realización de actividad física con una actitud reflexiva, crítica y con responsabilidad.

**Contenido:**

- 2.1 Anatomía y Fisiología del sistema digestivo.
- 2.2 Obtención y Utilización de energía por el organismo.
- 2.3 Componentes del gasto energético
- 2.5 Nutrición y requerimientos nutricionales durante las diferentes etapas de la vida.
- 2.6 Fisiopatología y requerimientos nutricionales en enfermedades crónico-degenerativas relacionadas con la nutrición

**Duración:** 5 horas

## UNIDAD III. VALORACIÓN DEL ESTADO DE NUTRICIÓN

**Competencia:** Interpretar el estado de nutrición de los individuos a través del análisis y diagnóstico de casos para interpretar las necesidades nutricionales del individuo de acuerdo a sus particularidades de salud y rendimiento físico de manera crítica, proactiva y con amplio sentido de responsabilidad.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 3.1 Importancia de la evaluación del estado de nutrición
- 3.2 Historia Clínico-Nutriológica
  - 3.2.1 Datos generales
  - 3.2.2 Historia médica
  - 3.3.3 H. sociocultural y de actividad física
  - 3.3.4 Métodos de evaluación dietética
  - 3.3.4 Exploración física
- 3.3 Evaluación Antropométrica
  - 3.3.1 Peso y Estatura, IMC, CC (técnica de medición y parámetros de referencia)
  - 3.3.2 Composición Corporal (técnicas de medición y parámetros de referencia)
- 3.4 Evaluación Bioquímica
  - 3.4.1 Indicadores hematológicos
  - 3.4.2 Indicadores lipídicos y proteicos
  - 3.4.3 Indicadores enzimáticos
  - 3.4.4 Indicadores minerales
  - 3.4.5 Indicadores urinarios

## UNIDAD IV. METODOLOGÍA DE PLANES ALIMENTARIOS

**Competencia:**

Definir la metodología para la planeación alimentaria, por medio de un análisis de las características individuales que orientan a una adecuada alimentación, para aplicarlos al requerimiento nutricional de cada persona, con un sentido ético y crítico.

**Contenido:****Duración:** 5 horas

- 4.1 Requerimientos nutricionales
- 4.2 Cálculo dieto sintético
- 4.3 Manejo de valores nutrimentales de los alimentos
- 4.4 Diseños de planes de alimentación

## UNIDAD V. CONSIDERACIONES NUTRICIAS PARA EL DEPORTISTA

### **Competencia:**

Identificar las características nutricionales de un deportista, a través del análisis de su composición corporal y del tipo de disciplina que practica, para sugerir una alimentación que cubra con las necesidades nutricionales específicas de acuerdo a su etapa de entrenamiento, con una actitud reflexiva y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 7 horas

- 5.1 Evaluación de la composición corporal en el deportista.
- 5.2. Modificaciones del consumo de proteína según la disciplina deportiva.
- 5.3. Modificaciones del consumo de carbohidratos en entrenamiento y competencia.
- 5.4 Balance Hídrico durante la Actividad Física (papel del agua en la termorregulación, deshidratación, composición y administración de líquidos en deportistas).

## UNIDAD VI. Ayudas ergogénicas

### **Competencia:**

Describir las principales ayudas ergogénicas, a través de una revisión profunda de la literatura basada en evidencias, para comprender los reales beneficios de la suplementación de acuerdo a cada disciplina deportiva, con una actitud crítica y reflexiva.

### **Contenido:**

- 6.1. Concepto de ayudas ergogénicas y dopaje.
- 6.2. Clasificación y objetivos de la suplementación deportiva
- 6.3. Suplementos alimenticios más utilizados.
- 6.4. Composición de bebidas deportivas

**Duración:** 7 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Autoevaluación inicial</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Los estudiantes desarrollan un mapa mental sobre los conceptos de manera individual.</li> <li>3. El estudiante entrega evidencia de la práctica.</li> <li>4. El docente lleva hacia la reflexión de su correcta utilización.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas o de rotafolio</li> <li>• Lápices</li> <li>• Plumas</li> <li>• Plumones</li> <li>• Laptop o Tablet.</li> </ul>	2 horas
2	<b>Plato del bien comer</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del profesor.</li> <li>2. Elaborar una propuesta de plato saludable de manera individual.</li> <li>3. Presentar evidencia al profesor.</li> <li>4. El alumno resuelve dudas a través de la retroalimentación con profesor y compañeros de clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plato del bien comer.</li> <li>• Norma Oficial Mexicana 043.</li> </ul>	2 horas
3	<b>Cuadro explicativo de macro y micronutrientes</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Desarrollar, en parejas, cuadro explicativo con todos los elementos solicitados (funciones, clasificación fuentes, deficiencias y excesos).</li> <li>3. Presentar evidencia de trabajo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas o de rotafolio</li> <li>• Lápices</li> <li>• Plumas</li> <li>• plumones.</li> <li>• Laptop o Tablet.</li> </ul>	2 horas



		4. Socializar y discutir sobre las dudas presentadas con profesor y compañeros de clase.		
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Esquema del sistema digestivo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Diseñar, en equipos, un esquema detallado donde se identifiquen estructuras y funciones del sistema digestivo.</li> <li>3. Presentar evidencia de trabajo.</li> <li>4. Socializar y discutir sobre las dudas presentadas con profesor y compañeros de clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel cascarón</li> <li>• Hojas blancas o de rotafolio</li> <li>• Lápices</li> <li>• Plumas</li> <li>• Plumones</li> <li>• Colores</li> <li>• Plastilina</li> <li>• Pinturas</li> <li>• Pinceles.</li> </ul>	2 horas
5	<b>Cálculo del gasto energético</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Analizar la información brindada por el profesor sobre las ecuaciones predictivas del gasto energético en reposo.</li> <li>3. Analizar la información brindada por el profesor sobre la relación de actividad física y el gasto energético.</li> <li>4. Calcular gasto energético de casos hipotéticos.</li> <li>5. Socializar y discutir sobre las dudas presentadas con profesor y compañeros de clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de anotación</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Pluma</li> <li>• Calculadora.</li> </ul>	2 horas

6	<b>Exposición de requerimientos nutricionales en etapas de la vida y fisiopatología (equipos de trabajo)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Realizar búsqueda de información por equipos.</li> <li>3. Seleccionar información apropiada al tema asignado.</li> <li>4. Diseñar medio audiovisual para presentación.</li> <li>5. Presentar la información en no más de 40 minutos.</li> <li>6. Resolver las dudas de compañeros y profesor.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora o Tablet</li> <li>• Internet</li> <li>• PowerPoint</li> <li>• Canva</li> <li>• Prezi</li> <li>• Hot Potatoes</li> <li>• Proyector.</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
7	<b>Diseño de historia clínica</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Diseñar, en equipos, un formato que incluya los apartados vistos en clase de una historia clínica.</li> <li>3. Entregar reporte de práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas</li> <li>• Plumas</li> <li>• Lápices.</li> </ul>	2 horas
8	<b>Evaluación antropométrica (binas)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Realizar una evaluación antropométrica siguiendo la técnica vista en clase.</li> <li>3. Entregar reporte de práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plicómetro</li> <li>• Cinta métrica</li> <li>• Estadímetro</li> <li>• Báscula</li> <li>• Calibre de brazos cortos.</li> </ul>	2 horas
9	<b>Evaluación de la composición corporal (binas)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Realizar una evaluación de la composición corporal.</li> <li>3. Entregar reporte de práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Básculas de impedancia</li> <li>• Bioeléctrica</li> <li>• Hojas blancas</li> <li>• Pluma</li> <li>• Estadímetro.</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				

10	<b>Cálculo de macronutrientes en la dieta</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender a las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Realizar el cálculo de nutrientes correspondientes en porcentaje, calorías y gramos por kilogramo de peso.</li> <li>3. Hacer entrega de ejercicios de práctica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas</li> <li>• Pluma y/o lápiz</li> <li>• Calculadora</li> </ul>	2 horas
11	<b>Dieto-cálculo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender a las indicaciones realizadas por el profesor.</li> <li>2. Realizar los cálculos dietéticos apoyándose en los cálculos de macronutrientes.</li> <li>3. Hacer entrega de los ejercicios prácticos</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas</li> <li>• Pluma</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Calculadora</li> <li>• Regla</li> </ul>	2 horas
12	<b>Propuesta dietética</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del profesor.</li> <li>2. Con base a los cálculos realizados en las prácticas 10 y 11, proponer un plan alimentario para un deportista.</li> <li>3. Hacer entrega del plan alimentario como práctica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja blanca</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Pluma</li> <li>• Tablas de alimentos. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Impreso o a mano</li> </ul> </li> </ul>	2 horas
13	<b>Plan alimentario</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender a las indicaciones realizadas por el profesor en clase muestra.</li> <li>2. Con base al conocimiento adquirido, realizar un plan dietético saludable de una semana para un deportista a elegir.</li> <li>3. Hacer entrega del plan dietético realizado como practica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas blancas</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Pluma</li> <li>• Tablas de equivalencia de alimentos o SMAE.</li> </ul>	2 horas
<b>Unidad</b>				

V				
14	<b>Evaluación del estado de hidratación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Evaluar los cambios de la pérdida hídrica durante la actividad física y la recuperación de esta de acuerdo a la técnica estudiada en clase.</li> <li>3. Entregar reporte de actividad</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiras de orina</li> <li>• Recolectores para orina</li> <li>• Báscula</li> <li>• Recipiente con medidas de capacidad</li> <li>• Agua, o bebida hidratante</li> <li>• Guantes</li> <li>• Banda sin fin o cicloergómetro</li> </ul>	2 horas
15	<b>Creación de bebidas hidratantes y barras energéticas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Diseñar y elaborar una bebida hidratante deportiva para realizar una prueba organoléptica así como la elaboración de barras energéticas saludables y de bajo costo</li> <li>3. Entregar reporte de actividad</li> </ol>	<p>Bebidas hidratantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frutas de temporada</li> <li>• Azúcar</li> <li>• Sal</li> <li>• Báscula analítica</li> <li>• Licuadora o procesador de alimentos</li> <li>• Vasos</li> <li>• Cucharas</li> <li>• Cuchillos</li> <li>• Tabla de picar</li> </ul> <p>Barras energéticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 500 g de avena tostada</li> <li>• 100 g de cacahuete tostado</li> <li>• 100 g de pasitas</li> <li>• 100 g de ajonjolí tostado</li> <li>• 30 g de amaranto inflado</li> <li>• 50 g de arroz inflado</li> <li>• 250 g de miel de abeja</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Báscula</li> </ul>	2 horas
<b>Unidad VI</b>				

16	<b>Revisión de literatura sobre principales suplementos y lectura de etiquetas (equipos de trabajo).</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones emitidas por el profesor.</li> <li>2. Realizar investigación en plataformas y revistas sobre el uso, dosis y efectos secundarios del uso de suplementos, así como realizar la lectura de las etiquetas de aporte nutrimental de los suplementos.</li> <li>3. Entregar reporte de actividad</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora con acceso a internet</li> <li>• Suplementos (botes, envolturas etc.)</li> <li>• Hojas blancas</li> <li>• Pluma</li> <li>• Calculadora</li> </ul>	2 horas
----	--	--	--	---------

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

El docente funge como guía-facilitador del aprendizaje, conduce la parte teórica del curso, presenta las prácticas brindando siempre herramientas y compartiendo estrategias para su realización; organiza y dirige distintas situaciones de aprendizaje de cada una de las unidades del programa, brinda atención personalizada, resuelve dudas a los alumnos tanto en aspectos teóricos como en la realización de sus ejercicios y prácticas emitiendo recomendaciones pertinentes para el éxito de las mismas.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

El alumno participa activamente en la realización de:

- Lecturas
- Búsqueda de información
- Resolución de ejercicios prácticos
- Análisis de estudio de casos
- Mesas de discusión en grupo
- Exposición de información.

Además, manifestará, en todas las actividades del curso, su capacidad de análisis, comprensión, síntesis y adecuada comunicación oral y escrita, mostrando actitud crítica en todo momento, interés por la investigación, disposición al trabajo en equipo y los valores de respeto y responsabilidad para el logro de las competencias. Todo lo anterior para con ello proponer soluciones escritas y/o audiovisuales a situaciones específicas de la alimentación en la actividad física y deporte.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Proyecto final.....30%
  - Prácticas de Taller.....20%
  - Tareas.....20%
  - Exámenes escritos.....20%
  - Exposición.....10%
- Total.....100%**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Antonio, J., Kalman, D., Stout, J. R., Greenwood, M., Willoughby, D. S., &amp; Haff, G. G. (Eds.). (2009). <i>Essentials of sports nutrition and supplements</i>. Germany: Springer Science &amp; Business Media. [Clásica]</p> <p>Benardot, D. (2020). <i>Advanced sports nutrition</i>. Ontario: Human Kinetics Publishers.</p> <p>Eberle, S. G. (2013). <i>Endurance sports nutrition</i>. Ontario: Human Kinetics. [Clásica]</p> <p>Gil, M. A. (2005). <i>Manual de nutrición deportiva (Color)</i>. España: Editorial Paidotribo. [Clásica]</p> <p>Peniche, C. &amp; Boullosa, B. (2011). <i>Nutrición aplicada al deporte</i>. México: Mc Graw Hill. [Clásica]</p> <p>Suverza, A. &amp; Haua, K. (2010). <i>El ABCD de la evaluación del estado de nutrición</i>. México: Mc Graw Hill. [Clásica]</p> <p>Gil, A., Fontana L. &amp; Sánchez de Medina F. (2017) <i>Tratado de Nutrición</i>. Panamericana  <a href="http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/guia-alimentos.pdf">http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/guia-alimentos.pdf</a></p> <p>Secretaría de Gobernación. (22 de enero de 2013). <i>Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación</i>. Diario Oficial de la Federación.  <a href="https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5285372&amp;fecha=22/01/2013">https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5285372&amp;fecha=22/01/2013</a> [Clásica]</p> <p>Instituto Nacional de Salud Pública. (2018). <i>Encuesta Nacional</i></p>	<p>Ascencio C. (2018). <i>Fisiología de la nutrición</i>. México: Mc Graw Hill.</p> <p>Gutiérrez, R. (2016). <i>Nutrición Actualidades en Dieta - Calculo</i>. México: Cuellar Ayala.</p> <p>Riché, D. (2000). <i>80 Preguntas y respuestas sobre la alimentación del deportista</i>. España: Editorial Hispano Europea. [Clásica]</p>



de Salud y Nutrición 2018. *Presentación de resultados*.  
[https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut\\_2018\\_presentacion\\_resultados.pdf](https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf)

Fox Stuart (2017). *Fisiología Humana*. México: Mc Graw Hill.

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje debe contar con título de Licenciado en Nutrición, Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín, de preferencia con posgrado en el área Biológica o Nutrición, con experiencia laboral como docente en temas de la Nutriología en la Actividad Física y del Deporte de al menos 3 años. Contar con actitud empática, didáctica e incluyente.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Fisiología del Ejercicio
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Luis Mario Gomez Miranda  
Alberto Jiménez Maldonado  
Marina Trejo Trejo  
Patricia Concepción García Suárez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Fisiología del Ejercicio permitirá comprender las adaptaciones agudas y crónicas de los diferentes sistemas fisiológicos por efecto de la práctica de actividad física y/o ejercicio físico, brinda al alumno la habilidad de conocer los cambios biológicos que permiten mejorar el rendimiento físico. Se encuentra en la etapa disciplinaria con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Biomédica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar el funcionamiento de los aparatos y sistemas durante y después de la realización de ejercicio físico, mediante el reconocimiento del funcionamiento biológico del cuerpo humano, para identificar las adaptaciones agudas y crónicas del organismo como respuesta al ejercicio, con actitud reflexiva, crítica, y responsable.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realiza una presentación de las diferentes adaptaciones agudas y crónicas tras el ejercicio, a través de un medio audiovisual en el que se implementen diversos ejercicios a un grupo de personas y se les explique las adaptaciones que esa actividad conlleva.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Historia de la fisiología del ejercicio**

**Competencia:**

Analizar los antecedentes de la fisiología del ejercicio, mediante la revisión bibliográfica, para identificar los inicios y evolución de la fisiología en la actividad física y deporte, con una actitud crítica, reflexiva y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 2 horas

- 1.1. Precursores de la fisiología del ejercicio.
- 1.2. Enfoque de la fisiología del ejercicio y del deporte.
- 1.3. Aparición de la fisiología del esfuerzo.
- 1.4. El Harvard Fatigue Laboratory.
- 1.5. Aparición de los primeros ergómetros.

## UNIDAD II. Sistema nervioso

**Competencia:**

Distinguir las adaptaciones agudas y crónicas del sistema nervioso, mediante el análisis teórico-práctico de los cambios fisiológicos, para identificar los cambios en la función sensorio-motora por efecto de la práctica de actividad física, ejercicio físico y deporte, con actitud analítica y crítica.

**Contenido:****Duración:** 6 horas

- 2.1. Adaptaciones fisiológicas del sistema nervioso al ejercicio.
- 2.2. Función endocrina durante el ejercicio.
- 2.3. Adaptaciones sensomotoras al ejercicio.
- 2.4. Huso muscular y aparato tendinoso de golgi.
- 2.5. Engramas.

### UNIDAD III. Sistema cardiovascular

**Competencia:**

Distinguir las adaptaciones agudas y crónicas del sistema cardiovascular, mediante el análisis teórico-práctico de los cambios fisiológicos, para identificar los cambios en las funciones hemodinámicas por efecto de la práctica de actividad física, ejercicio físico y deporte, con actitud analítica y crítica.

**Contenido:****Duración:** 6 horas

- 3.1. Adaptaciones fisiológicas del sistema cardiovascular.
- 3.2. Bradicardia sinusal.
- 3.3. Hipertrofia ventricular izquierda.
- 3.4. Adaptaciones de los vasos sanguíneos.
- 3.5. Adaptaciones sanguíneas.
- 3.6. Electrocardiograma del deportista.

## UNIDAD IV. Sistema muscular

### **Competencia:**

Distinguir las adaptaciones agudas y crónicas del sistema muscular por efecto de la práctica de actividad física, ejercicio físico y deporte, mediante el análisis teórico-práctico de los cambios bioquímicos y fisiológicos, para explicar la mejora del rendimiento muscular, con actitud analítica y crítica.

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 4.1 .Análisis de las características de las fibras musculares.
- 4.2. Adaptaciones fisiológicas al ejercicio del sistema muscular.
- 4.3. Adaptaciones metabólicas.
- 4.4. Adaptaciones estructurales.
- 4.5. Hipertrofia muscular (sarcomérica y sarcoplasmática).
- 4.6. Función de las células satélite musculares.

## UNIDAD V. Sistema respiratorio

### Competencia:

Distinguir las adaptaciones agudas y crónicas del sistema respiratorio, mediante el análisis teórico-práctico de los cambios fisiológicos, para identificar las mejoras en la capacidad aerobia por efecto de la práctica de actividad física, ejercicio físico y deporte, con actitud analítica y crítica.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 5.1. Adaptaciones fisiológicas al ejercicio del sistema respiratorio.
- 5.2. Consumo de oxígeno pico y máximo.
- 5.3. Respuesta del consumo de oxígeno a ejercicios continuos e incrementales.
- 5.4. Factores limitantes centrales y periféricos del consumo máximo de oxígeno.
- 5.5. Cociente respiratorio (implicaciones en una prueba de esfuerzo máximo).
- 5.6. Pruebas para valorar el consumo de oxígeno máximo.
- 5.7. Determinación de la meseta de consumo de oxígeno.



## UNIDAD VI. Equilibrio ácido-base

### Competencia:

Identificar el comportamiento del sistema ácido-base durante la práctica de actividad física, ejercicio físico y deporte, mediante el análisis teórico-práctico de los cambios bioquímicos y fisiológicos, para distinguir los factores que limitan el rendimiento físico, con actitud analítica y crítica.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 6.1. Glucólisis anaeróbica.
- 6.2. Demanda energética y lactato.
- 6.3. Métodos para valorar el lactato.
- 6.4. Umbral de lactato.
- 6.5. Adaptaciones fisiológicas en la producción de lactato tras el ejercicio.
- 6.6. Acidosis metabólica tras el ejercicio.
- 6.7. Sistemas amortiguadores de la acidez.
- 6.8. Función renal para el equilibrio ácido base.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	Flujo salival y función de glándulas parótidas en el ejercicio	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escucha con atención las instrucciones del docente sobre el uso de material y manipulación de muestras biológicas</li> <li>2. Mide el flujo salival con apoyo de los salivettes y registrarlo</li> <li>3. Realiza una prueba de rampa en el cicloergometro</li> <li>4. Colecta una segunda muestra en el periodo de recuperación del ejercicio</li> <li>5. Colecta datos</li> <li>6. Elabora el reporte de la práctica</li> </ol>	Tubos tipo salivette para la colecta de saliva Centrífuga Guantes de nitrilo Cubrebocas Cicloergómetro Banda sin fin	4 horas
2	Respuesta de testosterona sanguínea al ejercicio agudo	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escucha con atención las instrucciones del docente sobre el uso de material y manipulación de muestras biológicas</li> <li>2. Colecta 3ml de suero sanguíneo de los sujetos de prueba previo al ejercicio.</li> <li>3. Realiza un circuito corporal de 10 a 15 min</li> <li>4. Colecta otros 3ml de suero en la etapa de recuperación</li> <li>5. Analiza las muestras con un kit de Elisa para detección de testosterona</li> <li>6. Registra niveles de testosterona</li> </ol>	Tubos de colecta vacutainer Agujas epidérmicas estériles Gradilla Centrífuga de tubos vacutainer Placas de Elisa Kit de testosterona Espectrofotómetro Puntas de micropipetas Micropipetas de 100-1000 y 20-200 µl Bolsas y contenedores RPBI Cicloergómetro Banda sin fin	4 horas

		7. Elabora reporte de práctica		
<b>UNIDAD III</b>				
3	Evaluación de la actividad muscular durante diferentes tipos contracciones en el entrenamiento de fuerza.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende la orientación del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Prepara las zonas de piel del sujeto para la colocación de parches</li> <li>3. Realiza la contracción concéntrica, excéntrica e isométrica con diferentes mancuernas</li> <li>4. Captura el voltaje muscular y la frecuencia de activación en las distintas contracciones</li> <li>5. Elabora reporte de práctica</li> </ol>	<p>Electrofisiógrafo (Biopac)  Mancuernas de 10, 15 y 25 lbs  Parches  Gel conductor  Cinta médica transpore  Pago de licencia GymAware</p>	4 horas
4	Evaluar la actividad muscular durante la prueba de RM	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende con cautela las instrucciones del docente sobre seguridad y asistencia en test de fuerza</li> <li>2. Prepara las zonas de piel del sujeto para la colocación de parches.</li> <li>3. Prepara la barra olímpica con diferentes pesos para evaluar el 5RM y 3RM en press de pecho</li> <li>4. Coloca los parches al sujeto y el sensor de desplazamiento vertical en la barra</li> <li>5. Registra la actividad muscular y la fuerza/velocidad producida durante la ejecución del test</li> <li>6. Elabora reporte</li> </ol>	<p>Barra olímpica de 20kg  Discos de pesas de 10, 25, 35 y 45 lbs.  Sensor de movimiento vertical (GymAware)  Electrofisiógrafo portátil (Bioradio)  Parches  Cinta médica transpore  Licencia Gymaware</p>	4 horas

UNIDAD IV				
5	Electrocardiograma en diferentes intensidades de ejercicio	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende la orientación del docente para realizar la práctica.</li> <li>2. Coloca al sujeto en la camilla y evaluar las 12 derivaciones del ECG en reposo</li> <li>3. Realiza un test de esfuerzo en banda ergométrica (Conconi, Balke, Course- navette, etc.)</li> <li>4. Registra la actividad cardíaca durante la prueba</li> <li>5. Elabora reporte</li> </ol>	Electrocardiograma Camilla de inspección médica/fisioterapia Papel electrocardiográfico Banda ergométrica	4 horas
6	Estimación hemodinámica en ejercicio moderado	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escucha las indicaciones del docente</li> <li>2. Coloca los parches del baumanometro, la cofia y el oxímetro al sujeto de prueba</li> <li>3. Mide doble producto, TA y saturación de oxígeno en reposo.</li> <li>4. Realiza un test de baja intensidad (25-30% de FCmax) para valorar el doble producto</li> </ol>	Baumanómetro digital para detección de TA durante el ejercicio (Tango) Cicloergometro Banda sin fin	4 horas
7	Variabilidad de la frecuencia cardíaca	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escucha las indicaciones del docente</li> <li>2. Coloca los monitores de frecuencia cardíaca</li> <li>3. Vincula el dispositivo con la app móvil</li> <li>4. Exporta datos a la computadora</li> <li>5. Analiza datos y elaborar</li> </ol>	Software Kubios Pulsómetro H10	4 horas

		reporte		
UNIDAD V				
8	Valoración del consumo máximo de oxígeno	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende con cautela las instrucciones del docente</li> <li>2. Realiza una prueba de esfuerzo en banda sinfín</li> <li>3. Mide el consumo de oxígeno, la frecuencia cardiaca y la concentración de lactato en sangre durante la prueba</li> <li>4. Analiza los datos y realiza las gráficas de la práctica</li> <li>5. Elabora el reporte.</li> </ol>	Pulsómetros Banda Sinfín Lactometro y tiras reactivas de lactato Analizador de gases	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de fisiología del ejercicio, así como orientar el desarrollo de las prácticas de laboratorio, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a los alumnos a la participación en las clases.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de laboratorio y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Tareas.....	20%
- Prácticas de laboratorio.....	30%
- Exámenes.....	30%
- Evidencia de aprendizaje.....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

Åstrand, P. O., Rodahl, K., Dahl, H. A., & Stromme, S. B. (2003). *Textbook of work physiology: physiological bases of exercise*. Champaign, Estados Unidos: Human Kinetics. [clásica]

Bazán, N. E. (2017). *Bases fisiológicas del ejercicio*. España: Paidotribo.

Chicharro JL, Vaquero AF. (2006) *Fisiología del Ejercicio*. Madrid: Médica Panamericana. [clásica]

Porcari, J., Bryant, C., & Comana, F. (2015). *Exercise physiology*. Estados Unidos: FA Davis.

Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2004). *Fisiología Del Esfuerzo Y Del Deporte*. España: Paidotribo. [clásica]

### Complementarias

McLaren D, Morton J. (2012). *Biochemistry for Sport and Exercise Metabolism*. Estados Unidos: Wiley-Blackwell.[clásica]

Nelson D, Cox M. (2019). *Lehninger Principios de Bioquímica (7a ed.)*. Barcelona: Omega.

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Fisiología del Ejercicio debe contar con título de Licenciado en actividad física y deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2020
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Evaluación del Aprendizaje
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02 **HT:** 01 **HL:** 00 **HPC:** 01 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

**Equipo de diseño de PUA**

Olga Lidia Murillo García

**Vo.Bo. de subdirector(es) de  
Unidad(es) Académica(s)**

Esteban Hernández Armas

Juan José Calleja Núñez

Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 29 de octubre de 2020



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Evaluación de Aprendizaje es una asignatura que promueve el estudio, la reflexión y el diseño de instrumentos de evaluación de los aprendizajes en contextos escolares. Esto le permitirá al estudiante el desarrollo de habilidades para seleccionar, adecuar o diseñar instrumentos de acuerdo a los tipos de competencias que se promueven en los niveles educativos. Esta asignatura es de carácter obligatorio, se imparte en la etapa disciplinaria y contribuye al área de conocimiento Pedagógica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Evaluar el aprendizaje del estudiante en el contexto de la cultura física, mediante los diferentes momentos, técnicas e instrumentos de evaluación, para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje con responsabilidad, actitud objetiva y respetuosa.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseño y aplicación de tres instrumentos de evaluación, por ejemplo, instrumentos de evaluación objetiva o subjetiva, que permitan integrar las técnicas de valoración, donde se incluya una estructura académica con portada, introducción, instrumentos, análisis, conclusión y referencias bibliográficas en formato APA.

## V. DESARROLLO POR UNIDADES

### UNIDAD I. Bases conceptuales de la evaluación.

**Competencia:**

Examinar las características de la evaluación en función de su finalidad, temporalidad y agente, para comprender los fines y funciones de la evaluación, con una actitud objetiva y responsabilidad.

**Contenido:****Duración:** 8 horas

- 1.1. Conceptos de evaluación.
- 1.2. Finalidades de la evaluación.
- 1.3. Funciones de la evaluación.
- 1.4. Objeto de evaluación
- 1.5. Tipo de evaluación
  - 1.5.1. según su finalidad: Diagnóstica, Formativa, Sumativa
  - 1.5.2. según su temporalidad: Inicial, Continua y Final.
  - 1.5.3. según el agente: autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación
- 1.6. Técnicas e instrumentos de evaluación (base conceptual)

## UNIDAD II. La evaluación de la Educación Física.

### **Competencia:**

Analizar las tendencias formativas de la educación física a partir de los planes y programas de estudio de educación física en México y en el mundo, para identificar el objeto y función de la evaluación, con una actitud crítica, objetiva y honesta.

### **Contenido:**

- 2.1. Objeto de evaluación en la educación física
- 2.2. El enfoque actual de la evaluación educativa de la Educación Física.
  - 2.2.1. La evaluación en la asignatura de Educación Física
  - 2.2.2. El proceso de la Evaluación Formativa
  - 2.2.3. La regulación del aprendizaje y la enseñanza por medio de la evaluación.

**Duración:** 8 horas

### UNIDAD III. Técnicas e instrumentos de evaluación.

**Competencia:**

Evaluar el aprendizaje a partir de técnicas e instrumentos para determinar el logro de desempeño de las actividades relacionadas con la activación física y el deporte, con empatía y responsabilidad.

**Contenido:****Duración:** 16 horas

- 3.1. Técnicas de observación.
  - 3.1.1 Guía de observación.
  - 3.1.2 Registro anecdótico.
  - 3.1.3 Diario de clase.
  - 3.1.4 Diario de trabajo o de campo
  - 3.1.5 La Escala de actitudes.
- 3.2. Técnicas de desempeño.
  - 3.2.1 Preguntas sobre el procedimiento.
  - 3.2.2 Cuadernos de los alumnos.
  - 3.2.3 Organizadores gráficos.
- 3.3. Técnicas para el análisis de desempeño.
  - 3.3.1 Portafolio.
  - 3.3.2 Rúbrica.
  - 3.3.3 Lista de cotejo o de verificación
- 3.4. Técnicas de interrogatorio.
  - 3.4.1. Tipos textuales.
  - 3.4.2. Debate.
  - 3.4.3. Ensayo.
  - 3.4.4. Pruebas escritas.
  - 3.4.5. Pruebas de respuesta abierta.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	La autoevaluación y coevaluación	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Integrar equipos</li> <li>2. Elaborar una infografía sobre fines, funciones y tipos de evaluación</li> <li>3. Presentar la infografía ante el grupo</li> <li>4. Evaluar a los compañeros del equipo en la construcción de la infografía (coevaluación).</li> <li>5. Autoevaluarse a partir de su participación en la construcción de la infografía.</li> <li>6. Comentar en plenaria las funciones de la evaluación</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de cómputo e internet</li> <li>• Instrumento de coevaluación previamente elaborado por el maestro</li> <li>• Instrumento de autoevaluación previamente elaborado por el maestro</li> </ul>	2 horas
2	Debate	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse por equipos</li> <li>2. Analizar cómo se promueve y se evalúa la educación física en diferentes países</li> <li>3. Debatir con los otros equipos para defender bondades, beneficios o posturas de su plan y programa de educación física</li> <li>4. Conclusión respecto a las acciones formativas en educación física.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planes y programas de educación física de diferentes países.</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
3	Guía de observación.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en binas.</li> <li>2. Atender la explicación del profesor para elaborar una guía de observación y el tipo de observación que se llevara a cabo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de cómputo e internet</li> </ul>	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Identificar el objeto de observación o la dimensión observacional (aspecto o faceta del comportamiento a observar).</li> <li>4. Establecer el número de sesiones de observación</li> <li>5. Determinar el número de observaciones por sesión.</li> <li>6. Ubicar el número mínimo de sesiones de observación.</li> <li>7. Identificar los criterios de inicio de la observación</li> <li>8. Establecer el criterio de fin de la sesión.</li> <li>9. Elaborar la guía de observación.</li> </ol>		
4	Escala de actitudes.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizar equipos para trabajar de manera colaborativa.</li> <li>2. Determinar las características de los componentes de las actitudes para el desarrollo de una escala de valoración.</li> <li>3. Identificar el escenario en el que se valorara las actitudes.</li> <li>4. Identificar el dominio que deberá valorarse acorde a la conducta objetivo identificada.</li> <li>5. Realizar revisión de literatura especializada acorde al comportamiento objetivo.</li> <li>6. Establecer indicadores para la evaluación de los dominios que conformarán la escala.</li> <li>7. Elaborar los ítems que conformaran la escala.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplo de escalas de actitudes en el deporte</li> <li>• Equipo de cómputo e internet.</li> </ul>	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>8. Determinar el número de puntos que conformaran la escala de respuesta.</li> <li>9. Realizar valoración de los ítems a través de jueceo.</li> <li>10. Realizar una aplicación piloto.</li> <li>11. Obtener mediciones de confiabilidad y validez del instrumento.</li> <li>12. Incluir aspectos biográficos de los participantes.</li> </ol>		
5	Rúbrica.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Determinar el tipo de rúbrica a realizar (global o analítica).</li> <li>2. Identificar los criterios (competencias, comportamiento o actividad a valorar).</li> <li>3. Desglosar la actividad a analizar en niveles de ejecución a través de la descripción de atributos observables específicos.</li> <li>4. Determinar el grado de ejecución de cada uno de los atributos (Por ejemplo: de deficiente a excelente).</li> <li>5. Comprobar el funcionamiento de la rúbrica y rediseñar después de su uso.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de cómputo e internet.</li> </ul>	2 horas
6	Lista de cotejo o de verificación	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Seleccionar los objetivos de aprendizaje o de comportamiento a valorar.</li> <li>2. Precisar las actividades o tareas que describen la conducta a valorar.</li> <li>3. Establecer el tipo de evaluación (diagnostica, formativa o sumativa).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de cómputo e internet.</li> </ul>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"><li>4. Determinar el nivel de logro al considerar algunas actividades o el cumplimiento de todas.</li><li>5. Establecer los criterios para evaluar el desempeño (determinar el valor de cada actividad).</li><li>6. Organizar el listado de las actividades</li><li>7. Asignar un título a la lista</li><li>8. Incorporar datos de identificación de los participantes.</li><li>9. Incluir instrucciones para su uso.</li><li>10. Elaborar dos columnas en la que se integre la descripción de la actividad y otra para espacio de verificación.</li><li>11. Integrar un espacio para observaciones.</li><li>12. Revisar la lista y realizar ajustes a la versión final.</li></ol>		
--	--	--	--	--



## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	La guía de la observación en la práctica del deporte	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluará el desempeño en actividad física individual o en grupo por medio de una guía de observación.</li> <li>2. Identificará el escenario en que se realizará la evaluación.</li> <li>3. Considerará la actividad física a evaluar y la edad de los participantes.</li> <li>4. Utilizará la guía de observación para realizar la valoración del comportamiento a evaluar.</li> <li>5. Presentará reporte de observación con base en los siguientes lineamientos: introducción, procedimiento, resultados, conclusiones y referencias consultadas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oficio para gestionar la práctica de vinculación en caso de realizar la actividad en escenario distinto a la UABC.</li> <li>• Guía de observación impresa para práctica de campo.</li> <li>• Lineamientos para la entrega de reportes por escrito.</li> <li>• Se requiere de consentimiento informado, en el que se declare asentamiento por parte del individuo de participar en la práctica.</li> </ul>	4 horas
2	Las actitudes en el marco de la activación física y el deporte	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Utilizará la escala de actitudes elaborada para evaluar la disposición de sujetos en relación con el tópico seleccionado.</li> <li>2. Identificar el nivel o grado de actitud de los participantes.</li> <li>3. Aplicar la escala de actitudes, ya sea en formato electrónico o en formato de papel y lápiz.</li> <li>4. Presentar resultados entorno a las experiencias de aplicación del instrumento, resultados de la aplicación y conclusiones de</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestionar práctica de vinculación en caso de realizar la actividad en escenario distinto a la UABC.</li> <li>• Escala de actitudes.</li> <li>• Recomendable disponer de lineamientos para la entrega de reportes por escrito.</li> <li>• Solicitar el consentimiento informado, en el que se declare asentamiento por parte del individuo de participar en la práctica.</li> </ul>	4 horas

		la práctica. Señalar ventajas y desventajas de la utilidad del instrumento en el ámbito de la actividad física y deporte.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Equipo de cómputo e internet.</li> </ul>	
3	La rúbrica en la evaluación en el deporte	<ol style="list-style-type: none"> <li>Utilizar la rúbrica para evaluar la práctica de deporte (ejemplo. el juego cooperativo) en actividad realizada en alguno de los clubes de la LAFD.</li> <li>Elaborar diversas rúbricas por equipos</li> <li>Utilizar la rúbrica al evaluar la misma actividad de manera simultánea por los equipos,</li> <li>Comparar los resultados obtenidos por equipos.</li> <li>Discutir las diferencias, las dificultades enfrentadas, así como sus ventajas y desventajas en el uso de la herramienta.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rubrica en formato de papel y lápiz</li> </ul>	4 horas
4	La lista de cotejo	<ol style="list-style-type: none"> <li>Utilizar la lista de cotejo en la evaluación de actividad deportiva (ejemplo: fundamento técnico en el pase en el basquetbol).</li> <li>Exponer de manera individual los beneficios de la lista de cotejo en comparación con otros instrumentos de medición.</li> <li>Discutir las ventajas y desventajas en binas para presentar informe sobre sus opiniones.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lista de cotejo impresa</li> <li>Reporte de opinión en formato libre o de acuerdo a los requisitos establecidos por el docente.</li> <li>Equipo de cómputo e internet.</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Técnica expositiva
- Observación
- Prácticas guiadas
- Mesas redondas
- Estudios de caso
- Rol playing
- Análisis de material audiovisual

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Redacción
- Análisis de información
- Investigación documental
- Organizadores gráficos
- Resumen
- Síntesis
- Ensayo
- Exposición
- Trabajo de campo
- Diario de campo
- Trabajo colaborativo
- Elaboración de informes

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

Lectura y análisis de textos, redacción y presentación de ensayos o producción escrita .....	15%
Cumplimiento con las prácticas .....	45%
Participar de forma activa en las actividades realizadas en clase .....	10%
Evaluación escrita (dos evaluaciones teóricas) .....	30%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>González, P. (2014). <i>Rúbrica. Instrumento de evaluación en E.F. Ciencias de la Actividad física y Deporte</i>. Universidad Francisco de Vitoria: Madrid. Recuperado de <a href="http://ddfv.ufv.es/bitstream/handle/10641/1019/gil%20mora.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">http://ddfv.ufv.es/bitstream/handle/10641/1019/gil%20mora.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a></p> <p>Secretaria de Educación Pública. (2017). <i>Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y programas de estudio para la educación básica</i>: México: Autor.</p> <p>Tolgfors, B. (2018). Different versions of assessment for learning in the subject of physical education. <i>Physical Education and Sport Pedagogy</i>, 23(3), 311-327</p> <p>Foronda, J. y Foronda, C. (2007). La evaluación en el proceso de aprendizaje. <i>Perspectivas</i>, 19, 15-30. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/4259/425942453003.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/4259/425942453003.pdf</a> [Clásica]</p> <p>Hay, P., &amp; Penney, D. (2012). <i>Assessment in physical education: A sociocultural perspective</i>. Routledge. [Clásica]</p> <p>López, V.M, Monjas, R., Gómez, J., López, E. M, Martin, J.F., González, J., Barba, J.J., Aguilar, R., González, M., Heras, C., Martín, M.I., Manrique, J.C., Subtil, P. y Marugán, L. (2006). La evaluación en educación física. Revisión de modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa. La evaluación formativa y compartida. <i>Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación</i> 10, 31-41. Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732275003.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732275003.pdf</a> [Clásica]</p> <p>Martin, F. (2010). <i>Instrumentos de evaluación en educación física. Innovación y experiencias educativas</i>. Recuperado de <a href="https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_26/FRANCISCO_JES_US_MARTIN_RECIO_01.pdf">https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_26/FRANCISCO_JES_US_MARTIN_RECIO_01.pdf</a> [Clásica]</p>	<p>Baldwin y Trespalcios, J. (2017). <i>Evaluation instruments and good practices in online education</i>. Recuperado de <a href="https://www.researchgate.net/publication/317608644_Evaluation_Instruments_and_Good_Practices_in_Online_Education">https://www.researchgate.net/publication/317608644_Evaluation_Instruments_and_Good_Practices_in_Online_Education</a></p> <p>Blázquez, D. (2006). <i>Evaluar en educación Física</i>. Barcelona: INDE. [Clásica]</p> <p>Martínez, E. (2001). <i>La evaluación informatizada en la educación física. Educación secundaria obligatoria</i>. España: Paidotribo. [Clásica]</p> <p>Ruay, R. y Garcés, J. (2015). <i>Diseño y construcción de instrumentos de evaluación de aprendizajes y competencias</i>. Colombia: REDIPE.</p> <p>Ruiz, J. (s.f). <i>Mecanismos e instrumentos de evaluación en educación física en la educación primaria</i>. <i>Revista Iberoamericana de Educación</i>, 48, 4-10. Recuperado de <a href="https://rieoei.org/historico/deloslectores/2738Ruiz.pdf">https://rieoei.org/historico/deloslectores/2738Ruiz.pdf</a></p> <p>Sadan, A. (2017). Evaluation of the physical education and sports curriculum in Turkish schools. <i>Educational Research and Reviews. Academisc Journals</i>, 12(16), 813-818. Recuperado de <a href="https://www.researchgate.net/publication/319250802_Evaluation_of_the_physical_education_and_sports_curriculum_in_Turkish_schools">https://www.researchgate.net/publication/319250802_Evaluation_of_the_physical_education_and_sports_curriculum_in_Turkish_schools</a></p> <p>Sales, J. (2001). <i>La evaluación de la educación física en primaria. Una propuesta práctica para evaluar al alumnado</i>. INDE publicaciones: Barcelona. [Clásica]</p>

Serrano, S. (2002). La evaluación del aprendizaje: dimensiones y prácticas innovadoras. *La Revista Venezolana de Educación*, 6(19), 247-257.  
<https://www.redalyc.org/pdf/356/35601902.pdf> [Clásica]

Subsecretaría de Educación Básica. (2012). *Las estrategias y los instrumentos de evaluación desde el enfoque formativo*. Dirección General de Desarrollo Curricular. Recuperado de  
<http://www.seslp.gob.mx/consejostecnicosescolares/PRI/MARIA/6-DOCUMENTOSDEAPOYO/LIBROSDEEVALUACION2013/4-LASESTRATEGIASYLOSINSTRUMENTOS.pdf>  
[Clásica]

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Se sugiere que el docente presente perfil profesional en el área de la Educación Física y Deporte, de preferencia con grado de maestría con conocimientos en el área de la educación y evaluación educativa. Contar con experiencia laboral en el sistema educativo. Con una actitud innovadora, objetiva y responsable.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes,
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Metodología de la Investigación
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02 **HT:** 02 **HL:** 00 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Daniela Valentina Pacheco Marcano  
Alberto Jiménez Maldonado  
Nayeli Guadalupe Girón Vázquez  
Patricia Concepción García Suárez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 09 de noviembre de 2020



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Metodología de la Investigación promueve el pensamiento científico a partir del estudio de los enfoques teóricos y metodológicos de la investigación para aplicarlo en el análisis y diagnóstico de problemáticas en el ámbito profesional y proponer soluciones a las mismas. Además, le proporcionará al estudiante habilidades y herramientas tecnológicas, conceptuales y procedimentales que le facilitarán su trayecto formativo por el programa educativo. Esta unidad de aprendizaje es de carácter obligatorio de la etapa disciplinaria y corresponde al área Social Humanista.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Examinar el método científico mediante el análisis de los paradigmas cualitativos y cuantitativos, para relacionar su aplicación a problemáticas en las disciplinas del deporte y el ejercicio físico, con una actitud proactiva, crítica, disciplinada y responsable.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realizar una defensa expositiva de un artículo científico publicado en el área de las ciencias del deporte y ejercicio físico (cualitativo o cuantitativo) que demuestre la capacidad de argumentar los componentes de una investigación de acuerdo al paradigma que subyace en el artículo.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Fundamentos Investigación**

**Competencia:**

Distinguir las corrientes que sustentan la investigación científica para comprender su aplicación en el ámbito de la actividad física y el deporte a partir del estudio de las escuelas del pensamiento científico, con actitud crítica y analítica.

**Contenido:**

- 1.1. Introducción a la ciencia y al proceso de investigación científico.
- 1.2. Tecnología y ciencia, diferencias y similitudes.
- 1.3. Ciencia formal y ciencia factual.
- 1.4. Escuelas del pensamiento científico.
  - 1.4.1. Reduccionismo.
  - 1.4.2. Realismo científico.
  - 1.4.3. Positivismo.

**Duración:** 4 horas

## UNIDAD II. Modelos del Pensamiento Científico

### **Competencia:**

Analizar modelos del pensamiento científico a partir de sus características y procesos para reconocer su importancia en la investigación científica, con responsabilidad y actitud reflexiva.

### **Contenido:**

- 2.1. Definición del pensamiento científico.
- 2.2. Elementos y tipos de pensamiento.
  - 2.2.1. Pensamiento inductivo.
  - 2.2.2. Pensamiento deductivo.
- 2.3. Estándares intelectuales.
- 2.4. Antecedentes del pensamiento crítico.
  - 2.4.1. Estrategias para la aplicación del pensamiento crítico.

**Duración:** 6 horas

### UNIDAD III. Paradigmas de la Investigación Científica

**Competencia:**

Analizar los paradigmas de investigación a través de sus principios, técnicas e instrumentos para distinguir el tipo de enfoque en artículos científicos de investigación, con objetividad y honestidad.

**Contenido:**

- 3.1. Paradigmas de investigación.
  - 3.1.1. Cuantitativa.
  - 3.1.2. Cualitativa.
- 3.2. Investigaciones en ciencias factuales.
- 3.3. Investigaciones en ciencias formales.

**Duración:** 4 horas

## UNIDAD IV. El Método Científico

### Competencia:

Analizar los elementos que componen el método científico a partir del proceso de construcción de una investigación y su divulgación, para argumentar la estructura de un artículo científico, con una actitud proactiva y disciplinada.

### Contenido:

**Duración:** 18 horas

- 4.1. Definición del método científico.
  - 4.1.1. Definición del problema.
  - 4.1.2. Pregunta de investigación
- 4.2. Definición y entendimiento de los pasos del método científico.
  - 4.2.1. Hipótesis científicas.
  - 4.2.2. Hipótesis estadísticas.
  - 4.2.3. Tipos de variables.
  - 4.2.4. Objetivos.
  - 4.2.5. Justificación
- 4.3. Revisión de bases de datos bibliográficas.
  - 4.3.1. Búsqueda de material de referencia.
  - 4.3.2. Búsqueda de recursos electrónicos (locales, nacionales e internacionales).
  - 4.3.3. Estilos de citación (APA, Vancouver, AMA).
  - 4.3.4. Fuentes primarias.
  - 4.3.5. Fuentes secundarias.
- 4.4. Elaboración del marco teórico.
- 4.5. Métodos (descripción de técnicas y colección de datos).
- 4.6. Definición de términos asociados a la interpretación de resultados.
- 4.7. Discusión.
- 4.8. Conclusiones y perspectivas.
- 4.9. Comunicación no formal durante el proceso investigativo (retroalimentación e interacción con colegas).
- 4.10. Comunicación formal del proceso investigativo
  - 4.10.1. Presentación oral y la escritura de resultados.
  - 4.10.2. Conferencias, simposios, coloquios, seminarios, talleres y clases.
  - 4.10.3. Reportes de laboratorio, reporte técnico, resúmenes científicos y memorias en extenso.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	<b>El enfoque de la investigación en artículos científicos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar los rasgos del enfoque de investigación en el artículo.</li> <li>4. Argumentar por escrito el enfoque detrás del artículo.</li> <li>5. Presentar los resultados en plenaria.</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor.	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
2	<b>Identificación del problema de investigación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar el problema y las preguntas de investigación.</li> <li>4. Si el artículo no contiene preguntas, formularlas por escrito a partir del problema.</li> <li>5. Compartir el problema y preguntas al grupo.</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor.	2 horas
3	<b>Identificación y formulación de la hipótesis de investigación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar y formular la hipótesis de investigación.</li> <li>4. Si el artículo no contiene hipótesis, formularlas por escrito a partir del problema.</li> <li>5. Compartir la hipótesis.</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor.	2 horas

4	<b>Tipos de variables.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar las variables de investigación y compartirlas con el grupo.</li> <li>4. A partir de un problema de investigación asignado por el profesor, definir y operacionalizar las variables.</li> <li>5. Compartir los resultados en plenaria.</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor Formato o matriz para operacionalizar variables	4 horas
5	<b>Objetivos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar los objetivos de la investigación.</li> <li>4. Discutir su alcance y su relación con el problema de investigación y las variables.</li> <li>5. Compartirlos con el grupo</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor	2 horas
6	<b>Justificación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar la justificación de la investigación.</li> <li>4. Determinar la relación de la justificación con el problema y la importancia de la investigación.</li> <li>5. Debatir los hallazgos con el grupo.</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor	2 horas
7	<b>Recuperación de artículos científicos en bases de datos bibliográficas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Individualmente plantearse un tema de interés relacionado con el deporte y el ejercicio físico.</li> <li>2. Ingresar a las bases de datos de revistas científicas de</li> </ol>	Laboratorio de cómputo Internet Acceso a Biblioteca UABC (correo UABC)	4 horas

		<p>acceso abierto en internet (por ejemplo, Scielo, Redalyc).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Determinar palabras clave de acuerdo al tema de interés.</li> <li>Recuperar artículos científicos de tipo cualitativo, cuantitativo y mixto utilizando operadores booleanos.</li> <li>Ingresar a las bases de datos de revistas científicas con convenio UABC.</li> <li>Recuperar artículos científicos de tipo cualitativo, cuantitativo y mixto utilizando operadores booleanos.</li> </ol>		
8	<b>Marco teórico.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Formarse en parejas.</li> <li>Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>Identificar en el artículo el marco teórico, conceptual o referencial y analizarlo a partir del problema.</li> <li>Discutir los hallazgos con el grupo.</li> <li>A partir del tema de interés y los artículos recuperados en la práctica 7, elaborar un marco teórico sobre conceptos y sus relaciones que integre al menos 6 referencias de acuerdo al APA.</li> </ol>	<p>Artículo científico proporcionado por el profesor.</p> <p>Computadora Proyector Adaptador HDMI/VGA Internet Software de citación y/o gestores de referencias</p>	4 horas
9	<b>Métodos (descripción de técnicas y recolección de datos).</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la práctica.</li> <li>Forman equipos y analizan el artículo otorgado por el docente.</li> <li>Identifican el diseño de</li> </ol>	<p>Artículo científico proporcionado por el profesor.</p> <p>Computadora Proyector Adaptador HDMI/VGA Cinta adhesiva</p>	2 horas



		<p>investigación, población, muestra, tipo de muestreo, técnica, instrumento, procedimiento de recolección y análisis de datos.</p> <p>4. Comparte el análisis con el grupo y verifica sus respuestas.</p>		
10	<b>Interpretación de resultados (Discusión)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar y discutir los resultados de la investigación a partir del problema y los objetivos.</li> <li>4. Determinar si se responden las preguntas de investigación.</li> <li>5. Presentar ante el grupo el análisis de la actividad.</li> <li>6. Recibir retroalimentación por el grupo y profesor.</li> </ol>	<p>Artículo científico proporcionado por el profesor.</p> <p>Computadora Proyector Adaptador HDMI/VGA Internet</p>	2 horas
11	<b>Conclusiones y perspectivas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Identificar y discutir las conclusiones de la investigación a partir del problema, los objetivos y las preguntas.</li> <li>4. Determinar el aporte de la investigación al estado del conocimiento de la disciplina.</li> <li>5. Presentar ante el grupo el análisis de la actividad.</li> <li>6. Recibir retroalimentación por el grupo y profesor.</li> </ol>	<p>Artículo científico proporcionado por el profesor.</p> <p>Computadora Proyector Adaptador HDMI/VGA Internet</p>	2 horas
12	<b>Presentación oral de resultados</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en parejas.</li> </ol>	Artículo científico proporcionado	4 horas

		<p>2. A partir del artículo de investigación asignado/aprobado por el profesor, exponerlo ante una audiencia resaltando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Problema</li> <li>-objetivos</li> <li>-Preguntas</li> <li>-Método</li> <li>-Resultados</li> <li>-Conclusiones</li> </ul> <p>3. Atendiendo a las características de un evento académico.</p>	<p>por el profesor.          Computadora          Proyector          Adaptador HDMI/VGA          Internet</p>	
--	--	--	---	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

El maestro expondrá de forma ordenada y clara los conceptos básicos de la metodología científica, el enfoque de la investigación y los elementos que constituyen el método científico; orientará el desarrollo de las actividades durante el taller, proporcionará retroalimentación de tareas y trabajos presentados, además de exhortar la participación en clase. Se sugieren estrategias como foros, mesas redondas, instrucción guiada, debates, coloquios.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Los alumnos realizarán actividades individuales y en equipo, en donde identificarán y analizarán las corrientes filosóficas en la ciencia, el enfoque de la investigación y los elementos que constituyen el método científico; mediante la lectura de artículos científicos, elaboración de actividades durante el taller y la defensa expositiva de un artículo científico. Se sugieren estrategias de aprendizaje como investigación documental, resumen, mapa conceptual, fichas bibliográficas, cuadros comparativos y descriptivos, trabajo colaborativo, entre otras.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Evaluaciones parciales .....	20%
- Tareas .....	20%
- Prácticas de Taller .....	20%
- Participación en clase (activa) .....	10%
- Presentación y argumentación de una investigación ...	30%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Baena, G. (2017). <i>Metodología de la investigación</i>. México: Grupo Editorial Patria.</p> <p>Blasco, J. E. y Pérez J. A. (2007). <i>Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes</i>. Alicante, España: Club Universitario. [clásica].</p> <p>Ferreyro, A. y Longhi, A. L. (2014). <i>Metodología de La investigación</i>. Córdoba, Argentina: Brujas</p> <p>Heinemann, K. (2003). <i>Introducción a la metodología de la investigación empírica: en las ciencias del deporte</i>. Barcelona, España: Paidotribo.</p> <p>Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M.P. (2014). <i>Metodología de la investigación</i>. 6ta. ed. México: McGrawHill.</p> <p>Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. P. (2018). <i>Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta</i>. México: McGrawHill.</p> <p>Kitcher, P. &amp; Barker, G. (2013). <i>Philosophy of Science: A New Introduction (Fundamentals of Philosophy Series)</i>. USA: Oxford University Press.</p> <p>Martínez, L. (2016). <i>Cómo buscar y usar información científica. Guía para estudiantes universitarios</i>. Santander, España: Universidad de Cantabria.</p> <p>Michelle, A., Vaughan, N., Suárez, E., Pérez, M. M., y Romero, M. A. (2020). <i>Manual de citas y referencias bibliográficas: Latino, APA, Chicago, IEEE, MLA Vancouver</i>. Perú: Ediciones Uniandes-Universidad de los Andes.</p> <p>Ortiz, F. (2016). <i>Diccionario de metodología de la investigación científica</i>. 4a ed. México: Limusa.</p> <p>Pollock, A. V., Evans, M. E., Wiggin, N. J. B. &amp; Balch, C. M. (1991). Writing your first scientific paper. In: Troidl H. et al. (eds) <i>Principles and practice of research</i>. New York, NY: Springer. DOI: <a href="https://doi.org/10.1007/978-1-4684-0371-8_44">https://doi.org/10.1007/978-1-4684-0371-8_44</a> [clásica].</p>	<p>Cañón-Montañez, W. (2011). El método científico en las ciencias de la salud. <i>Revista Cuidarte</i>, 2(1). DOI: <a href="https://doi.org/10.15649/cuidarte.v2i1.43">https://doi.org/10.15649/cuidarte.v2i1.43</a>.</p> <p>Castañer, M., Camerino, O. y Anguera, M. T. (2013). Métodos mixtos en la investigación de las ciencias de la actividad física y el deporte. <i>Apunts. Educació Física i Esports</i>, 112(2). 31-36. [Clásica]</p> <p>Machín, R. (2012). <i>Los paradigmas en Educación Física desde un supuesto práctico</i>. Recuperado de: <a href="http://www.efdeportes.com/efd168/los-paradigmas-en-educacion-fisica.htm">http://www.efdeportes.com/efd168/los-paradigmas-en-educacion-fisica.htm</a></p>

Solís S. C. (1998). *Alta tensión: historia, filosofía, y sociología de la ciencia: ensayos en memoria de Thomas Kuhn*. Barcelona, España: Paidós. [clásica].

## X. PERFIL DEL DOCENTE

Licenciado en áreas de Deportes, Ciencias Naturales, Ciencias Sociales o afines, de preferencia con estudios de posgrado. Con experiencia profesional en investigación y publicación científica con dos años de experiencia en docencia universitaria. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Didáctica de Deportes de Combate
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 04 HCL: 00 HE: 01 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Alfonso Parra Meza  
María Concepción Hernández Moncada  
Raúl Martín Franco Cruz  
Hugo Hector Diaz Castro  
Carlos Belman Rodríguez

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

El propósito de esta asignatura es que el estudiante comprenda el mejoramiento de la metodología de la enseñanza de las técnicas propias de los deportes de combate, contemplando una sistematización lógica de la biomecánica de las técnicas mediadas por sus procedimientos.

Esta asignatura pertenece a la etapa disciplinaria con carácter obligatoria y abona al área de conocimiento Técnico-Deportiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Aplicar la metodología de enseñanza-aprendizaje de las principales técnicas de los deportes de combate, por medio de procedimientos específicos, para lograr el desarrollo de habilidades en poblaciones específicas, con responsabilidad, honestidad y respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Desarrollar un programa técnico por semanas diseñado para principiantes, intermedios o avanzados el cual debe integrar: los aspectos de secuencia lógica motriz.

Así como un video que muestre las fases de explicación, demostración, ejecución y corrección, de un deporte de combate.



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Generalidades de los deportes de Combate.**

**Competencia:**

Identificar las generalidades de los deportes de apreciación, a través de la revisión de las características conceptuales de cada disciplina deportiva, para distinguir las particularidades de cada uno y desarrollarlo en la práctica, con actitud reflexiva, crítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración: 2 horas**

- 1.1. Descripción de los deportes de combate
  - 1.1.1 Conceptos de arte marcial
  - 1.1.2 Concepto de deporte de combate
- 1.2. Clasificación de los Deportes de Combate
  - 1.2.1 Deportes de combate con armas
  - 1.2.2 Deportes de combate sin armas
  - 1.2.3 Similitud de los deportes de combate sin armas

## UNIDAD II. Boxeo

### Competencia:

Demostrar la correcta ejecución de las técnicas fundamentales de boxeo, mediante realización de ejercicios metodológicamente estructurados, para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 2.1. Vendaje
  - 2.1.1 vendaje de entrenamiento
  - 2.1.2 vendaje competitivo
- 2.2. Fundamentos de las técnicas de boxeo
  - 2.2.1 parada de combate
  - 2.2.2 Desplazamientos
  - 2.2.3 golpes fundamentales y defensas
  - 2.2.4 contragolpes

## UNIDAD III. Taekwondo

### Competencia:

Demostrar la correcta ejecución de las técnicas fundamentales de taekwondo, mediante realización de ejercicios metodológicamente estructurados, para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

#### 3.1. Ofensiva

- 3.1.1 Posición de Combate
- 3.1.2 Desplazamientos ofensivos
- 3.1.3 Patada
- 3.1.4 Giros
- 3.1.5 Saltos
- 3.1.6 Combinaciones

#### 3.2. Defensiva

- 3.2.1 Desplazamientos defensivos
- 3.2.2 Bloqueos con brazo
- 3.2.3 Bloqueos con Pierna
- 3.2.4 Contraataque

## UNIDAD IV. Karate.

### Competencia:

Demostrar la correcta ejecución de las técnicas fundamentales de karate, mediante realización de ejercicios metodológicamente estructurados, para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje, con actitud proactiva, responsabilidad y respeto

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 4.1. Fundamentos.
  - 4.1.1 Posiciones de pies. Posturas clásicas, desplazamientos
  - 4.1.2. Coordinación de brazos, preparativos para golpes y/o defensas.
- 4.2 Ofensivos.
  - 4.2.1 Golpes de Frente (estocada y golpe contrario )
  - 4.2.2 Pateos básicos (de frente, de lado, hacia atrás).
  - 4.2.3 Derribes
- 4.3. Defensiva
  - 4.3.1 Desplazamientos defensivos
  - 4.3.2 Defensa alta, media, baja.
  - 4.3.3 Contraataques

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>	<b>Boxeo</b>			
1	<b>vendaje de entrenamiento y competitivo</b> (Masc.y Feme.)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar el vendaje de entrenamiento en el mismo.</li> <li>2. realiza el vendaje de entrenamiento en un companero</li> <li>3. Atiende las orientaciones del profesor para realizar el vendaje de competencia en el mismo.</li> <li>4. realiza el vendaje de competencia en un companero</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 vendas elásticas del número 5</li> <li>- gimnasio</li> <li>- ring de boxeo</li> </ul>	4 horas
2	<b>Parada de combate y desplazamientos</b> (Masc.y Feme.)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar de manera correcta la parada de combate</li> <li>2. realiza la parada de combate y observa la de sus compañeros</li> <li>3. Atiende las orientaciones del profesor para realizar los distintos desplazamientos</li> <li>4. realiza los distintos desplazamientos y observa a sus compañeros realizarlos</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ropa deportiva cómoda</li> <li>- vendas del número 5</li> <li>- botella con agua</li> <li>- toalla</li> <li>- gimnasio</li> <li>- ring de boxeo</li> </ul>	8 horas

3	<b>Golpes fundamentales, defensas, y contragolpes</b> (Masc.y Feme.)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar de manera correcta los golpes rectos y su defensa</li> <li>2. realiza los golpes rectos en su lugar y con desplazamiento así como la defensa de estos con un compañero</li> <li>3. Atiende las orientaciones del profesor para realizar los golpes curvos y su defensa</li> <li>4. realiza los golpes curvos al cuerpo y a la cara en su lugar y con desplazamientos así como su respectiva defensa con un compañero</li> <li>5. Atiende las orientaciones del profesor para realizar los distintos tipos de contragolpe ante diferentes ejecuciones técnicas</li> <li>6. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>7. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ropa deportiva cómoda</li> <li>- vendas del número 5</li> <li>- botella con agua</li> <li>- toalla</li> <li>- guantes de boxeo</li> <li>- gimnasio</li> <li>- ring de boxeo</li> </ul>	12 horas
<b>UNIDAD III</b>	<b>Taekwondo</b>			
4	<b>Ofensiva de Taekwondo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de aspectos ofensivos del taekwondo.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Gimnasio</li> <li>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</li> </ul>	10 horas

		6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.		
5	<b>Defensiva de Taekwondo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de aspectos defensivos del taekwondo.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica.</li> </ol>	-Gimnasio -Ropa deportiva apropiada al deporte.	10 horas
<b>UNIDAD IV</b>	<b>Karate Do</b>			
6	<p><b>Posiciones de pies. Postura de frente, desplazamientos al frente y hacia atrás.</b></p> <p><b>Coordinación de brazos, preparativos para golpes y/o defensas.</b></p> <p><b>Golpe de Frente (de estocada)</b></p> <p><b>Golpe contrario a pierna adelantada.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de las técnicas a desarrollar.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	-Piso o área acondicionada con superficie plana -Ropa deportiva apropiada al deporte.	4 horas
7	<b>Golpes a nivel alto (cara), media (pecho), baja (abdomen).</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de las técnicas a desarrollar.</li> </ol>	-Piso o área acondicionada con superficie plana -Ropa deportiva apropiada al deporte.	4 horas

	<p><b>Combinación de golpes con desplazamientos</b></p> <p><b>Práctica de altura de rodilla para pateos.</b></p> <p><b>Coordinación de giro de pie de apoyo en pateos semi redondos o de lado.</b></p> <p><b>Pateos básicos (de frente, semiredonda, de lado, hacia atrás).</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>		
8	<p><b>Derribes. trabajo de piso en rodadas.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de las técnicas a desarrollar.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>-Piso o área acondicionada con superficie plana</p> <p>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</p>	4 horas
9	<p><b>Desplazamientos defensivos</b></p> <p><b>Defensa alta, media, baja.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de las técnicas a desarrollar.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> </ol>	<p>-Piso o área acondicionada con superficie plana</p> <p>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</p>	4 horas



		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>		
10	<b>Contraataques</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para realizar la práctica de las técnicas a desarrollar.</li> <li>2. Se inicia con el calentamiento general y/o específico.</li> <li>3. Realiza la introducción a la técnica a través de la metodología de la enseñanza.</li> <li>4. Participa activamente en la ejecución de los fundamentos.</li> <li>5. Analiza el desarrollo de la práctica.</li> <li>6. Se retroalimenta sobre el aprendizaje de la práctica</li> </ol>	<p>-Piso o área acondicionada con superficie plana</p> <p>-Ropa deportiva apropiada al deporte.</p>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente las metodologías de Didáctica de Deportes de apreciación, así como orientar el desarrollo de las prácticas.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Los alumnos deben trabajar de manera individual y colaborativa, aplicando sus conocimientos en la participación efectiva en las prácticas y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Participación y trabajos en clase.....10%
- Exámenes por unidad..... 20%
- Prácticas.....40%
- Evidencias de aprendizaje .....30%  
(video y programa técnico)
- Total..... 100%**

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

- Blower, G. (2008). Entrenamiento de las técnicas del boxeo: técnicas básicas y avanzadas, preparación física, peso y nutrición. Ediciones Tutor.
- Degtiariov, I. P., & Degtiariov, J. (1996). Boxeo. LIB DEPORTIVAS ESTEBAN SANZ.
- Kahrović, I., Jovanović, S., Murić, B., Radenković, O., Milić, V., Mujanović, R., & Bejtić, S. (2018). Motor skills as predictors of competitors' selection in karate. *Fizička kultura*, 72(1), 49-56.
- Lachica, A., & Werner, D. (2007). *Boxing's Ten Commandments: Essential Training for the Sweet Science*. Tracks Publishing.
- Lee, K. M. (2001). *Taekwondo Kyorugi. La competición*. Editorial HISPANO EUROPEA.
- Lee, K. M. (2000). *Taekwondo dinámico*. Editorial Hispano europea.
- Lee, S. M., & Ricke, G. (2005). *Official taekwondo training manual*. Sterling Publishing Company, Inc
- Üzüm, H. (2018). Athletes' Perception of Coaches' Behavior and Skills About Their Sport. *Journal of Education and Training Studies*, 6(5), 28-33.

### Complementarias

- Collins, D. R., & Hodges, P. B. (2001). *A comprehensive guide to sports skills tests and measurement*. Scarecrow Press.
- Nitsch, J. R. (2002). *Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario*. Editorial Paidotribo.

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Didáctica de Deportes de Combate debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 2 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos en el área de entrenamiento en deportes de combate. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Evaluaciones de Campo de los Deportes
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Aaron Cruz Viramontes  
Ermilo Cantón Martínez  
Carlos Borbón Román

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la unidad de aprendizaje Evaluaciones de Campo de los Deportes es determinar las evaluaciones físicas específicas a utilizar para la identificación del estado físico actual en la población.

Su utilidad radica en la observación, medición y análisis de los resultados de las evaluaciones, mediante la correcta aplicación y discriminación de los protocolos de valoración. Utilizando los materiales, equipos y métodos de evaluación requeridos en las pruebas de campo, con características fiables, confiables y de validez.

Se imparte en la etapa disciplinaria con carácter obligatorio y pertenece al área de conocimiento Técnico-Deportiva

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar las diferentes pruebas de campo, mediante la práctica de pruebas de aptitud física, para determinar las baterías a utilizar específicas a la población, con actitud analítica y reflexiva.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora el análisis de una población específica aplicando una batería de Pruebas, el cual debe integrar análisis del deporte, características de la población, objetivo, conclusión y referencias bibliográficas.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Introducción de las Pruebas de Aptitud Física**

**Competencia:**

Diferenciar las pruebas de aptitud física, mediante la identificación de sus criterios de calidad y clasificación, para seleccionar los test adecuados al tipo de población, con actitud sistemática y objetiva.

**Contenido:**

**Duración:** 3 horas

- 1.1 Criterios de calidad de los test de aptitud física.
  - 1.1.1 Consideraciones preliminares, control del test, aplicación y medición.
  - 1.1.2 Objetividad de los test
  - 1.1.3 Fiabilidad del test.
  - 1.1.4 Validez de pruebas.
  - 1.1.5 Justificación de pruebas a aplicar.
  - 1.1.6 Análisis e Interpretación de resultados.
- 1.2 Clasificación de los Test.
  - 1.2.1 Test Funcionales.
  - 1.2.2 Test Físicos.
  - 1.3.3 Test Técnicos.
  - 1.3.4 Batería de Pruebas.



## UNIDAD II. Test de Resistencia Aeróbica

### Competencia:

Evaluar la capacidad de resistencia aeróbica considerando la aptitud física de la población discriminando el tipo de prueba que se aplicará, utilizando la metodología adecuada con los medios básicos para la medición de campo, análisis y el control de la capacidad de resistencia, para una posterior prescripción de actividad física basada en la interpretación de los resultados obtenidos, con actitud objetiva, responsabilidad e integridad.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 2.1 Evaluación de la Resistencia.
  - 2.1.1 Consideraciones preliminares.
  - 2.1.2 consideraciones preliminares en test cardiovasculares.
- 2.2 Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Resistencia.
  - 2.2.1 Test de Cooper.
  - 2.2.2 Test George Fisher.
  - 2.2.3 Test Course Navette o Luc Legger.
  - 2.2.4 Test Carrera a Tiempo (15-20-25-30 minutos).
  - 2.2.5 Test Conconi.
  - 2.2.6 Test Traffene.
  - 2.2.7 Test Harvard y Test Ruffier.

## UNIDAD III. Test de Fuerza

### Competencia:

Evaluar la fuerza muscular considerando la aptitud física de la población discriminando el tipo de prueba que se aplicará, utilizando la metodología adecuada con los medios básicos para la medición de campo, análisis y el control de la capacidad de fuerza, para una posterior prescripción de actividad física basada en la interpretación de los resultados obtenidos, con actitud objetiva, responsabilidad e integridad.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 3.1 Evaluación de la Fuerza.
  - 3.1.1 Consideraciones preliminares.
  - 3.1.2 Edades tempranas y su consideración en los test.
- 3.2 Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Fuerza.
  - 3.2.1 Test de abakalov.
  - 3.2.2 Test salto vertical.
  - 3.2.3 Test salto horizontal.
  - 3.2.4 Test lanzamientos tren superior.
  - 3.2.5 Test de fuerza zona media.
  - 3.2.6 Test 1 RM.
  - 3.2.7 Test 2,3,4,5,6,7,8 RM.
  - 3.2.8 Test fuerza tren superior.

## UNIDAD IV. Test de Velocidad

### Competencia:

Evaluar la capacidad de velocidad considerando la aptitud física de la población discriminando el tipo de prueba que se aplicará, utilizando la metodología adecuada con los medios básicos para la medición de campo, análisis y el control de la capacidad de velocidad, para una posterior prescripción de actividad física basada en la interpretación de los resultados obtenidos, con actitud objetiva, responsabilidad e integridad.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 4.1 Evaluación de la Velocidad.
  - 4.1.1 Consideraciones preliminares.
  - 4.1.2 Aceleración, máxima velocidad, resistencia a la velocidad.
- 4.2 Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Velocidad.
  - 4.3 Test 10 x 5mts.
  - 4.4 Test sprint a 20-30mts.
  - 4.5 Test sprint 20-30mts salida lanzada.
  - 4.6 Test skipping.
  - 4.7 Test Velocidad Reacción Litwin.
  - 4.8 Taping Test.
  - 4.9 Test Kosmin y Ovchinnikov.
    - 4.2.1 Test 20 x 20mts.
    - 4.2.2 Test consumo a 400mts.
    - 4.2.3 Test Burpee.

## UNIDAD V. Test de Flexibilidad

### Competencia:

Evaluar la capacidad de flexibilidad considerando la aptitud física de la población discriminando el tipo de prueba que se aplicará, utilizando la metodología adecuada con los medios básicos para la medición de campo, análisis y el control de la capacidad de flexibilidad, para una posterior prescripción de actividad física basada en la interpretación de los resultados obtenidos, con actitud objetiva, responsabilidad e integridad.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

#### 5.1 Evaluación de la Flexibilidad.

5.1.1 Consideraciones preliminares.

5.1.2 Método activo, pasivo y cinético.

#### 5.2 Pruebas de aptitud física para la evaluación de la Flexibilidad.

5.2.1 Sit and reach test.

5.2.2 Flexión de tronco en banco.

5.2.3 test hiperextensión dorsal.

5.2.4 Test Spagat lateral.

5.2.5 Test flexión de tobillo.

5.2.6 Test flexibilidad tren superior.

## UNIDAD VI. Test de Capacidades Coordinativas

### **Competencia:**

Evaluar y analizar las capacidades coordinativas considerando la aptitud física de la población discriminando el tipo de prueba que se aplicará, utilizando la metodología adecuada con los medios básicos para la medición de campo, análisis y el control de las capacidades coordinativas, para una posterior prescripción de actividad física basada en la interpretación de los resultados obtenidos, con actitud objetiva, responsabilidad e integridad.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

#### 6.1 Evaluación de las cualidades físicas complementarias.

- 6.1.1 Test de agilidad.
- 6.1.2 Test de coordinación.
- 6.1.3 Test de equilibrio.
- 6.1.4 Test técnico deportivos.

## UNIDAD VII. Baterías de Evaluación Específicas

### **Competencia:**

Evaluar y analizar la aptitud física de la población mediante la correcta utilización de Baterías de evaluación específicas, utilizando la metodología adecuada con los medios básicos para la medición de campo, análisis y el control, para una posterior prescripción de actividad física basada en la interpretación de los resultados obtenidos, con actitud objetiva, responsabilidad e integridad.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 7.1 Baterías de Evaluación en el Ámbito no deportivo
  - 7.1.1 Senior Fitness Test
  - 7.1.2 EUROFIT.
- 7.2 Batería de Evaluación en el ámbito del deporte
  - 7.2.1 Deportes de combate.
  - 7.2.2 Deportes de tiempo y marca.
  - 7.2.3 Deportes de conjunto.
  - 7.2.4 Deportes de apreciación.
- 7.3 Batería en relación al plan de entrenamiento deportivo
  - 7.3.1 Etapa General.
  - 7.3.2 Etapa Especial.
  - 7.3.3 Etapa Competitiva.
  - 7.3.4 Etapa transitoria.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	Introducción de pruebas y equipo de medición deportiva	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza los instrumentos y materiales de medición</li> <li>2. Identifica sus características y formas su uso del equipo.</li> <li>3. Selecciona adecuadamente el instrumento para cada prueba, con actitud objetiva y responsable</li> <li>4. Recibe retroalimentación por parte del docente</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plicómetros.</li> <li>• Báscula.</li> <li>• Cinta métrica.</li> <li>• Body fat monitor.</li> <li>• Carro metabólico.</li> <li>• Espirómetro.</li> <li>• Electrocardiógrafo.</li> <li>• Pulsómetro.</li> <li>• Tests de evaluación.</li> <li>• Lactómetro.</li> <li>• Miógrafo.</li> <li>• Dinamómetro.</li> <li>• Lactómetro.</li> </ul>	1 hora
2	<i>Aparato cardiovascular y regulación</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza la función cardiovascular en la actividad física, a través del desarrollo de una actividad física.</li> <li>2. Mide la tensión arterial, consumo de oxígeno y la autorregulación, con actitud objetiva y responsable.</li> <li>3. Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espirómetro.</li> <li>• Pulsómetro.</li> <li>• Lactómetro.</li> <li>• Escala de percepción del esfuerzo de Borg.</li> <li>• Baumanómetro.</li> </ul>	1 hora
3	<i>Autorregulación del sistema cardiovascular por efecto del</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desarrolla pruebas físicas</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pulsómetro</li> <li>• Báscula</li> </ul>	1 horas

	<b><i>ejercicio físico agudo</i></b>	<p>en zonas de esfuerzo aeróbico</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Mide el consumo máximo de oxígeno de forma indirecta y la dinámica del oxígeno durante el trabajo físico. Con relación gasto cardíaco.</li> <li>Desarrolla las fórmulas para la obtención del consumo máximo de oxígeno.</li> <li>Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cinta métrica, lactómetro y tiras reactivas</li> <li>Glucómetro y tiras reactivas</li> <li>Cronómetro</li> <li>Bancos Daneses graduados</li> <li>Metrónomo</li> <li>Bocina</li> <li>Acelerómetro</li> <li>Conos de plástico</li> <li>Espirómetro</li> <li>Baumanómetro</li> <li>Escala de percepción del esfuerzo de Borg</li> <li>Carro metabólico</li> </ul>	
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Valoración directa e indirecta del consumo máximo de oxígeno</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Desarrolla pruebas físicas en zonas de esfuerzo aeróbico</li> <li>Mide el consumo máximo de oxígeno de forma indirecta y la dinámica del oxígeno durante el trabajo físico. Con relación gasto cardíaco.</li> <li>Desarrolla las fórmulas para la obtención del consumo máximo de oxígeno.</li> <li>Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulsómetro</li> <li>Báscula</li> <li>Cinta métrica, lactómetro y tiras reactivas</li> <li>Glucómetro y tiras reactivas</li> <li>Cronómetro</li> <li>Bancos Daneses graduados</li> <li>Metrónomo</li> <li>Bocina</li> <li>Acelerómetro</li> <li>Conos de plástico</li> <li>Espirómetro</li> <li>Baumanómetro</li> <li>Escala de percepción del esfuerzo de Borg</li> <li>Carro metabólico</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD III</b>				



5	<p><b>Valoración indirecta y directa de la potencia en salto por medio de test de Bosco.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Test de abakalov.</li> <li>• Test salto vertical.</li> <li>• Test salto horizontal.</li> <li>• Test de CMJ.</li> <li>• Test de Drop Jump</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las cualidades de los sujetos de estudio.</li> <li>2. Desarrolla pruebas físicas aplicando el test de Bosco, para medir la potencia en salto.</li> <li>3. De manera indirecta con estadimetro de pared y suelo.</li> <li>4. De manera directa con plataformas dinamométricas, acelerómetros y video análisis.</li> <li>5. Analiza los resultados de las pruebas arrojadas.</li> <li>6. Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estadimetro de pared y suelo. Tandem Sport vertical Jump.</li> <li>• Alfombra de contacto. Axon Jump.</li> <li>• Plataformas dinamométricas.</li> <li>• Acelerómetros IMUS, Push Band, Encoder lineal.</li> <li>• Ipad con aplicaciones vídeo análisis. App My jump.</li> </ul>	3 horas
6	<p><b>Valoración indirecta y directa de la Fuerza Máxima</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Test 1 RM. Fórmulas de aproximación. Gorostiaga y Bryzki.</li> <li>• Test de 1RM con acelerómetros y vídeo análisis.</li> <li>• Test 1 RM Directo</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las cualidades de los sujetos de estudio.</li> <li>2. Desarrolla las fórmulas para la obtención de la fuerza máxima teórica de Gorostiaga y Bryzki.</li> <li>3. De manera directa aplicar un protocolo para obtener la 1RM.</li> <li>4. Utiliza acelerómetros y Video análisis para obtener la 1RM por medio de Velocidad de Ejecución.</li> <li>5. Analiza los resultados de las pruebas arrojadas.</li> <li>6. Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gimnasio de pesas.</li> <li>• Plantillas en Excel.</li> <li>• Acelerómetros IMUS, PUSH BAND, encoder lineal.</li> <li>• Ipad con aplicación de vídeo análisis. App My Lift.</li> </ul>	3 horas

UNIDAD IV				
7	<b>Valoración de la capacidad física velocidad.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Test 10 x 5 mts.</li> <li>• Test sprint 20-30 mts.</li> <li>• Test sprint 20-30 mts salida lanzada.</li> <li>• Test skipping.</li> <li>• Test Velocidad Reacción Litwin.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las cualidades de los sujetos de estudio.</li> <li>2. Desarrolla la aplicación de las pruebas de aptitud física para determinar la velocidad.</li> <li>3. Establece el procedimiento más correcto para el deporte que se va a evaluar.</li> <li>4. Analiza los resultados de las pruebas arrojadas.</li> <li>5. Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cronómetro.</li> <li>• Acelerómetro IMUS.</li> <li>• Cronómetro de Fococélulas.</li> <li>• Photofinish.</li> <li>• Pista de atletismo.</li> <li>• Conos.</li> <li>• Mesa y lona para Tapping de manos y piernas</li> </ul>	2.5 horas
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tapping Test. Para manos y pies.</li> <li>• Test Kosmin y Ovchinnikov.</li> <li>• Test consumo a 400 mts</li> <li>• Test Burpee.</li> <li>• Test 20 x 20 mts.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las cualidades de los sujetos de estudio.</li> <li>2. Desarrolla la aplicación de las pruebas de aptitud física para determinar la velocidad.</li> <li>3. Establece el procedimiento más correcto para el deporte que se va a evaluar.</li> <li>4. Analiza los resultados de las pruebas arrojadas.</li> <li>5. Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cronómetro.</li> <li>• Acelerómetro IMUS.</li> <li>• Cronómetro de Fococélulas.</li> <li>• Photofinish.</li> <li>• Pista de atletismo.</li> <li>• Conos.</li> <li>• Mesa y lona para Tapping de manos y piernas</li> </ul>	2.5 horas
UNIDAD V				
9	<b>Evaluación de la Flexibilidad, a través de pruebas de aptitud física.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las cualidades y consideraciones preliminares de los sujetos</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cajón para flexibilidad (Sit and reach box).</li> <li>• Goniómetro.</li> </ul>	4 horas

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sit and reach test.</li> <li>• Flexión de tronco en banco.</li> <li>• test hiperextensión dorsal.</li> <li>• Test Spagat lateral.</li> <li>• Test flexión de tobillo.</li> <li>• Test flexibilidad tren superior.</li> </ul>	<p>de estudio.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Implementa las pruebas para evaluar el rango de movimiento de los sujetos de estudio.</li> <li>3. Analiza los resultados de las pruebas arrojadas.</li> <li>4. Recibe retroalimentación por parte del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cinta métrica metálica.</li> <li>• Ipad para utilizar video análisis con aplicación DorsiFlex. (autor Carlos Balsalobre).</li> </ul>	
<b>UNIDAD VI</b>				
10	<b>Evaluación de las cualidades físicas complementarias</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza las cualidades físicas de los sujetos</li> <li>2. valora las capacidades físicas coordinativas mediante pruebas de campo con validez.</li> <li>3. Recibe retroalimentación por parte del docente</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Báscula</li> <li>• Cinta métrica</li> <li>• Conos</li> <li>• Cronómetro</li> <li>• Bancos antropométricos</li> <li>• Acelerómetros</li> <li>• Plataforma dinamométrica</li> <li>• Ipad con kit de aplicaciones de análisis y edición de video</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD VII</b>				
11	<b>Baterías de Evaluación Específicas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza la función cardiovascular y funcionalidad en distintas poblaciones, a través valoraciones de campo en el ámbito de la actividad física.</li> <li>2. Mide la tensión arterial, consumo de oxígeno y la autorregulación, con actitud objetiva y responsable</li> <li>3. Valora la composición</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pulsómetro</li> <li>• Báscula</li> <li>• Cinta métrica, lactómetro y tiras reactivas</li> <li>• Glucómetro y tiras reactivas</li> <li>• Cronómetro</li> <li>• Bancos antropométricos</li> <li>• Plicómetros</li> <li>• Osteometros</li> <li>• Cintas antropométricas</li> <li>• Metrónomo</li> <li>• Bocina</li> </ul>	4 horas

		<p>corporal mediante la técnica de valoración antropométrica ISAK.</p> <p>4. Recibe retroalimentación por parte del docente</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oxímetro</li> <li>• Conos de plástico</li> <li>• Espirómetro</li> <li>• Baumanómetro</li> <li>• Acelerómetros</li> <li>• Plataforma dinamométrica movible.</li> <li>• Escala de percepción del esfuerzo de Borg</li> <li>• Mancuernas 3,5,8 libras</li> <li>• Ipad con kit de aplicaciones de análisis y edición de video</li> <li>• Carro metabólico</li> </ul>	
--	--	---	---	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

El docente funge como guía- facilitador del aprendizaje, conduce la parte teórica del curso y práctica, dejando desarrollo de tareas prácticas en problemáticas específicas al alumno, se promueven estrategias de enseñanza para la facilitación del aprendizaje de los contenidos de las unidades temáticas y del desarrollo de las prácticas, por ejemplo: Estudio de caso, método de proyectos, aprendizaje basado en problemas, técnica expositiva, debates, ejercicios prácticos, foros, entre otras.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

El alumno participa activamente en la realización de: lecturas, búsqueda de información sobre pruebas y/o evaluaciones de la actividad física y el deporte, utiliza el análisis de estudio de casos con relación a problemáticas de la actividad física y den una solución innovadora o creativa a un proceso de evaluación.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

#### **Criterios de evaluación**

- 3 evaluaciones parciales..... 40%
- Prácticas de campo..... 30%
- Tareas..... 10%
- Análisis de una población específica aplicando una batería de pruebas..... 20%
- Total.....100%**

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Martínez, E. J. (2002). <i>Pruebas de aptitud física</i>. España: Paidotribo. [clásica]</p> <p>Miller, T. (2016). <i>Guía de pruebas y evaluaciones de la NSCA</i>. Barcelona: Paidotribo</p> <p>Rikli, R. E., &amp; Jones, C. J. (2013). <i>Senior fitness test manual</i>. (2a ed.). Estados Unidos: Human kinetics. [clásica]</p> <p>Sharma, J. (2015). <i>Complete test and measurement in physical education</i>. Horizon Books</p> <p>Tanner, R., &amp; Gore, C. (2012). <i>Physiological tests for elite athletes</i>. (2a ed.). Estados Unidos: Human kinetics. [clásica]</p> <p>Winter, E. M., Jones, A. M., Davison, R. R., Bromley, P. D., &amp; Mercer, T. H. (Eds.). (2006). <i>Sport and Exercise Physiology Testing Guidelines: Volume I–Sport Testing: The British Association of Sport and Exercise Sciences Guide</i>. London: Routledge. [clásica]</p>	<p>Bompa, T. O. (2016). <i>Periodización. Teoría y metodología del entrenamiento</i>. Barcelona, España: Hispano Europea</p> <p>Bompa, T. O., &amp; Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. (4a ed.). España: Paidotribo.</p> <p>Carmenate, L. M. (2014). <i>Manual de medidas antropométricas</i>. Costa Rica: Saltra / Iret-Una.[clásica]</p> <p>Jeffreys, I., y Moody, J. (Eds.). (2016). <i>Strength and conditioning for sports performance</i>. London: Routledge</p> <p>López, E. J. M., y Girela, D. L. (2003). Las pruebas de aptitud física en la evaluación de la Educación física de la ESO. <i>Apunts. Educación física y deportes</i>, 1(71), 61-77. Recuperado de <a href="https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/301362">https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/301362</a> [clásica]</p> <p>Mac, B. (2020). BrianMac Sport Coach. Reino Unido: Brian MAC Sport Coach. Recuperado de <a href="https://www.brianmac.co.uk/">https://www.brianmac.co.uk/</a></p> <p>Vargas, R. (2007). <i>Diccionario de teoría del entrenamiento deportivo</i>. México: UNAM. [clásica]</p> <p>Weineck, J. (2005). <i>Entrenamiento total</i>. Barcelona, España: Paidotribo. [clásica]</p>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Evaluaciones de Campo de los Deportes debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 2 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos en el área de evaluaciones física-campo. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud propositiva.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Administración y Gestión Deportiva
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Bases de la Administración

#### Equipo de diseño de PUA

Antonieta Burruel Riveramelo  
Enrique Rodríguez Díaz  
Nancy Castro Rodríguez  
Nohemí Castro Rodríguez  
Verónica Rivera Torres

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Esta asignatura dota al estudiante de los conocimientos teóricos y prácticos de la administración que lo apoyarán en la identificación de oportunidades dentro de la organización deportiva, gestión de recursos y toma de decisiones. Esta asignatura es de gran importancia, ya que dota al estudiante de habilidades de investigación, recopilación de datos para su análisis y ejecución atendiendo los criterios administrativos en beneficio de la organización.

Esta asignatura se ubica en la etapa disciplinaria con carácter obligatorio y pertenece al área de conocimiento de Administrativa. Tiene como requisito haber cursado y aprobado la asignatura Bases de la Administración.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Desarrollar el plan estratégico de una organización deportiva o actividad física, por medio de técnicas de análisis, diagnóstico y resolución de problemas de la administración, para identificar las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas, con actitud analítica, crítica, innovadora y responsabilidad social.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elaborar un análisis FODA que presente la planeación estratégica de una organización deportiva o de actividad física, donde se integren:

1. Planeación de la organización (Evidencia de programa de unidad de aprendizaje anterior).
2. El contexto operativo de la organización.
3. El diagnóstico situacional: fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas.

El plan estratégico deberá entregarse con una estructura documental impresa en el formato digital actualizada y la opción de exposición al grupo sobre el proyecto y la planeación estratégica de la empresa. Este deberá contar con portada, tabla de contenidos, introducción, plan, conclusión y referencias bibliografía en formato APA, de acuerdo con la estructura homologada que proponga la unidad académica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. La gestión y el gestor deportivo**

**Competencia:**

Analizar los conceptos básicos de gestión deportiva, mediante el marco de referencia de la administración, para identificar las áreas de oportunidad en organizaciones deportivas, con actitud crítica y compromiso social.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1 Conceptos básicos.
  - 1.1.1 Definición de Gestor Deportivo.
  - 1.1.2 Definición de Gestión Deportiva.
  - 1.1.3 Definición de Dirección.
  - 1.1.4 Definición de Servicio Público.
- 1.2 El trabajo directivo.
  - 1.2.1 Roles del Gestor Deportivo: interpersonales, informacionales y toma de decisiones.
  - 1.2.2 Tareas directivas esenciales.
  - 1.2.3 Características del trabajo directivo.
- 1.3 El Gestor Deportivo.
  - 1.3.1 Importancia de la figura del Gestor Deportivo.
  - 1.3.2 Perfil que debe tener un Gestor Deportivo.
  - 1.3.3 Funciones que debe desarrollar.
  - 1.3.4 Ámbitos de la gestión deportiva.

## UNIDAD II. Gestión del talento humano en las organizaciones deportivas

### Competencia:

Gestionar recurso humano, mediante análisis de funciones del gestor deportivo, el perfil, descripción de puestos y aplicación de las estrategias de comunicación, para el desarrollo de las funciones en la organización deportiva, con objetividad y honestidad.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 2.1 Gestión de Recursos Humanos.
  - 2.1.1 Selección de R.H en la organización deportiva.
  - 2.1.2 Motivación de los trabajadores de un centro deportivo.
  - 2.1.3 Delegación de funciones.
- 2.2 Aspectos para tomar en cuenta en la Gestión de Recursos Humanos.
  - 2.2.1 Diagnóstico de las características de los líderes.
  - 2.2.2 Estrategias de comunicación interna y comunicación eficaz.
  - 2.2.3 Principales características de un equipo de trabajo eficiente.
- 2.3 Funciones de planeación que desempeña el Gestor Deportivo.
  - 2.1.1 Diagnóstico del proceso de planificación.
  - 2.1.2 Planeación Estratégica, Táctica y Operacional.
  - 2.1.3 Elaboración e implementación de un plan de acción.
  - 2.1.4 Plan de Relaciones Públicas y contacto con los medios de comunicación.

## UNIDAD III. La planificación estratégica

### Competencia:

Diagnosticar el estado de una organización deportiva, mediante el análisis FODA, para entender el contexto operativo y elaborar un plan de acción estratégico, con actitud crítica, innovadora, colaborativa y honestidad.

### Contenido:

**Duración:** 14 horas

#### 3.2 Diagnóstico Estratégico o Análisis FODA.

##### 3.2.1 Proceso de Análisis FODA.

##### 3.2.2 Aspectos que determinan las Fortalezas.

##### 3.2.3 Aspectos que determinan las Oportunidades.

##### 3.2.4 Aspectos que determinan las Debilidades.

##### 3.2.5 Aspectos que determinan las Amenazas.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Perfil del gestor deportivo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del profesor para elaborar un perfil de gestor deportivo.</li> <li>2. Se organiza en equipos para revisar los elementos de un perfil del gestor deportivo.</li> <li>3. Construyen el perfil del gestor deportivo que integre: las cualidades, habilidades y competencias de acuerdo a las necesidades de una organización.</li> <li>4. Entrega al docente el perfil del gestor deportivo.</li> </ol> <p><b>Nota: el perfil debe estar basado en el proyecto realizado en la asignatura de Bases de la Administración.</b></p>	Computadora Internet Referencias	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Elaboración de perfiles y descripción de puestos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para elaborar perfiles y descripción de puestos.</li> <li>2. Se organiza en equipos para investigar y elaborar los perfiles y descripción de puestos.</li> <li>3. Basados en el proyecto de Bases de la administración, retomar el organigrama para definir el perfil y la</li> </ol>	Computadora Internet Referencias Formato de descripción de puesto	6 horas

		<p>descripción de puestos. Que integre las características del puesto experiencia laboral, grado académico, competencias a desempeñar, habilidades, actitudes y valores.</p>	
3	<b>Tabla de delegación de funciones</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para elaborar una tabla de delegación de funciones.</li> <li>2. Se organiza en equipos para investigar, para hacer lluvia de ideas en cuanto a su trabajo.</li> <li>3. Basados en el proyecto de Bases de la administración, elaboran una tabla de delegación de funciones, la cual debe incluir: quien delega, a quien se le delega, qué actividad se está delegando, si necesita algún material para llevar a cabo la actividad, fecha de asignación de actividad y cada cuanto debe realizarse, fechas y horas de entrega, la firma de quien supervisa que se haya llevado a cabo.</li> </ol>	4 horas
4	<b>Manual de comunicación y motivación interna</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atienden las indicaciones del docente para la elaboración del manual de comunicación y motivación interna.</li> </ol>	5 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Se organizan en equipos de trabajo.</li> <li>3. Basados en el proyecto de Bases de la administración, retomar el organigrama para definir el perfil y la descripción de puestos. Que integre las características del puesto: experiencia laboral, grado académico, competencias a desempeñar, habilidades, actitudes y valores.</li> </ol>		
5	<b>Características de un equipo de trabajo eficiente</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atienden las indicaciones del docente para la elaboración de un mapa conceptual de las características de un equipo de trabajo eficiente.</li> <li>2. Se organizan en equipos de trabajo.</li> <li>3. Basados en el proyecto de Bases de la administración, realizar un mapa conceptual en equipo, a forma de lluvia de ideas, para discutir cuáles serían las características que necesitan dentro de su equipo de trabajo.</li> </ol>	<p>Computadora Internet Referencia alguna plataforma como: coggleit, o algún otro que puedan los alumnos interactuar y construirlo.</p>	5 horas
<b>UNIDAD III</b>				
6	<b>Desarrollo de FODA</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atienden las indicaciones del docente para la elaboración del FODA de su empresa.</li> </ol>	<p>Computadora Internet Referencias</p>	8 horas



		<ol style="list-style-type: none"><li>2. Se organizan en equipos de trabajo.</li><li>3. Basados en el proyecto de Bases de la administración, analizar cada uno de los aspectos del FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas). Y construir entre todos cada uno de ellos, con el fin de que conozcan más sobre el desarrollo y construcción de su empresa a fondo, para desde aquí realizar los ajustes necesarios, en caso de necesitarlos.</li></ol>		
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

A través de técnicas expositivas abordará los contenidos teóricos y los procedimientos para la elaboración de perfiles y descripciones de puestos así como para el análisis FODA, brindarán documentos de consulta y análisis. El docente guiará y retroalimentará de manera constante los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Los alumnos deben resolver problemas, desarrollar la reflexión individual y trabajo colaborativo, aplicando sus conocimientos en la práctica para la realización de un análisis de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas aplicado a una empresa en el ámbito de la actividad física y deporte, además del análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

-Investigaciones, foros, reportes.....	30%
-Exposiciones y trabajo colaborativo.....	20%
-2 exámenes parciales.....	20%
-Proyecto final.....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Acosta, R. (2005). Gestión y administración de organizaciones deportivas. (1a. ed.) Barcelona: Paidotribo [Clásica]</p> <p>Gómez, A.; Mestre, J. (2005). La importancia del gestor deportivo en el municipio. (1a ed.). España: Ed. INDE [clásica]</p> <p>Cepeda, G.; Martelo, S. (2018). Administración y Gestión de organizaciones deportivas. (1a ed.). España: Ed. Pirámide.</p> <p>Chivu, D. (2019). Management Of Sports Organizations And Communication. (6) 201-206. Annals - Economy Series, Constantin Brancusi University, Faculty of Economics. Recuperado de <a href="https://ideas.repec.org/a/cbu/jrnlec/y2019v6p201-206.html">https://ideas.repec.org/a/cbu/jrnlec/y2019v6p201-206.html</a></p> <p>Diez, M.; Quesada, S. (2015). Dirección de centros deportivos. Principales funciones y habilidades del director deportivo. (2a ed.). España: Ed. Paidotribo</p> <p>Eksteen, E. (2014). Sport organisation and administration. (1st ed.) London, United Kingdom. Eksteen &amp; bookboon.com Ltd. Recuperado de <a href="http://lib.bvu.edu.vn/bitstream/TVDHBRVT/15827/1/Sport-Organisation-and-Administration.pdf">http://lib.bvu.edu.vn/bitstream/TVDHBRVT/15827/1/Sport-Organisation-and-Administration.pdf</a> [clásica]</p> <p>Saiyadain, M. S., &amp; Ali, S. H. (2017). Managing Organization. (1a ed.). Laxmi Publications Pvt Ltd. Recuperado de <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=e000xww&amp;AN=2196254&amp;lang=es&amp;site=eds-live&amp;ebv=EB&amp;ppid=pp_C">http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=e000xww&amp;AN=2196254&amp;lang=es&amp;site=eds-live&amp;ebv=EB&amp;ppid=pp_C</a></p>	<p>Acosta, R. (1999). Dirección, Gestión y administración de las organizaciones deportivas. (1a ed.). Barcelona, España: Editorial Paidotribo.</p> <p>Buffone-Blair, C., Jackson, R., Laville, C. et al. (2014). Manual de administración deportiva. Calgary, Canadá. Comité Olímpico Internacional.</p> <p>Burriel, P., Joan, C., Landaberea, J.A., Montes, V., Carretero, J. L., Blanco, E., Camps, A. (2019) Manual de la organización institucional del deporte. (2a. ed.). España: Editorial Paidotribo.</p> <p>Díaz, O. (2015). La administración en el Deporte. (1a. ed.). México. Editorial Paidotribo.</p> <p>París Roche, F. (2019). Planificación estratégica en las organizaciones deportivas. (4a. ed.). España: Editorial Paidotribo.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Administración y Gestión Deportiva debe contar con título de Licenciado en Administración de Empresas, preferentemente con estudio de posgrado en gestión deportiva o administración, con dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico, responsable y con capacidad de análisis, sentido de liderazgo y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Estadística Descriptiva
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Jorge Alberto Aburto Corona  
Juan Ramón Gallegos Ramírez  
Samuel Nicholas Rodríguez Lucas

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 29 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La unidad de aprendizaje de Estadística Descriptiva brinda los conocimientos para estudiar características y fenómenos sobre problemáticas de las ciencias del movimiento humano, a través de la recolección, descripción, el análisis e interpretación de los datos de las variables. Se encuentra en la etapa disciplinaria con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Social Humanista.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar los datos de las variables sobre fenómenos sociales, mediante el diseño y aplicación de estudios estadísticos descriptivos, para formular posibles soluciones en áreas de las ciencias del movimiento humano, con sentido crítico, responsable y honesto.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseño y aplicación de un tema de estudio cuantitativo que contemple:

- Temática, variable, población de estudio y el nivel de investigación estadística.
- Objetivos generales y específicos del estudio estadístico.
- Marco teórico y contextual del fenómeno tratado.
- Operacionalización de variables de estudio, dimensión y caracterización.
- Diseño de un instrumento de recolección.
- Metodología y pruebas estadísticas
- Procesamiento datos y análisis estadístico.
- Argumentación de resultados con estudios previos.
- Propuestas relevantes sobre el estudio
- Conclusiones
- Bibliografía (APA).

Exposición del tema sobre hallazgos mediante la exposición en coloquio de investigación o seminarios.

El estudio estadístico deberá entregarse con una estructura documental impresa en el formato digital actualizada y los documentos de exposición al grupo sobre el mismo. Este deberá contar con portada, la estructura señalada anteriormente, y atendiendo a la estructura homologada que proponga la unidad académica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Estadística**

**Competencia:**

Identificar los conceptos básicos de estadística, a través de la utilización de métodos estadísticos, para presentar los datos de una variable en forma tabular y gráfica, con actitud analítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Conceptos de Estadística
  - 1.1.1 Tipos de Variables
  - 1.1.2 Población y Muestra
  - 1.1.3 Estadístico y Parámetro
  - 1.1.4 Tipos de Muestreo
- 1.2 Distribución de Frecuencias
  - 1.2.1 Concepto de Frecuencia
  - 1.2.2 Frecuencia Absoluta, Relativa y Acumulada
  - 1.2.3 Datos Simples y Agrupados
- 1.3 Representación Gráfica.
  - 1.3.1 Tabla de Frecuencias
  - 1.3.2 Concepto de Gráfico
  - 1.3.3 Tipos de Gráficos.
  - 1.3.4 Características.



## UNIDAD II. Estadísticos descriptivos

### Competencia:

Sintetizar muestras con datos numéricos, a través del cálculo de medidas estadísticas básicas, para estimar un valor representativo relacionado con la posición relativa, central o de dispersión, con actitud analítica y objetiva.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 2.1 Medidas de tendencia central

- 2.1.1. Concepto de Media y propiedades
- 2.1.2. Concepto de Moda y propiedades
- 2.1.3. Concepto de Mediana y propiedades

#### 2.2 Medidas de variación

- 2.2.1. Concepto de Varianza
- 2.2.2. Propiedades de la Varianza
- 2.2.3. Concepto de Desviación estándar
- 2.2.4. Coeficiente de Variación.

#### 2.3 Medidas de posición relativa.

- 2.3.1. Percentiles, deciles, cuartiles Simples
- 2.3.2. Percentiles, deciles, cuartiles Agrupados
- 2.3.3. Diagrama de Caja

#### 2.4 Momentos

- 2.4.1. Asimetría
  - 2.4.1.1. Asimetría de Fisher
  - 2.4.1.2. Asimetría de Pearson
  - 2.4.1.3. Asimetría intercuartilica
- 2.4.2. Curtosis

#### 2.5. Probabilidad

- 2.5.1. Fundamentos de la probabilidad
- 2.5.2. Regla de suma y multiplicación
- 2.5.3. Teorema de Bayes
- 2.5.4. Distribución de probabilidad Binomial
- 2.5.5. Distribución de probabilidad de Poisson

## UNIDAD III. Estadística Inferencial

### Competencia:

Estimar parámetros de una muestra, a través métodos probabilísticos con distribución normal, para determinar la significancia estadística de los datos recopilados, con actitud analítica y perseverante.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 3.1. Distribución normal

- 3.1.1. Teoría de límite central.
- 3.1.2. Características de la distribución normal
- 3.1.3. Tipificación de la distribución normal
- 3.1.4. Significancia estadística

#### 3.2. Hipótesis

- 3.2.1. Concepto de Hipótesis
- 3.2.2. Elementos de la Hipótesis
- 3.2.3. Tipos de Error 1 y 2
- 3.2.2. Prueba Estadística T
- 3.2.2. Prueba Estadístico Z

#### 3.3. Estimadores estadísticos

- 3.2.1. Concepto de estimador y propiedades
- 3.2.2. Estimación de la Media y Mediana
- 3.2.3. Estimación de la proporción
- 3.2.4. Estimación del tamaño de la Muestra

## UNIDAD IV. Métodos estadísticos bivariados

### Competencia:

Analizar variables cuantitativas y cualitativas a través métodos estadísticos bivariados de datos paramétricos y no paramétricos, para establecer relaciones o contraste de hipótesis, con actitud reflexiva y crítica.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 4.1. Pruebas de normalidad
  - 4.1.1. Kruskal-Wallis
  - 4.1.2. Kolmogorov-Smirnov
- 4.2. Análisis de correlación
  - 4.2.1. Concepto de correlación
  - 4.2.2. Concepto Correlación paramétrica
  - 4.2.3. Concepto Correlación no paramétrica
- 4.3. Análisis estadísticos paramétricos y no paramétricos
  - 4.3.1. t-Student para muestras relacionadas
  - 4.3.2. t-Student para muestras independiente
  - 4.3.3. Chi<sup>2</sup>

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I				
1		<p><b>Elaboración de instrumento de recolección de datos.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar un cuadro operacional de variables sobre un tema específico y su variable de estudio.</li> <li>2. Abre el procesador de palabras y selecciona la plantilla anexa.</li> <li>3. Para el diseño del cuadro de variables de la plantilla de práctica, realiza una búsqueda del tema solicitado, apoyándose en bases de datos electrónicas.</li> <li>4. Analiza la variable estudiada, definición conceptual y operacional, sus dimensiones, indicadores de cada dimensión, cantidad de ítems a utilizar (al menos 3) para medir el indicador y las unidades de medida de cada ítem.</li> <li>5. Define una columna extra para el valor esperado, dependiendo del tipo de unidad de medida. Numérica o Categoría.</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Formularios de Google Plantilla Cuadro de Variables Procesador de Palabras Artículos electrónicos Base de Datos</p>	4 horas

		<p>6. Adapta el instrumento de recolección de datos, codificando cada ítem.</p> <p>7. Guarda y diseña la encuesta con Formularios de Google.</p>		
2		<p><b>Elaboración de tablas de distribución</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realiza una encuesta (anexo Plantilla instrumento de recolección)</li> <li>2. Abre la Herramienta SPSS</li> <li>3. Ir a la sección de <i>Vista de variables</i></li> <li>4. Define los nombres de las variables estadísticas recolectadas, especificando en cada columna el valor de acuerdo a su tipo de variable y dato solicitado .</li> <li>5. Describe la columna “Etiqueta” Nombre de cada variable o información relevante de medición.</li> <li>6. En las columnas valores y perdidos define la categorización en caso de tener preguntas cerradas, categorizadas.</li> <li>7. Define el tipo de medida de cada variable.</li> <li>8. Ir a la Sección <i>Vista de Datos</i></li> <li>9. Captura en cada columna, los valores recabados, de acuerdo a la codificación del instrumento.</li> <li>10. Ir al Menú Analizar  </li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Formularios de Google Plantilla Cuadro de Variables Procesador de Palabras Artículos electrónicos Base de Datos</p>	4 horas

		<p>Estadísticos descriptivos   Frecuencias.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Selecciona las variables que van a generar las tablas de frecuencia pasándolas a la sección de Variables.</li> <li>12. Acepta la selección y guardar archivos SPV y SAV.</li> <li>13. Entrega análisis de las distribuciones de cada variable.</li> </ol>		
3		<p><b>Selección de Gráficos Estadísticos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Abrir la Herramienta SPSS</li> <li>2. Abrir Documento de Plantilla de datos Encuesta Hábitos Saludables.</li> <li>3. Ir a la sección de <i>Vista de variables</i></li> <li>4. Identificar las variables a representar gráficamente.</li> <li>5. Ir a la Sección <i>Vista de Datos</i></li> <li>6. De acuerdo con los valores recolectados, definir cada el gráfico a presentar por cada variable de acuerdo a su tipo. Ordinal, Nominal o Escalar.</li> <li>7. Ir al Menú Analizar   Estadísticos descriptivos   Frecuencias.</li> <li>8. Seleccionar las variables que van a generar las tablas de frecuencia pasándolas a la sección</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Formularios de Google Plantilla Cuadro de Variables Procesador de Palabras Artículos electrónicos Base de Datos</p>	2 horas

		<p>de Variables.</p> <p>9. Aceptar la Selección, Guardar Archivos SPV y SAV.</p> <p>10. Entrega un análisis de las distribuciones de cada variable conforme a su gráfico, sustentando la elección del gráfico.</p>		
<b>UNIDAD II</b>				
4		<p><b>Determinar valores estadísticos descriptivos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con las encuesta (anexo Plantilla instrumento de recolección) de práctica 1</li> <li>2. Abre la Herramienta SPSS</li> <li>3. Ir a la sección de <i>Vista de variables</i></li> <li>4. Identifica las variables estadísticas recolectadas, que tienen medida Escala.</li> <li>5. Ir a la Vista de Datos y capturé la variable para cada ejercicio anterior de acuerdo a las características de cada variable.</li> <li>6. Una vez capturados, ir al menú Analizar en la opción “Estadísticos Descriptivos   Descriptivos”</li> <li>7. Pasa las variables a analizar sus Estadísticos, en la sección derecha.</li> <li>8. Da clic en el botón de Opciones</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>9. Selecciona las medidas solicitadas en la práctica.</li> <li>10. Da clic en el botón simular muestreo, Simple, 1000 muestras al 95% de confianza, aceptar los valores y ver el resultado en el Visor de resultados.</li> <li>11. Guarda los resultados, haz un análisis de los resultados obtenidos, siguiente los pasos de la práctica.</li> <li>12. Entrega reporte y análisis de los datos.</li> </ol>		
5		<p><b>Determinar medidas de posición relativa</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con los resultados de encuesta (anexo Plantilla instrumento de recolección) de práctica 1</li> <li>2. Abre la Herramienta SPSS</li> <li>3. Ir a la sección de <i>Vista de variables</i></li> <li>4. Identifica las variables estadísticas solicitadas en el documento de práctica.</li> <li>5. Una vez capturados, ir al menú Analizar en la opción “Estadísticos Descriptivos   Frecuencias”</li> <li>6. Pasa las variables solicitadas en el documento de práctica, a la sección derecha.</li> <li>7. Da clic en el botón de Estadísticos.</li> <li>8. Selecciona las medidas</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas



		<p>solicitadas en la práctica Q1, Q2, Q3 etc..</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>9. Dar clic en el botón continuar y posteriormente al botón Aceptar para iniciar el Visor de resultados.</li> <li>10. Ir a menú Gráficos, opción Generador de Gráficos.</li> <li>11. Selecciona en Galería, la opción Diagramas de Cajas, gráfico simple.</li> <li>12. Arrastra variable a Graficar al eje Y posteriormente clic en el botón Aceptar</li> <li>13. Repite pasos para cada variable a observar.</li> <li>14. Guarda los resultados, haz un análisis de los resultados obtenidos, siguiente los pasos de la práctica.</li> <li>15. Entrega reporte y análisis de los datos.</li> </ol>		
<b>UNIDAD III</b>				
6		<p><b>Representar la distribución de los datos en gráfico Histograma:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iniciar sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados, en el editor SPSS.</li> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Ir al menú principal del programa: Seleccionar Datos: Dividir archivo   Comparar el grupo (Con la variable Género)   Aceptar.</li> <li>5. Ir al menú principal del programa: Selecciona Gráficos   Cuadro de diálogos   Dar click Histograma .</li> <li>6. Identifica la variable a representar   Activar mostrar curva normal y aceptar.</li> <li>7. Identifica cuales son las puntuaciones de asimetría y curtosis: Ir al menú principal del programa: Seleccionar Analizar: Estadísticos Descriptivos   Frecuencia y Aceptar.</li> <li>8. Selecciona la variable utilizada   Estadísticos   Activar la distribución de asimetría y curtosis   Continuar   Desactivar tabla de frecuencias   Aceptar.</li> <li>9. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>10. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>11. Entrega la tabla y variables analizadas</li> </ol>		
7		<p>Contrastar hipótesis con respecto de <math>\mu</math>:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas

		<p>recolectados o investigados, en el editor SPSS.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>Ir al menú principal del programa: Seleccionar Analizar   Comparar medias   Prueba T para una muestra dar clic.</li> <li>En la ventana emergente, selecciona la variable de la prueba analizar   Asignar el valor de prueba   Aceptar.</li> <li>Resultados y tablas desplegadas en el visor.</li> <li>Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>		
8		<p><b>Calcular el intervalo de confianza:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>Digitaliza la base de datos recolectados o investigados, en el editor SPSS.</li> <li>Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>Ir al menú principal del programa: Seleccionar Datos: Segmentar archivo   Comparar los grupo (Con la</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas

		<p>variable nivel de actividad física)   Aceptar.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Ir al menú principal del programa: Seleccionar Analizar   Prueba T para una muestra dar clic.</li> <li>6. En la ventana emergente, el valor de la prueba dejar en cero, selecciona la variable de la prueba analizar   seleccionar Aceptar.</li> <li>7. Resultados y tablas desplegadas en el visor.</li> <li>8. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>9. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>10. Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>		
<b>UNIDAD IV</b>				
9		<p><b>Determinar el valor del efecto Kruskal-Wallis :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Iniciar sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados, en el editor SPSS.</li> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>4. Ir al menú principal del programa: Seleccionar Analizar   Pruebas no paramétricas(K muestras independientes, dar click).</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	1 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. En la ventana emergente; Selecciona la variable que se desea contrastar y la variable de agrupación.</li> <li>6. Define el rango en la segunda ventana, y cuál es el rango de la variable de agrupación  Continuar</li> <li>7. Marca la opción H de Kruskal Wallis para el tipo de prueba, después dar Aceptar.</li> <li>8. Resultados y tablas desplegadas en el visor.</li> <li>9. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>10. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>11. Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>		
10		<p><b>Determinar el valor del efecto Kolmogorov-Smirnov :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados, en el editor SPSS.</li> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>4. Ir al menú principal del programa: Seleccionar Analizar   Estadística Descriptiva   Explorar(Cuadro de diálogos pasar las variables a la lista dependiente).</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	1 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Ingresa a gráficos, En la ventana emergente; desactivar o poner en ningunos, solamente activar la prueba de normalidad   Click en continuar.</li> <li>6. En la ventana principal selecciona lo deseado: Descriptivo, gráficos o ambos   OK</li> <li>7. Resultados y tablas desplegadas en el visor.</li> <li>8. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>9. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>10. Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>		
11		<p><b>Determinar el coeficiente de correlación de Pearson:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados, en el editor SPSS.</li> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>4. Análisis preliminar de datos.</li> <li>5. Ir al menú principal del programa: Seleccionar Statistics   Correlate  Bivariate(Seleccionar las variables en las que se está interesado)  seleccionar Correlation coefficient (click Pearson) y OK.</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>7. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>8. Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>		
12		<p><b>Determinar el coeficiente de correlación de Spearman:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados, en el editor SPSS.</li> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>4. Análisis preliminar de datos.</li> <li>5. Ir al menú principal del programa: Selecciona Statistics   Correlate  Bivariate(Seleccionar las variables en las que se está interesado)  seleccionar Correlation coefficient (click Spearman) y OK.</li> <li>6. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>7. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>8. Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas
13		<p><b>Determinar el valor de la prueba t-student:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados</li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas

		<p>en el, editor SPSS.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>4. Análisis preliminar de datos.</li> <li>5. Ir al menú principal del programa: Selecciona <i>Statistics</i>  compare means  one sample t-test(Seleccionar la variable interesada)   test value(escribir el valor)   Options para cambiar el intervalo de confianza y Ok.</li> <li>6. Guarda archivos SPV y SAV.</li> <li>7. Análisis e interpretación de los resultados.</li> <li>8. Entrega la tabla y variables analizadas.</li> </ol>		
14		<p><b>Determinar el valor de la prueba t-student:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</li> <li>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados en el, editor SPSS.</li> <li>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</li> <li>4. Análisis preliminar de datos.</li> <li>5. Ir al menú principal del programa: Selecciona <i>Statistics</i>  compare means  <i>Independent Samples t-test</i>(Seleccionar la variable dependiente interesada)   <i>Grouping</i></li> </ol>	<p>Equipo de cómputo Resultados Encuesta Software SPSS Hoja de Cálculo Manual de Prácticas</p>	2 horas



		<p><i>variable</i>(Seleccionar las variable independiente)   <i>Define Groups</i>(1 Click)  Indicar el valor de los niveles de la variable independiente (Ejemplo: Grupo 1:1, Grupo 2:2)   <i>Continue</i>  OK.</p> <p>6. Guarda archivos SPV y SAV.</p> <p>7. Análisis e interpretación de los resultados.</p> <p>8. Entrega la tabla y variables analizadas.</p>		
15	<b>Determinar el valor de la prueba Chi<sup>2</sup>:</b>	<p>1. Inicia sesión del paquete SPSS.</p> <p>2. Digitaliza la base de datos recolectados o investigados en el, editor SPSS.</p> <p>3. Nombra correctamente las variables, clasificar las mismas.</p> <p>4. Análisis preliminar de datos.</p> <p>Ir al menú principal del programa: seleccionar <i>Analyze</i>  <i>Descriptive Statistics</i>  <i>Crosstabs...</i>  Colocar una variable en <i>row</i> y la otra en <i>column</i>  Ir a opción <i>Statistics</i> y seleccionar <i>Chi-square</i>  <i>Continue</i>  OK</p>	<p>Equipo de cómputo</p> <p>Resultados Encuesta</p> <p>Software SPSS Hoja de Cálculo</p> <p>Manual de Prácticas</p>	2 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** Se utilizará Power Point para la exposición de los temas y Excel y SPSS para el análisis de datos en la práctica en laboratorio. Se solicitarán tareas con el objetivo de complementar la parte teórica con la práctica. De la misma manera, se solicitará al alumno recolectar datos (descriptivos o experimentales) con el objetivo de clasificar, analizar e interpretar resultados para una posible generalización hacia una población.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** El alumno deberá realizar trabajos, exámenes y exposiciones con el objetivo de integrar y mostrar las competencias de todo lo enseñado en clase. Podrán realizar equipos con el propósito de promover el trabajo en conjunto.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Práctica.....	20%
- Exámenes.....	30%
- Tareas.....	10%
- Evidencia de aprendizaje.....	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Hernández, S. R., Fernández, C. C., &amp; Baptista, L. P. (2014). <i>Metodología de la investigación</i>. D. F., México: McGraw Hill Education [clásica].</p> <p>Kerlinger, F. N., &amp; Lee, H. B. (1979). <i>Investigación del comportamiento</i>. D. F., México: McGraw Hill / Interamericana de México [clásica].</p> <p>Morrow, J. R., Jackson, A. W., Dish, J. G., &amp; Mood, D. P. (2005). <i>Measurement and Evaluation in Human Performance</i>. Champaign, IL: Human Kinetics [clásica].</p> <p>Moncada, J. J. (2005). <i>Estadística para ciencias del movimiento humano</i>. San José, Costa Rica: Editorial de la Universidad de Costa Rica [clásica].</p> <p>Restrepo, L., &amp; González, J. (2007). De Pearson a Spearman. <i>Revista Colombiana de Ciencias Pecuarias</i>, 20(2), 183-192. Recuperado de <a href="http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0120-06902007000200010">http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0120-06902007000200010</a></p> <p>Rubio, H. M., &amp; Berlanga, S. V. (2012). Cómo aplicar las pruebas paramétricas bivariadas t de Studet y ANOVA en SPSS. Caso práctico. <i>Revista d'Inovació i Recerca en Educació</i>, 5(2), 83-100. Recuperado de <a href="https://core.ac.uk/display/41554689?source=3">https://core.ac.uk/display/41554689?source=3</a></p> <p>Thomas, J. R., &amp; Nelson, J. K. (2006). <i>Métodos de investigación en actividad física</i>. Barcelona, España: Editorial Paidotribo [clásica].</p> <p>Triola, M. F., Ayala, L. E. P., &amp; Ramírez, R. H. (2012). <i>Estadística</i>. México: Pearson Education [clásica].</p>	<p>Anderson, D. Sweeney D. Y., Williams, T. (1982, 2005). <i>Estadística para administración y economía</i>. México: Thomson editores [clásica].</p> <p>Camacho-Sandoval, J. (2008). Asociación entre variables: correlación no paramétrica. <i>Acta Médica Costarricense</i>, 50(3), 144-146. Recuperado de <a href="https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S0001-60022008000300004&amp;script=sci_arttext">https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S0001-60022008000300004&amp;script=sci_arttext</a></p> <p>Chistensen, H. (1990). <i>Estadística paso a paso</i>. México: Trillas 3era edición. [clásica]</p> <p>Dagnino, J. (2014). <i>Correlación</i>. <i>Revista Chilena de Anestesia</i>, 43, 150-153. Recuperado de <a href="http://www.sachile.cl/upfiles/revistas/54e63a1a778ff_15_corr_elacion-2-2014_edit.pdf">http://www.sachile.cl/upfiles/revistas/54e63a1a778ff_15_corr_elacion-2-2014_edit.pdf</a></p> <p>Heinemann, K. (2003). <i>Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte</i>. Barcelona, España: Editorial Paidotribo [clásica].</p> <p>Landero, H. R. (2006). <i>Estadística con SPSS y Metodología de la Investigación</i>. México: Trillas [clásica].</p>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Estadística Descriptiva debe contar con experiencia en el procesamiento de datos estadísticos con enfoque en el área de las Ciencias del Movimiento Humano (publicación de artículos, especialidad, grado o posgrado en el área de estadística o cursos con empresas de prestigio). Deberá dominar, al menos, la paquetería estadística de Excel y SPSS, sin embargo, deberá conocer otros softwares como GraphPad, Minitab, R Project, MatLab. Deberá ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Biomecánica de la Actividad Física y Deporte
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Emilio Manuel Arrayales Millán  
Mirvana Elizabeth González Macias  
Cristhian Emmanuel López Campos  
Karla Raquel Keys González  
Carlos Belman Rodríguez

**Fecha:** 04 de diciembre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Biomecánica de la actividad física y deporte se encuentra dentro del área de conocimiento técnico-deportivo, es de carácter obligatorio y forma parte de la etapa Disciplinaria de la licenciatura de Actividad Física y del Deporte. Tiene como finalidad que el estudiante analice la acción motriz, por medio de técnicas cinemáticas, cinéticas y neuromusculares, para determinar si los rangos de movimientos y actividad motora se encuentran dentro de la normalidad o con características patológicas, con respeto, actitud analítica y reflexiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar la acción motriz, por medio de técnicas cinemáticas, cinéticas y neuromusculares, para determinar si los rangos de movimientos y actividad motora se encuentran dentro de la normalidad o con características patológicas, con respeto, actitud analítica y reflexiva.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora un reporte técnico cinético, cinemático o neuromuscular de una acción motriz, donde se interpreten los resultados obtenidos a partir del estudio realizado con las técnicas biomecánicas pertinentes. El reporte debe contener portada, introducción, marco teórico, interpretación de datos, conclusión y bibliografías; y debe entregarse en formato digital.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I.**

**Competencia:**

Identificar los conceptos básicos de la Biomecánica, a través de técnicas cinemáticas, cinéticas y neuromusculares, para proponer soluciones a los problemas del movimiento humano con respeto, actitud analítica y reflexiva.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Biomecánica
  - 1.1.1 Historia
  - 1.1.2 Conceptos Básicos
- 1.2 Aplicaciones de la biomecánica.
  - 1.2.1 Biomecánica Médica
  - 1.2.2 Biomecánica Funcional
  - 1.2.3 Biomecánica Deportiva
- 1.3 Conceptos Básicos Cinemática y Cinética
  - 1.3.1 Distancia
  - 1.3.2 Masa
  - 1.3.3 Tiempo
  - 1.3.4 Velocidad
  - 1.3.5 Aceleración
  - 1.3.6 Fuerza
  - 1.3.7 Momento de Fuerza/Torque
  - 1.3.8 Trabajo mecánico
  - 1.3.9 Energía
  - 1.3.10 Potencia



## UNIDAD II. Cinemática en la actividad física y deporte

### Competencia:

Analizar acciones motrices, utilizando características cinemáticas, para identificar los tipos de movimientos y cadenas biocinemáticas, con creatividad, responsabilidad, actitud reflexiva y analítica.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 2.1 Movimiento en el cuerpo humano
  - 2.1.1 Sistema de coordenadas
  - 2.1.2 Clasificación de los movimientos
    - 2.1.2.1 Movimiento lineal
    - 2.1.2.2 Movimiento angular
    - 2.1.2.3 Movimiento general
- 2.2 Sistema biomecánico
  - 2.2.1 Puntos anatómicos y segmentos del cuerpo
  - 2.2.2 Cadenas biocinemáticas
    - 2.2.2.1 Cadenas abiertas
    - 2.2.2.2 Cadenas cerradas
- 2.3 Análisis de características cinemáticas
  - 2.3.1 Determinación de protocolo
  - 2.3.2 Interpretación de datos

## UNIDAD III. Cinética en la actividad física y deporte

### Competencia:

Analizar acciones motrices, aplicando las leyes fundamentales de la mecánica, para comprender las fuerzas que actúan en la cinemática, con responsabilidad, objetividad, actitud reflexiva y analítica

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 3.1 Leyes de Newton
  - 3.1.1 Ley de Inercia
  - 3.1.2 Ley de Aceleración
  - 3.1.3 Ley de Acción y Reacción
- 3.2 Centro de gravedad
  - 3.2.1 Ubicación del centro de gravedad en el cuerpo
  - 3.2.2 Equilibrio
- 3.3 Palancas
  - 3.3.1 Palancas de primer grado
  - 3.3.2 Palancas de segundo grado
  - 3.3.3 Palancas de tercer grado
- 3.4 Momento de fuerza / Torque
  - 3.4.1 Ecuación momento de fuerza/Torque
  - 3.4.2 Aplicabilidad de momento de fuerza / Torque
- 3.5 Trabajo mecánico, energía y potencia
  - 3.5.1 Ecuación de Trabajo mecánico, energía y potencia
  - 3.5.2 Aplicabilidad de Trabajo mecánico, energía y potencia
- 3.6 Momento de inercia
  - 3.6.1 Ecuación momento de inercia
  - 3.6.2 Aplicabilidad de momento de inercia

## UNIDAD IV. Análisis biomecánico de una acción motriz

### Competencia:

Evaluar una acción motriz, a través de un software especializado de cómputo, para determinar las características cinemáticas y cinéticas, con actitud objetiva, crítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 4.1 Filme

- 4.1.1 Descripción del filme
- 4.1.2 Calibración
- 4.1.3 Filmación de acción motriz
- 4.1.4 Reconstrucción de modelo
- 4.1.5 Análisis e interpretación de los datos

#### 4.2 Plataformas de Fuerza

- 4.2.1 Descripción de plataformas de fuerza
- 4.2.2 Calibración
- 4.2.3 Desarrollo de la prueba
- 4.2.4 Análisis e Interpretación de los datos

#### 4.3 Electromiografía

- 4.3.1 Descripción de electromiografía
- 4.3.2 Colocación de sensores
- 4.3.3 Desarrollo de la prueba
- 4.3.4 Análisis e interpretación de datos

#### 4.4 Acelerometría

- 4.4.1 Descripción de acelerometría
- 4.4.2 Colocación de sensores
- 4.4.3 Desarrollo de la prueba
- 4.4.4 Análisis e interpretación de datos

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Conceptos Básicos Cinemática y Cinética</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analizar información dada por el docente.</li> <li>2. Estructurar cuadro comparativo con los conceptos básicos de cinemática y cinética.</li> <li>3. Resolver e interpretar los ejercicios planteados por el docente aplicando los conceptos básicos de cinemática y cinética</li> <li>4. Debatir las conclusiones en clase.</li> <li>5. Entrega a docente cuadro comparativo y ejercicios resueltos.</li> </ol>	Información por el docente Lápiz/Pluma Calculadora Ejercicios	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Evaluación de una acción motora</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente proporciona una acción motora por equipo.</li> <li>2. Determina el protocolo de medición.</li> <li>3. Identifica los tipos de movimiento de una acción motora.</li> <li>4. Identifica los puntos anatómicos.</li> <li>5. Genera modelo biomecánico.</li> <li>6. Identifica cadenas biocinemáticas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Lápiz/Pluma</li> <li>● Regla</li> <li>● Videos de apoyo</li> <li>● Computadora/Laptop</li> <li>● Proyector</li> <li>● Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> </ul>	6 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Interpreta resultados obtenidos</li> <li>8. Entrega evidencia física a docente.</li> </ol>		
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Fuerzas en el cuerpo humano</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende indicaciones del docente para determinar fuerzas.</li> <li>2. Resolver e interpretar los problemas establecidos por el docente sobre fuerzas.</li> <li>3. Debatir las conclusiones en clase.</li> <li>4. Entrega a docente ejercicios resueltos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Información por el docente</li> <li>● Lápiz/Pluma</li> <li>● Calculadora</li> <li>● Pizarrón</li> <li>● Plumón</li> <li>● Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>Filme</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar un filme.</li> <li>2. Calibra software</li> <li>3. Filma acción motora del sujeto de prueba</li> <li>4. Reconstruye un modelo.</li> <li>5. Analiza e interpreta los datos y redacta el reporte biomecánico.</li> <li>6. Entrega resultados</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Software especializado en la captura de movimiento</li> <li>● Cámaras</li> <li>● Computadora</li> <li>● Base de datos Excel</li> </ul>	4 horas
	<b>Plataformas de Fuerza</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para una prueba de plataforma de fuerza.</li> <li>2. Calibrar la plataforma de fuerza</li> <li>3. Ejecutar la prueba en el sujeto.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Software especializado (plataforma de fuerza)</li> <li>● Computadora</li> <li>● Base de datos Excel</li> </ul>	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Analiza e interpreta los datos y redacta el reporte biomecánico.</li> <li>5. Entrega resultados</li> </ol>		
	<b>Electromiografía</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar una electromiografía.</li> <li>2. Calibra software</li> <li>3. Colocar sensores de electromiografía, en los músculos de interés.</li> <li>4. Ejecutar la prueba en el sujeto.</li> <li>5. Analiza e interpreta los datos y redacta el reporte biomecánico.</li> <li>6. Entrega resultados</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Software especializado (EMGs)</li> <li>● Computadora</li> <li>● Base de datos Excel</li> </ul>	4 horas
	<b>Acelerometría</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar una acelerometría.</li> <li>2. Calibra software</li> <li>3. Colocar sensores en los segmentos de interés.</li> <li>4. Ejecutar la prueba en el sujeto.</li> <li>5. Analiza e interpreta los datos y redacta el reporte biomecánico.</li> <li>6. Entrega resultados</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Software especializado</li> <li>● Computadora</li> <li>● Base de datos Excel</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Proporciona y explica materiales de técnicas cinemáticas, cinéticas y neuromusculares
- Explica y ejemplifica las valoraciones
- Explica y dirige el diseño de planes de ejercicio
- Revisa tareas
- Supervisa prácticas
- Elabora y aplica exámenes
- Propicia la participación activa de los estudiantes

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Busca y analiza información sobre técnicas cinemáticas, cinéticas y neuromusculares
- Realiza evaluaciones de acción motriz
- Diseña planes de ejercicio
- Realiza tareas
- Realiza prácticas
- Resuelve exámenes
- Participa activamente en clase

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.
- El estudiante debe cumplir con el 100% de las prácticas de taller.

### Criterios de evaluación

- Prácticas de Taller.....	50%
- 3 Exámenes.....	30%
- Evidencia de aprendizaje ..... (Reporte técnico)	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>



## IX. REFERENCIAS

### Básicas

- Cheng-Kung C, Savio L-Y. W., (2020). *Frontiers in Orthopaedic Biomechanics* (1era Edición). Singapur Singapur: Springer. Recuperado de: <https://link.springer.com/book/10.1007%2F978-981-15-3159-0#editorsandaffiliations>
- Hall, S. J. (2014). *Basic Biomechanics* (7ma Edición). New York, USA: McGraw Hill. [clásica]
- Humphrey J. D., O'Rourke (2015). *An Introduction to Biomechanics Solids and Fluids, Analysis and Design* (2da Edición). New Haven EUA: Springer. Recuperado de: <https://link.springer.com/book/10.1007%2F978-1-4939-2623-7#authorsandaffiliationsbook>
- Ker A., Rowe P., (2019). *An Introduction to Human Movement and Biomechanics* (7ma Edición). Glasgow United Kingdom: ELSEVIER. Recuperado de: [https://books.google.com.mx/books?hl=en&lr=&id=HjaPDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=biomechanics+book&ots=tjPNVE9vaJ&sig=y5CD3GMtWeOUVAp1dxLy9fnKOrU&redir\\_esc=y#v=onepage&q=biomechanics%20book&f=false](https://books.google.com.mx/books?hl=en&lr=&id=HjaPDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=biomechanics+book&ots=tjPNVE9vaJ&sig=y5CD3GMtWeOUVAp1dxLy9fnKOrU&redir_esc=y#v=onepage&q=biomechanics%20book&f=false)
- Knudson, D. (2007). *Fundamentals of Biomechanics* (2da Edición). New York, USA: Springer. [clásica]
- Özkaya, N., Leger, D., Goldsheyder, D., y Nordin, M. (2017). *Fundamentals of biomechanics: equilibrium, motion, and deformation* (4ta Edición). Springer.
- Robertson, G. E., Caldwell, G. E., Hamill, J., Kamen, G., y Whittlesey, S. (2013). *Research methods in*

### Complementarias

- Bartlett, R. (2014). *Introduction to sports biomechanics: Analysing human movement patterns* (2nd Edition ed). New York, USA: Routledge. [clásica]
- Medved, V. (2000). *Measurement of human locomotion*. Florida, USA: CRC press. [clásica]
- Villa, A., Gutiérrez, E., & Pérez, J. C. (2008). Consideraciones para el análisis de la marcha humana. Técnicas de videogrametría, electromiografía y dinamometría. *Revista ingeniería biomédica*, 2(3), 16-26. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rinbi/v2n3/v2n3a04.pdf>

biomechanics (2da Edición). Illinois, USA: Human kinetics. [clásica]

Winter, D. A. (2009). Biomechanics and motor control of human movement (4ta Edición). New Jersey, USA: John Wiley & Sons, Inc. [clásica]

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente a cargo de la Unidad de aprendizaje Biomecánica en la Actividad Física y Deporte debe ser Licenciado en Actividad Física y Deportes, Ingeniero o área afín, con conocimientos de biomecánica aplicados en la actividad física y deporte; preferentemente con experiencia en análisis de movimiento. Ser responsable, flexible, creativo y analítico.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Planeación de la Enseñanza
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Sandybel Garduño Espinoza  
Alma Guadalupe Montelongo Macías  
Elsa Coralía Sandoval López  
Elisa Tapia Buelna

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 11 de noviembre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Los estudiantes podrán adquirir los conocimientos básicos, necesarios para diseñar, organizar e implementar una adecuada y eficaz planificación educativa en el área de educación física dentro de la educación básica del Sistema educativo mexicano. Esta unidad de aprendizaje es de carácter obligatorio se ubica en la etapa disciplinaria y corresponde al área pedagógica, es integradora ya que conjuga los conocimientos vistos hasta el momento en el currículo integrándose para su organización y reflexión de la labor docente.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar la planificación de unidades de aprendizaje y secuencias didácticas en el área de educación física, a través de la consideración, integración y aplicación de métodos, técnicas y estrategias pedagógicas, para utilizarse en sesiones prácticas de educación física en beneficio del aprendizaje de los alumnos de educación básica, con responsabilidad social, actitud creativa y crítica.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Planeación de unidades de aprendizaje y secuencias didácticas apegados a planes y programas de estudio vigentes y que atiendan los aprendizajes, características y necesidades de los alumnos, aunado a la consideración de los siguientes elementos: análisis del contexto, formas de organización, estrategias, materiales, propósitos educativos y contenidos de aprendizaje con actividades pertinentes y eficaces.

## V. DESARROLLO POR UNIDADES

### UNIDAD I. Criterios básicos de la planificación educativa en educación física

#### Competencia:

Valorar la importancia de la planificación educativa en educación física, ante los retos educativos y sociales actuales considera, conocimientos y habilidades implícitos en la planeación de la enseñanza para el logro de la competencia motriz en el área de educación física, con creatividad y una actitud crítica y proactiva.

#### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 1.1. La transposición didáctica.
- 1.2. La importancia de planear el proceso educativo.
  - 1.2.1. Tipos de planificación
  - 1.2.2. Diferencia entre planeación y programación.
  - 1.2.3. El concepto de planificar en educación física.
- 1.3. Contenidos inherentes a la planificación.
  - 1.3.1. La competencia motriz como eje de la planeación en educación física.
  - 1.3.2. Componentes de una competencia (saberes)
  - 1.3.3. Funciones y significado del movimiento.
  - 1.3.4. El diseño y la puesta en práctica de juegos motores
  - 1.3.5. La motivación en el aprendizaje
- 1.4. La importancia de la planificación didáctica ante desafíos educativos
- 1.5. La Innovación para cubrir necesidades educativas actuales
  - 1.5.1. Nuevas prácticas educativas
  - 1.5.2. La Mejora continua dentro del proceso de la planificación educativa

## UNIDAD II. Organización de los contenidos para la Planificación educativa en educación física.

### Competencia:

Analizar planes y programas de estudio de educación física para identificar la progresión y gradualidad de los contenidos en la elaboración de una planificación educativa para el logro del aprendizaje esperado en los estudiantes de educación básica y media superior, con responsabilidad y objetividad.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 2.1. Propósitos y contenidos de educación física en la educación básica y media superior
  - 2.1.1. Programas vigentes de educación básica
    - 2.1.1.1. Preescolar
    - 2.1.1.2. Primaria
    - 2.1.1.3. Secundaria
  - 2.1.2. Programas vigentes de educación media superior
- 2.2. La planificación educativa en el contexto escolar
  - 2.2.1. Elaboración de intenciones didácticas
  - 2.2.2. Elaboración de unidades de aprendizaje en educación física
  - 2.2.3. Elaboración de secuencias didácticas en educación física
  - 2.2.4. Elaboración de sesión en educación física

## UNIDAD III. Proceso de planificación educativa en educación física

### Competencia:

Planear y evaluar unidades de aprendizaje y secuencias didácticas apegados a planes y programas de estudio de educación física vigentes en el contexto mexicano y a las características de un grupo para fomentar el logro en el aprendizaje de los alumnos de educación básica y media superior, con responsabilidad social, actitud creativa y crítica.

### Contenido:

**Duración:** 14 horas

#### 3.1 Fases del proceso de planificación en el área de educación física

##### 3.1.1. Análisis y diagnóstico previo.

3.1.1.1. Características del contexto externo

3.1.1.2. Características del contexto interno

3.1.1.3. Características de los estudiantes

##### 3.1.2. Planteamiento y elaboración.

3.1.2.1. Diseño de Unidades de aprendizaje y secuencias didácticas

3.1.2.2. Selección de métodos, estilos de enseñanza, estrategias didácticas.

3.1.2.3. Diseño y elaboración de instrumentos de Evaluación

3.1.2.4. Selección de actividades de enseñanza-aprendizaje

##### 3.1.3. Ejecución.

3.1.3.1. Implementación de lo planificado

3.1.3.2. Adaptación de actividades

##### 3.1.4. Evaluación.

3.1.4.1. Adecuaciones curriculares

3.1.4.2. Análisis de resultados obtenidos

3.1.4.3. Evaluación formativa para la mejora continua

VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER				
No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>La innovación para cubrir necesidades educativas actuales</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar entrevistas sobre las experiencias en modalidad en línea a docentes activos en sistema educativo.</li> <li>2. Reflexionar sobre cómo se trabajó en la nueva normalidad.</li> <li>3. Registrar experiencias en una Bitácora de COL más preguntas adicionales sobre técnicas y estrategias medios utilizados en esta modalidad, participación de los padres y alumnos.</li> <li>4. Compartirán experiencias en el foro.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bitácora de COL</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Identificación de los aprendizajes esperados por grado</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar la organización y la progresión de los aprendizajes esperados por grado, en la educación básica.</li> <li>2. Comentar sobre la pertinencia de ciertas actividades y/o acciones en la progresión de la enseñanza.</li> <li>3. Reflexionar en la organización para la elaboración de unidades de aprendizaje y secuencias didácticas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Internet</li> <li>• Formatos diversos</li> </ul>	4 horas
3	<b>Orientaciones para la redacción de intenciones didácticas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analizar los aprendizajes esperados en un grado educativo.</li> <li>2. Realizar 12-24 intenciones didácticas apegándose a las recomendaciones pedagógicas y administrativas correctas para la progresión de la enseñanza.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formatos diversos donde plasman las intenciones didácticas evidenciando la progresión de las mismas.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				



4	<b>Análisis y diagnóstico previo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analizar la Guía de diagnóstico de contexto.</li> <li>2. Realizar un análisis de las características de los estudiantes, así como del contexto interno y externo</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guía de diagnóstico de contexto</li> </ul>	8 horas
5	<b>Planteamiento y elaboración</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analizar los elementos abordados anteriormente para cada grado escolar en educación básica.</li> <li>2. Realizar planeaciones de acuerdo al grado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de planeación</li> <li>• Tabla con estilos y estrategias de enseñanza</li> <li>• Modelo educativo actual</li> </ul>	8 horas
6	<b>Ejecución y evaluación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Preparar una clase muestra y evaluación participativa en equipos</li> <li>2. Proceder a la fase de ejecución, donde se pondrá en práctica la planeación de un grado escolar.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica para coevaluación</li> <li>• Material e implementos deportivos</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Metodología participativa
- Técnica expositiva
- Prácticas guiadas
- Discusiones grupales
- Mesas redondas
- Estudios de caso
- Uso de TIC
- Análisis de material audiovisual

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Redacción
- Análisis de información
- Investigación documental
- Organizadores gráficos
- Resumen
- Síntesis
- Exposición
- Trabajo de campo
- Diario de campo
- Trabajo colaborativo
- Responder instrumentos
- Elaboración de informes

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.
- Todos los trabajos tendrán especificaciones de entrega, rúbrica o listas de cotejo para su evaluación.

### Criterios de evaluación

Participación activa .....	10%
Actividades de aprendizaje en Plataforma .....	25%
Exámenes (2) .....	15%
Trabajo final elaboración de unidades de aprendizaje y secuencias didácticas ...	35%
Puesta en práctica de la planificación .....	15%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básica	Complementaria
<p>Blázquez, D. y Sebastiani, E. M. (2009). <i>Enseñar por competencias en educación física</i>. Barcelona: INDE.</p> <p>Casanova, M. (1998) (clásica). <i>La evaluación en el momento actual. Antecedentes en la evaluación educativa</i>. México. Secretaria de Educación Pública. Biblioteca del normalista.</p> <p>Chevallard, I. (2013). <i>La transposición didáctica: del saber sabio al saber enseñado</i> / Yves Chevallard: [traducción: Claudia Gilman - 3a. - Buenos Aires, Argentina: Aique, 2013 - 196 p.: 23 cm. il.; - Psicología cognitiva y educación. Traducción de: La transposition didactique: du savoir savant au savior enseigne.</p> <p>Chevallard, Y. (1998). <i>La transposición didáctica</i>. Del saber sabio al saber enseñado. Buenos Aires, Argentina: AIQUE.</p> <p>Díaz-Barriga, F. y Hernández, G. (2010). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo, una interpretación comunicativa (3ra ed.). México: McGraw Hill.</p> <p>Díaz, A. (s.f.). <i>Guía para la elaboración de una secuencia didáctica</i>. México: UNAM-Comunidad de conocimiento. Recuperado de <a href="http://www.setse.org.mx/ReformaEducativa/Rumbo%20a%20la%20Primera%20Evaluaci%C3%B3n/Factores%20de%20Evaluaci%C3%B3n/Pr%C3%A1ctica%20Profesional/Gu%C3%ADa-secuencias-didacticas_Angel%20D%C3%ADaz.pdf">http://www.setse.org.mx/ReformaEducativa/Rumbo%20a%20la%20Primera%20Evaluaci%C3%B3n/Factores%20de%20Evaluaci%C3%B3n/Pr%C3%A1ctica%20Profesional/Gu%C3%ADa-secuencias-didacticas_Angel%20D%C3%ADaz.pdf</a></p> <p>Florence, J. (2000). <i>Problemática general de la motivación en tareas significativas en educación física escolar</i>. España. INDE la educación física en reforma 2da edición.</p>	<p>Aleixo, I. &amp; Mesquita, I. (2016). Impact of implementing different teaching strategies on the development of declarative knowledge of beginner artistic gymnastics athletes. <i>Revista Brasileira de Ciências do Esporte</i>, 38(4), 349-357. Recuperado de <a href="http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2016.01.009">http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2016.01.009</a></p> <p>Carbonell, T., Antoñanzas, J. y Lope Á. (2018). La educación física y las relaciones sociales en educación primaria. <i>International Journal of Developmental and Educational Psychology</i>.</p> <p>Carcamo-Oyarzun, J. y Herrmann, C. (2020). Validez de constructo de la batería MOBAC para la evaluación de las competencias motrices básicas en escolares de educación primaria. <i>Revista Española de Pedagogía</i>, 78 (276), 291-308. doi: <a href="https://doi.org/10.22550/REP78-2-2020-03">https://doi.org/10.22550/REP78-2-2020-03</a> <a href="https://revistadepedagogia.org/">https://revistadepedagogia.org/</a></p> <p>Casafont, R. y Casas, L. (2017). Educarnos para educar. Neuroaprendizaje para transformar la educación. España: Paidós. Recuperado de <a href="http://docplayer.es/135690640-Educarnos-para-educar.html">http://docplayer.es/135690640-Educarnos-para-educar.html</a></p> <p>Dávila, M. (2011). La enseñanza de la educación física, propuesta para desarrollar competencias en la escuela. México: Trillas.</p> <p>Fernández, E. (1999). <i>El diseño de unidades de enseñanza en educación física. Didáctica de la educación física</i>. España. Prentice Hall. [clásica]</p> <p>García, J., Gracia, M. y Ibáñez, S. (2019). Task planning for sports learning by physical education teachers in the pre-service phase. <i>PLOS ONE</i> 14(3). Doi: <a href="https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212833">https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212833</a></p> <p>Jáuregui, A., Villalpando, S., Rangel-Baltazar, E., Castro-Hernández, J., Lara-Zamudio, Y., &amp; Méndez-Gómez-Humarán, I. (2011). The physical activity level of Mexican children decreases upon entry to elementary school. <i>Salud Pública de México</i>, 53(3). Recuperado de <a href="https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2011/sal113e.pdf">https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2011/sal113e.pdf</a></p>

- Le Boulch, J. (1991). *Significación del movimiento en la conducta hacia una ciencia del movimiento humano. Introducción a la psicokinética*. Argentina. Biblioteca de técnicas y lenguajes corporales. [clásica]
- Pérez, A. (2012). *Educarse en la era digital*. España: Morata. [clásica]
- Ruiz, L. (1995). *Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar*. Madrid, España: Gymnos. [clásica]
- SEP. (2013). *Las estrategias y los instrumentos de evaluación desde el enfoque formativo*. Recuperado de [www.slideshare.net/mery11111969/estrategias-e-instrumentosde-evaluacion-desde-el-enfoque-formativo](http://www.slideshare.net/mery11111969/estrategias-e-instrumentosde-evaluacion-desde-el-enfoque-formativo)
- SEP. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación física. Educación Básica. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación*. Recuperado de [https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica\\_Digital.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf)
- Sicilia, Á. y Delgado, M. (2002). *Educación física y estilos de enseñanza*. España. INDE. [clásica]
- Tobón, T. S., Pimienta, P. J. H. y García, F. J. A. (2010). *Secuencias didácticas: Aprendizaje y evaluación de competencias*. México: Pearson. [clásica]
- Villa, S. A, y Poblet, (2007). *Una propuesta para la evaluación de competencias genéricas*. España: Universidad de Deusto.
- UNESCO. (2015). *Educación física de calidad (EFC). Guía para los responsables políticos*. Paris: UNESCO. Recuperado de <http://unescoittralee.com/wp->
- López, E., (2016). En torno al concepto de competencia: un análisis de fuentes Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 20 (1), 311-322.
- Monereo, C. (1998). *Estrategias de enseñanza y aprendizaje*. México. Secretaria de Educación Pública.
- Navarro, A, Braulio y Osses, S. (2015). Neurociencias y actividad física: una nueva perspectiva en el contexto educativo. *Revista médica de Chile*, 143(7), 950-951. Doi: <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872015000700019>
- Navarro, V. (2002). *El diseño de juegos motores en el afán de jugar*. España. INDE. [clásica]
- Perrenoud, P. (2004). *La postura reflexiva: ¿cuestión de saber o de habitus? en Desarrollar la práctica reflexiva en el oficio de enseñar*. Crítica y fundamentos 1. España. Serie: Formación del profesorado.
- Pimienta, J., (2008). *Constructivismo. Estrategias para aprender a aprender (3ra. Ed.)*. Mexico: Pearson Education. Recuperado de <https://www.itdurango.edu.mx/tutorias/constructivismo-pimienta.pdf>
- Sebastiani, E. (2019). Hacia una educación física comprometida. *Apuntes Educación Física y Deportes*, 35(137),3-4. ISSN: 1577-4015. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5516/551660713001>

[content/uploads/2017/11/QPE-for-policy-makers-Spanish.pdf](#)

Viciana, J. (2002). *Consideraciones generales sobre la planificación en educación física en Planificar en educación física*. España. INDE.

Zarzar-Charur, C. (2015) *Planeación didáctica por competencias*. México: Grupo Editorial Patria.

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta esta unidad de aprendizaje debe contar con un título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, Licenciado en Educación, Pedagogía o área afín, con experiencia laboral de tres años en docencia y actividades relacionadas con actividad física y deporte, debe contar con conocimiento de la estructura de la educación física en el sistema educativo. De preferencia con Maestría o especialidad en Pedagogía o Educación Física y Deporte Escolar. Debe ser propositivo, con ética profesional, responsabilidad y liderazgo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciatura En Actividad Física Y Deporte
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Teoría Y Metodología Del Entrenamiento Deportivo
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02 **HT:** 02 **HL:** 00 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Heriberto Antonio Pineda Espejel  
Juan Pablo Machado Parra

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolás Rodríguez Lucas  
Juan José Calleja Núñez  
Esteban Hernández Armas

**Fecha:** 24 de noviembre de 2020



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo se encuentra en la etapa disciplinaria, es de carácter obligatorio y forma parte del área Técnico-Deportivo, tiene como finalidad de que el estudiante analice los medios y los métodos para el desarrollo de capacidades físicas condicionales dentro del entrenamiento deportivo. Además, el estudiante adquiere conocimientos sobre el proceso histórico que ha llevado a la evolución de la forma de entrenar en el deporte para el logro de altos resultados competitivos. Así como habilidades en dosificación de la carga, planeación de entrenamiento y diferenciación de capacidades físicas, y actitudes colaborativas, y de responsabilidad.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, para determinar los modelos de entrenamiento pertinentes, con base en las características de poblaciones específicas, con actitud analítica y reflexiva.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elaborar el análisis de una población específica aplicando un modelo de entrenamiento deportivo, el cual debe integrar análisis del deporte, características de la población, justificación del modelo de entrenamiento, objetivo, pronóstico de resultado, conclusión y referencias bibliográficas.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Historia del Deporte y el Entrenamiento Deportivo**

**Competencia:**

Relacionar la historia del deporte con la preparación deportiva, para comprender los principales hechos históricos que dieron origen al entrenamiento deportivo, mediante la revisión de lectura de tópicos sobre antecedentes políticos e ideológicos de distintos países a través del tiempo, mostrando actitud reflexiva.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1 Historia del Deporte
  - 1.1.1 Deporte Social
  - 1.1.2 Deporte Político-ideológico
- 1.2 Deporte a través de la Historia
  - 1.2.1 Deporte premoderno
  - 1.2.2 El nacimiento y establecimiento del deporte moderno
  - 1.2.3 Aportaciones de distintos Países en el desarrollo del deporte
  - 1.2.4 Establecimiento de reconsideraciones en los deportes a través del tiempo
- 1.3 Relación histórica del Deporte y el Entrenamiento Deportivo
  - 1.3.1 Primeros aportes de Entrenamiento Deportivo
  - 1.3.2 Entrenamiento deportivo actual

## UNIDAD II. Conceptos Básicos del Entrenamiento Deportivo

### Competencia:

Analizar los conceptos básicos de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, por medio de lecturas de los diferentes autores con el propósito de ponerlos en práctica dentro de los planes de entrenamiento, mostrando una actitud reflexiva y analítica.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 2.1 Rendimiento Deportivo
  - 2.1.1 Concepto de rendimiento deportivo
  - 2.1.2 Condiciones del rendimiento
  - 2.1.3 Modelo de explicación del rendimiento deportivo
- 2.2 Componentes de la Carga
  - 2.2.1 Volumen
  - 2.2.2 Intensidad
  - 2.2.3 Densidad
  - 2.2.4 Frecuencia
  - 2.2.5 Duración
- 2.3 Capacidades Físicas y Coordinativas
  - 2.3.1 Fuerza
  - 2.3.2 Resistencia
  - 2.3.3 Velocidad
  - 2.3.4 Flexibilidad
  - 2.3.5 Capacidades Coordinativas
- 2.4 Principios del Entrenamiento Deportivo
  - 2.4.1 Principios de la carga para producir efectos de adaptación
  - 2.4.2 Principios de la organización cíclica para garantizar la adaptación
  - 2.4.3 Principios de especialización para hacer específico el entrenamiento
  - 2.4.4 Principios de proporcionalización
- 2.5 Entrenamiento Deportivo
  - 2.5.1 Deporte
  - 2.5.2 Forma Deportiva
  - 2.5.3 Periodos del Entrenamiento Deportivo
  - 2.5.4 Componentes de la Preparación del Deportistas
  - 2.5.5 Medios
  - 2.5.6 Métodos

2.5.7 Periodización

2.5.8 Macro ciclo, Mesociclo, Microciclo y Sesión de entrenamiento

### UNIDAD III. Metodología del Entrenamiento Deportivo

**Competencia:**

Analizar los procesos teóricos y metodológicos del entrenamiento deportivo a través de lecturas de los diferentes autores, con el propósito de desarrollar de manera metodológica las capacidades físicas, mediante una actitud proactiva y analítica.

**Contenido:****Duración:** 20 horas

- 3.1 Aspectos Filosóficos y Metodológicos concretos de la Teoría del Deporte
  - 3.1.1 Aspectos Organizativos y de Dirección de la teoría del Deporte
  - 3.1.2 Teoría y Metodología Generales del Deporte
  - 3.1.3 Teoría y Metodología particulares del Deporte
  - 3.1.4 Aspectos Sociales y Psicológicos de la teoría del Deporte
  - 3.1.5 Aspectos Biológicos de la Teoría del Deporte
  - 3.1.6 Aspectos Médico-Deportivos
  - 3.1.7 Aspectos Higiénico-Deportivos
  - 3.1.8 Aspectos Metrológicos de la Teoría del Deporte
- 3.2 Aspectos Metodológicos concretos para el desarrollo de las Capacidades Físicas de los Deportes.
  - 3.2.1 Metodología para el desarrollo de Fuerza
  - 3.2.2 Metodología para el desarrollo de la Resistencia
  - 3.2.3 Metodología para el desarrollo de la Velocidad
  - 3.2.4 Metodología para el desarrollo de la Flexibilidad
  - 3.2.5 Intercorrelación en el desarrollo de las Capacidades Físicas

## UNIDAD IV. Proceso de Entrenamiento a Largo Plazo

### **Competencia:**

Analizar los periodos de desarrollo del proceso de entrenamiento a largo plazo, a través de estudios de casos, con el propósito de comprender el desarrollo metodológico del atleta a lo largo de su carrera, mediante una actitud honesta y reflexiva.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 4.1 Periodo de Iniciación
  - 4.1.1 Entrenamiento Infantil
  - 4.1.2 Entrenamiento juvenil
- 4.2 Periodo de Desarrollo
  - 4.2.1 Entrenamiento de Base
  - 4.2.2 Entrenamiento de Profundización
  - 4.2.3 Entrenamiento de Conexión
- 4.3 Periodo de Perfeccionamiento o Especialización
  - 4.3.1 Entrenamiento de Alto Rendimiento
  - 4.3.2 Entrenamiento de un Ciclo Olímpico
- 4.4 Período de Retiro
  - 4.3.1 Establecimiento de nuevos objetivos.
  - 4.3.2 Entrenamiento de pérdida de forma progresiva.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Historia del deporte</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar, en equipos de tres integrantes, una investigación documentada sobre el deporte social y el deporte político-ideológico.</li> <li>2. Identificar los sucesos más importantes en el deporte.</li> <li>3. Elaborar una línea del tiempo sobre los sucesos más importantes en el deporte social y el reporte político-ideológico en cartulina.</li> <li>4. Presentar ante el grupo la línea del tiempo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet</li> <li>• Computadora/laptop</li> <li>• Cartulina</li> <li>• Plumones</li> <li>• Regla</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Conceptos Básicos de la Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar dos principales autores</li> <li>2. Elaborar un glosario de conceptos según autores y su aplicación en el entrenamiento deportivo.</li> <li>3. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe</li> <li>4. Entregar al docente por medio de correo electrónico.</li> </ol>	Internet <ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora/laptop</li> <li>• Hojas</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Pluma</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Desarrollo Metodológico de las Capacidades Físicas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar un deporte</li> <li>5. Elaborar un plan de entrenamiento de las</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> </ul>	10 horas

		<p>diferentes capacidades físicas, de por lo menos 10 sesiones de entrenamiento.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe</li> <li>3. Exponer frente al grupo</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>Desarrollo a largo plazo del atleta.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar un deporte</li> <li>2. Elaborar un plan de entrenamiento de dos diferentes capacidades físicas, y de por lo menos cinco sesiones de entrenamiento considerando todas las etapas de la vida deportiva del atleta.</li> <li>3. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe</li> <li>4. Exponer frente al grupo</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	4 horas



## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Estudio de casos  
Técnica expositiva

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Investigación  
Resumen  
Organizadores gráficos  
Estudio de casos

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Tareas y Trabajos.....	30%
- Exámenes.....	20%
- Plan de entrenamiento (evidencia de aprendizaje) .....	50%
Total.....	100%

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Bompa, T. O. (2016). <i>Periodización. Teoría y metodología del entrenamiento</i>. Barcelona: Editorial Hispano Europea.</p> <p>Bompa, T. O., &amp; Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. España: Paidotribo</p> <p>Edelman, R., &amp; Wilson, W. (Eds.). (2017). <i>The Oxford Handbook of Sports History</i>. USA: Oxford University Press</p> <p>Jeffreys, I., &amp; Moody, J. (Eds.). (2016). <i>Strength and conditioning for sports performance</i>. United Kingdom: Routledge</p> <p>Verkhoshansky. (2002). <i>Teoria y Metodologia del Entrenamiento Deportivo</i>. Recuperado en : <a href="https://fisiologiayanatomia.files.wordpress.com/2018/04/teoria-y-metodologia-del-entrenamiento-deportivo-verionshansky.pdf">https://fisiologiayanatomia.files.wordpress.com/2018/04/teoria-y-metodologia-del-entrenamiento-deportivo-verionshansky.pdf</a></p>	<p>Pope, S. W., &amp; Nauright, J. (Eds.). (2009). <i>Routledge companion to sports history</i>. United Kingdom: Routledge. [clásica]</p> <p>Verkhoshansky, Y. (2001). <i>Teoría y metodología del entrenamiento deportivo</i> (Vol. 24). Barcelona: Editorial Paidotribo. [clásica]</p> <p>Verkhoshansky, Y., &amp; Siff, M. C. (2011). <i>Superentrenamiento</i>. España: Paidotribo. [clásica]</p> <p>Weineck, J. (2000). <i>Salud, ejercicio y deporte</i> (Vol. 1). España: Editorial Paidotribo. [clásica]</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Teoría y Metodología del Entrenamiento debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 3 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos y experiencia en el área de planeación en entrenamiento deportivo. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Mercadotecnia Deportiva
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Yolanda Imelda Amador Rodríguez  
Alejandrina Mendoza Rivera  
Jesús Alberto Ramírez Gallo

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La finalidad de la unidad de aprendizaje Mercadotecnia Deportiva es brindar las herramientas teórico-metodológicas para desarrollar un plan de mercadotecnia a partir del estudio de mercado.

Su utilidad radica en que le permitirá al alumno identificar áreas de oportunidad en proyectos deportivos que tengan un impacto social y en el desarrollo económico de la región. Asimismo, le permite desarrollar actitudes y valores para el trabajo colaborativo como son la tolerancia y proactividad.

Se imparte en la etapa disciplinaria con carácter obligatorio y pertenece al área de conocimiento Administrativa.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Desarrollar un plan de mercadotecnia, mediante el estudio de mercado, para identificar áreas de oportunidad en proyectos deportivos y atender las demandas sociales y el desarrollo económico de la región, con honradez, proactividad y trabajo en equipo.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elabora un plan de mercadotecnia para un negocio, evento, producto y/o servicio de la actividad física o el deporte que integre las herramientas y tendencias estratégicas, así como el estudio de mercado y el plan de negocios.

La estructura del plan integrará las siguientes características:

### PLAN DE MERCADOTECNIA

Contenido del plan de mercadotecnia

- Resumen ejecutivo
- Diagnóstico situacional
- Matriz FODA
- Estudio de mercado
- Objetivos de mercadotecnia

- Estrategia de mercadotecnia
- Programa de acciones
- Presupuestos de ingresos, gastos y beneficios
- Mecanismos de control y evaluación

El plan de mercadotecnia deberá entregarse con una estructura documental impresa en el formato digital actualizada y la exposición al grupo sobre el mismo correspondiente a la empresa o servicio elaborado. Este deberá contar con portada, tabla de contenidos, introducción, plan, conclusión y referencias bibliográficas en formato APA, de acuerdo con la estructura homologada que proponga la unidad académica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Fundamentos de mercadotecnia**

**Competencia:**

Identificar los fundamentos de la mercadotecnia y su relación con el deporte, mediante la conceptualización y estudio de las bases de la mercadotecnia, para comprender la importancia del marketing deportivo, con pensamiento crítico y actitud propositiva

**Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 1.1 Bases de la mercadotecnia
  - 1.1.1 Definición de mercadotecnia
  - 1.1.2 Necesidades, deseos y demandas
  - 1.1.3 Productos, Servicios y Experiencias Intercambio
  - 1.1.4 Objetivo, Funciones e Importancia de la mercadotecnia
- 1.2 Fundamentos de mercadotecnia
  - 1.2.1 Medio ambiente de la mercadotecnia
  - 1.2.2 Campo de Acción de la mercadotecnia
  - 1.2.3 Tipos de mercadotecnia
- 1.3 Mercadotecnia deportiva
  - 1.3.1 Aplicación del marketing deportivo
  - 1.3.2 Concepto y definición
  - 1.3.3 Importancia de la aplicación del marketing al deporte
  - 1.3.4 Evolución del marketing en el deporte
  - 1.3.5 La formalización del deporte: Tipos de organizaciones deportivas



## UNIDAD II. El comportamiento del consumidor

### Competencia:

Analizar el comportamiento del consumidor, a partir de los factores que influyen en el proceso de decisión de compra, para diseñar la estrategia de mercadotecnia del producto o servicio y conocer las necesidades del consumidor, con sentido crítico, responsabilidad e innovación.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 2.1 Consumidor y clientes
  - 2.1.1 Concepto de consumidor
  - 2.1.2 Tipos de consumidores
  - 2.1.3 Concepto de clientes
  - 2.1.4 Tipos de clientes
  - 2.1.5 El consumidor del producto/servicio deportivo
- 2.2 Factores que influyen en la decisión de compra del consumidor
  - 2.2.1 Concepto de las teorías de las necesidades humanas
  - 2.2.2 Factores psicológicos que influyen en la decisión de compra.
  - 2.2.3 Factores sociales que influyen en la decisión de compra.
- 2.3 El proceso de compra del consumidor final
  - 2.3.1 Las fases de compra
  - 2.3.2 Análisis del proceso de decisión del consumidor
  - 2.3.3 Tipos de compras

### UNIDAD III. Segmentación y mezcla de la mercadotecnia

**Competencia:**

Determinar los segmentos de mercado del plan de mercadotecnia, mediante la identificación de las necesidades específicas del consumidor para desarrollar la estrategia de marketing, con actitud analítica, creativa y colaborativa.

**Contenido:****Duración:** 5 horas**3.1 Segmentación de mercado****3.1.1 Beneficios de la segmentación****3.1.2 Limitaciones de la segmentación****3.1.3 Tipos de segmentación****3.2 Concepto y estrategias del marketing mix****3.2.1 Producto****3.2.2 Plaza****3.2.3 Precio****3.2.4 Promoción****3.3 Marketing estratégico****3.3.1 Funciones del marketing estratégico****3.3.2 Beneficios del marketing estratégico****3.3.3 Estrategias del marketing estratégico**

## UNIDAD IV. Estudio de mercado

### **Competencia:**

Desarrollar el estudio del mercado del plan de mercadotecnia, mediante la identificación de necesidades satisfechas o no satisfechas del mercado meta, para analizar el comportamiento de la oferta y la demanda del producto o servicio, con actitud crítica y objetiva.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

#### 4.1 Diseño del estudio de mercado

- 4.1.1 Definición de estudio de mercado
- 4.1.2 Objetivos del estudio de mercado
- 4.1.3 Elementos que integran al estudio de mercado
- 4.1.4 Pasos para llevar a cabo un estudio de mercado

#### 4.2 Mercado meta

- 4.2.1 Definición del mercado meta
- 4.2.2 Características del mercado meta
- 4.2.3 Instrumento de recolección
- 4.2.4 Análisis de datos
- 4.2.5 Interpretación de datos
- 4.2.6 Informe de resultados del estudio de mercado

## UNIDAD V. Desarrollo de la marca, promoción comercial y evaluación corporativa

### Competencia:

Desarrollar la marca para el producto o servicio, mediante la identificación de estrategias de promoción efectivas en la industria deportiva, para conectarnos con el consumidor y mantener la lealtad a la marca, con actitud creativa, colaborativa e innovadora.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 5.1 Desarrollo de la marca

5.1.1 Importancia y ventajas de la marca

5.1.2 Tipos de marcas

5.1.3 Componentes de la marca: El nombre, los colores, logotipo, eslogan.

5.1.4 Crear valor de la marca

5.1.5 El posicionamiento de la marca

5.1.6 El poder de las marcas y los productos en la industria deportiva

#### 5.2 Promoción comercial

5.2.1 Importancia y beneficios del merchandising

5.2.2 Técnicas aplicadas en el punto de venta

5.2.3 Valores del merchandising

#### 5.3 Evaluación corporativa

5.3.1 Importancia del benchmarking

5.3.2 Tipos de benchmarking

5.3.3 Etapas del benchmarking

#### 5.4 Estrategias de comunicación clásica

5.4.1 Publicidad

5.4.2 Propaganda

5.4.3 Medios de comunicación

#### 5.5 Estrategias de marketing digital

5.5.1 Redes sociales

5.5.2 Social media

5.5.3 Inbound marketing

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	Bases de la mercadotecnia (Glosario)	<p>1. El docente impartirá el tema sobre los conceptos básicos de la mercadotecnia.</p> <p>2. El alumno deberá documentarse individualmente para poder realizar la actividad solicitada.</p> <p>3. Elaborar un glosario de al menos 30 conceptos básicos de la mercadotecnia.</p> <p>4. En esta actividad se tomará en cuenta para la calificación lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Datos generales</li> <li>● Glosario (Al menos 30) con cita.</li> <li>● Referencias bibliográficas Buena ortografía</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	2 horas
2	Tipos de marketing	<p>Los alumnos analizarán cuáles son los distintos tipos de marketing y elegirán el que más se adapte a su proyecto.</p> <p>1. Realizar una investigación en internet, libros y revistas sobre los diferentes tipos de marketing que existen, así como los beneficios, ventajas y desventajas de cada uno.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	2 horas

		<p>2. Se reúne de manera colaborativa para socializar la información encontrada y elaborar un análisis de esta destacando los beneficios, ventajas y desventajas de los tipos de marketing.</p> <p>3. Entrega reporte impreso y una presentación digital al docente para su revisión y la retroalimentación del tema.</p>		
3	Mercadotecnia deportiva (Ensayo o exposición de invitado)	<p>El alumno deberá comprender la importancia del marketing para el éxito de productos o servicios.</p> <p>1. El docente impartirá el tema sobre la mercadotecnia deportiva y proporcionará documentos para consultar posteriormente.</p> <p>2. El docente, en función del desarrollo de la asignatura, propone diversas lecturas útiles e interesantes para completar los conocimientos de la materia, solicitando un informe, crítico de su lectura, a través de una exposición escrita.</p> <p>3. Desarrollar un ensayo académico de 10 cuartillas, bajo los siguientes requisitos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Recopilar datos, hechos, experiencias que apoyen el tema a desarrollar. Conviene hacerse preguntas tales como: ¿Cuál es el tema sobre el</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas

que se trabajará, por qué es importante, ¿cuál es la opinión? A la hora de escribir se redactará en primera persona: "Considero que..." "en mi opinión...".

- Para la segunda parte, la argumentación supone defender ideas apoyadas en otros autores o en otros estudios.
- Para la tercera parte, la conclusión, se utilizan expresiones como "en conclusión", "en consecuencia", "así pues", donde se insiste de nuevo en la importancia del tema, así como de la opinión que se ha venido defendiendo.
- No olvides contextualizar en la actualidad.
- Se sugiere consultar otras fuentes de páginas web.
- Citar en formato APA sexta edición.

Como segunda opción, de manera colaborativa, los estudiantes invitarán a un experto en mercadotecnia deportiva para realizar una exposición del tema de acuerdo con la temática actual.

1. El alumno (1 por equipo) invita a un expositor para que el alumno tenga una percepción más amplia

		<p>del marketing.</p> <p><b>2.</b> Los alumnos escuchan atentamente al expositor y toman notas de los aspectos más importantes.</p> <p><b>3.</b> Entrega una reflexión por escrito de la conferencia impartida por el expositor.</p>		
<b>UNIDAD II</b>				
<b>4</b>	<p>Análisis del proceso de decisión de compra del consumidor</p> <p>(Casos prácticos)</p>	<p><b>1.</b> El docente impartirá el tema sobre el comportamiento del consumidor.</p> <p><b>2.</b> El alumno deberá desarrollar una serie de casos prácticos, donde analice el proceso de decisión de compra, según Philip Kotler. Bajo los siguientes requisitos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Recopilar datos, hechos, experiencias que apoyen el tema a desarrollar.</li> <li>● No olvides contextualizar en la actualidad.</li> <li>● Se sugiere consultar otras fuentes de páginas web.</li> <li>● Citar en formato APA sexta edición.</li> </ul> <p><b>3.</b> Entrega reporte al docente del análisis realizado para su revisión y la retroalimentación del tema.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD</b>				



III				
5	<b>Segmentación del producto o servicio final</b>	<p>De manera colaborativa, y después de definir el producto o servicio para su trabajo final, el alumno deberá realizar la segmentación de mercado, teniendo en cuenta las variables de segmentación demográfica, psicográfica, geográfica y conductual.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definir producto o servicio que desarrollará para culminar su trabajo final.</li> <li>2. Especificar el grupo o nicho al que va dirigido.</li> <li>3. Desarrollar la segmentación geográfica, demográfica, psicográfica y conductual de su público target.</li> <li>4. El documento deberá realizarse bajo los siguientes requisitos. <ul style="list-style-type: none"> <li>● Recopilar datos, hechos, experiencias que apoyen el tema a desarrollar.</li> <li>● No olvides contextualizar en la actualidad.</li> <li>● Se sugiere consultar otras fuentes de páginas web.</li> </ul> </li> </ol> <p>Citar en formato APA sexta edición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	2 horas
UNIDAD IV				

6	Diseño del estudio de mercado (Encuesta)	<p>De manera colaborativa y conforme al producto o servicio final deberán de realizar la estructura del estudio de mercado.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definir las preguntas a responder con el estudio de mercado. ¿Cuáles son las preguntas para las que deseas obtener respuestas? e Identificar el público objetivo (buyer persona).</li> <li>2. Se definirá el problema: ¿Qué queremos estudiar? ¿Cuál es nuestro propósito? ¿Qué queremos conocer? o ¿Cuál es el objetivo de la investigación?</li> <li>3. A continuación se desarrollará un análisis FODA de tu organización, producto o servicio.</li> <li>4. Como siguiente paso, se deberá establecer los objetivos (Que queremos conseguir al realizar el estudio de mercado), que sean claros, concretos y realistas.</li> <li>5. Elaborar el instrumento de recolección de datos. (encuesta)</li> <li>6. Definir nuestra muestra. Quienes serán los que responderán a nuestro estudio, de entre todo el público objetivo existente. La encuesta se aplicará por lo menos a 50 personas.</li> <li>7. Una vez aplicada la encuesta, se procederá a la recogida y</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Internet</li> <li>• Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	6 horas
---	--	---	--	---------

		<p>elaboración de datos.</p> <p><b>Ocho.</b> Por último, se procederá a la interpretación de datos.</p>		
<b>UNIDAD</b> <b>V</b>				
<b>7</b>	<p>Desarrollo de la marca (Diseño de logotipo)</p>	<p>De manera colaborativa, se elaborará el desarrollo de la marca del producto o servicio de su trabajo final.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar la filosofía institucional del producto o servicio. (Misión, visión, valores, objetivos)</li> <li>2.. Elaborar el manual de marca (objetivos comerciales, propuesta de valor, comportamiento con los clientes, ect.)</li> <li>3. Construye el branding bajo los siguientes elementos: Logotipo, colores, tipografías, elementos visuales, aspectos de monitorización, eslogan.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	6 horas
<b>8</b>	<p>Producto integrador</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De manera colaborativa se presenta un plan de mercadotecnia deportiva, estableciendo los elementos: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Resumen ejecutivo</li> <li>● Filosofía institucional</li> <li>● Diagnóstico situacional</li> <li>● Matriz FODA</li> <li>● Estudio de mercado</li> <li>● Objetivos de mercadotecnia</li> <li>● Estrategia de</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	8 horas

mercadotecnia

- Programa de acciones
- Presupuestos de ingresos, gastos y beneficios
- Mecanismos de control y evaluación

2. Entrega el documento y lo expone ante grupo en presentación power point. El grupo analiza y retroalimenta para mejorar la propuesta.

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Estudio de casos, herramientas digitales como formularios de google, mentimeter, método de proyectos, técnica expositiva, debates, ejercicios prácticos y foros.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Investigación, estudio de caso, trabajo en equipo, exposiciones, visitas a campo, organizadores gráficos, ensayos, resúmenes, cuadros comparativos y herramientas digitales como formularios de google, flipgrid y genially.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- 2 evaluaciones parciales.....	20%
- Tareas.....	10%
- Participación en clase.....	05%
- Exposición de avances en equipo y reporte escrito.....	10%
- Prácticas.....	20%
- Plan de Mercadotecnia.....	35%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Acosta, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Barcelona: Paidotribo [Clásica]</p> <p>Armstrong, G., Kotler, P., &amp; Opresnik, M. (2017) <i>Marketing</i>. Inglaterra: Pearson</p> <p>Desbordes, M., Ohl, F., &amp; Tribou, G. (2001). <i>Estrategias del marketing deportivo</i>. Barcelona: Paidotribo. [Clásica]</p> <p>Kotler, P. (2011). <i>Fundamentos del marketing</i>. México: Pearson [Clásica]</p> <p>Sangri, A. (2014). <i>Introducción a la mercadotecnia</i>. México: Grupo Editorial Patria [Clásica]</p> <p>Tracy, B. (2015). <i>Mercadotecnia</i>. Nashville, Tennessee: Grupo Nelson.</p>	<p>Blattberg, R., Kim, P. and Neslin, S. (2008). <i>Database Marketing</i>. New York: Springer. [Clásica]</p> <p>Van, A. (2016). <i>Social Media Management: Technologies and Strategies for Creating Bussiness Value</i>. Ghent, Belgium: Ghent University</p> <p>Vom Brocke, J. and Mendling, J., (2018). <i>Business Process Management Cases</i>. Cham, Switzerland: Springer.</p> <p>García, F. (Enero, 2009). El marketing deportivo. <i>Efedeportes</i>, 13 (128). Recuperado de <a href="https://www.efdeportes.com/efd128/el-marketing-deportivo.htm">https://www.efdeportes.com/efd128/el-marketing-deportivo.htm</a> [Clásica]</p> <p>Guillen, L., Martínez, L., &amp; Montaña, F. (2018). La responsabilidad social en el marketing deportivo. <i>Revista Universidad y Sociedad</i>, 10(2), 175-180. Recuperado de <a href="http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202018000200175&amp;script=sci_arttext&amp;tlng=en">http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202018000200175&amp;script=sci_arttext&amp;tlng=en</a></p> <p>Magaz-González, A.M., &amp; Fanjul-Suárez, J.L. (2012). Organización de eventos deportivos y gestión de proyectos: factores, fases y áreas. <i>Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport</i>, 12(45), 138-169 ISSN: 1577-0354. Recuperado de: <a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=542/54222133010">https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=542/54222133010</a> [Clásica]</p>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Mercadotecnia Deportiva debe contar con título de Licenciado en Mercadotecnia, Licenciado en Negocios Internacionales, preferentemente con estudio de posgrado en Mercadotecnia, Maestría en Gestión Deportiva, administración del deporte y la recreación o área afín, con dos años de experiencia docente. Además de ser proactivo, innovador, planificador, y con actitud propositiva.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Práctica Docente
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 01 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 01 CR: 05**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Adriana Griselda Mateos Valenzuela  
Iván de Jesús Ramos Rodríguez  
Liliana Sánchez Fernández

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 29 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

En la asignatura Práctica Docente se pretende que el estudiante se enfrente a escenarios reales de contexto educativos para desarrollar o confirmar el dominio de competencias didácticas necesarias para el trabajo práctico de la educación física en la educación básica, poniendo en juego las diversas estrategias y adecuaciones pertinentes para la promoción de aprendizajes esperados manifestando algunos rasgos de perfil de egreso solicitados por el Sistema Educativo Nacional. Esta asignatura pertenece al área pedagógica, se ubica en la etapa disciplinaria con carácter obligatorio

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar, implementar y evaluar secuencias didácticas de educación física en el nivel de educación básica atendiendo a planes y programas vigentes de la SEP, enfoques pedagógicos y lineamientos para el trabajo en los centros educativos para lograr los objetivos y aprendizajes relacionados con la actividad física y cuidado de la salud en los alumnos, con actitud crítica, reflexiva, ética profesional.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Portafolio de evidencias que incluye: (1) el oficio dirigido a la escuela donde se realizará la práctica, sellado y firmado por alguna autoridad educativa del plantel, (2) diagnóstico del centro educativo, (3) secuencias didácticas, (4) bitácora COL, (5) evaluación de las secuencias didácticas y (5) anexos que integre fotografías, listas de asistencia, rúbrica y/o lista de cotejo.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Nombre de la unidad**

**Competencia:**

Elaborar y analizar un diagnóstico de un centro escolar de educación básica a partir de las características internas, externas y del grupo asignado, con responsabilidad y objetividad.

**Contenido:**

**Duración: 6 horas**

- 1.1. Logística previa a práctica docente.
  - 1.1.1. Investigación del contexto escolar interno.
  - 1.1.2. Actores: alumnos, maestros, personal administrativo, directivos, personal de intendencia.
  - 1.1.3. Organigrama escolar.
  - 1.1.4. Funciones, derechos, responsabilidades del personal.
  - 1.1.5. Organismos colegiados vigentes (funciones, responsabilidades y lineamientos que los rigen).
  - 1.1.6. Características físicas de un centro educativo de educación básica (Edificios, áreas verdes, áreas comunes, servicios, mobiliario, recursos didácticos indispensables, etc.)
  - 1.1.7. Normatividad de los centros educativos. (Reglamento escolar, del salón, del personal, etc.)
  - 1.1.8. Tipos de escuela por nivel educativo, sostenimiento, por servicio que brinda y por horario.
  - 1.1.9. Entrevista y observación de clase.
  - 1.1.10. Otras actividades que se realizan en el centro educativo.
  - 1.1.11. Proyecto de impacto social.
- 1.2. Investigación del contexto escolar externo.
  - 1.2.1 Nivel socioeconómico alrededor del centro educativo.
  - 1.2.1 Contexto familiar (tipo de familia, costumbres, procedencia, idioma, profesión, etc.)
  - 1.2.2 Establecimientos, características geográficas de alrededor del centro educativo.
  - 1.2.3 Datos demográficos.
  - 1.2.4 Entorno geográfico (clima, flora, fauna, recursos naturales).
- 1.3. Elaboración de diagnóstico grupal del contexto interno, externo y características del grupo (cuantitativo y cualitativo).

## UNIDAD II. Programa de educación física en educación básica.

### Competencia:

Diseñar, implementar y evaluar secuencias didácticas para un grado del nivel de educación básica con base en los programas de educación física vigente de la SEP para contribuir a los objetivos y competencias asociadas a la actividad física y deporte y la salud en los contextos educativos, con creatividad, responsabilidad y empatía.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

#### 2.1. Programa de educación física en preescolar.

- 2.1.1 Consideraciones metodológicas.
- 2.1.2 Componentes curriculares del programa de estudio.
- 2.1.3 Características de los alumnos (físicas y actitudinales).
- 2.1.4 Planeación.
- 2.1.5 Implementación de plan de clase.

#### 2.2. Programa de educación física en primaria.

- 2.1.1 Consideraciones metodológicas.
- 2.1.2 Componentes curriculares del programa de estudio.
- 2.1.3 Características de los alumnos (físicas y actitudinales).
- 2.1.4 Planeación.
- 2.1.5 Implementación de plan de clase.

#### 2.3. Programa de educación física en secundaria.

- 2.1.1 Consideraciones metodológicas.
- 2.1.2 Componentes curriculares del programa de estudio.
- 2.1.3 Características de los alumnos (físicas y actitudinales).
- 2.1.4 Planeación.
- 2.1.5 Implementación de plan de clase.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Elaboración de diagnóstico de un centro escolar.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipo.</li> <li>2. Elegir un centro educativo de nivel preescolar, primaria o secundaria.</li> <li>3. Gestionar el acceso para observación y práctica docente.</li> <li>4. Aplicar un registro de observación con indicadores de contexto externo, interno y del grupo.</li> <li>5. Elaborar un diagnóstico del centro escolar.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oficio de acceso al centro educativo.</li> <li>• Registro de observación.</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Planeación de las Secuencias didácticas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos.</li> <li>2. Analizar las intenciones formativas de educación física a partir de los programas vigentes de la SEP.</li> <li>3. Diseñar las secuencias didácticas del grado seleccionado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programas vigentes de educación física de la SEP.</li> <li>• Diagnóstico del centro educativo.</li> <li>• Formato de planeación didáctica.</li> </ul>	8 horas
3	<b>Reporte de la práctica docente</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos de práctica.</li> <li>2. Analizar y ordenar los reportes de práctica, evidencias y registros</li> <li>3. Elaborar el reporte de la práctica docente (se sugiere un portafolio).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reportes de práctica, evidencias y registros.</li> </ul>	2 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Implementar secuencias didácticas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos implementar las secuencias didácticas en el nivel seleccionado atendiendo reglamentos de prácticas de campo.</li> <li>2. Registrar las experiencias de la implementación de las secuencias didácticas en la Bitácora COL (comprensión ordenada del lenguaje).</li> <li>3. A lo largo de la estancia, obtener evidencias fotográficas.</li> <li>4. Registrar en la planeación los sucesos no planeados.</li> <li>5. Enviar semanalmente un reporte al docente sobre la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Secuencias didácticas.</li> <li>• Bitácora COL</li> <li>• Dispositivo para recuperar evidencias.</li> <li>• Reglamentos de prácticas de campo.</li> </ul>	32 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Por la importancia e impacto de esta asignatura, se recomienda la supervisión y seguimiento de los estudiantes en los centros educativos y elaborar informes a la Dirección. Además, se proponen las siguientes estrategias para la facilitación del aprendizaje:

- Técnica expositiva.
- Estudio de casos.
- Instrucción guiada.
- Ejercicios prácticos.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Práctica de campo.
- Trabajo colaborativo
- Exposición.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Evaluación parciales.....	10%
- Prácticas de taller .....	20%
- Prácticas de campo .....	60%
- Portafolio de evidencia de la práctica docente ...	10%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>



## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Secretaría de Educación Pública. (2017). <i>Aprendizajes Clave para la Educación Integral</i>. México: Autor. Recuperado de <a href="https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZAJES_CLAVE_PARA_LA_EDUCACION_INTEGRAL.pdf">https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZAJES_CLAVE_PARA_LA_EDUCACION_INTEGRAL.pdf</a></p> <p>Secretaría de Educación Pública. (2017). <i>Aprendizajes Clave para la Educación Integral: Educación Física. Educación Básica</i>. México: Autor. Recuperado de <a href="https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf">https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf</a></p> <p>Blazquez, D. (2016). <i>Métodos de enseñanza en educación física. Enfoques innovadores para la enseñanza de competencias</i>. España: INDE.</p> <p>Onofre Contreras, Jordán (2017). <i>Didáctica de la educación física</i>. Madrid: Síntesis.</p> <p>Torres-Solís, J. A. (2016). <i>Didáctica de la Educación Física</i>. México: Trillas.</p> <p>Ceseña, K. P. R. y Arroyo, G. C. (2019). Análisis de la estructura curricular de los Aprendizajes Clave para la Educación Integral. <i>Revista Electrónica de Investigación e Innovación Educativa-REIIE</i> 4(1), 93-103.</p>	<p>Cheung, P. C., Franks, P. A., Kramer, M. R., Kay, C. M., Drews-Botsch, C. D., Welsh, J. A., &amp; Gazmararian, J. A. (2019). Elementary school physical activity opportunities and physical fitness of students: A statewide cross-sectional study of schools. <i>PloS one</i>. Recuperado de <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:3017/ehost/detail/detail?vid=6&amp;sid=63b8eed3-5156-4176-84bb-6081f2d91a35%40sdc-v-sessmgr02&amp;bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=30645628&amp;db=mdc">http://libcon.rec.uabc.mx:3017/ehost/detail/detail?vid=6&amp;sid=63b8eed3-5156-4176-84bb-6081f2d91a35%40sdc-v-sessmgr02&amp;bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=30645628&amp;db=mdc</a></p> <p>Jáuregui, A., Villalpando, S., Rangel-Baltazar, E., Castro-Hernández, J., Lara-Zamudio, Y., &amp; Méndez-Gómez-Humarán, I. (2011). The physical activity level of Mexican children decreases upon entry to elementary school. <i>Salud Pública Mex</i> 53, 228-236. Recuperado de <a href="https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2011/sal113e.pdf">https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2011/sal113e.pdf</a></p> <p>Pangrazi, R. P. &amp; Beighle, A. (2019). <i>Dynamic physical education for elementary school children</i>. 19th ed. USA: Human Kinetics. Recuperado de <a href="https://books.google.es/books?hl=es&amp;lr=&amp;id=CFy8DwAAQB_AJ&amp;oi=fnd&amp;pg=PP1&amp;dq=Physical+Education+in+Elementary+school+&amp;ots=4MWOI2Z_E-&amp;sig=3b3sczp74n9YXPaaJTTN6SmKbrU#v=onepage&amp;q=Physical%20Education%20in%20Elementary%20school&amp;f=false">https://books.google.es/books?hl=es&amp;lr=&amp;id=CFy8DwAAQB_AJ&amp;oi=fnd&amp;pg=PP1&amp;dq=Physical+Education+in+Elementary+school+&amp;ots=4MWOI2Z_E-&amp;sig=3b3sczp74n9YXPaaJTTN6SmKbrU#v=onepage&amp;q=Physical%20Education%20in%20Elementary%20school&amp;f=false</a></p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín, experiencia como docente de educación física en nivel educativo básico, conocimiento de la estructura de la educación física en el sistema educativo, de preferencia con estudios de posgrado en el área de pedagogía. Que sea propositivo con ética profesional, responsabilidad y liderazgo

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Principios de la Prescripción del Ejercicio
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Juan Carlos Borbón Román  
Iván Rentería  
Elena Cecilia Guzmán Gutiérrez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 29 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Los estudiantes analicen y lleven a la práctica los cinco componentes generales de la prescripción del ejercicio que son reportados como frecuencia, intensidad, duración, tipo de ejercicio y ritmo de progresión, para desarrollar y administrar un programa de ejercicio físico en diversos contextos como la mejora y mantenimiento de un estado saludable. Principios de la Prescripción del Ejercicio forma parte de la etapa disciplinaria con carácter obligatoria, del área de conocimiento de Biomédica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar buenas prácticas de prescripción y valoración del ejercicio físico, considerando las tendencias y prioridades epidemiológicas del país en tópicos de salud relacionados con la promoción de la práctica regular de actividad física, para diseñar estrategias de prescripción de actividad física en poblaciones consideradas como prioridad epidemiológica nacional o estatal, con una actitud de autogestión de conocimiento y ética profesional.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Redacción comprensiva sobre la prescripción de un programa de entrenamiento para un sujeto que presenta su historial médico y resultados de evaluaciones médicas recientes. El principal objetivo de la prescripción del programa de entrenamiento es que el sujeto pueda lograr mejorar su capacidad funcional. Debe iniciar con una introducción sobre la prescripción del ejercicio físico, seguida de la presentación de un cronograma de actividades para llevar a cabo una prescripción del ejercicio físico y procesos de evaluación y seguimiento por un periodo de 2 meses (8 semanas). La prescripción del ejercicio debe llevar una explicación detallada sobre modalidad de ejercicio, frecuencia de entrenamiento, duración de los ejercicios, intensidad de entrenamiento y ritmo de progresión. El escrito debe contener una justificación de la elección de actividades y modalidad de ejercicio, así como especificar las intensidades de trabajo y gasto energético.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Beneficios y riesgos asociados con la práctica de la actividad física**

**Competencia:**

Analizar los riesgos y beneficios de la práctica de la actividad física en diferentes contextos, para conocer el proceso de diseño de programas de ejercicio físico, a través de la revisión de los principios, fundamentos, beneficios y sus riesgos del ejercicio físico, de forma responsable y crítica.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1. Terminología utilizada en la actividad física y el fitness.
- 1.2. Perspectivas de la Salud Pública sobre las recomendaciones actuales para la práctica regular de actividad física.
- 1.3. Beneficios de la práctica regular de la actividad/ejercicio físico.
- 1.4. Riesgos asociados a la práctica regular de actividad/ejercicio.
- 1.5. Eventos cardíacos asociados con la práctica de ejercicio físico en adultos.
- 1.6. Prevención de riesgos cardíacos asociados con la práctica de ejercicio físico.

## UNIDAD II. Componentes de la evaluación previa al inicio de un programa de ejercicio

### Competencia:

Analizar los componentes del historial médico, pruebas de valoración funcional y consentimiento informado, para efectuar una valoración inicial de los sujetos, mediante exámenes médicos, pruebas bioquímicas y de esfuerzo máximo o sub-máximo, de forma empática, objetiva y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 2.1. Historial médico.
- 2.2. Presión arterial y análisis del perfil bioquímico sanguíneo.
- 2.3. Función cardio-pulmonar, examen médico y prueba ergométrica de esfuerzo diagnóstica.
- 2.4. Contraindicaciones para la prescripción del ejercicio.
- 2.5. Consentimiento Informado.
- 2.6. Reglas de seguridad para la prescripción del ejercicio e instrucción a participantes.

### UNIDAD III. Principios generales para la prescripción del ejercicio

**Competencia:**

Identificar los principios generales de la prescripción del ejercicio, a través de la revisión de corrientes teóricas basadas en evidencia, así como los principios y consideraciones, para orientar el diseño y desarrollo de los programas de ejercicio físico, con actitud crítica, autodidacta y responsable.

**Contenido:****Duración:** 8 horas

- 3.1. Introducción a los principios para la prescripción del ejercicio.
- 3.2. Consideraciones generales para la prescripción del ejercicio.
- 3.3. Componentes de una sesión de entrenamiento o de ejercicio.
- 3.4. Ejercicio Aerobio (resistencia cardio-respiratoria).
- 3.5. Frecuencia del ejercicio.
- 3.6. Intensidad del ejercicio.
- 3.7. Duración del ejercicio (volumen).
- 3.8. Tipo de ejercicio (modo).
- 3.9. Ritmo de progresión o adaptación al ejercicio.

## UNIDAD IV. Resistencia muscular

### **Competencia:**

Aplicar los componentes de la prescripción del ejercicio con enfoque en la capacidad de resistencia muscular, para mejorar el estado de salud, mediante el seguimiento de pautas y procedimientos de seguridad y eficacia del entrenamiento contra resistencia, con responsabilidad y empatía.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 4.1. Frecuencia de entrenamiento para ejercicios contra resistencia.
- 4.2. Tipos de ejercicio contra resistencia.
- 4.3. Volumen de los ejercicios contra resistencia (sets y repeticiones).
- 4.4. Técnica de los ejercicios contra resistencia.
- 4.5. Ritmo de progresión/adaptación a los ejercicios contra resistencia.



## UNIDAD V. Ejercicios de flexibilidad

### **Competencia:**

Aplicar los componentes de la prescripción del ejercicio con enfoque en la capacidad de flexibilidad, para mejorar la amplitud y rango de movimiento corporal, mediante el seguimiento de pautas y procedimientos de seguridad y eficacia del entrenamiento de la flexibilidad, con responsabilidad y empatía.

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 5.1. Tipos de Prescripción de ejercicios de flexibilidad.
- 5.2. Volumen de los ejercicios de flexibilidad (tiempo, repeticiones y frecuencia).
- 5.3. Ejercicio Neuromotor.

## UNIDAD VI. Supervisión de un programa de ejercicio

### **Competencia:**

Desarrollar políticas de interacción participante-programa de ejercicio, mediante el contexto y programación de aspectos administrativos, legales y de monitoreo, para la toma de decisiones de quien realiza el ejercicio y así determinar resultados a corto, mediano y largo plazo, con una actitud ética e incluyente.

### **Contenido:**

**Duración:** 2 horas

- 6.1. Toma de decisiones en la programación del ejercicio.
- 6.2. Consideraciones legales para la prescripción del ejercicio.
- 6.3. Diseño de instalaciones, selección y calibración de equipamientos.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Componentes de la evaluación previa al inicio de un programa de ejercicio físico</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atienda las orientaciones del docente para el desarrollo de la práctica.</li> <li>2. Realiza procedimientos de valoración de la actividad física en los sujetos que deseen iniciar con un programa de ejercicio.</li> <li>3. Realiza historial médico del sujeto</li> <li>4. Analiza contenidos de un consentimiento informado para la prescripción del ejercicio físico.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora para elaborar expediente sobre perfil de historial médico y de nivel de actividad física del sujeto.</li> <li>• Hojas impresas con los cuestionarios de valoración</li> <li>• Lápices o bolígrafos.</li> <li>• Hoja de consentimiento informado de acuerdo a lineamientos internacionales.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
2	<b>Establecimiento de intensidad y volumen para la prescripción del ejercicio aeróbico</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Calcula valores absolutos de demandas metabólicas durante la realización de ejercicio aeróbico como el consumo máximo de oxígeno (ml/kg/min-1) y de forma indirecta calcular el gasto energético (kcal/min-1).</li> <li>2. Emplea métodos relativos a través de fórmulas de regresión para estimar de una forma más exacta la intensidad del ejercicio aeróbico (%VO<sub>2</sub> de reserva, Frecuencia Cardíaca de Reserva, % de equivalentes metabólicos) para la prescripción del ejercicio</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizador de gases.</li> <li>• Equipo de cómputo.</li> <li>• Pulsómetros.</li> <li>• Monitor de estrés cardiorrespiratorio.</li> <li>• App Polar Beat</li> <li>• App HRV Elite</li> <li>• Audio para pruebas de campo de VO<sub>2</sub>.</li> <li>• Bocinas.</li> <li>• Conos de señalización.</li> <li>• Cinta métrica.</li> <li>• Gimnasio o área deportiva de usos múltiples para pruebas de campo.</li> <li>• Calculadora científica.</li> </ul>	8 horas

		<p>aeróbico y así producir mejora de la capacidad cardiorrespiratoria.</p> <p>3. Analiza las asociaciones entre intensidad de la actividad física aeróbica y el establecimiento del volumen de trabajo para determinar de forma indirecta el gasto energético de acuerdo a el protocolo de prueba (laboratorio y campo) de la frecuencia de ejercicio, el modo de ejercicio, la intensidad del ejercicio, la FC en reposo, el nivel de condición física, la edad, la composición corporal y otros factores.</p> <p>4. Entrega de reporte de práctica donde se establezca los métodos utilizados para la determinación de la intensidad y volumen del ejercicio aeróbico, así como referencia bibliográfica para determinar la validez y confiabilidad de las fórmulas utilizadas para determinar la intensidad del ejercicio y gasto energético.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bitácora de actividades.</li> <li>• Guía de fórmulas del Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM) para estimar VO<sub>2</sub> y gasto energético.</li> </ul>	
<b>UNIDAD IV</b>				
3	<b>Análisis cinemático y kinesiológico de los principales ejercicios contra resistencia para el fortalecimiento del tren superior</b>	<p>1. Atienda las orientaciones del docente sobre ejecuciones de empuje y tracción.</p> <p>2. El estudiante aplica los conocimientos previos de Biomecánica, Morfo-fisiología y Kinesiología para realizar un análisis de frecuencia y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala de fitness o gimnasio de pesas.</li> <li>• Pesos libres (mancuernas y barras).</li> <li>• Ligas de resistencia.</li> <li>• Bancos ajustables para sala de fitness o gimnasio de pesas.</li> <li>• Máquinas de sala de fitness</li> </ul>	6 horas

		<p>velocidad de movimiento, momento de fuerza y posturas correctas para la ejecución de los ejercicios. Acumulación de carga, compresión, tensión y torsión de los ejercicios. La repetición sistemática de movimientos de flexión y extensión de acciones articulares. Consideraciones de seguridad para realizar los ejercicios, así como las variantes de los ejercicios.</p> <p>3. Pruebas de valoración de repeticiones máximas para el establecimiento de intensidad y volumen de los ejercicios.</p> <p>4. Realiza y entrega un reporte de práctica donde haga una revisión bibliográfica y detalle la correcta ejecución de los ejercicios a través de redacción de texto e ilustraciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transductor de posición lineal para medir velocidad de ejecución</li> <li>• Bitácora de actividades</li> </ul>	
4	<b>Análisis cinemático y kinesiológico de los principales ejercicios contra resistencia para el fortalecimiento del tren inferior</b>	<p>1. Atienda las orientaciones del docente sobre ejecuciones de empuje y tracción.</p> <p>2. El estudiante aplica los conocimientos previos de Biomecánica, Morfo-fisiología y Kinesiología para realizar un análisis de frecuencia y velocidad de movimiento, momento de fuerza y posturas correctas para la ejecución de los ejercicios. Acumulación de carga, compresión, tensión y torsión de los ejercicios. La repetición sistemática de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala de fitness o gimnasio de pesas.</li> <li>• Pesos libres (mancuernas y barras).</li> <li>• Ligas de resistencia.</li> <li>• Bancos ajustables para sala de fitness o gimnasio de pesas.</li> <li>• Máquinas de sala de fitness</li> <li>• Transductor de posición lineal para medir velocidad de ejecución</li> <li>• Bitácora de actividades</li> </ul>	6 horas

		<p>movimientos de flexión y extensión de acciones articulares. Consideraciones de seguridad para realizar los ejercicios, así como las variantes de los ejercicios.</p> <p>3. Pruebas de valoración de repeticiones máximas para establecer intensidad y volumen de los ejercicios.</p> <p>4. Realiza y entrega un reporte de práctica donde haga una revisión bibliográfica y detalle la correcta ejecución de los ejercicios a través de redacción de texto e ilustraciones.</p>		
<b>UNIDAD V</b>				
5	<b>Prescripción del ejercicio físico para el mantenimiento y desarrollo de la flexibilidad</b>	<p>1. El estudiante atiende las indicaciones del profesor, para poner en práctica diferentes acentos de trabajo que favorezcan la flexibilidad</p> <p>2. Selecciona diferentes métodos y herramientas para el desarrollo de la flexibilidad</p> <p>3. Utiliza diferentes implementos, métodos y estrategias</p> <p>4. Ejecuta diferentes acciones motrices para el mantenimiento de la flexibilidad con la técnica adecuada.</p> <p>5. Realiza una autoevaluación de su desempeño.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sabla de anotaciones</li> <li>• Lápiz , hojas y plumas</li> <li>• Pelotas</li> <li>• Tapete yoga</li> <li>• Tatami</li> <li>• Gimnasio universitario</li> <li>• Áreas libres</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD VI</b>				
6	<b>Supervisión de un centro fitness</b>	El estudiante supervisa los	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de cómputo.</li> </ul>	2 horas

	<p><b>y programación del ejercicio físico para la toma de decisiones</b></p>	<p>siguiente aspectos :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Protocolos de control, evaluación y mantenimiento de instalaciones de centros de fitness o gimnasios.</li> <li>2. Calidad de servicio en función a los criterios de valoración inicial del estado de salud y nivel de aptitud física del sujeto, programa de prescripción del ejercicio, tipo de actividades ofertadas, infraestructuras y equipamiento básico y avanzado del centro de fitness o gimnasio.</li> <li>3. Reporte de práctica donde el estudiante diseñe una rúbrica de evaluación de los diferentes aspectos de protocolos de seguridad, mantenimiento, calidad de servicio, infraestructura, equipamiento y servicio de prescripción del ejercicio de con los que debería contar un centro fitness o gimnasio.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lineamientos internacionales para valoración y supervisión de centros de fitness o gimnasios.</li> <li>• Sala de fitness o gimnasio de la unidad académica.</li> </ul>	
--	--	---	---	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

- Presentar y explicar los temas relacionados con la prescripción del ejercicio físico
- Realiza ejemplos de ejecución del ejercicio físico
- Elaborar y aplicar exámenes teóricos y prácticos
- Supervisar y dirigir las prácticas
- Propiciar la participación activa del estudiante

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Investigar los temas relacionados con la prescripción del ejercicio
- Presentar cronograma de plan para el diseño del programa de ejercicio físico
- Diseñar un programa de ejercicio físico
- Resolver exámenes teóricos y prácticos
- Trabajar en equipo
- Elaborar cuadro comparativo de actividad física y ejercicio físico



## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Exámenes parciales.....	10%
- Prácticas de taller.....	20%
- Reporte de actividades .....	10%
- Programa de ejercicio físico.....	60%
(Evidencia de aprendizaje)	
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>American College of Sports Medicine [ACSM] (2010). ACSM's Health-Related Physical Fitness Assessment Manual (3ra. ed., pp. 2-16). Philadelphia, PA: Lippincott Williams &amp; Wilkins.[clásica]</p> <p>American College of Sports Medicine [ACSM] (2014a). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription (9na. ed., pp. 19-36, 40-57, 162-180). Philadelphia, PA: Lipincott Williams &amp; Wilkins.[clásica]</p> <p>American College of Sports Medicine [ACSM] (2014b). ACSM's Resource Manual for Guidelines for Exercise Testing and Prescription (7ma. ed., pp. 170-177, 324-330, 337, 424, 466-479). Philadelphia, PA: Lipincott Williams &amp; Wilkins.[clásica]</p> <p>Ferguson, B. (2014). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription 9th Ed. 2014. The Journal of the Canadian Chiropractic Association, 58(3), 328. Recuperado de <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4139760/pdf/jcca_58_3_328a.pdf">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4139760/pdf/jcca_58_3_328a.pdf</a></p>	<p>Burgomaster, K. A., Howarth, K. R., Phillips, S. M., Rakobowchuk, M., MacDonald, M. J., McGee, S. L., y Gibala, M. J. (2008). Similar metabolic adaptations during exercise after low volume sprint interval and traditional endurance training in humans. <i>The Journal of physiology</i>, 586(1), 151-160. [clásica]</p> <p>Gibala, M. J., Little, J. P., Van Essen, M., Wilkin, G. P., Burgomaster, K. A., Safdar, A., .. y Tarnopolsky, M. A. (2006). Short-term sprint interval versus traditional endurance training: similar initial adaptations in human skeletal muscle and exercise performance. <i>The Journal of physiology</i>, 575(3), 901-911.[clásica]</p> <p>Gillen, J. B., y Gibala, M. J. (2018). Interval training: a time-efficient exercise strategy to improve cardiometabolic health. <i>Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism</i>, 43(10), iii-iv. [clásica]</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Principios de la Prescripción del Ejercicio debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en Ciencias del Deporte o áreas de Ciencias de la Salud afines con perfil en Fisiología Clínica o Aplicada al Ejercicio Físico, y que respalde su experiencia laboral de dos años y experiencia en investigación aplicada o básica en congresos mundiales, además de contar con dos años de experiencia docente. En cuanto a su actitud de trabajo debe ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte.
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Entrenamiento Deportivo I
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo

#### Equipo de diseño de PUA

Juan Pablo Machado Parra

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolas Rodríguez Lucas  
Juan José Calleja Núñez  
Esteban Hernández Armas

**Fecha:** 05 de noviembre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Entrenamiento Deportivo se encuentra dentro del área de conocimiento técnico-deportivo, es de carácter obligatorio y forma parte de la etapa terminal de la licenciatura de Actividad Física y del Deporte, para cursarla se requiere haber aprobado satisfactoriamente la unidad de aprendizaje de Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Tiene como finalidad que el estudiante diseñe planes de entrenamiento deportivo, de esta forma, adquiere conocimientos de modelos de entrenamiento, metodología y factores de planeación del entrenamiento deportivo, así como habilidades de manejo de TIC 's, y actitudes organizativas, de proactividad y de trabajo en equipo.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar planes de entrenamiento deportivo, para el desarrollo del talento y la maximización del rendimiento deportivo, a partir de la determinación de características de poblaciones específicas (evaluación del sujeto), con responsabilidad.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Desarrollar un plan de entrenamiento deportivo que integre:

1. Plan escrito: análisis del plan anterior, determinación de los objetivos, metas, generalidades del plan de entrenamiento, fichas técnicas, evaluaciones (cuántas y cuáles), medios y métodos del entrenamiento a utilizar, elementos y materiales.
2. Plan gráfico: calendario oficial, periodización, carga, competencias y evaluaciones.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Proceso de Planeación del Entrenamiento Deportivo**

**Competencia:**

Conocer los elementos que componen un plan de entrenamiento, mediante el análisis del plan escrito y plan gráfico, para identificar el orden metodológico de los elementos, mostrando una actitud crítica y analítica.

**Contenido:**

**Duración:** 2 horas

1.1 Plan Escrito

1.1.1 Análisis del plan anterior o estado actual del individuo.

1.1.2 Determinación de nuevos objetivos.

1.1.3 Determinación de evaluaciones de control.

1.1.4 Determinación de las Competencias Preparatorias y Fundamentales

1.2 Plan Gráfico

1.2.1 Calendarización

1.2.2 Dosificación de la Carga

1.2.3 Periodización

1.2.4 Evaluaciones

## UNIDAD II. Evaluación Diagnóstica

### **Competencia:**

Generar una evaluación diagnóstica sobre el entrenamiento deportivo, mediante el examinar los factores de planificación y el analizar las capacidades de los deportistas, para determinar el modelo idóneo de planeación, mostrando actitud creativa y crítica.

### **Contenido:**

- 2.1 Factores de Planificación
  - 2.1.1 Factores de la planificación: Deporte
  - 2.1.2 Factores de la planificación: Género
  - 2.1.3 Factores de la planificación: edad
- 2.2 Análisis de las capacidades de los deportistas
  - 2.2.1 Factores endógenos
  - 2.2.2 Factores exógenos

**Duración:** 6 horas

### UNIDAD III. Periodización del Entrenamiento Deportivo

**Competencia:**

Determinar la periodización del entrenamiento deportivo con base en los objetivos de los periodos de preparación, de competición y de transición, con la finalidad de lograr la maximización del rendimiento y el desarrollo del talento deportivo con actitud responsable.

**Contenido:****Duración:** 4 horas

## 3.1 Periodo de preparación

3.1.1 Características y objetivo de la etapa

3.1.2 Medios, Métodos y Contenidos de la etapa

## 3.2 Periodo de competición

3.2.1 Características y objetivo de la etapa

3.2.2 Medios, Métodos y Contenidos de la etapa

## 3.3 Periodo de transición

3.3.1 Características y objetivo de la etapa

3.3.2 Medios, Métodos y Contenidos de la etapa



## UNIDAD IV. Modelos y Métodos de Planificación del Entrenamiento Deportivo

### Competencia:

Proponer un modelo de planificación del entrenamiento deportivo por medio del análisis de los modelos clásicos y contemporáneos de la planificación deportiva, así como de un diagnóstico y los objetivos de la periodización, con el propósito de garantizar la idoneidad de la planeación, mostrando actitud crítica y reflexiva.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 4.1 Modelos clásicos de Planificación Deportiva
  - 4.1.1 Modelo Empíricos del Entrenamiento Deportivo
  - 4.1.2 Modelos Preclásicos del Entrenamiento Deportivo
  - 4.1.4 Modelo Clásico de L. P. Matveiev
- 4.2 Modelos contemporáneos de Planificación Deportiva
  - 4.2.1 Modelo de péndulo
  - 4.2.2 Modelo de bloques
  - 4.2.3 Modelo ATR
  - 4.2.4 Modelo de campanas
  - 4.2.5 Modelo de Altas Cargas
  - 4.2.6 Modelos emergentes de Planificación

## UNIDAD V. Estructuras Básicas de Planificación

### Competencia:

Organizar los elementos estructurales de los modelos de planificación del entrenamiento deportivo, de acuerdo a las características de los tipos de mesociclos, de microciclos y de sesiones para llevar una progresión acorde a los objetivos del plan de entrenamiento, con actitud crítica y reflexiva.

### Contenido:

- 5.1 Mesociclos
  - 5.1.1 Tipos
  - 5.1.2 Características
  - 5.1.3 Organización
- 5.2 Microciclos
  - 5.2.1 Tipos
  - 5.2.2 Características
  - 5.2.3 Organización
- 5.3 Sesión
  - 5.3.1 Tipos
  - 5.3.2 Características
  - 5.3.3 Organización

**Duración:** 4 horas

## UNIDAD VI. Diseño de Plan de Entrenamiento Deportivo

### **Competencia:**

Diseñar un plan de entrenamiento deportivo con base a la determinación del deporte, el atleta y la estructura de planificación, con el propósito de lograr objetivos de rendimiento con actitud responsable y proactiva.

### **Contenido:**

- 6.1 Determinación de la Estructura de Planificación
  - 6.1.1 Deporte y Estructura del Entrenamiento Deportivo
  - 6.1.2 Atleta y Estructura del Entrenamiento Deportivo
- 6.2 Elaboración del Plan de Entrenamiento Deportivo
  - 6.2.1 Conformación del Plan Escrito
  - 6.2.2 Conformación del Plan Gráfico

**Duración:** 8 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Elementos que componen un plan de entrenamiento.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Leer la información proporcionada por el docente</li> <li>2. Por medio de un formato dado por el docente contestar la información solicitada respecto a los elementos que componen un plan de entrenamiento.</li> <li>3. Redactar una conclusión respecto al ejercicio.</li> <li>4. Entregar el formato físico al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Formato</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Evaluación diagnóstica del Plan de Entrenamiento Deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar un deporte y deportistas a los cuales se dirigirá el plan de entrenamiento.</li> <li>2. Elaborar una batería de análisis diagnósticos en el ámbito físico, psicológico, género y edad.</li> <li>3. Proyectar resultados del diagnóstico general.</li> <li>4. Redactar una conclusión respecto a los resultados obtenidos en su observación a manera de informe.</li> <li>5. Exponer frente al grupo el informe.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD III</b>				

3	<b>Periodización del Entrenamiento Deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar las fases del entrenamiento dentro de un plan gráfico.</li> <li>2. Elaborar un plan grafico donde se identifique la periodización de las fases de periodo preparatorio, competitivo y tránsito.</li> <li>3. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe.</li> <li>4. Exponer frente al grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>Modelos de Planificación del Entrenamiento Deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar el modelo de planificación del entrenamiento deportivo</li> <li>2. Elaborar un plan grafico conforme al modelo de planificación elegido.</li> <li>3. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe</li> <li>4. Exponer frente al grupo</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	8 horas
<b>UNIDAD V</b>				
5	<b>Estructuras básicas de Planificación.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar los elementos básicos de planificación del entrenamiento dentro de un plan gráfico.</li> <li>2. Elaborar un plan grafico donde se identifique los mesociclos, microciclos y sesiones del entrenamiento deportivo.</li> <li>3. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	4 horas

		4. Exponer frente al grupo		
<b>UNIDAD VI</b>				
6	<b>Elaboración del Plan de Entrenamiento.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar el modelo de planificación del entrenamiento deportivo</li> <li>2. Elaborar un plan de entrenamiento conforme al modelo de planificación elegido.</li> <li>3. Elaborar el plan escrito</li> <li>4. Elaborar el plan gráfico</li> <li>5. Redactar una conclusión de lo elaborado a manera de informe</li> <li>6. Exponer frente al grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	8 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Estudio de caso  
Técnica expositiva  
Lectura guiada

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Estudio de caso  
Organizadores gráficos  
Trabajo colaborativo  
Redacción de informes  
Exposiciones  
Diseño de plan de entrenamiento

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Tareas y Prácticas de Taller.....	20%
- Exámenes.....	20%
-Plan de entrenamiento deportivo (evidencia de aprendizaje).....	60%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>



## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Bompa, T. O., &amp; Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. Barcelona: Paidotribo.</p> <p>Blumenstein, B. (2007). <i>Psychology of sport training</i> (Vol. 2). Meyer &amp; Meyer Verlag. [clásica]</p> <p>Costa, I. A. (2013). Los modelos de planificación del entrenamiento deportivo del siglo XX. <i>Revista Electrónica de Ciencias Aplicadas al Deporte</i>. Recuperado de <a href="https://core.ac.uk/download/pdf/49224383.pdf">https://core.ac.uk/download/pdf/49224383.pdf</a></p> <p>Issurin, V. (2019). <i>Entrenamiento deportivo.: Periodización en bloques</i>. España: Paidotribo</p> <p>Mallo, J. (2020). <i>Team Sports Training: The Complexity Model</i> (Vol. 10). Routledge.</p> <p>Matveev, L. P. (2001). <i>Teoría general del entrenamiento deportivo</i>. España: Paidotribo [clásica]</p> <p>Martin, D., Carl, K., &amp; Lehnertz, K. (2007). <i>Manual de metodología del entrenamiento deportivo</i> (Vol. 24). España: Paidotribo [clásica]</p> <p>OBE, F. W. D. (2014). <i>Sports Training Principles: An Introduction to Sports Science</i>. USA: Bloomsbury Publishing. [clásica]</p> <p>Platonov, V. N. (2001). <i>Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico</i>. España: Paidotribo. [clásica]</p> <p>Shepherd, J. (2013). <i>The complete guide to sports training</i>. London: A&amp;C Black [clásica]</p>	<p>Costa, I. A. (2013). <i>Los modelos de planificación del entrenamiento deportivo del siglo XX</i>. Argentina: Universidad FASTA. [clásica]</p> <p>Issurin, V. (2008). Block periodization versus traditional training theory: a review. <i>Journal of sports medicine and physical fitness</i>, 48(1), 65. [clásica]</p> <p>Verkhoshansky, Y. (2001). <i>Teoría y metodología del entrenamiento deportivo</i> (Vol. 24). Barcelona: Paidotribo. [clásica]</p> <p>Verkhoshansky, Y., &amp; Siff, M. C. (2011). <i>Superentrenamiento</i>. Barcelona: Paidotribo. [clásica]</p>

Weineck, J. (2005). <i>Entrenamiento total</i> (Vol. 24). Barcelona: Paidotribo. [clásica]	
---	--

<b>X. PERFIL DEL DOCENTE</b>
------------------------------

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Entrenamiento Deportivo I debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 3 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos y experiencia en el área de planeación del entrenamiento deportivo. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.
--

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Proyectos de Inversión en la Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Nohemi Castro Rodríguez  
Jesús Carlos Torres Acedo  
Nancy Castro Rodríguez  
Yolanda Alejandrina Mendoza Rivera  
Enrique Rodríguez Díaz  
Abelardo Antonio Beltrán de la Fuente

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa terminal, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Administrativa, es requisito haber cursado con anterioridad la asignatura Mercadotecnia Deportiva. El propósito de esta unidad de aprendizaje es que el alumno reconozca los conceptos administrativos y de negocios, así como la metodología para el emprendimiento de proyectos y los procesos de evaluación de los mismos, con la finalidad de elaborar un plan de negocios factible para proyectos deportivos y ofertas de servicios de ocio y tiempo libre.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Desarrollar proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre basados en los modelos de negocios, para ofrecer servicios innovadores de acuerdo a las necesidades del contexto, con actitud creativa, emprendedora y respeto al medio ambiente.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elabora un plan de negocio para proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre que contemple un:

- Información general.
- Plan estratégico.
- Plan operativo
- Plan de mercadotecnia.
- Plan financiero.
- Análisis de riesgo y estrategias de salida

El plan de negocios deberá entregarse con una estructura documental impresa en el formato digital actualizada y la opción de exposición al grupo sobre el proyecto y los planes definidos. Este deberá contar con portada, tabla de contenidos, introducción, contenido, conclusión y referencias bibliografía en formato APA, de acuerdo con la estructura homologada que proponga la unidad académica.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Entorno Socio-económico de México**

**Competencia:**

Identificar los conceptos fundamentales de los factores socio-económicos, mediante el análisis del entorno económico, político y social del contexto actual de la población, para considerarse en el desarrollo de un Plan de Negocios para proyectos deportivos y oferta de servicios de ocio y tiempo libre; con actitud objetiva, analítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

1.1. Entorno Económico

1.1.1 Macro indicadores

1.1.2 Políticas Económicas

1.2. Micro Entornos Económicos

1.2.1 Población Económicamente Activa

1.2.2 Tasa de Desempleo en la Región

1.2.3 Indicadores de Precios

## UNIDAD II. Planes de contingencias y riesgos

### **Competencia:**

Analizar los riesgos internos y externos que pueden afectar la operación del Plan de Negocios, por medio de la consideración de alternativas de acción, para garantizar la viabilidad del proyecto en cada una de sus etapas; con actitud flexible al cambio, compromiso y responsabilidad

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

#### 2.1 Contingencia

- 2.1.1 Concepto de contingencia
- 2.1.2 Tipos de contingencia
- 2.1.3 Estrategias

#### 2.2 Riesgos

- 2.2.1 Concepto de emergencia
- 2.2.2 Tipos de emergencia
- 2.2.3 Estrategias

## UNIDAD III. Modelos de negocio

### **Competencia:**

Aplicar el Modelo de Negocio CANVAS en la elaboración del Plan de Negocios, por medio de su revisión y validación teórica, con el fin de ser considerados en el desarrollo del plan; con actitud proactiva, analítica y trabajo colaborativo.

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

#### 3.1. Modelo CANVAS

- 3.1.1 Segmentación de clientes
- 3.1.2 Propuesta de Valor
- 3.1.3 Canales de Distribución
- 3.1.4 Relación con los Clientes
- 3.1.5 Fuentes de Ingreso
- 3.1.6 Recursos clave
- 3.1.7 Actividades Clave
- 3.1.8 Socios claves
- 3.1.9 Estructuras de costos

## UNIDAD IV. Plan de finanzas

### **Competencia:**

Elaborar los análisis financieros correspondientes para la toma de decisiones, mediante la descripción de cada uno de los estados financieros, para la proyección del impacto económico que conlleva la realización del proyecto; con responsabilidad, honestidad y actitud analítica

### **Contenido:**

**Duración:** 14 horas

- 4.1. Presupuesto de Ingreso y egreso
  - 4.1.1 Inversión Inicial
  - 4.1.2 Gastos Fijos y Variables
  - 4.1.3 Determinación de Precios
  - 4.1.4 Valor presente y futuro de inversión.
- 4.2. Flujos de Efectivo
  - 4.2.1 Catálogos de cuentas
  - 4.2.2 Caja Chica
  - 4.2.3 Partida doble
- 4.3 Estados Financieros
  - 4.3.1 Estado de pérdidas y ganancias
  - 4.3.2 Balance General
  - 4.3.3 Punto de Equilibrio
  - 4.3.4 Retorno de Inversión
  - 4.3.5 Valor actual Neto



## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	<b>Elaboración del Modelo CANVAS.</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar el diseño metodológico del Modelo CANVAS donde se incluya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Segmentación de clientes</li> <li>● Propuesta de Valor</li> <li>● Canales de Distribución</li> <li>● Relación con los Clientes</li> <li>● Fuentes de Ingreso</li> <li>● Recursos clave</li> <li>● Actividades Clave</li> <li>● Socios claves</li> <li>● Estructuras de costos</li> </ul> <p>2. Realiza la presentación del modelo CANVAS.</p> <p>3. Entrega del documento del modelo CANVAS de negocios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> <li>● Cañón</li> <li>● Plantilla del modelo CANVAS</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
2	<b>Presupuesto de ingreso y egreso</b>	<p>1. Atiende las orientaciones teóricas del docente para elaborar un presupuesto de ingreso y egreso.</p> <p>2. Indagación e investigación de los costos que se involucran para la elaboración del presupuesto.</p> <p>3. Realizar el presupuesto de ingreso y egreso con base a las necesidades y objetivos del plan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Internet</li> </ul> <p>Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</p>	6 horas

		<p>4. Revisión y validación del presupuesto por parte del docente.</p> <p>Entrega del presupuesto validado por el docente.</p>		
3	<b>Flujos de Efectivo</b>	<p>1. Atiende las orientaciones teóricas del docente para la elaboración del estado de flujo de efectivo.</p> <p>2. Indagación e investigación de las fuentes de financiamiento.</p> <p>3. determina cuál será la fuente de financiamiento más viable para el proyecto.</p> <p>4. Revisión y validación de las fuentes de financiamiento por parte del docente.</p> <p>Entrega del documento de fuentes de financiamiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Internet</li> </ul> <p>Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</p>	6 horas
4	<b>Estados Financieros</b>	<p>1. Atiende las orientaciones teóricas del docente para la elaboración de estados financieros.</p> <p>2. Análisis e indagación de las cuentas que intervienen en la realización de los estados financieros:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Estado de pérdidas y ganancias</li> <li>b. Balance General</li> <li>c. Punto de Equilibrio</li> <li>d. Retorno de Inversión</li> <li>e. Valor actual Neto</li> </ol> <p>3. Revisión y validación de los estados financieros por parte del docente.</p> <p>Entrega de estados financieros validados por el docente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Internet</li> </ul> <p>Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</p>	8 horas

5	<b>Modelo de Negocios</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Formula el modelo de negocios del proyecto emprendedor de acuerdo al modelo CANVAS.</li> <li>3. Presenta el informe de modelo de negocios en donde se evaluará que la información sea objetiva, veraz y oportuna para la toma de decisiones factibles para la creación del proyecto</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Internet</li> <li>• Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</li> </ul>	6 horas
---	---------------------------	--	---	---------

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

A través de técnicas expositivas abordará los contenidos teóricos y los procedimientos para la elaboración del plan de negocios, brindarán documentos de consulta y análisis. El docente guiará y retroalimentará de manera constante los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Los alumnos deben resolver problemas, desarrollar la reflexión individual y trabajo colaborativo, aplicando sus conocimientos en la práctica para la realización de un modelo de negocios como parte de la creación y gestión de una empresa en el ámbito de la actividad física y deporte, además del análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

2 evaluaciones parciales.....	30%
Modelo de negocios basado en Actividad Física, Deporte o Recreación.....	40%
Prácticas de taller, trabajos y tareas.....	30%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Acosta-Hernández, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Badalona, España: Editorial Paidotribo. Polígono Les Guixeres. [clásica]</p> <p>Alcaraz, R. (2011). <i>El Emprendedor de Éxito, Guía de Planes de Negocios</i>. México, McGraw Hill. 4ta. Edición. [clásica]</p> <p>Amaru, M.; Antonio, C. (2008). <i>Administración para Emprendedores</i>. Estado de México, México, Pearson, Prentice Hall. [clásica]</p> <p>Eksteen, E. (2014). <i>Sport organisation and administration</i>. London, United Kingdom. Eksteen &amp; bookboon.com Ltd. 1st edition. [clásica]</p> <p>Madura, J. (2010). <i>Mercados e instituciones financieras</i>. México. Cengage learning. 8va. Edición. [clásica]</p> <p>Díaz, O. (2015). <i>La administración en el deporte</i>. Editorial Paidotribo. Badalona, España: Polígono Les Guixeres.</p> <p>Hayduk III, T. (2020). <i>The Future for Sport Entrepreneurship</i>. New York University, New York, NY, USA. DOI: 10.1007/978-3-030-29458-8_9.</p> <p>Imbroda-Ortiz, J., Castillo-Rodríguez, A. y Minguet, J. (2015). <i>Sports Management, Leadership in the Organization</i>. <i>Journal of Physical Education and Sports Management</i>. DOI: 2. 10.15640/jpesm.v2n2a5.</p> <p>Ratten, V. y Ferreira J.J. (2017). <i>Sport Entrepreneurship and Innovation</i>. London and New York. Routledge, Taylor &amp; Francis Group.</p> <p>Ratten, V. y Jones, P. (2020). <i>New challenges in sport entrepreneurship for value creation</i>. <i>International Entrepreneurship and Management Journal</i>, 16, 961–980. <a href="https://doi.org/10.1007/s11365-020-00664-z">https://doi.org/10.1007/s11365-020-00664-z</a></p> <p>Ratten, V. (2018). <i>Sport Entrepreneurship: Developing and Sustaining an Entrepreneurial Sports Culture</i>. <i>Management for Professionals</i>. Melbourne, Victoria, Australia. Springer International Publishing.</p>	<p>Acosta-Hernández, R. (1999). <i>Dirección, Gestión y administración de las organizaciones deportivas</i>. Badalona, España: Editorial Paidotribo.</p> <p>Buffone-Blair, C., Jackson, R., Laville, C. et al. (2014). <i>Manual de administración deportiva</i>. Calgary, Canadá. Comité Olímpico Internacional.</p> <p>Sánchez Oliver, A. J., García Fernández, J., Grimaldi Puyana, M., &amp; Feria Madueño, A. (2017). <i>Oportunidades de emprendimiento: Evaluación de las tendencias relacionadas con la actividad física y el deporte del ACSM</i>. <i>Journal of Sports Economics &amp; Management</i>, 7 (1), 2-13.</p> <p>Serrano, M. H. G., Moreno, F. C., &amp; Hervás, J. C. (2017). <i>El emprendimiento deportivo como salida profesional de los futuros graduados en ciencias de la actividad física y el deporte ¿cómo fomentarlo?</i> <i>Actividad física y deporte: ciencia y profesión</i>, (27), 9-22.</p> <p>Sánchez-Oliver, A. J., Grimaldi-Puyana, M., &amp; Alcaraz-Rodríguez, V. (2018). <i>La actividad física como oportunidad de emprendimiento social en la prevención de la obesidad</i>. <i>Materiales para la Historia del Deporte</i>, (16), 50-56.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Proyectos de Inversión en la Actividad Física debe contar con título de Licenciado en Administración de Empresas, preferentemente con estudio de posgrado en gestión deportiva o administración, con dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico, responsable y con capacidad de análisis, sentido de liderazgo y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Prevención y Readaptación de Lesiones
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Rubí Cabrera Mejía  
Cruz Iván Acosta Gutiérrez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020



## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La finalidad de la unidad de aprendizaje Prevención y Readaptación de Lesiones es el diseño de planes de ejercicio para prevenir y dar tratamiento en lesiones y reincorporar a los pacientes en tiempo y forma en las distintas actividades físicas.

Su utilidad radica en que le permite al alumno realizar una adecuada prescripción de ejercicios en función de la valoración y diagnóstico del paciente.

Se imparte en la etapa terminal con carácter obligatorio y forma parte del área de conocimiento Biomédica.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Diseñar planes de ejercicios de prevención y tratamiento en las lesiones leves, agudas y crónicas; a través una adecuada prescripción de ejercicios de flexo elasticidad, fuerza, hipertrofia, propiocepción y equilibrio en función de la valoración y diagnóstico del paciente, para reincorporarlo en tiempo y forma en las distintas actividades físicas, con una actitud crítica, responsable y respetuosa.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseña planes de ejercicios, basados en guías, lineamientos y artículos actualizados. La estructura de los cuales deberá contar con las siguientes características:

- Diagnóstico
- Tratamiento inicial como primer contacto
- Tiempo estimado de recuperación
- Programa de ejercicios para recuperar rangos de movimiento
- Programa de ejercicios para recuperar fuerza y masa magra.
- Programa de ejercicios para recuperar propiocepción y equilibrio.
- Revaloración para retorno a actividades.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Fisiopatología de las lesiones en la actividad física**

**Competencia:**

Identificar los tejidos lesionados, a partir del conocimiento básico de la estructura anatómica y el fenómeno de inflamación, para realizar un diagnóstico, brindar una estimación del tiempo de recuperación de las lesiones más comunes durante la actividad física y la forma de prevenirlas, con actitud analítica, sistemática y de prevención.

**Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 1.1. Fisiopatología de las lesiones en la actividad física.
  - 1.1.1. Mecanismos a nivel tisular y celular.
  - 1.1.2. Fenómeno de inflamación en las lesiones musculoesqueléticas.
  - 1.1.3. Etapas de curación de una lesión, tiempo de duración.
- 1.2. Lesiones más comunes en la actividad física.
  - 1.2.1. Cabeza y cuello.
  - 1.2.2. Hombro, codo, muñeca y dedos.
  - 1.2.3. Tórax, abdomen, columna dorsal, columna lumbar.
  - 1.2.4. Cadera, rodilla, tobillo y pie.
- 1.2. Prevención e higiene previa y durante la actividad física.
  - 1.2.1. Características físicas requeridas para la actividad física.
  - 1.2.2. Características de vestimenta para para la actividad física.
  - 1.2.3. Características del lugar de práctica para la actividad física.
  - 1.2.4. Etapas de la actividad física, calentamiento, práctica, enfriamiento, estiramientos.

## UNIDAD II. Intervenciones de primer contacto

### Competencia:

Analizar los movimientos que producen diferentes lesiones, mediante maniobras de exploración, para confirmar el tejido lesionado y evaluar el regreso del paciente a las actividades deportivas, con actitud objetiva, empática y honesta.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

#### 2.1. Identificación de la gravedad de la lesión.

2.1.1. Mecanismo de lesión.

2.1.2. Maniobras de exploración rápida.

2.1.3. Tejido afectado, hueso, músculo, tendón, ligamento, cartílago, menisco, piel.

2.1.4. Regresa al juego, recibe atención en campo, se deriva a un médico.

#### 2.2. PRICE y PEACE and LOVE.

2.2.1. Protección, reposo, hielo, compresión y elevación.

2.2.2. Protección, evitar desinflamatorios, compresión, educación, Load (cargas adecuadas), optimismo, vascularización y ejercicios.

#### 2.3. Inmovilización y fijación, uso de vendajes elásticos y vendajes funcionales.

2.3.1. Hombro, codo, mano, dedos.

2.3.2. Rodilla, tobillo, pie, dedos.

## UNIDAD III. Rangos de movimiento y Flexo-elasticidad

### **Competencia:**

Recuperar rangos de movimiento del miembro lesionado, mediante la prescripción de un programa de ejercicios de flexo-elasticidad, para valorar el tipo de ejercicios de rehabilitación requerida para el paciente, con actitud objetiva, empática y honesta.

### **Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 3.1. Introducción teórica de Flexoelasticidad.
  - 3.1.1. Concepto.
  - 3.1.2. Tipos.
  - 3.1.3. Funcionalidad.
- 3.2. Prescripción y progresión de ejercicios de Flexo-elasticidad.
  - 3.2.1. Programa de ejercicios principiantes.
  - 3.2.2. Programa de ejercicios medios.
  - 3.2.3. Programa de ejercicios avanzados.

## UNIDAD IV. Fuerza e hipertrofia muscular

### **Competencia:**

Recuperar fuerza y masa muscular del miembro lesionado, mediante la prescripción de un programa de ejercicios de fuerza e hipertrofia muscular, para valorar el tipo de ejercicios de rehabilitación requerida para el paciente, con actitud objetiva, empática y honesta.

### **Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 4.1. Introducción teórica de fuerza e hipertrofia muscular.
  - 4.1.1. Unidad anatómico funcional del músculo y su funcionamiento.
  - 4.1.2. Ejercicios anaeróbicos y sus características.
  - 4.1.3. Diferencia entre fuerza e hipertrofia y su independencia.
- 4.2. Prescripción y progresión de ejercicios de Fuerza e hipertrofia muscular.
  - 4.2.1. Los 4 pasos a seguir para la prescripción de ejercicios de fuerza.
  - 4.2.2. Frecuencia, número de repeticiones, intensidad, número de series, intervalos de descanso y número de ejercicios.

## UNIDAD V. Propiocepción y equilibrio

### Competencia:

Recuperar el equilibrio del miembro lesionado, mediante la prescripción de un programa de ejercicios de propiocepción y equilibrio, para valorar el tipo de ejercicios de rehabilitación requerida para el paciente, con actitud objetiva, empática y honesta.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 5.1. Introducción teórica de propiocepción y equilibrio.
  - 5.1.1. Definición y factores que ayudan al equilibrio.
  - 5.1.2. El equilibrio en el cuerpo, ante una caída.
- 5.2. Prescripción y progresión de ejercicios de propiocepción y equilibrio.
  - 5.2.1. Teorías sobre el entrenamiento del equilibrio.
  - 5.2.2. Entrenamiento de cada estímulo y entrenamiento de todos los estímulos a la vez.
  - 5.2.3. Ejercicios de propiocepción y equilibrio, de la teoría a la práctica.

## UNIDAD VI. Revaloración para retorno a actividades.

### Competencia:

Valorar el efecto de la rehabilitación, a partir de las pruebas diagnósticas de movimiento, fuerza muscular y equilibrio, para determinar la reincorporación al paciente a las actividades deportivas, con actitud objetiva, empática y honesta.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 6.1. Valoración de rangos de movimiento.
  - 6.1.1. Grados normales de flexión, extensión, abducción, aducción y rotación.
  - 6.1.2. Medición de los rangos de movimiento.
- 6.2. Valoración de la fuerza muscular.
  - 6.2.1. Repetición máxima y porcentajes comparativos.
  - 6.2.2. Dinamometría y porcentajes comparativos.
  - 6.2.3. Prueba de salto y porcentajes comparativos.
- 6.3. Medición de diámetros musculares y valoración de hipertrofia.
  - 6.3.1. Mediciones en contracción y relajación y comparaciones.
- 6.4. Valoración de equilibrio.
  - 6.4.1. Pruebas para valorar el equilibrio.
- 6.5. Retorno a la actividad física.
  - 6.5.1. Integración de resultados de rangos de movilidad, fuerza y equilibrio.
  - 6.5.2. Retornar a la actividad física.

## UNIDAD VII. Prevención de lesiones en la actividad física

### **Competencia:**

Realizar prescripciones de programas de ejercicios de flexo-elasticidad, fuerza y equilibrio, mediante el conocimiento de las lesiones más comunes en actividad física y el análisis de los programas de ejercicios basados en evidencia científica, para prevenir lesiones en la actividad física y reconocer la importancia de la misma para la salud, con actitud objetiva y creativa.

### **Contenido:**

**Duración:** 2 horas

- 7.1. La importancia de realizar actividad física para la salud.
- 7.2. Programa de Flexo-elasticidad para prevención de lesiones.
- 7.3. Programa de Fuerza para prevención de lesiones.
- 7.4. Programa de Equilibrio para prevención de lesiones.



**VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO (32 horas)**

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Identificación de lesiones</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observa los videos de lesiones proporcionados por el docente.</li> <li>2. Identifica los movimientos implicados y las posibles lesiones en los tejidos.</li> <li>3. Realiza un reporte sobre sus observaciones e inferencias y lo entrega al docente para su revisión.</li> <li>4. El docente realiza la retroalimentación de los videos para generar conclusiones.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Internet.</li> <li>• Videos de lesiones</li> <li>• Notas de la clase</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Maniobras de exploración</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observa cómo el docente realiza las maniobras de exploración de cada parte del cuerpo.</li> <li>2. En pareja practica las diferentes maniobras aprendidas, para lo cual cada alumno tendrá su turno.</li> </ol> <p>El docente realiza retroalimentación, por equipo, en cada maniobra realizada.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manual de exploración de lesiones.</li> <li>• Notas de clase.</li> </ul> <p>Mesas de exploración.</p>	4 horas
3	<b>Vendajes funcionales</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observa cómo el docente realiza los diferentes tipos de vendaje.</li> <li>2. En pareja practica los distintos tipos de vendajes.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tape rígido de algodón, para vendajes funcionales.</li> <li>• Pre venda.</li> <li>• Venda elástica.</li> <li>• Mesa de exploración.</li> </ul>	4 horas

		El docente realiza retroalimentación en cada vendaje que los alumnos realizan.		
4	<b>Tratamiento de dolor</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Observa cómo el docente aplica diferentes técnicas para control de dolor.</li> <li>2. En pareja practica las distintas técnicas de control de dolor.</li> <li>3. El docente realiza retroalimentación en cada técnica aplicada por el alumno.</li> <li>4. El alumno realiza un informe de resultados.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Compresas húmedo calientes.</li> <li>● Ultrasonido</li> <li>● Lacer</li> <li>● Bolsas de hielo, bolsas de gel congelado. Vasos con hielo.</li> <li>● Cloruro de Etilo, spray.</li> <li>● Electroestimulador.</li> <li>● Mesas de exploración.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
5	<b>Práctica de ejercicios de flexibilidad activos y pasivos.</b>	A la par del docente, realizará los ejercicios de flexibilidad, de cada parte del cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tapete de yoga.</li> <li>● Palo de escoba o tarugo de madera.</li> <li>● Cinturón de Yoga</li> <li>● Bloque para Yoga</li> <li>● Pelotas de pilates.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
6	<b>Práctica de ejercicios de fuerza</b>	A la par del docente, realizará los ejercicios de fuerza, para cada parte del cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Gimnasio equipado.</li> <li>● Mancuernas.</li> <li>● Pelotas medicinales.</li> <li>● Polainas.</li> <li>● Ligas de fuerza.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD V</b>				
7	<b>Práctica de ejercicios de propiocepción y equilibrio.</b>	A la par del docente, realizará los ejercicios de equilibrio, para cada parte del cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cojín de equilibrio.</li> <li>● Pelotas de distintos tamaños.</li> <li>● Bosú.</li> <li>● Tablas de equilibrio.</li> </ul>	4 horas

			<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pelotas de fútbol, basquetbol, tenis.</li> </ul> Tarugo o palo de madera.	
<b>UNIDAD VI</b>				
8	<b>Valoración de capacidades físicas ganadas con la rehabilitación.</b>	1. Observa cómo el docente realiza los diferentes tipos de valoración de las capacidades físicas ganadas. 2. En pareja practica las valoraciones aprendidas. 3. El docente realiza retroalimentación en cada valoración realizada por los alumnos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Goniómetro</li> <li>● Libro o manual de goniometría.</li> <li>● Dinamómetro</li> <li>● Gimnasio equipado.</li> <li>● cinta métrica.</li> <li>● Apuntes de clases</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Presentación de videos, estudio de caso, demostración práctica de ejercicios, debate, aprendizaje basado en problemas, técnica expositiva, ejercicios prácticos.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Investigación de artículos científicos, estudio de caso, trabajo en equipo, exposición, tablas de programación de ejercicios, ejercicios prácticos.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Evaluaciones parciales.....	15%
- Tareas.....	05%
- Participación en clase.....	10%
- Prácticas de laboratorio.....	20%
- Diseño de planes de ejercicios.....	50%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>American College of Sports Medicine. (2018). <i>ACSM' Guidelines for Exercise Testing and Prescription</i>. Philadelphia: Lippincott Williams &amp; Wilkins.</p> <p>Bahr, R., Holme I. (2003) <i>Risk factors for sports injuries—a methodological approach</i>. Br J Sports Med 37:384–392 [clásica]</p> <p>Bové, T. (2016) <i>El vendaje funcional</i>. España: Harcourt.</p> <p>Bruce, L. (2020). <i>Medicine &amp; Science in Sports &amp; Exercise</i>. Indianapolis: American College of Sports Medicine. Recuperado de <a href="https://journals.lww.com/acsm-msse/pages/default.aspx">https://journals.lww.com/acsm-msse/pages/default.aspx</a></p> <p>Delavier F. (2019) <i>Guía de los movimientos de musculación, descripción anatómica</i>. Badalona, España: Paidotribo.</p> <p>Enoka, R (2020) <i>Exercise and Sport Sciences Reviews</i>. Indianapolis: American College of Sports Medicine. Recuperado de: <a href="https://journals.lww.com/acsm-essr/Pages/aboutthejournal.aspx">https://journals.lww.com/acsm-essr/Pages/aboutthejournal.aspx</a></p> <p>Fennigje, M., Sgarioto, N., Hepple R. (2014) <i>Fiber Typing in Aging Muscle</i>. Indianapolis: American College of Sports Medicine 4202:45-52 [clásica]</p> <p>Frontera W. (2002) <i>Rehabilitation of Sports injuries: Scientific Basis</i>. Estados Unidos: Blackwell Science. [clásica]</p> <p>Fletcher, G., Ades, P., Kligfield P., Arena, R., Balady, G, Bittner V., Coke, L, Fleg, J., Forman, D., Gerber, T., Gulati, M., Madan K., Rhodes J., Thompson P., and Williams, M. (2013) <i>Exercise Standards for Testing and</i></p>	<p>Blum, B. (2000) <i>Los estiramientos</i>. Barcelona: Hispano europea S. A. [Clásica]</p> <p>Fu, F., y Stone, D. (2001) <i>Sports Injuries: Mechanisms, Prevention, Treatment</i>. Philadelphia: Lippincott Williams &amp; Wilkings [Clásica]</p> <p>Jurgen, H. (1992). <i>Técnicas de vendajes</i>. España: Barcelona: Latros. [Clásica]</p> <p>Kingston, B. (2005) <i>Understanding muscles a practical guide to muscle function</i>. Reino Unido: Nelson Thornes. [Clásica]</p>

*Training. Circulation Journal of the American Heart Association* 128:873-934 doi: 10.1161/CIR.0b013e31829b5b44 [clásica]

González, J., y Sánchez, L. (2010). Movement Velocity as a Measure of Loading Intensity in Resistance Training. *International Journal of sports medicine*. DOI: 10.1055/s-0030-1248333 · Source: PubMed [clásica]

Jean-Pierre, C. I. (2017). *Guía de estiramientos*, España: Editorial Hispano Europea.

Kane, S. (2020). *Current Sports Medicine Reports*. Indianapolis. American College of Sports Medicine. <https://journals.lww.com/acsm-csmr/pages/default.aspx>

Kang, J. (2014) *Which Comes First-Resistance Before Aerobic Exercise?*. ACSM's HEALTH & FITNESS JOURNAL. Recuperado de [www.acsm-healthfitness.org](http://www.acsm-healthfitness.org) [clásica]

Kenneth, L. Knight (2008) *More Precise Classification of Orthopedic Injury Types and Treatment Will Improve Patient Care*. *Journal of Athletic Training*. 43(2):117–118 [clásica]

López, J., y Fernández, A. (2019) (c). *Fisiología del ejercicio*. Madrid: Médica Panamericana.

Moller, A. (2011) *Anatomy and Physiology of Pain*. Researchgate. DOI: 10.1007/978-1-60761-145-5\_15 [clásica]

O'Connor, F., y Casa, D., (2012). *ACSM'Sports Medicine: A Comprehensive Review*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins [clásica]

Peterson, L., y Renstrom, P. (2016). *Sports injuries: prevention, treatment and rehabilitation*. Oxfordshire,

United Kingdom: CRC Press. Taylor & Francis.

Ratamess, N. (2011). *ACSM's Foundations of Strength Training and Conditioning*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. [Clásica]

Roy, B. (2020). *ACSM's Health & Fitness Journal*. Indiana: American College of Sports Medicine.  
<https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/pages/default.aspx>

Stanley, A. (2012) The Team Physician and the Return-to-Play Decision: A Consensus Statement—2012 Update  
*Medicine & science in sports & Exercise*. DOI: 10.1249/MSS.0b013e3182750534 [clásica]

Thomas, E., Bianco, A., Paoli, A., Palma, A. (2018) *The Relation Between Stretching Typology and Stretching* (review). *Int J Sports Med*. DOI <https://doi.org/10.1055/s-0044-101146>



## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Prevención y Readaptación de Lesiones debe contar con título de médico o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en actividad física y deportiva, dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Prescripción del Ejercicio en Poblaciones Mórbidas
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Elena Cecilia Guzmán Gutiérrez  
Edgar Ney Galarraga Triana  
Iván Rentería

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

El propósito de esta unidad de aprendizaje es que el estudiante aplique los conocimientos y técnicas de la prescripción del ejercicio en un contexto clínico, atendiendo los lineamientos establecidos por organismos nacionales e internacionales de la salud y medicina del deporte, así como, atender políticas legales y administrativas de interacción participante-programa de ejercicio para la toma de decisiones y establecimiento de metas a corto, mediano y largo plazo. Además, desarrollará un sentido de responsabilidad y conciencia social en la atención de personas que presenten un estado de salud comprometido por un padecimiento crónico degenerativo.

Esta asignatura pertenece a la etapa terminal con carácter obligatorio y aporta al área de conocimiento de Biomédica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Desarrollar intervenciones de prescripción del ejercicio físico en enfermedades crónicas degenerativas, mediante teorías y modelos de intervenciones clínicas y enfoques basados en estas poblaciones, para formularlas como un medio de tratamiento y lograr cambios a nivel funcional, de composición corporal, bioquímicos y hábitos saludables, con una actitud crítica, ética y de autogestión del conocimiento.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Entrega un manuscrito de comunicación científica (Introducción, Objetivos a corto y largo plazo, Metodología, Resultados, Conclusión) donde se demuestre la capacidad de formular una intervención de prescripción de ejercicio físico bien concebida en el aspecto de debatir los fundamentos científicos para abordar el problema, se discuta el papel del ejercicio físico en la prevención o seguimiento del problema y se especifique gráfica y teóricamente el abordaje, diseño y seguimiento metodológico de las variables de la prescripción del ejercicio físico de acuerdo a los factores de riesgo/ padecimiento y entorno de la población participante en el programa de intervención de ejercicio físico.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Preparación a la prescripción clínica del ejercicio**

**Competencia:**

Analizar la historia de la prescripción clínica del ejercicio, a través del estudio de la transición epidemiológica y demográfica, para reconocer la importancia del área de conocimiento en la profesión, con actitud crítica y respeto.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1. Pasado, presente y futuro en la prescripción clínica del ejercicio.
- 1.2. Profesionalización de la prescripción clínica del ejercicio.
- 1.3. Diagnóstico médico asociado a enfermedades hipocinéticas.
- 1.4. The Physical Activity Readiness Questionnaire: PAR-Q & YOU.
- 1.5. Health/Fitness Facility Preparticipation Screening Questionnaire de la AHA/ACSM.
- 1.6. Evaluación rápida de la salud de ACSM: "ACSM Quick Screen".
- 1.7. Análisis y estratificación de los factores de riesgo relacionados con enfermedades crónico-degenerativas.

## UNIDAD II. Principios generales de la farmacología para padecimientos del síndrome metabólico

### Competencia:

Identificar los tratamientos farmacológicos comúnmente prescritos, para la atención del síndrome metabólico mediante el estudio de los mecanismos de acción y efectos secundarios a nivel fisiológico en los sujetos, con responsabilidad, respeto y actitud analítica.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 2.1. Análisis del síndrome metabólico.
- 2.2. Propiedades generales de los fármacos.
- 2.3. Farmacoterapia básica para el tratamiento de padecimientos metabólicos.
- 2.4. Farmacoterapia básica para el tratamiento de padecimientos cardiovasculares

## UNIDAD III. Obesidad

### Competencia:

Diseñar un programa de ejercicio físico para individuos con obesidad, mediante los componentes, principios de la prescripción y consideraciones legales, para la implementación del programa y mejoramiento de la salud física, de manera ordenada, empatía y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 3.1. Definición de obesidad
- 3.2. Fisiopatología
- 3.3. Consideraciones clínicas.
- 3.4. Prescripción del ejercicio.
- 3.5. Frecuencia del ejercicio.
- 3.6. Intensidad del ejercicio.
- 3.7. Duración del ejercicio (volumen).
- 3.8. Tipo de ejercicio (modo).
- 3.9. Ritmo de progresión o adaptación al ejercicio.

## UNIDAD IV. Diabetes mellitus tipo II

### Competencia:

Diseñar un programa de ejercicio físico para individuos con diabetes mellitus tipo II, mediante los componentes, principios de la prescripción y consideraciones legales, para la implementación del programa y mejoramiento de la salud física, de manera ordenada, empatía y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 4.1. Definición de diabetes mellitus tipo II
- 4.2. Fisiopatología
- 4.3. Consideraciones clínicas.
- 4.4. Prescripción del ejercicio.
- 4.5. Frecuencia del ejercicio.
- 4.6. Intensidad del ejercicio.
- 4.7. Duración del ejercicio (volumen).
- 4.8. Tipo de ejercicio (modo).
- 4.9. Ritmo de progresión o adaptación al ejercicio.

## UNIDAD V. Prescripción del ejercicio para pacientes con enfermedad cardiovascular

### Competencia:

Diseñar un programa de ejercicio físico para individuos con enfermedad cardiovascular, mediante los componentes, principios de la prescripción y consideraciones legales, para la implementación del programa y mejoramiento de la salud física, de manera ordenada, empatía y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 5.1. Definición de enfermedades cardiovasculares
- 5.2. Fisiopatología
- 5.3. Consideraciones clínicas.
- 5.4. Prescripción del ejercicio.
- 5.5. Consideraciones especiales.
- 5.6. Entrenamiento contra resistencia para pacientes con enfermedad cardiaca.
- 5.7. Entrenamiento de readaptación física para la vuelta al trabajo.



## UNIDAD VI. Prescripción del ejercicio para pacientes con accidente cerebrovascular

### Competencia:

Diseñar un programa de ejercicio físico para individuos con accidente cerebrovascular, mediante los componentes, principios de la prescripción y consideraciones legales, para la implementación del programa y mejoramiento de la salud física, de manera ordenada, empatía y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 6.1. Definición de accidente cerebrovascular
- 6.2. Fisiopatología
- 6.3. Consideraciones clínicas.
- 6.4. Prescripción del ejercicio.
- 6.5. Consideraciones especiales.
- 6.6. Prescripción del ejercicio para pacientes con enfermedad por accidente cerebrovascular (embolia).
- 6.7. Entrenamiento de readaptación física para la vuelta al trabajo.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Cuestionarios de evaluación del estado salud de los sujetos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El estudiante atiende las instrucciones del docente para la aplicación de cuestionarios para la preparación física.</li> <li>2. Analiza los tipos de cuestionarios.</li> <li>3. Aplica los cuestionarios de evaluación física.</li> <li>4. Presenta y entrega al docente los cuestionarios aplicados.</li> </ol>	Cuestionarios Lápiz Computadora Internet Tabla de apoyo Hojas	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
2	<b>Prescripción del ejercicio para el tratamiento de la obesidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El estudiante atiende las indicaciones del profesor para el diseño del programa para un paciente con obesidad.</li> <li>2. Se organiza en equipos</li> <li>3. Realiza una evaluación a un individuo con obesidad.</li> <li>4. Analiza los resultados de la evaluación.</li> <li>5. Diseña un programa de ejercicios aplicando los componentes y principios de la prescripción del ejercicio.</li> <li>6. Aplica el programa a un individuo o población con obesidad (o aplicarlo a compañeros)</li> </ol>	Cuestionarios Lápiz Computadora Internet Tabla de apoyo Hojas Pelotas Mancuernas Ligas Cuerdas Polainas Pista de atletismo Área libre Balones medicinales	8 horas

		7. Entrega al docente el diseño y resultados de aplicación.		
<b>UNIDAD IV</b>				
3	<b>Prescripción del ejercicio para el tratamiento de la Diabetes mellitus tipo II</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El estudiante atiende las indicaciones del profesor para el diseño del programa para un paciente con Diabetes mellitus tipo II.</li> <li>2. Se organiza en equipos</li> <li>3. Realiza una evaluación a un individuo con obesidad.</li> <li>4. Analiza los resultados de la evaluación.</li> <li>5. Diseña un programa de ejercicios aplicando los componentes y principios de la prescripción del ejercicio.</li> <li>6. Aplica el programa a un individuo o población con obesidad (o aplicarlo a compañeros)</li> <li>7. Entrega al docente el diseño y resultados de aplicación.</li> </ol>	Cuestionarios Lápiz Computadora Internet Tabla de apoyo Hojas Pelotas Mancuernas Ligas Cuerdas Polainas Pista de atletismo Área libre Balones medicinales Zapatos cómodos Bicicleta Monitor de presión arterial Dispositivo para control de la glucosa	8 horas
<b>UNIDAD V</b>				
4	<b>Prescripción del ejercicio para el tratamiento de enfermedad cardiovascular de origen de síndrome metabólico</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El estudiante atiende las indicaciones del profesor para el diseño del programa para un paciente con enfermedad cardiovascular.</li> <li>2. Se organiza en equipos</li> <li>3. Realiza una evaluación a un individuo con obesidad.</li> <li>4. Analiza los resultados de la evaluación.</li> <li>5. Diseña un programa de ejercicios aplicando los</li> </ol>	Cuestionarios Lápiz Computadora Internet Tabla de apoyo Hojas Pelotas Mancuernas Ligas Cuerdas Polainas Pista de atletismo	8 horas

		<p>componentes y principios de la prescripción del ejercicio.</p> <p>6. Aplica el programa a un individuo o población con obesidad (o aplicarlo a compañeros)</p> <p>7. Entrega al docente el diseño y resultados de aplicación.</p>	<p>Área libre</p> <p>Balones medicinales</p>	
<b>UNIDAD VI</b>				
5	<b>Prescripción del ejercicio para el tratamiento con accidente cerebrovascular de origen de síndrome metabólico</b>	<p>1. El estudiante atiende las indicaciones del profesor para el diseño del programa para un paciente con accidente cerebrovascular.</p> <p>2. Se organiza en equipos</p> <p>3. Realiza una evaluación a un individuo con obesidad.</p> <p>4. Analiza los resultados de la evaluación.</p> <p>5. Diseña un programa de ejercicios aplicando los componentes y principios de la prescripción del ejercicio.</p> <p>6. Aplica el programa a un individuo o población con obesidad (o aplicarlo a compañeros)</p> <p>7. Entrega al docente el diseño y resultados de aplicación.</p>	<p>Cuestionarios</p> <p>Lápiz</p> <p>Computadora</p> <p>Internet</p> <p>Tabla de apoyo</p> <p>Hojas</p> <p>Pelotas</p> <p>Mancuernas</p> <p>Ligas</p> <p>Cuerdas</p> <p>Polainas</p> <p>Pista de atletismo</p> <p>Área libre</p> <p>Balones medicinales</p>	6 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Proporciona y explica materiales de enfermedades de síndrome metabólico
- Explica y ejemplifica la aplicación de cuestionarios para la evaluación de la salud
- Explica y dirige el diseño de planes de ejercicio
- Revisa tareas
- Supervisa prácticas
- Elabora y aplica exámenes
- Propicia la participación activa de los estudiantes

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Busca y analiza información sobre enfermedades de síndrome metabólico
- Aplica cuestionarios para la evaluación de la salud
- Diseña planes de ejercicio
- Realiza tareas
- Realiza prácticas
- Resuelve exámenes
- Participa activamente en clase

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Examen parcial.....	05%
- Tareas y participaciones.....	05%
- Prácticas .....	50%
- Carpeta de prácticas.....	10%
- Evidencia de aprendizaje (Manuscrito de comunicación científica).....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>ACSM's guidelines for exercise testing and prescription / American College of Sports Medicine (2014); senior editor, Linda S. Pescatello ; associate editors, Ross Arena, Deborah Riebe, Paul D. Thompson. — 9th ed. [clásica]</p> <p>Ainsworth BE, Haskell WL, Leon AS, Jacobs DR Jr., Montoye HJ, Sallis JF et al. Compendium of physical activities: classification of energy costs of human physical activities. <i>Medicine and science in sports and exercise</i>. 1993;25(1):71–80. pmid:8292105 [clásica]</p> <p>American Diabetes Association [ADA] (2013). Diagnosis and classification of diabetes mellitus. <i>Diabetes Care</i>, 36(1), S67-S74. Recuperado de <a href="http://care.diabetesjournals.org/content/36/Supplement_1/S67.full.pdf+html">http://care.diabetesjournals.org/content/36/Supplement_1/S67.full.pdf+html</a> [clásica]</p> <p>American Heart Association [AHA], &amp; American College of Sports Medicine [ACSM] (1998). AHA/ACSM Joint Position Statement: Recommendations for Cardiovascular Screening, Staffing, and Emergency Policies at Health/Fitness Facilities. <i>Medicine &amp; Science in Sports &amp; Exercise</i>, 30(6), 1009-1018. [clásica]</p> <p>Canadian Society for Exercise Physiology [CSEP] (2013). The Physical Activity Readiness Questionnaire (PAR-Q). Recuperado de <a href="http://www.csep.ca/cmfiles/publications/parq/par-q.pdf">http://www.csep.ca/cmfiles/publications/parq/par-q.pdf</a> [clásica]</p> <p>Caspersen CJ, Powell KE, Christenson GM. Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. <i>Public Health Reports</i>. 1985;100(2):126–31. pmid:3920711 [clásica]</p> <p>Garber CE, Blissmer B, Deschenes MR, Franklin BA, Lamonte MJ, Lee IM et al. American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory,</p>	<p>Dunstan, D. W., Healy, G. N., Sugiyama, T., &amp; Owen, N. (2010). 'Too much sitting' and metabolic risk – Has modern technology caught up with us? <i>European Endocrinology</i>, 6(1), 19-23. Recuperado de <a href="http://www.touchendocrinology.com/articles/too-much-sitting-and-metabolic-risk-has-modern-technology-caught-us?page=0,0">http://www.touchendocrinology.com/articles/too-much-sitting-and-metabolic-risk-has-modern-technology-caught-us?page=0,0</a></p> <p>Durstine, J. L., Moore, G. E., Painter, P. L., &amp; Roberts, S. O. (Eds.). (2009). <i>ACSM's Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities</i> (3ra. ed., pp. 49-125). Champaign, IL: Human Kinetics, Inc. [clásica]</p> <p>Ehrman, J K, Gordon, P M, Visich, P S &amp; Keteyian, S J 2009, <i>Clinical exercise physiology</i>, 2nd edn, Human Kinetics, Illinios [clásica]</p> <p>Gade, W., Schmit, J., Collins, M., &amp; Gade, J. (2010). Beyond obesity: the diagnosis and pathophysiology of metabolic syndrome. <i>Clinical Laboratory Science</i>, 23(1), 51-61. Recuperado de <a href="http://gi-group-2010.wikispaces.com/file/view/Beyond+Obesity+The+Diagnosis+and+Pathophysiology+of+Metabolic+Syndrome.pdf">http://gi-group-2010.wikispaces.com/file/view/Beyond+Obesity+The+Diagnosis+and+Pathophysiology+of+Metabolic+Syndrome.pdf</a> [clásica]</p> <p>Poole DC, Wilkerson DP, Jones AM. Validity of criteria for establishing maximal O2 uptake during ramp exercise tests. <i>European journal of applied physiology</i>. 2008;102(4):403–10. pmid:17968581 [clásica]</p> <p>Skinner, J S 2005, <i>Exercise testing and exercise prescription for special cases: theoretical bases and clinical application</i>, 3rd edn, Lippincott Williams &amp; Wilkins, Baltimore [clásica]</p>

musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. *Medicine and science in sports and exercise*. 2011;43(7):1334–59. pmid:21694556 [clásica]

#### **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Prescripción Clínica del Ejercicio debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en Ciencias del Deporte o áreas de Ciencias de la Salud afines con perfil en Fisiología Clínica o Aplicada al Ejercicio Físico, y que respalde su experiencia práctica con evidencias de desempeño profesional, publicación y presentación de trabajos de investigación aplicada o básica en congresos mundiales de Ciencias del Deporte, además que reporte como mínimo, dos años de experiencia docente. En cuanto a su actitud de trabajo, debe ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte.
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Entrenamiento Deportivo II
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Entrenamiento Deportivo I

#### Equipo de diseño de PUA

M.C. Juan Pablo Machado Parra

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Mtro. Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

Mtro. Juan José Calleja Núñez

Mtro. Esteban Hernández Armas

**Fecha:** 05 de noviembre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje tiene como finalidad que el estudiante de licenciatura en actividad física y del deporte, aplique y evalúe un plan de entrenamiento deportivo, para ello, se desarrollan habilidades de comunicación, empatía, resolución de problemas, organización, manejo de personas y razonamiento; además de conocimientos en control de planificaciones y análisis de evaluaciones planificadas, así como actitudes de objetividad y de honestidad. Para ingresar a esta unidad de carácter obligatorio, que se encuentra dentro de la etapa terminal y forma parte del área de conocimiento Técnico-Deportiva, el estudiante debe haber cursado la unidad de Entrenamiento Deportivo I.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Operar y evaluar planes de entrenamiento deportivo, para determinar el impacto y pertinencia en el desarrollo del talento y el rendimiento deportivo, mediante instrumentos válidos y confiables, con objetividad y honestidad.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Aplicar un plan de entrenamiento deportivo, elaborando un informe parcial y total de los resultados obtenidos. El informe deberá incluir: objetivos, metas, cargas, competencias, medición de variables y resultados y conclusiones.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Control de la Planificación del Entrenamiento Deportivo**

**Competencia:**

Diseñar estrategias de control de planificación del entrenamiento deportivo, a través de métodos y formatos para el control de cargas de entrenamiento, competencias deportivas y uso estratégico de ciencias aplicadas, con la finalidad de garantizar un óptimo seguimiento y retroalimentación en la aplicación del plan de entrenamiento, con actitud crítica y de honestidad.

**Contenido:**

**Duración:** 10 horas

- 1.1 Estrategias de Control de la planificación del entrenamiento deportivo
  - 1.1.1 Tipos de control de la planificación del entrenamiento deportivo
  - 1.1.1 Métodos de Control de la planificación
  - 1.1.1 Formatos de control de la Planificación
- 1.2 Entrenador Deportivo
  - 1.2.1 Desarrollo del concepto de entrenador deportivo
  - 1.2.2 Interacción entrenador-atleta
  - 1.2.3 Comportamiento y Toma de decisiones del entrenador
  - 1.2.4 Vías de comunicación
- 1.3 Aplicación y Control de las Cargas de Entrenamiento Deportivo
  - 1.3.1 Cargas en el periodo de Preparación.
  - 1.3.2 Cargas en el periodo Competitivo.
  - 1.3.3 Cargas en el periodo Transitorio.
- 1.4 Competencias Deportivas.
  - 1.4.1 Consolidación de sistemas de juego.
  - 1.4.2 Competencia como método de control y evaluación.
  - 1.4.3 La evaluación de la competición.
- 1.5 Uso estratégico de las ciencias aplicadas
  - 1.5.1 Uso y manejo de la biomecánica deportiva.
  - 1.5.2 Uso y manejo de ayudas alimentarias y/o ergogénicas.
  - 1.5.3 Apoyo en la psicología deportiva.
- 1.6 Fatiga y sobreentrenamiento
  - 1.6.1. Monitorización de fatiga y sobreentrenamiento
  - 1.6.2. Estrategias de prevención de la fatiga y sobreentrenamiento

## UNIDAD II. Análisis de las Evaluaciones Planificadas

### Competencia:

Crear baterías de pruebas para la aplicación y el análisis de los aspectos psicológicos, físicos y competitivos, por medio de evaluaciones médicas y rendimiento deportivo del atleta, mostrando actitud creativa y de honestidad.

### Contenido:

- 2.1 Evaluaciones Médicas y de Composición Corporal.
  - 2.1.1 Consecución de Resultados.
  - 2.1.2 Interpretación y conclusiones de los resultados.
- 2.2 Evaluación del Rendimiento Deportivo del Atleta.
  - 2.2.1 Consecución del Rendimiento Psicológico.
  - 2.2.2 Consecución del Rendimiento Físico.
  - 2.2.3 Consecución de la Efectividad Competitiva

**Duración:** 10 horas

### **UNIDAD III. Entrega de Resultados del Proceso de Operación del Plan de Entrenamiento.**

#### **Competencia:**

Evaluar el proceso de la operación del plan de entrenamiento por medio de un informe técnico donde se especifique el cumplimiento de los objetivos, la carga de entrenamiento, las evaluaciones y el rendimiento del atleta; con el fin de establecer la adecuada planificación y las perspectivas a futuro con actitud proactiva y de honestidad.

#### **Contenido:**

**Duración:** 12 horas

##### 3.1 Informe Técnico

- 3.1.1 Cumplimiento de los Objetivos del Plan de Entrenamiento
- 3.1.2 Cumplimiento de la carga de entrenamiento
- 3.1.3 Cumplimiento de las evaluaciones y competiciones
- 3.1.4 Cumplimiento de Rendimiento del Atleta
- 3.1.5 Informe de Incidentes no previstos.

##### 3.2 Anexos al Informe

- 3.2.1 Conclusiones Finales
- 3.2.2 Perspectivas a futuro de la planificación del entrenamiento deportivo

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
UNIDAD I				
1	<b>Estrategias de control de planificación del entrenamiento deportivo en métodos, formatos y cargas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a un entrenador ya sea dentro o fuera de la unidad académica.</li> <li>2. Observar un entrenamiento por dicho entrenador.</li> <li>3. Por medio de un formato de observación otorgado por el docente, ir realizando las anotaciones correspondientes.</li> <li>4. Redactar una conclusión respecto a los resultados obtenidos en su observación a manera de informe.</li> <li>5. Exponer frente al grupo el informe.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de observación</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	4 horas
2	<b>Estrategias de control de planificación del entrenamiento deportivo en interacción entrenador-atleta en competencia.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a un entrenador ya sea dentro o fuera de la unidad académica.</li> <li>2. Observar una competencia dirigida por dicho entrenador.</li> <li>3. Por medio de un formato de observación otorgado por el docente, ir realizando las anotaciones correspondientes</li> <li>4. Redactar una conclusión respecto a los resultados en su observación a manera de informe.</li> <li>5. Exponer frente a grupo el informe.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de observación</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	4 horas

3	<b>Entrevista del uso y manejo de ciencias aplicadas en el entrenamiento deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a un entrenador ya sea dentro o fuera de la unidad académica</li> <li>2. Entrevistar al entrenador</li> <li>3. Mediante el formato de entrevista dado por el docente, responder las preguntas.</li> <li>4. Redactar una conclusión de la entrevista.</li> <li>5. Enviar la entrevista junto a la conclusión al docente a través de correo electrónico.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de entrevista</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Computadora/Laptop</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Evaluaciones médicas y de composición corporal.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a un entrenador ya sea dentro o fuera de la unidad académica</li> <li>2. Identificar en su planeación los momentos de las evaluaciones médicas y corporales.</li> <li>3. Asistir por lo menos en dos momentos a las evaluaciones planificadas por el entrenador</li> <li>4. Mediante un formato dado por el docente hacer las observaciones correspondientes</li> <li>5. Redactar un reporte y conclusiones.</li> <li>6. Exponer frente a grupo el informe.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de observación</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	5 horas

5	<b>Evaluaciones de rendimiento deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a un entrenador ya sea dentro o fuera de la unidad académica</li> <li>2. identificar en su planeación los momentos de las evaluaciones médicas y corporales.</li> <li>3. Asistir por lo menos en dos momentos a las evaluaciones planificadas por el entrenador</li> <li>4. Mediante un formato dado por el docente hacer las observaciones correspondientes</li> <li>5. Redactar un reporte y conclusiones</li> <li>6. Exponer frente a grupo el informe</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de observación</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	5 horas
<b>UNIDAD III</b>				
6	<b>Elaboración del Informe final.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar la planificación de un entrenador ya sea dentro o fuera de la unidad académica.</li> <li>2. Redactar un informe considerando cumplimiento de objetivos, carga, evaluaciones y rendimiento del atleta en competición, así como imprevistos.</li> <li>3. Enviar el reporte a través de correo electrónico.</li> <li>4. Exponer frente a grupo el informe final.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lápiz/pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	12 horas



## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Técnica expositiva

Guía durante construcción de rubricas de observación

Guía durante diseño de entrevistas

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Observación

Redacción de informes

Entrevistas

Diseño de estrategias

Exposición

Creación de documentos expositivos

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

-Tareas y Prácticas de Campo.....	30%
- Exámenes.....	20%
- Plan de entrenamiento deportivo (evidencia de aprendizaje).....	50%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Abbiss, C. R., &amp; Laursen, P. B. (2008). Describing and understanding pacing strategies during athletic competition. <i>Sports Medicine</i>, 38(3), 239-252. [clásica]</p> <p>Blumenstein, B. (2007). <i>Psychology of sport training</i> (Vol. 2). New York: Meyer &amp; Meyer Verlag. [clásica]</p> <p>Bompa, T. O., &amp; Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. Barcelona: Paidotribo</p> <p>Bosquet, L., Montpetit, J., Arvisais, D., &amp; Mujika, I. (2007). Effects of tapering on performance: a meta-analysis. <i>Medicine &amp; Science in Sports &amp; Exercise</i>, 39(8), 1358-1365.[clásica]</p> <p>Costa, I. A. (2013). Los modelos de planificación del entrenamiento deportivo del siglo XX. <i>Revista Electrónica de Ciencias Aplicadas al Deporte</i>. Recuperado de <a href="https://core.ac.uk/download/pdf/49224383.pdf">: https://core.ac.uk/download/pdf/49224383.pdf</a></p> <p>Issurin, V. (2019). <i>Entrenamiento deportivo.: Periodización en bloques</i>. Barcelona: Paidotribo</p> <p>Lyle, J., &amp; Cushion, C. (2010). <i>Sports coaching E-book: Professionalisation and practice</i>. China: Elsevier Health Sciences. [clásica]</p> <p>Mallo, J. (2020). <i>Team Sports Training: The Complexity Model</i> (Vol. 10). London: Routledge.</p> <p>Martens, R. (2002). <i>ENTRENADOR DE ÉXITO, EL (Bicolor)</i> (Vol. 24). Barcelona: Paidotribo. [clásica]</p>	<p>Burke, L. (2010). <i>Nutricion En El Deporte/Nutrition in Sport: Un Enfoque Practico/a Practical Approach</i>. Madrid: Ed. Médica Panamericana. [clásica]</p> <p>Inglis, S., Danylchuk, K. E., &amp; Pastore, D. (1996). Understanding retention factors in coaching and athletic management positions. <i>Journal of Sport Management</i>, 10(3), 237-249. [clásica]</p> <p>Issurin, V. (2008). Block periodization versus traditional training theory: a review. <i>Journal of sports medicine and physical fitness</i>, 48(1), 65. [clásica]</p> <p>José, A. (2009). <i>Biomecánica deportiva y control del entrenamiento</i> (Vol. 4). Medellín: Funámbulos Editores. [clásica]</p> <p>Medina, J. Á., &amp; Lorente, V. M. (2016). Evolución de la prevención de lesiones en el control del entrenamiento. <i>Arch Med Deport</i>, 33(1), 37-58.</p> <p>Rodríguez, D. R. (2011). <i>Prevención de lesiones en el deporte: Claves para un rendimiento de portivo óptimo</i>. Madrid: Ed. Médica Panamericana. [clásica]</p> <p>Verkhoshansky, Y., &amp; Siff, M. C. (2011). <i>Superentrenamiento</i>. Barcelona: Paidotribo. [clásica]</p> <p>Zatsiorsky, V. (Ed.). (2008). <i>Biomechanics in sport: performance enhancement and injury prevention</i> (Vol. 9). Londres: John Wiley &amp; Sons. [clásica]</p>

Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2007). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo* (Vol. 24). Barcelona: Paidotribo. [clásica]

Moreno, J. H. (1994). *Análisis de las estructuras del juego deportivo* (Vol. 8). Barcelona: Inde. [clásica]

Noakes, T. D. (2000). Physiological models to understand exercise fatigue and the adaptations that predict or enhance athletic performance. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports: Review Article*, 10(3), 123-145. [clásica]

OBE, F. W. D. (2014). *Sports Training Principles: An Introduction to Sports Science*. Londres: Bloomsbury Publishing. [clásica]

Platonov, V. N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. Barcelona: Paidotribo. [clásica]

Shepherd, J. (2013). *The complete guide to sports training*. Londres: A&C Black. [clásica]

Viru, A., & Viru, M. (2003). *Análisis y control del rendimiento deportivo* (Vol. 24). Barcelona: Paidotribo. [clásica]

Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total* (Vol. 24). Barcelona: Paidotribo. [clásica]

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Entrenamiento Deportivo II debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 3 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos y experiencia en dirección de equipos deportivos. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Emprendimientos de Proyectos de Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Proyectos de Inversión en la Actividad Física

#### Equipo de diseño de PUA

Jesús Carlos Torres Acedo  
Enrique Rodríguez Díaz  
José Luis Bermudez  
Antonieta Burruel Rivaramelo

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa terminal, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Administrativa, es requisito haber cursado con anterioridad la asignatura Proyectos de Inversión en la Actividad Física. El propósito de esta unidad de aprendizaje es que el alumno aplique las etapas correspondientes a la constitución de un proyecto dentro de la actividad física y el deporte, que promueva los hábitos saludables en la población y atienda características específicas del mercado, con responsabilidad, objetividad y creatividad.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Planificar, promocionar, ejecutar y evaluar los proyectos deportivos, de ocio y tiempo libre, mediante los modelos de negocios, para la creación y gestión de una empresa en el ámbito de la actividad física y deporte; con una actitud proactiva, honesta, de respeto y liderazgo.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elabora y opera un proyecto de actividad física, deporte, recreación, ocio o tiempo libre, pertinente, competitivo y oportuno, donde se incluya la planificación, promoción, ejecución y evaluación de los mismos, que promueva los hábitos saludables en la población y atienda características específicas.

**La estructura del programa evidenciará las siguientes características:**

### **Resumen Ejecutivo**

#### **Naturaleza del proyecto**

- Resumen ejecutivo.
- Nombre de la empresa o proyecto
- Justificación del proyecto
- Misión
- Visión
- Objetivos (corto, mediano y largo plazo)
- Matriz FODA
- Políticas
- Reglamento

#### **Plan de Mercadotecnia deportiva**

- Estudio de mercado

- Estrategias de mercadotecnia
- Impacto y compromiso social
- Imagen corporativa, logotipo y eslogan

#### **Plan operativo**

- Especificación del producto o servicio
- Diagrama de flujo del proceso
- Recursos humanos y materiales

#### **Estructura organizacional de la empresa deportiva**

- Organigrama
- Manual de funciones y descripción de puestos
- Localización geográfica

#### **Análisis financiero**

- Valor total del proyecto
- Fuentes de financiamiento
- Costos y gastos de la empresa
- Flujo de efectivo
- Punto de equilibrio, Valor Actual Neto y TIR
- Capital de Financiamiento

#### **Modelo de negocios**

- Segmentación de clientes
- Propuesta de valor
- Canales de comunicación
- Relación con clientes
- Fuentes de ingresos
- Recursos clave
- Actividades clave
- Asociaciones clave
- Estructura de costos

El proyecto de negocio deberá entregarse con una estructura documental impresa en el formato digital actualizada y la opción de exposición al grupo sobre el mismo y los diferentes planes definidos en el modelo de negocio. Este deberá contar con portada, tabla de contenidos, introducción, contenido, conclusión y referencias bibliografía en formato APA, de acuerdo con la estructura homologada que proponga la unidad académica.



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Emprendimiento**

**Competencia:**

Identificar las características generales del emprendimiento, mediante las teorías y áreas de desarrollo que la fundamentan, para la optimización y ejecución de proyectos de actividad física y deporte, con una actitud proactiva, objetiva, responsable y honesta.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. Bases generales del emprendimiento
  - 1.1.1. Definición de emprendedor y emprender
  - 1.1.2. Características y tipos de emprendedores
  - 1.1.3. Evaluación de la capacidad para emprender
  - 1.1.4. Ventajas y desventajas de ser emprendedor
- 1.2. Creatividad e innovación empresarial
  - 1.2.1. Cómo incrementar la creatividad e innovación
  - 1.2.2. Modelos actuales de creatividad
  - 1.2.3. Pensamiento creativo
  - 1.2.4. Aplicación de técnicas para el desarrollo de ideas innovadoras

## UNIDAD II. Constitución de una empresa, responsabilidad legal, normativa y social

### Competencia:

Analizar los lineamientos para la constitución de un proyecto de negocio dentro de la actividad física y deporte fundamentado en el marco legal y normativas del Estado mexicano, por medio del estudio de las leyes vigentes del mismo, con el fin de ser una empresa formal dentro del Estado, de manera responsable, proactiva y analítica.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

#### 2.1 Descripción de la empresa

- 2.1.1. Capacidad empresarial
- 2.1.2. Capacidad empresarial en México
- 2.1.3. Definición de empresa
- 2.1.4. Clasificación de las empresas por su tamaño
- 2.1.5. Administración general de las empresas
- 2.1.6. Organizaciones informales o pequeños negocios informales
- 2.1.7. Pequeñas y medianas empresas (PYMES)

#### 2.2. Apertura de nuevas empresas

- 2.2.1. Desarrollo de una nueva empresa (personalidad o naturaleza jurídica)
- 2.2.2. Formalización de la nueva empresa
- 2.2.3. Evaluación y factibilidad de la empresa
- 2.2.4. El negocio global
- 2.2.5. Responsabilidad social
- 2.2.6. Capital social y patrimonio
- 2.2.7. Constitución de la empresa
- 2.2.8. Selección del régimen fiscal
- 2.2.9. Proceso de registro necesarios ante dependencias gubernamentales
- 2.2.10. Registro de denominaciones en la Secretaría de Economía
- 2.2.11. Registro de la empresa ante la institución tributaria (SAT)
- 2.2.12. Inscripción de la empresa en el Registro Público de la Propiedad y Comercio (RPPC)
- 2.2.13. Registro de la empresa en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)
- 2.2.14. Registro de la empresa en el Instituto Mexicano de la Propiedad Intelectual (IMPI)
- 2.2.15. Cumplimiento con la normatividad ante Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS)

## UNIDAD III. Financiamiento y operatividad de la empresa

### Competencia:

Evaluar las diferentes opciones de fuentes y recursos de financiamientos internos y externos, para la formulación del proyecto de emprendimiento, a través de la identificación de programas establecidos (públicos y privados) que permitan ejercer un financiamiento eficiente; con responsabilidad, objetividad y compromiso social.

### Contenido:

**Duración:** 14 horas

#### 3.1. Fuentes de financiamiento

##### 3.1.1. Financiamiento interno

- 3.1.1.1. Emisión de acciones comunes
- 3.1.1.2. Emisión de acciones preferentes
- 3.1.1.3. Utilidades retenidas
- 3.1.1.4. Depreciaciones y amortizaciones
- 3.1.1.5. Incrementos de pasivos acumulados
- 3.1.1.6. Ventas de activos

##### 3.1.2. Financiamiento externo

- 3.1.2.1. Financiamientos bancarios
- 3.1.2.2. Cuenta corriente
- 3.1.2.3. Prendario
- 3.1.2.4. Hipotecario Industrial
- 3.1.2.5. Tarjeta de crédito
- 3.1.2.6. Hipotecario

##### 3.1.3. Programas de financiamiento municipal, estatal y federal

- 3.1.3.1. FONAES (Fondo Nacional de Apoyo para empresas Solidarias)
- 3.1.3.2. SEDESOL (Secretaría de Desarrollo Social)
- 3.1.3.3. PROMODE (Programa de capacitación y modernización empresarial)
- 3.1.3.4. PYME (Fondo de Apoyo para la Micro, Pequeña y Mediana Empresa)
- 3.1.3.5. Secretaría de Desarrollo Económico
- 3.1.3.6. Fondeo de cámaras empresariales

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Test para evaluar la capacidad emprendedora</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre las bases generales del emprendimiento, para comprender la cultura emprendedora, mediante el estudio de los conceptos básicos para entender su importancia y valorar la necesidad de ser emprendedor actuando con sentido ético y responsabilidad social.</p> <p>3. Analiza las ventajas y desventajas de ser emprendedor.</p> <p>4. Resuelve el test para evaluar la capacidad emprendedora.</p> <p>5. Entrega el test para evaluar la capacidad emprendedora, y realiza un análisis de los resultados obtenidos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> <li>● Test para evaluar la capacidad emprendedora</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Desarrollo de las áreas funcionales de la empresa y estados financieros</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre la estructura y el proceso de apertura de nuevas empresas de actividad física y deporte.</p> <p>3. Realizar el diseño organizacional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	2 horas

		de la empresa deportiva y la elaboración de estados financieros proyectados.		
3	<b>Requisitos para la formalización de una empresa ante las dependencias correspondientes (SAT, SE, etc.)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre el proceso de registro de una empresa ante las diferentes dependencias gubernamentales.</li> <li>3. Realizar un resumen individual sobre los principales objetivos, requisitos y el proceso para el registro de una empresa ante las diferentes dependencias gubernamentales.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Internet.</li> <li>• Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
4	<b>Análisis de fuentes de financiamiento y resolución de casos prácticos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre las diferentes fuentes de financiamiento internas y externas.</li> <li>3. Entrega de un trabajo en forma individual en donde aplique los conocimientos obtenidos durante la unidad, respecto a las fuentes de financiamiento.</li> <li>4. Resolver de forma individual ejercicios donde aplique los conocimientos adquiridos con respecto a las diferentes alternativas de financiamiento.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Internet.</li> <li>• Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas
5		1. Atiende las orientaciones del profesor.		

	<b>Procedimientos para obtención de apoyos de acuerdo a los diferentes programas de financiamiento</b>	<p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre los diferentes programas de financiamiento (municipal, estatal y federal).</p> <p>3. Realizar un resumen individual sobre los principales objetivos, requisitos y el proceso para obtener apoyos de los diferentes programas de financiamiento (municipal, estatal y federal).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas
6	<b>Resumen ejecutivo y plan de negocios</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Formulación del resumen ejecutivo integrando el plan de negocios del proyecto emprendedor a fin de proporcionar información objetiva, veraz y oportuna para la toma de decisiones, y analizar la factibilidad del proyecto. El cual deberá contener los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Naturaleza del proyecto</li> <li>● Plan de mercadotecnia deportiva</li> <li>● Plan operativo</li> <li>● Estructura organizacional de la empresa deportiva.</li> <li>● Análisis financiero</li> <li>● Modelos de negocios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	16 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El docente expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos, procedimientos y metodologías de los fundamentos de emprendimiento de proyectos, así como orientará el desarrollo de las prácticas de taller, además proporcionará la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a la participación en las clases. Se utilizarán los métodos de aprendizajes basados en la investigación y aprendizaje guiado, para la elaboración del plan de negocios.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben resolver problemas, desarrollar la reflexión individual y trabajo colaborativo, aplicando sus conocimientos en la práctica para la realización de un modelo de negocios como parte de la creación y gestión de una empresa en el ámbito de la actividad física y deporte, además del análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Exámenes Parciales.....30%
- Proyecto de negocios basado en Actividad Física, Deporte o Recreación.....40%
- Prácticas de taller, trabajos y tareas.....30%
- Total.....100%**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Acosta-Hernández, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Badalona, España: Editorial Paidotribo. Polígono Les Guixeres. [clásica]</p> <p>Alcaraz, R. (2011). <i>El Emprendedor de Éxito, Guía de Planes de Negocios</i>. México, McGraw Hill. 4ta. Edición. [clásica]</p> <p>Amaru, M.; Antonio, C. (2008). <i>Administración para Emprendedores</i>. Estado de México, México, Pearson, Prentice Hall. [clásica]</p> <p>Eksteen, E. (2014). <i>Sport organisation and administration</i>. London, United Kingdom. Eksteen &amp; bookboon.com Ltd. 1<sup>st</sup> edition. [clásica]</p> <p>Madura, J. (2010). <i>Mercados e instituciones financieras</i>. México. Cengage learning. 8va. Edición. [clásica]</p> <p>Díaz, O. (2015). <i>La administración en el deporte</i>. Editorial Paidotribo. Badalona, España: Polígono Les Guixeres.</p> <p>Hayduk III, T. (2020). <i>The Future for Sport Entrepreneurship</i>. New York University, New York, NY, USA. DOI: 10.1007/978-3-030-29458-8_9.</p> <p>Imbroda-Ortiz, J., Castillo-Rodríguez, A. y Minguet, J. (2015). <i>Sports Management, Leadership in the Organization</i>. Journal of Physical Education and Sports Management. DOI: 2. 10.15640/jpesm.v2n2a5.</p> <p>Ratten, V. y Ferreira J.J. (2017). <i>Sport Entrepreneurship and Innovation</i>. London and New York. Routledge, Taylor &amp; Francis Group.</p> <p>Ratten, V. y Jones, P. (2020). <i>New challenges in sport entrepreneurship for value creation</i>. International Entrepreneurship and Management Journal, 16, 961–980. <a href="https://doi.org/10.1007/s11365-020-00664-z">https://doi.org/10.1007/s11365-020-00664-z</a></p> <p>Ratten, V. (2018). <i>Sport Entrepreneurship: Developing and Sustaining an Entrepreneurial Sports Culture. Management for Professionals</i>. Melbourne, Victoria, Australia. Springer International Publishing.</p>	<p>Acosta-Hernández, R. (1999). <i>Dirección, Gestión y administración de las organizaciones deportivas</i>. Badalona, España: Editorial Paidotribo.</p> <p>Buffone-Blair, C., Jackson, R., Laville, C. et al. (2014). <i>Manual de administración deportiva</i>. Calgary, Canadá. Comité Olímpico Internacional.</p> <p>Sánchez Oliver, A. J., García Fernández, J., Grimaldi Puyana, M., &amp; Feria Madueño, A. (2017). Oportunidades de emprendimiento: Evaluación de las tendencias relacionadas con la actividad física y el deporte del ACSM. <i>Journal of Sports Economics &amp; Management</i>, 7 (1), 2-13.</p> <p>Serrano, M. H. G., Moreno, F. C., &amp; Hervás, J. C. (2017). <i>El emprendimiento deportivo como salida profesional de los futuros graduados en ciencias de la actividad física y el deporte ¿cómo fomentarlo? Actividad física y deporte: ciencia y profesión</i>, (27), 9-22.</p> <p>Sánchez-Oliver, A. J., Grimaldi-Puyana, M., &amp; Alcaraz-Rodríguez, V. (2018). <i>La actividad física como oportunidad de emprendimiento social en la prevención de la obesidad. Materiales para la Historia del Deporte</i>, (16), 50-56.</p>



## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Emprendimiento de Proyectos de Actividad Física debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, Licenciado en Administración de Empresas, Licenciado en Contaduría o cualquier otra ciencia administrativa ; preferentemente con estudios de posgrado en Profesional en Administración de la Actividad Física, Deporte y Recreación, Master in Business Administration en Gestión de Entidades Deportivas, experiencia en emprendimiento de proyectos y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Acondicionamiento Físico II
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 01 CR: 04**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Elena Cecilia Guzmán Gutiérrez  
Francisco García Rangel  
Juan Carlos Borbón Román

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la asignatura es analizar y practicar las diversas estrategias, herramientas y métodos de acondicionamiento físico enfocados en el desarrollo de las capacidades condicionales.

Su utilidad radica en que le permite al estudiante incidir en el aumento del rendimiento físico de las capacidades condicionales por medio de sesiones seguras y eficientes.

Pertenece a la etapa terminal con carácter obligatorio y su área de conocimiento es la Técnico-Deportiva

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar y ejecutar distintos tipos de actividades prácticas enfocadas al desarrollo de capacidades condicionales, por medio de sesiones de preparación física, para promover la práctica segura del acondicionamiento físico, con actitud de compromiso, iniciativa y responsabilidad.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora reporte de actividades la cual estará integrada por: 1) Portada 2) Introducción 3) Índice 4) Descripción y Análisis de las actividades, como es nombre de la actividad, fecha, objetivo, desarrollo, materiales y conclusión 5) Registro de participación 6) Conclusiones.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES (16 horas)**  
**UNIDAD I. Aplicación de actividades para el desarrollo de fuerza**

**Competencia:**

Desarrollar el rendimiento físico, a partir de la identificación y selección de métodos, herramientas y estrategias enfocadas a la capacidad de fuerza, para su aplicación en sesiones con diferentes enfoques y metodologías ejecutadas de manera práctica, con responsabilidad, actitud incluyente y participativa.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1 Juegos Predeportivos
  - 1.1.1 Fuerza y agilidad
    - 1.1.1.1 Tirar y Empujar
    - 1.1.1.2 Lucha
  - 1.1.2 Fuerza isométrica
- 1.2 Fuerza Resistencia
  - 1.2.1 Desarrollo de Fuerza mediante peso corporal
  - 1.2.2 Desarrollo de Fuerza con pesos

## UNIDAD II. Aplicación de actividades para el desarrollo de la resistencia

### Competencia:

Desarrollar el rendimiento físico, a partir de la identificación y selección de métodos, herramientas y estrategias enfocadas a la capacidad de resistencia, para su aplicación en sesiones con diferentes enfoques y metodologías ejecutadas de manera práctica, con responsabilidad, actitud incluyente y participativa.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 2.1 Resistencia Aeróbica
  - 2.1.1 Resistencia sub aeróbica
  - 2.1.2 Resistencia súper aeróbica
- 2.2 Resistencia Anaeróbica
  - 2.2.1 Capacidad
  - 2.2.2 Potencia anaeróbica

## UNIDAD III. Aplicación de actividades para el desarrollo de la velocidad

### Competencia:

Desarrollar el rendimiento físico, a partir de la identificación y selección de métodos, herramientas y estrategias enfocadas a la capacidad condicional velocidad, para su aplicación en sesiones con diferentes enfoques y metodologías ejecutadas de manera práctica, con responsabilidad, actitud incluyente y participativa.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 3.1 Velocidad Motora
  - 3.1.1 Reacción
  - 3.1.2 Velocidad de Movimientos cíclicos
  - 3.1.3 Velocidad de Movimientos acíclicos
- 3.2 Velocidad de juego
  - 3.2.1 Velocidad de actuación
  - 3.2.2 Velocidad de anticipación
  - 3.2.3 Velocidad de decisión

## UNIDAD IV. Aplicación de actividades para el desarrollo de la flexibilidad

### Competencia:

Desarrollar el rendimiento físico, a partir de la identificación y selección de métodos, herramientas y estrategias enfocadas a la capacidad de flexibilidad, para su aplicación en sesiones con diferentes enfoques y metodologías ejecutadas de manera práctica, con responsabilidad, actitud incluyente y participativa.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

#### 4.1 Flexibilidad Activa

##### 4.1.1 Balísticos

##### 4.1.2 Rebote elástico y fijación

#### 4.2 Flexibilidad Pasiva

##### 4.2.1 Método tensar-relajar

##### 4.2.2 Estiramiento del agonista con contracción simultánea del antagonista

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Actividades para el desarrollo de la fuerza</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente brinda información, supervisa y da retroalimentación sobre las actividades para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>2. Atiende las orientaciones del docente sobre la realización de los ejercicios para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>3. Selecciona diferentes métodos y herramientas para el desarrollo de la fuerza</li> <li>4. Utiliza diferentes implementos, métodos y estrategias</li> <li>5. Ejecuta diferentes acciones motrices para el desarrollo de fuerza con la técnica adecuada.</li> <li>6. Realiza una autoevaluación de su desempeño.</li> </ol>	Ropa deportiva Calzado deportivo Implementos deportivos Pesas de diferentes tipos Ligas de resistencia Cuerdas para saltar TRX Balones medicinales Battlerope Conos Escaleras de piso Cronómetro	8 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Aplicación de actividades para el desarrollo de la resistencia</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente brinda información, supervisa y da retroalimentación sobre las actividades para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>2. Atiende las orientaciones del docente sobre la realización de los ejercicios para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>3. Selecciona diferentes métodos y herramientas para el</li> </ol>	Ropa deportiva Calzado deportivo Implementos deportivos Pesas de diferentes tipos Ligas de resistencia Cuerdas para saltar TRX Balones medicinales Battlerope Conos Escaleras de piso	8 horas



		<p>desarrollo de la fuerza</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Utiliza diferentes implementos, métodos y estrategias</li> <li>5. Ejecuta diferentes acciones motrices para el desarrollo de fuerza con la técnica adecuada.</li> <li>6. Realiza una autoevaluación de su desempeño.</li> </ol>	Cronómetro	
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Aplicación de actividades para el desarrollo de la velocidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente brinda información, supervisa y da retroalimentación sobre las actividades para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>2. Atiende las orientaciones del docente sobre la realización de los ejercicios para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>3. Selecciona diferentes métodos y herramientas para el desarrollo de la fuerza</li> <li>4. Utiliza diferentes implementos, métodos y estrategias</li> <li>5. Ejecuta diferentes acciones motrices para el desarrollo de fuerza con la técnica adecuada.</li> <li>6. Realiza una autoevaluación de su desempeño.</li> </ol>	Ropa deportiva Calzado deportivo Implementos deportivos Ligas de resistencia Cuerdas para saltar Balones medicinales Conos Escaleras de piso Cronómetro Pista atlética Áreas libres	8 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>Aplicación de actividades para el desarrollo de la flexibilidad</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente brinda información, supervisa y da retroalimentación sobre las actividades para el desarrollo de la fuerza.</li> </ol>	Ropa deportiva Calzado deportivo Implementos deportivos Tapete de yoga Conos	8 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Atiende las orientaciones del docente sobre la realización de los ejercicios para el desarrollo de la fuerza.</li> <li>3. Selecciona diferentes métodos y herramientas para el desarrollo de la fuerza</li> <li>4. Utiliza diferentes implementos, métodos y estrategias</li> <li>5. Ejecuta diferentes acciones motrices para el desarrollo de fuerza con la técnica adecuada.</li> <li>6. Realiza una autoevaluación de su desempeño.</li> </ol>	<p>Toalla Cronómetro Gimnasio</p>	
--	--	--	---	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Técnica expositiva, ejercicios prácticos, foros, demostraciones de ejecuciones técnicas de ejercicios, funge como guía y supervisor de las prácticas, propicia la participación activa del estudiante y el manejo adecuado de los conceptos

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Investigación de temas relacionados con capacidades físicas, trabajo en equipo, ejecución de gestos motores propuestos por el docente, visitas a campo, generación de medios audiovisuales, llevar registro actualizado de la práctica de las capacidades físicas.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Evaluaciones parciales.....	20%
- Prácticas de campo.....	60%
- Reporte de actividades.....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Bompa, T. O., &amp; Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. (4ª ed.). España: Paidotribo.</p> <p>Cazull, I., Rodríguez, A., Sanabria, G., y Hernández, R. (2007). Enseñanza de los primeros auxilios a escolares de cuarto a noveno grados. <i>Revista Cubana de Salud Pública</i>, 33(2) Recuperado en 11 de enero de 2021, de <a href="http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0864-34662007000200006&amp;lng=es&amp;tlng=es">http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0864-34662007000200006&amp;lng=es&amp;tlng=es</a>.</p> <p>Contreras, B. (2014). <i>Anatomía del entrenamiento de la fuerza con el propio peso corporal</i>. España: Tutor.</p> <p>Martínez, P. (1996). <i>Desarrollo de la resistencia en el niño</i>. Barcelona: Inde.</p> <p>Foran, B. (2007). <i>Acondicionamiento físico para deportes de alto rendimiento</i>. Madrid: Hispano-Europea.</p> <p>Hegedüs, J. D., &amp; Molnár, G. (1996). El entrenamiento por áreas funcionales. <i>Revista Digital Educación Física y Deportes</i>, 1(3). Recuperado de <a href="https://www.efdeportes.com/efd3/heged2.htm">https://www.efdeportes.com/efd3/heged2.htm</a></p> <p>Loscher, A. (2012). <i>Juegos predeportivos en grupo</i>. (4ª ed.) México: Paidotribo.</p> <p>Serrabona, M., Andueza, J. A., y Sancho, R. (2004). <i>1001 Ejercicios y Juegos de Calentamiento</i> (3ª ed.). España: Paidotribo. Recuperado de <a href="https://www.tresarroyos.gov.ar/recursos/Capacitacion_d">https://www.tresarroyos.gov.ar/recursos/Capacitacion_d</a></p>	<p>Nadzalan, A. M., Lee, J. L. F., Azzfar, M. S., Muhammad, N. S., Shukri, E. W. M. C., &amp; Mohamad, N. I. (2019). The effects of resistance training with different focus attention on muscular strength: Application to teaching methods in physical conditioning class. <i>International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering</i>, 8, 1-00. Recuperado de <a href="https://www.ijitee.org/wp-content/uploads/papers/v8i8/G5730058719.pdf">https://www.ijitee.org/wp-content/uploads/papers/v8i8/G5730058719.pdf</a></p> <p>Siff, M. C., y Verkhoshansky, Y. (2004). <i>Superentrenamiento</i>. (2ª ed). Barcelona: Paidotribo. Recuperado de <a href="http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/Superentrenamiento.pdf">http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/Superentrenamiento.pdf</a></p> <p>Weineck, J. (2005). <i>Entrenamiento total</i>. Barcelona, España: Paidotribo</p>

eporte/1001\_Ejercicios\_y\_juegos\_de\_calentamiento.pdf

Mora, J. G. (2008). Bases del acondicionamiento físico. España: Wanceulen S. L.

Ramírez, J. F. (2011). Fuerza muscular, funcionalidad y envejecimiento. Ediciones Colombia: USTA.

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Acondicionamiento Físico II debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo y 3 años de experiencia docente. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud positiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Seminario de Competencias Profesionales
- 5. Clave:**
- 6. HC: 00 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 00 CR: 02**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Rita Chávez López  
Isis Jael Oviedo Rodríguez  
Cynthia Araceli Medina Lara

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020



## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Seminario de competencias profesionales tiene como finalidad integrar los conocimientos de la disciplina para la solución de estudios de caso prácticos mismos que permiten al estudiante resolver las problemáticas enfocadas al bienestar integral del ser humano. La unidad de aprendizaje se ubica en la etapa terminal, es de carácter obligatorio y pertenece al área del conocimiento Social Humanista

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Resolver las problemáticas enfocadas al bienestar integral del ser humano, para proponer soluciones, mediante estudios de caso, con actitud crítica, reflexiva y ética.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora y presenta un informe que integre el desarrollo de la metodología seleccionada para proponer soluciones de trabajo que den respuestas al estudio de caso asignado. El informe se realizará con base a los fundamentos científicos que sustentan la Licenciatura en Actividad Física y Deporte y debe contener: introducción, desarrollo (metodología) y conclusiones (determinar aplicación e impacto en el desarrollo de actividades físicas), sustento científico y bibliografía estilo APA.

## V.CONTENIDO

- 1.1. Área de conocimiento social humanista
  - 1.1.1. Análisis
  - 1.1.2. Ejercicios
  - 1.1.3. Retroalimentación
- 2.1. Área de conocimiento pedagógica
  - 2.1.1. Análisis
  - 2.1.2. Ejercicios
  - 2.1.3. Retroalimentación
- 3.1. Área de conocimiento técnico deportiva
  - 3.1.1. Análisis
  - 3.1.2. Ejercicios
  - 3.1.3. Retroalimentación
- 4.1. Área de conocimiento administrativa
  - 4.1.1. Análisis
  - 4.1.2. Ejercicios
  - 4.1.3. Retroalimentación
- 5.1 Área de conocimiento biomédica
  - 5.1.1. Análisis
  - 5.1.2. Ejercicios
  - 5.1.3. Retroalimentación

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
1	<b>Área social humanista</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Revisa y analiza las diversas problemáticas que se presentan en el área social humanista.</li> <li>3. Elabora una reflexión.</li> <li>4. Observa video e identifica algunos problemas relacionados al área.</li> <li>5. Después, se realiza una búsqueda bibliográfica para dar respuesta al estudio de casos.</li> <li>6. Plantea propuestas de solución sobre el estudio de casos acorde a la práctica.</li> <li>7. Finalmente, se entrega una solución por escrito del caso y se expone ante el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medios audiovisuales (vídeos, audio)</li> <li>● Estudio de caso</li> <li>● Computadora</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</li> </ul>	6 horas
2	<b>Área social pedagógica</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Revisa y analiza las diversas problemáticas que se presentan en el área social pedagógica.</li> <li>3. Elabora una reflexión.</li> <li>4. Observa video e identifica algunos problemas relacionados al área.</li> <li>5. Después, se realiza una búsqueda bibliográfica para dar respuesta al estudio de casos.</li> <li>6. Plantea propuestas de solución sobre el estudio de casos acorde a la práctica.</li> <li>7. Finalmente, se entrega una solución por escrito del caso y se</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medios audiovisuales (vídeos, audio)</li> <li>● Estudio de caso</li> <li>● Computadora</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</li> </ul>	6 horas

		expone ante el grupo.		
3	<b>Área técnico deportiva</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Revisa y analiza las diversas problemáticas que se presentan en el área técnico deportiva.</li> <li>3. Elabora una reflexión.</li> <li>4. Observa video e identifica algunos problemas relacionados al área.</li> <li>5. Después, se realiza una búsqueda bibliográfica para dar respuesta al estudio de casos.</li> <li>6. Plantea propuestas de solución sobre el estudio de casos acorde a la práctica.</li> <li>7. Finalmente, se entrega una solución por escrito del caso y se expone ante el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medios audiovisuales (vídeos, audio)</li> <li>● Estudio de caso</li> <li>● Computadora</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</li> </ul>	8 horas
4	<b>Área administrativa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Revisa y analiza las diversas problemáticas que se presentan en el área administrativa.</li> <li>3. Elabora una reflexión.</li> <li>4. Observa video e identifica algunos problemas relacionados al área.</li> <li>5. Después, se realiza una búsqueda bibliográfica para dar respuesta al estudio de casos.</li> <li>6. Plantea propuestas de solución sobre el estudio de casos acorde a la práctica.</li> <li>7. Finalmente, se entrega una solución por escrito del caso y se expone ante el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medios audiovisuales (vídeos, audio)</li> <li>● Estudio de caso</li> <li>● Computadora</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.)</li> </ul>	6 horas

5	<b>Área biomédica</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Revisa y analiza las diversas problemáticas que se presentan en el área biomédica.</li> <li>3. Elabora una reflexión.</li> <li>4. Observa video e identifica algunos problemas relacionados al área.</li> <li>5. Después, se realiza una búsqueda bibliográfica para dar respuesta al estudio de casos.</li> <li>6. Plantea propuestas de solución sobre el estudio de casos acorde a la práctica.</li> <li>7. Finalmente, se entrega una solución por escrito del caso y se expone ante el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medios audiovisuales (vídeos, audio)</li> <li>● Estudio de caso</li> <li>● Computadora</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	6 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

- Proporciona material de consulta e implementación de práctica
- Presenta y resuelve ejercicios prácticos relacionados con las temáticas
- Dirige, supervisa y retroalimenta las prácticas de taller
- Propicia la participación activa de los estudiantes
- Revisa y evalúa reportes de prácticas y actividades

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Resuelve ejercicios prácticos proporcionados por el profesor
- Realiza las prácticas de taller
- Participa activamente en clase
- Elabora y entrega reportes de prácticas
- Trabaja en equipo
- Elabora y entrega actividades en tiempo y forma

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Exámenes prácticos.....30%
- Prácticas (resolución de problemas).....30%
- Participación en clase.....10%
- Informe y presentación..... 30%
- Total.....100%**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
Amaru, M., Antonio, C. (2008). <i>Administración para Emprendedores</i> . Estado de México, México, Pearson, Prentice Hall. [clásica]	American Psychological Association. (2010). <i>Manual de publicaciones del American Psychological Association</i> . México: Edit. Manual Moderno. [clásica]
Acosta-Hernández, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i> . Badalona, España: Editorial Paidotribo. Polígono Les Guixeres. [clásica]	Domínguez Castilla, J. (2014). <i>Dirección y dinamización de actividades de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente</i> . Málaga: IC Editorial. [clásica].
Baena, G. (2017). <i>Metodología de la investigación</i> . México: Grupo Editorial Patria.	De Salas, S. A. D., Martínez, V. M. M., y Morales, C. M. P. (2011). <i>Una guía para la elaboración de estudios de caso. Razón y palabra</i> . Recuperado de <a href="https://www.redalyc.org/pdf/1995/199518706040.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/1995/199518706040.pdf</a> [clásica]
Blasco, J. E. y Pérez J. A. (2007). <i>Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes</i> . Alicante, España: Club Universitario. [clásica].	Figueiras, S. C. (Ed.). (2006). <i>Evaluación Del Aprendizaje en El Nivel Universitario</i> . Elaboración. UNAM. [clásica]
Blazquez, D. (2016). <i>Métodos de enseñanza en educación física. Enfoques innovadores</i> . Barcelona: INDE.	Jackson, S. A., y Csikszentmihalyi, M. (2002). <i>Fluir en el deporte. Claves para las experiencias y actuaciones óptimas</i> (Vol. 70). Barcelona: Editorial Paidotribo. [clásica].
Blumenstein, B. (2007). <i>Psychology of sport training</i> (Vol. 2). New York: Meyer & Meyer Verlag. [clásica]	Secretaría de Educación Pública. (2019). <i>Perfil, parámetros e indicadores para docentes y técnicos docentes</i> . Recuperado de <a href="http://file-system.cnspd.mx/2019-2020/ingreso/ba/guias/ingreso_2019_6_DOCENTE_EDU_FI_SICA.pdf">http://file-system.cnspd.mx/2019-2020/ingreso/ba/guias/ingreso_2019_6_DOCENTE_EDU_FI_SICA.pdf</a>
Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i> . Barcelona: Paidotribo	UNESCO. (2017). <i>Guía para la Inclusión y la Equidad en la Educación</i> . Paris, Francia: Autor.
Cavanagh, P., Evans, J., Fiatarone, M., Hagberg, J., McAuley, E., y Startzell, J. (1998). Exercise and physical activity for older adults. <i>Med Sci Sports Exerc</i> , 30(6), 1-29. [clásica]	
González-Vera, M. A. (2019). Planificación, sustentabilidad e impacto de las actividades turísticas recreativas del pasajero de cruceros: estudio de caso Mahahual	



(Quintana Roo, México) (Tesis Doctoral) Universitat Rovira i Virgili, Barcelona. Recuperado de file:///Users/robtoespinoza/Downloads/TESI.pdf

González, P. (2014). *Rúbrica. Instrumento de evaluación en E.F. Ciencias de la Actividad física y Deporte*. Universidad Francisco de Vitoria: Madrid. Recuperado de <http://ddfv.ufv.es/bitstream/handle/10641/1019/gil%20mora.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Morán, A. & Toner J. (2017). *Psicología del Deporte*. México: El Manual Moderno.

Papalia, D. E. y Martorell, G. (2016). *Desarrollo humano* (13<sup>va</sup> ed). México: McGraw-Hill.

Peniche, C. & Boullosa, B. (2011). *Nutrición aplicada al deporte*. México: Mc Graw Hill. [Clásica]

Pescatello, L. Arena, R. Riebe, D. y Thompson, P. (2014). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. (9<sup>th</sup> ed.). American College of Sports Medicine. Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins Health [clásica].

Secretaría de Educación Pública. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral*. México: Autor. Recuperado de [https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZAJES\\_CLAVE\\_PARA\\_LA\\_EDUCACION\\_INTEGRAL.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZAJES_CLAVE_PARA_LA_EDUCACION_INTEGRAL.pdf)

Secretaría de Educación Pública. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral: Educación Física*. Educación Básica. México: Autor. Recuperado de <https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion->

[Fisica\\_Digital.pdf](#)

Urdampilleta, A., Martínez JM. y Lopez, R. (2013) Valoración bioquímica del entrenamiento: herramienta para el dietista-nutricionista deportivo. España. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/260599350\\_Valoracion\\_bioquimica\\_del\\_entrenamiento\\_deportivo](https://www.researchgate.net/publication/260599350_Valoracion_bioquimica_del_entrenamiento_deportivo)

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Seminario de Competencias Profesional debe contar con título de Pedagogía, Psicología, o área afín, con experiencia en el desarrollo de estrategias enfocadas al aprendizaje basado en problemas y evaluación del aprendizaje. De Preferencia con estudios de posgrado y dos años de experiencia en docencia. Habilidades para el trabajo en equipo, actitud crítica y objetiva, además de ser un referente en su ética profesional.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Melinna Ortiz Ortiz  
Iván Rentería

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 29 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La unidad de aprendizaje brinda un contexto general del adulto, su esperanza de vida, teorías, así como conocer los cambios asociados al envejecimiento, permitiendo al alumno realizar una evaluación integral al adulto mayor a través de baterías para diseñar y desarrollar programas de ejercicio físico para mejorar la calidad de vida del adulto mayor y brindar un estilo de vida saludable.

### **CARACTERÍSTICAS:**

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Desarrollar programas de actividad física en adultos mayores, mediante teorías y modelos de intervenciones clínicas y enfoques basados en la población, para la programación efectiva y seguridad de los pacientes en la actividad, y lograr beneficios funcionales asociados a un mejoramiento del estado de salud física y cognitiva, así como la prevención y atención del síndrome de fragilidad, con una disposición hacia la continua autogestión de aprendizaje y práctica con ética profesional.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Estudio de caso. Diseña un programa de entrenamiento para un sujeto, debe incluir información relevante sobre efectos de la programación del ejercicio físico en la composición corporal, el énfasis de modalidad de ejercicio será en entrenamiento contra resistencia para coadyuvar en el mantenimiento y ganancia de masa musculoesquelética para el sujeto de estudio.

El estudio de caso, debe presentar información relacionada con variables del estado de salud del paciente como su historial médico, tratamiento farmacológico (en caso de que aplique), variables de composición corporal, valoración de parámetros fisiológicos en condiciones de esfuerzo máximo – submáximo (GXT, FC<sub>MAX</sub>, PA, PAM, METS, RPE), datos de EKG (si aplica), dieta y factores psico-sociales. Entrega un diseño cuasi-experimental PRE-POST donde las mediciones basales se tomen como el control del estudio. Los resultados deben ser presentados en gráficos, tablas y figuras con una breve descripción de los resultados estadísticamente relevantes del estudio. Finalizando con una discusión y conclusión del estudio.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Fisiología y cambios asociados al envejecimiento**

**Competencia:**

Analizar el panorama general sobre el adulto mayor, mediante la identificación de las características y fundamentos, para conocer la involuación del individuo, con respeto y empatía.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. Cambios físicos y cognitivos en el envejecimiento.
- 1.2. Proceso de envejecimiento.
- 1.3. Envejecimiento y procesos de homeostasis.
- 1.4. Demografía de envejecimiento.
- 1.5. Teorías del envejecimiento.
- 1.6. Perfil del estado de salud del adulto mayor en México.

## UNIDAD II. VIG (valoración geriátrica integral)

### Competencia:

Aplicar valoración geriátrica integral, mediante el uso de pruebas psicológicas, nutricionales y físicas, que permitan conocer el estado del adulto mayor, con respeto y actitud analítica.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 2.1. Valoraciones Psicológicas-mentales.
  - 2.1.1. Escala de depresión geriátrica de Yesavage.
  - 2.1.2. Cuestionario de depresión y ansiedad de Hamilton.
  - 2.1.3. Cuestionario de rendimiento cognitivo MMSE.
- 2.2. Valoraciones Físicas.
  - 2.2.1. Cuestionario de actividad física PASE.
  - 2.2.2. Senior Fitness test.
  - 2.2.3. Test de valoración funcional GDLAM.
  - 2.2.4. Valoración de la capacidad funcional Catz.
  - 2.2.5. Escala de Tinetti para la valoración de marcha y equilibrio.
  - 2.2.6. Prueba de 6 minutos de caminata.
- 2.3. Valoración nutricional
  - 2.3.1. Mini Nutritional Assessment.

## UNIDAD III. Enfermedades comunes y el rol de la actividad física

### Competencia:

Distinguir el rol de la actividad física en enfermedades comunes, mediante la revisión de sus características, tipos y causas, para seleccionar la actividad física adecuada y mejorar la calidad de vida, con actitud proactiva, analítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 3.1. Sarcopenia.
  - 3.1.1. Actividad física y recomendación para prevenir la sarcopenia
- 3.2. Alzheimer.
  - 3.2.1. Actividad física y recomendación para prevenir el Alzheimer.
- 3.3. Enfermedades cardiovasculares.
  - 3.3.1. Actividad física y recomendación para prevenir enfermedades cardiovasculares.
- 3.4. Osteoporosis.
  - 3.4.1. Actividad física y recomendación para salud en el sistema óseo.
- 3.5. Diabetes.
  - 3.5.1. Actividad física en personas con diabetes y recomendación para salud.
- 3.6. Osteoartritis
  - 3.6.1. Actividad física en personas con osteoartritis y recomendación para salud.

## UNIDAD IV. Consideraciones importantes en la prescripción de actividad física en adultos mayores

### Competencia:

Diseñar plan de prescripción del ejercicio físico para adultos mayores sedentarios y activos, mediante las guías de prescripción de ejercicio y actividad física en adultos mayores, para mejorar la calidad de vida, con actitud objetiva, creativa y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

#### 4.1. Actividad física en adultos mayores

##### 4.1.1. Prescripción de ejercicio físico en adultos mayores

###### 4.1.1.1 Componentes del ejercicio físico en adultos mayores activos y sedentarios

###### 4.1.1.2 Objetivos del ejercicio físico en adultos mayores activos y sedentarios

##### 4.1.2. Deporte en los adultos mayores

###### 4.1.2.1 Adaptaciones en deporte para adultos mayores

#### 4.2. Guías de prescripción de ejercicio, declaraciones científicas y recomendaciones para adultos mayores

#### 4.3. Programa de actividad física para adultos mayores



## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Test de valoración geriátrica integral.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para aplicar los test de valoración geriátrica integral.</li> <li>2. Elige los test adecuados para el adulto mayor.</li> <li>3. Aplica las pruebas correspondientes para la valoración geriátrica integral.</li> <li>4. Analiza los resultados de la evaluación.</li> <li>5. Determina el diagnóstico integral del adulto mayor.</li> <li>6. Entrega el compendio de pruebas con resultados e interpretación que incluya la redacción cualitativa y cuantitativa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pruebas impresas</li> <li>• Conos</li> <li>• Mancuernas</li> <li>• Pulso metro</li> <li>• Sillas</li> <li>• Cinta métrica</li> <li>• Cronometro</li> <li>• Dinamómetro</li> <li>• Computadora</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
3	<b>Aplicación de actividad física para adultos mayores en asilos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para aplicar la actividad física.</li> <li>2. Diseñar la sesión de actividad física, tomando en cuenta los materiales requeridos y el propósito de la clase.</li> <li>3. Aplica la sesión de actividad física.</li> <li>4. Analiza la ejecución de la actividad.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aros</li> <li>• Constalistas de arroz</li> <li>• Globos</li> <li>• Cuerdas</li> <li>• Pelotas</li> <li>• Periódicos</li> </ul>	12 horas
4	<b>Actividad física en adultos mayores activos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para aplicar la</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mancuernas</li> <li>• Pesa rusa</li> </ul>	12 horas

		<p>actividad física.</p> <p>2. Diseñar la sesión de actividad física, tomando en cuenta los materiales requeridos y el propósito de la clase.</p> <p>3. Aplica la sesión de actividad física.</p> <p>4. Analiza la ejecución de la actividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelota de pilates</li> <li>• Ligas</li> <li>• Barras</li> <li>• Escalera</li> </ul>	
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de prescripción del ejercicio en el adulto mayor, así como orientar el desarrollo de las prácticas de campo, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos los exhortará a la participación en la clase.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de campo y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Evaluación parcial.....	10%
- Tareas.....	15%
- Participación.....	05%
- Exposición .....	10%
- Prácticas de campo.....	20%
- Evidencia de aprendizaje.....	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>ACSM. (3<sup>ra</sup> ed). (2014). <i>Manual de ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio físico</i>. Estados Unidos: Paidotribo.</p> <p>Cavanagh, P., Evans, J., Fiatarone, M., Hagberg, J., McAuley, E., y Startzell, J. (1998). <i>Exercise and physical activity for older adults</i>. <i>Med Sci Sports Exerc</i>, 30(6), 1-29. [clásica]</p> <p>Chodzko-Zajko, W. J., Proctor, D. N., Singh, M. A. F., Minson, C. T., Nigg, C. R., Salem, G. J., y Skinner, J. S. (2009). <i>Exercise and physical activity for older adults</i>. <i>Medicine &amp; science in sports &amp; exercise</i>, 41(7), 1510-1530. [clásica]</p> <p>Janssen, I., Heymsfield, S. B., &amp; Ross, R. (2002). Low relative skeletal muscle mass (sarcopenia) in older persons is associated with functional impairment and physical disability. <i>Journal of the American Geriatrics Society</i>, 50(5), 889-896. [clásica]</p> <p>Lee, P. G., Jackson, E. A., &amp; Richardson, C. R. (2017). Exercise Prescriptions in Older Adults. <i>American family physician</i>, 95(7), 425–432.</p> <p>Mazzeo, R. S., &amp; Tanaka, H. (2001). Exercise prescription for the elderly: current recommendations. <i>Sports medicine (Auckland, N.Z.)</i>, 31(11), 809–818. <a href="https://doi.org/10.2165/00007256-200131110-00003">https://doi.org/10.2165/00007256-200131110-00003</a> [clásica]</p> <p>Papa, E. V., Dong, X., &amp; Hassan, M. (2017). <i>Resistance training for activity limitations in older adults with</i></p>	<p>Paterson D.H, Jones G.R, Rice C.L. (2007). <i>Ageing and physical activity: evidence to develop exercise recommendations for older adults</i>. <i>Applied Physiology, Nutrition and Metabolism</i>, 32:S69–S108. [clásica]</p> <p>Rikli, Rikli, R. E. y Jones, C. J. (2da Ed). (2013). <i>Senior Fitness Test Manual</i>. Estados Unidos: Human Kinetics.</p> <p>Vincent, K. R., Braith, R. W., Feldman, R. A., Magyari, P. M., Cutler, R. B., Persin, S. A., ... &amp; Lowenthal, D. T. (2002). Resistance exercise and physical performance in adults aged 60 to 83. <i>Journal of the American Geriatrics Society</i>, 50(6), 1100-1107. [clásica]</p> <p>Walston, J., Hadley, E. C., Ferrucci, L., Guralnik, J. M., Newman, A. B., Studenski, S. A., ... &amp; Fried, L. P. (2006). <i>Research agenda for frailty in older adults: toward a better understanding of physiology and etiology: summary from the American Geriatrics Society/National Institute on Aging</i>. [clásica]</p> <p>Warburton D et al. (2007). <i>Evidence-informed physical activity guidelines for Canadian adults</i>. <i>Applied Physiology Nutrition and Metabolism</i>, 32:S16–S68. [clásica]</p> <p>Warburton D et al. (2009). <i>A systematic review of the evidence for Canada's Physical Activity Guidelines for Adults</i>. <i>International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity</i>. [clásica]</p>

*skeletal muscle function deficits: a systematic review. Clinical interventions in aging, 12, 955–961.*  
<https://doi.org/10.2147/CIA.S104674>

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Prescripción del Ejercicio en el Adulto Mayor debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en Ciencias del Deporte o áreas de Ciencias de la Salud afines con perfil en Fisiología Clínica o Aplicada al Ejercicio Físico, y que respalde su experiencia práctica con evidencias de desempeño profesional, publicación y presentación de trabajos de investigación aplicada o básica en congresos mundiales, además de contar con dos años de experiencia docente. En cuanto a su actitud de trabajo debe ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana.
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Educación Cívica
- 5. Clave:** Haga clic aquí para escribir texto.
- 6. HC:** 02 **HT:** 02 **HL:** 00 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Iván Sánchez Sánchez  
Carlos Verdugo Balbuena  
Carlos H. Cortes Moctezuma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Juan José Calleja Núñez  
Esteban Hernández Armas  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 10 de noviembre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Educación Cívica y Ética forma parte de la etapa básica de la Licenciatura de Actividad Física y Deporte y es de carácter optativa, perteneciente al área de conocimiento Pedagógica, tiene la finalidad de generar la identidad nacional, además que con ella el alumno obtendrá conocimientos de escoltas de Bandera, organización de eventos cívicos, así como las características de los símbolos patrios de nuestro país, teniendo habilidades en la práctica de valores, el trabajo colaborativo, el desarrollo de los principios éticos, la disciplina y el respeto a los símbolos patrios.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar la orgánica de la Escolta de Bandera en México, su función y aplicación para la organización de protocolos de actos cívicos, a través de la implementación de los manuales vigentes y conforme a la Ley sobre el Escudo, la Bandera y el Himno Nacional, que nos regulan en este ámbito. Con la finalidad de adaptar conforme a las diferentes etapas de la formación académica, la gestión y organización en el ambiente pedagógico; con actitud responsable, crítica y organizada.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Organizar un acto cívico por medio de trabajo colaborativo, donde los alumnos adquieran roles y funciones para llevar a cabo la estructura correcta del acto cívico con éxito y calidad. Se evaluará la planeación, organización previa, rutina de escolta, organización del día del evento y trabajo en equipo.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Antecedentes Históricos De Los Símbolos Patrios**

**Competencia:**

Identificar los antecedentes históricos de los símbolos patrios a través de sus características, diferencias y propósitos, dejando bases firmes para el desarrollo de una identidad nacional con respeto, lealtad y compromiso.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

1.1. Características de los símbolos patrios

1.1.1 Escudo

1.1.2 Bandera

1.1.3 Himno Nacional



## UNIDAD II. Orden Cerrado

### Competencia:

Practicar los elementos del orden cerrado, implementando el conocimiento de las evoluciones de la Escolta de Bandera conforme a sus características, logrando la correcta ejecución de los movimientos para llevar a cabo un protocolo de honores a la bandera, con actitud colaborativa y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 2.1 Introducción al orden cerrado.

2.1.1 Antecedentes y Definición de orden cerrado.

2.1.2 Voces de mando.

#### 2.2 Movimientos a pie firme.

2.2.1 Firmes.

2.2.2. En descanso.

2.2.3. Descanso a discreción.

2.2.4 De descanso a firmes.

2.2.5 Saludar.

2.2.6 Giros a pie firme.

2.2.6.1 Media vuelta.

2.2.6.2 Flancos.

2.2.6.3 Medios flancos.

#### 2.3 Desplazamientos.

2.3.1 Cadencia.

2.3.2 Paso Redoblado.

2.3.3 Paso Corto.

2.3.4 Alargar el paso.

2.3.5 Paso Acelerado.

2.3.6 Paso veloz.

2.3.7 Paso atrás.

2.3.8 Pasos de costado.

2.3.9 Marcar el paso.

2.3.10 Giros para desplazamiento.

2.3.10.1 Por media vuelta primero.

2.3.10.2 Por flanco (Izquierda y derecha).

2.3.10.3 Por medio flanco (Izquierda y derecha).

## 2.4 Formaciones.

2.4.1 Escolta formada.

2.4.2 Columna por dos.

2.4.2.1 Integrar escolta.

2.4.3 Columna por uno.

2.4.3.1 Integrar escolta.

## 2.5 Cambios de dirección.

2.5.1 Conversiones.

2.5.2 Escolta a la izquierda y derecha.

2.5.3 Por escolta a la izquierda y derecha.

### UNIDAD III. Participación De La Escolta De Bandera En Ceremonias Cívicas

**Competencia:**

Distinguir el desarrollo y participación de la escolta de Bandera a través del acto ceremonial, sus antecedentes históricos y características, para aplicar las diferentes formas de rendir honores a la Bandera Nacional y emplear la función de la Banda de Guerra durante el protocolo cívico con actitud de trabajo en equipo y respeto.

**Contenido:****Duración:** 8 horas

- 3.1 Antecedentes históricos, definición de escolta.
- 3.2 Presentación y uso del material de trabajo.
  - 3.2.1.1 Porta bandera y asta bandera.
  - 3.2.1.2 Encuje y desencuje del asta bandera.
- 3.3 Pasos a seguir en el Ceremonial en honores a la bandera.
  - 3.3.1 Con bandera de paseo.
    - 3.3.1.1 Desenfunde de bandera.
    - 3.3.1.2 Enfunde de bandera.
    - 3.3.1.3 Recorrido de Escolta.
  - 3.3.2 Para Izamiento de Bandera.
    - 3.3.2.1 Izar Bandera.
    - 3.3.2.2 Arreo de Bandera.
  - 3.3.3 Banda de Guerra.
    - 3.3.3.1 Definición.
    - 3.3.3.2 Organica de la Banda de Guerra.
    - 3.3.3.3 Implementación de la Banda de Guerra durante el ceremonial de honores a la bandera.

## UNIDAD IV. Ceremonia De Acto Cívico

### Competencia:

Ejecutar los pasos necesarios para la creación de un acto cívico por medio de la organización del programa de ceremonias, con la finalidad de dirigir de manera óptima un protocolo de honores a la Bandera, así como la creación de un concurso de escoltas que desarrolle el sentido de pertenencia, con actitud responsable, justicia y libertad.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 4.1 Organización de actos cívicos
  - 4.1.1 Asamblea escolar.
  - 4.1.2 Programa de ceremonia.
  - 4.1.3 Cambio de Escolta.
- 4.2 Concurso de escoltas
  - 4.2.1 Estructura del concurso.
  - 4.2.2 Operación del concurso.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Evolución cronológica de las Banderas más representativas de México.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De manera individual investigar la evolución de la bandera de México.</li> <li>2. Realizar una línea de tiempo de las distintas banderas de México a mano y a color.</li> <li>3. Escribir a cada bandera un pequeño párrafo de la descripción de cada una.</li> <li>4. Entregar de manera física el producto al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas.</li> <li>• Colores.</li> <li>• Tijeras.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Pegamento.</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	2 horas
2	<b>La historia de los orígenes del Escudo Nacional.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De manera individual indagar el origen mítico del Escudo Nacional.</li> <li>2. Elaborar una historieta o historieta cómica con mínimo cuatro cuadros de representación gráfica con viñetas de este tema.</li> <li>3. Presentar al grupo la historieta o historieta cómica.</li> <li>5. Entregar de manera física el producto al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas.</li> <li>• Colores.</li> <li>• Tijeras.</li> <li>• Lápiz.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Pegamento.</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	2 horas
3	<b>¿Por qué mi bandera es la mejor?</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos buscar información de los elementos visuales de una bandera de un país asignado.</li> <li>2. Elaborar un reporte y bandera.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio amplio.</li> <li>• Hojas.</li> <li>• Colores.</li> <li>• Vestuarios.</li> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> </ul>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Presentar al grupo.</li> <li>4. Entregar de manera física el producto al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Introducción al Orden Cerrado</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De manera individual investiga ¿Qué es el Orden Cerrado y cuáles son las voces de mando que en este se utilizan?</li> <li>2. Elabora un resumen escrito de una cuartilla.</li> <li>3. Entrega al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	2 horas
5	<b>Movimientos a pie firme</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se da una explicación teórica y práctica sobre los diferentes movimientos de orden cerrado que se realizan a pie firme.</li> <li>2. En equipos se practican los movimientos hasta lograr el entendimiento.</li> <li>4. Se colocará al alumnado en un pelotón simétrico, donde a su vez diferentes alumnos alternando su participación, pasarán al frente y haciendo uso de las voces de mando, ordenarán a todo el personal los diferentes movimientos a pie firme para que estos lo realizan.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto o cancha de usos múltiples</li> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> </ul>	2 horas
6	<b>Desplazamientos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se organiza al grupo en una línea de 9 integrantes, se coloca el metrónomo a la cadencia de 120 ppm (pasos por minuto), al silbatazo los alumnos deberán llevar el ritmo de</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto o cancha de usos múltiples.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Metrónomo.</li> <li>• Bocina.</li> <li>• Silbato.</li> </ul>	2 horas

		<p>cada sonido del metrónomo con cada pisada de su paso, hasta terminar la cancha espacio utilizado. Así con todo el grupo y con las diferentes cadencias a utilizar en el orden cerrado (120 ppm, 130 ppm, 165 ppm).</p>		
7	<b>Desplazamientos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en equipos y se les asignará uno de los diferentes desplazamientos.</li> <li>2. Deberán realizar una investigación sobre el tema asignado y preparar una clase práctica para presentarlo al grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto o cancha de usos múltiples.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Metrónomo.</li> <li>• Bocina.</li> <li>• Silbato.</li> </ul>	2 horas
8	<b>Formaciones.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en equipos y se les asignará una de las diferentes formaciones.</li> <li>2. Deberán realizar una investigación sobre el tema asignado y preparar una clase teórico - práctica para presentarla al grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto o cancha de usos múltiples.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Metrónomo.</li> <li>• Bocina.</li> </ul>	2 horas
9	<b>Cambios de dirección.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se agruparán en equipos de 4 integrantes, y con un tubo de pvc o un palo de madera, deben sostenerlo todos al frente de su pecho, para comenzar a girar sin perder la alineación.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto o cancha de usos múltiples.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Metrónomo.</li> <li>• Bocina.</li> <li>• Tubo de PVC o palo de madera de 2.5 mts de largo.</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				

10	<b>La Escolta de Bandera, un medio para la formación cívica.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De forma individual deberán investigar y realizar un ensayo de cuartillas acerca de la historia de la Escolta de bandera en México, su definición y cómo ayuda a la formación cívica desde la educación académica.</li> <li>2. Entregar al docente de manera impresa, digital.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laptop</li> <li>• Proyector</li> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	2 horas
11	<b>Dominio del Asta bandera y porta bandera.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se da una explicación teórico-práctica.</li> <li>2. Se reunirán en parejas para crear una portabandera que mide 82 cms de largo x 6 cms de ancho.</li> <li>3. Este deberá contener una cuja de 14 cms de largo x 5 cms de diámetro.</li> <li>4. Deberán llevar un palo de madera con una altura de 2.10 mts de alto y con un diámetro de cms aprox.</li> <li>5. Trabajarán en conjunto y de manera rotativa para llegar al dominio del uso de la asta bandera y porta bandera, a su vez aplicando las voces de mando.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cancha de Baloncesto o cancha de usos múltiples.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Cañón proyector.</li> <li>• Asta bandera.</li> <li>• Porta bandera.</li> </ul>	4 horas
12	<b>Formas de rendir honores a la Bandera, según la fecha conmemorativa.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De manera individual se realizará un cuadro comparativo de las</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Laptop</li> </ul>	2 horas



		<p>formas de llevar a cabo un ceremonial de honores a la bandera, ya sea con bandera de paseo o bandera de patio, éste deberá incluir los protocolos de enfunde y desenfunde o de izamiento y arreo, según sea el caso.</p> <p>3. Deberán enlistar las fechas conmemorativas donde la bandera se iza a toda asta y en cuales se iza a media asta.</p> <p>4. Entregar impreso al docente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impresora</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	
13	<b>La Banda de Guerra en México.</b>	<p>1. De manera individual se elabora un mapa conceptual sobre la definición, funcional y orgánica de la banda de guerra. Así sobre cuál es su función dentro del ceremonial de honores a la bandera.</p> <p>2. Entrega impreso al docente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Laptop</li> <li>• Impresora</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
14	<b>Organización de actos cívicos.</b>	<p>3. De manera grupal en sus cuadernos de notas describirán las características y recuerdan cómo era una asamblea en su escuela.</p> <p>2. Con base a las características del</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Impresora.</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> </ul>	2 horas

		<p>ejercicio anterior el grupo elabora y diseña con el apoyo del profesor el programa ceremonial del acto cívico, así como también se incluye las palabras de la escolta saliente al finalizar un ciclo escolar.</p>		
15	<b>Concursos de escoltas.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En grupo se hace una convocatoria con las bases para participar.</li> <li>2. Se establece el horario, fecha y día de la junta previa con instructores de las escoltas participantes.</li> <li>3. Acuerdos tomados en la junta previa.</li> <li>4. Ensayo general de escoltas en el lugar del evento (concurso).</li> <li>5. Programa de ceremonia.</li> <li>6. Resultados del concurso.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio amplio.</li> <li>• Hojas.</li> <li>• Colores.</li> <li>• Vestuarios.</li> <li>• Plumas.</li> <li>• Cuaderno.</li> <li>• Búsqueda bibliográfica o electrónica.</li> <li>• Laptop.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>	2 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Estudio de casos  
Técnica expositiva  
Proyecto

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Exposición  
Organizadores gráficos  
Cuadros comparativos  
Prácticas de escolta

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Exámenes escritos.....	20%
- Trabajos de investigación y presentaciones.....	15%
- Prácticas de taller.....	20%
- Participaciones.....	10%
- Presentación del acto cívico.....	35%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Departamento de Acción Cívica, de la Dirección de Relaciones Públicas. (2008). <i>Instructivo Único de Escoltas de Banderas</i>. Tijuana. Recuperado de <a href="file:///C:/Users/UABC%2016657970/Downloads/instructivo%20de%20Escoltas%20(acci%C3%B3n%20Civica).pdf">file:///C:/Users/UABC%2016657970/Downloads/instructivo%20de%20Escoltas%20(acci%C3%B3n%20Civica).pdf</a> [Clásica]</p> <p>El Congreso de los Estados Unidos Mexicanos, (1984). <i>Ley sobre el escudo, la bandera y el himno nacional</i>. Distrito Federal: Diario Oficial de la Federación, pp.3,11. [Clásica]</p> <p>Hurtado. J.M., (2005). <i>Los símbolos patrios en la construcción de la identidad nacional</i>. México D.F: Mexicana Digital de Impresión. [Clásica]</p> <p>Secretaria de la Defensa Nacional, (2020). <i>Manual de instrucción de orden cerrado para el ejército y fuerza aérea mexicana</i>. Ciudad de México: Taller Autográfico de la Dirección General de Comunicación Social.</p> <p>Cortés, T. S. (2017). <i>John Mraz, Looking for Mexico: Modern Visual culture and National Identity</i>. Secuencia, (78).</p>	<p>Secretaría de Educación, Subsecretaría de Educación Básica: Dirección de Educación Física. (2018). <i>Manual de Escoltas</i>. Recuperado de <a href="https://www.seducoahuila.gob.mx/concursos_basica/assets/manual-escoltas-enero-2018.pdf">https://www.seducoahuila.gob.mx/concursos_basica/assets/manual-escoltas-enero-2018.pdf</a></p> <p>Carretero, M. (2011). <i>Constructing patriotism: Teaching history and memories in global worlds</i>. USA: IAP. [Clásica]</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente deberá ser Licenciado en Actividad Física y Deporte o carrera afín, de preferencia poseer posgrado en Educación Física y Deporte o área afín. Debe tener experiencia en el manejo de escolta de Bandera y organización de eventos cívicos en cualquier nivel educativo y deportivo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte.
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Equidad y Género
- 5. Clave:**
- 6. HC:** 02HT: 02HL: 00HPC: 00HCL: 00HE: 02CR: 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Isis Jael Oviedo Rodríguez  
Daniela Valentina Pacheco Marcano  
Verónica Rivera Torres

#### Firma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolás Rodríguez Lucas  
José Juan Calleja  
Esteban Armas

#### Firma

**Fecha:** 12 de enero de 2021

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa básica, es de carácter optativo y pertenece al área del conocimiento Social Humanista. Se busca que los estudiantes conozcan y comprendan la importancia de la formación en perspectiva de género y equidad en el ámbito de la actividad física y deporte para actuar de manera crítica, reflexiva y de respeto con base en estos principios teniendo en cuenta el impacto social y cultural durante su formación profesional.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Proponer estrategias para disminuir las desigualdades entre los géneros en el ámbito de la actividad física y del deporte, a través del análisis de la perspectiva de género, para detectar situaciones de discriminación y promover la no violencia, mostrando actitud crítica, reflexiva y de respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Programa sobre propuestas de estrategias para disminuir las desigualdades entre los géneros de la actividad física y del deporte que incluya:

- Revisión de situación de discriminación en el ámbito de la actividad física y del deporte.
- Análisis teórico y normativo de la violencia de género.
- Propuestas de estrategias preventivas de situaciones de violencia, acoso, abuso, desigualdad y/o discriminación de género.
- Referencias en formato APA vigente.



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Cultura y Género**

**Competencia:**

Analizar los conceptos relacionados a la perspectiva de género y cultura, mediante la construcción social del cuerpo, estereotipos y roles del género, para identificarlos en situaciones de desigualdad, con actitud crítica, de respeto y tolerancia.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. Concepto de Género.
  - 1.1.1. Diferencia entre género y sexo.
  - 1.1.2. Identidad de género.
  - 1.1.3. Roles y estereotipos.
- 1.2. Construcción social del cuerpo.
  - 1.2.1. Cultura corporal.
- 1.3. Construcción social del género.
  - 1.3.1. Género y patriarcado.
    - 1.3.1.1. Sexismo.
    - 1.3.1.2. Machismo.
    - 1.3.1.3. Misoginia y Misandria.
    - 1.3.1.4. Homofobia.

## UNIDAD II. Normatividad sobre desigualdad y violencia de género

### Competencia:

Examinar la desigualdad y violencia de género a través de los antecedentes jurídicos y normatividad nacional e internacional, con el propósito de comprender el surgimiento y la importancia de las leyes encaminadas a prevenir y erradicar la violencia de género en el ámbito social y en el deporte, con actitud reflexiva, crítica y de respeto.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 2.1 Normativa Internacional.

- 2.1.1 Convención para todas las formas de discriminación en contra de la mujer (CEDAW).
- 2.1.2 Declaración de Beijing.
- 2.1.3 Convención de Belém Do Pará.
- 2.1.4 Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU.

#### 2.2 Normativa Nacional.

- 2.2.1 Ley Federal para prevenir y eliminar la discriminación.
- 2.2.2 Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.
- 2.2.3 Ley General de las mujeres a una vida libre de violencia.
- 2.2.4 Ley General de Cultura Física y Deporte.
- 2.2.5 Protocolo UABC.

### UNIDAD III. Situaciones de Violencia de Género

**Competencia:**

Examinar las problemáticas y elementos inherentes a la violencia de género y su impacto en la actividad física y el deporte, para realizar identificar estrategias para disminuir las desigualdades y prevenir la discriminación y violencia por razones de género, con una actitud crítica, reflexiva y respetuosa.

**Contenido:****Duración:** 6 horas

- 3.1 Concepto de Violencia de Género.
  - 4.1.1 Discriminación y desigualdad por razones de género en el deporte.
  - 3.1.2 Tipos de violencia: laboral, psicológica, económica, física, sexual.
  - 3.1.3 Situaciones de Acoso y Abuso sexual.
  - 3.1.4 Lenguaje sexista/inclusivo.

## UNIDAD IV. Sensibilización y Prevención de la violencia

### Competencia:

Diseñar un programa de prevención de violencia de género, mediante la identificación de los conceptos asociados a las diversas manifestaciones de violencia en el ámbito físico-deportivo, para proponer medidas de atención y erradicación de la violencia de género, con actitud innovadora, crítica y de respeto.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

- 4.1 Violencia en el deporte y violencia contra las mujeres en el deporte.
  - 4.1.1 Contacto corporal en el deporte.
  - 4.1.2 Acoso y abuso sexual de hombres a mujeres en el deporte.
  - 4.1.3 Definiciones:
    - 4.1.3.1. violencia contra las mujeres
      - 4.1.3.2. Acoso sexista y acoso sexual
      - 4.1.3.3. Abuso sexual en el deporte
      - 4.1.3.4. Grooming
      - 4.1.3.5. Novatadas
      - 4.1.3.6. Testigas o testigos
- 4.2 Prevención
  - 4.2.1. Medidas generales para promover la igualdad de mujeres y hombres.
  - 4.2.2. Medidas contra el acoso y el abuso sexual.
  - 4.2.3. Medidas en relación con la conducta del entrenador.
- 4.3. Tipificación de faltas
- 4.4..Pautas para diseñar un protocolo de actuación.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Análisis de lecturas y videos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se facilita el material bibliográfico y audiovisual para que el estudiante analice el concepto de Género.</li> <li>2. El estudiante realiza un mapa conceptual que desglose el concepto de Género.</li> </ol>	Medios tecnológicos y audiovisuales.	4 horas.
2	<b>“Mi cuerpo”</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente introduce al estudiante al tema: La construcción social del Cuerpo.</li> <li>2. Se forman pares de estudiantes.</li> <li>3. Se indica que de nombre como “A y B”.</li> <li>4. “A” dibuja la silueta de B sobre papel de rotafolio. “B” realiza el mismo procedimiento.</li> <li>5. De manera individual “A y B” comienza a escribir dentro de la silueta los conceptos que han introyectado con respecto a su cuerpo.</li> <li>6. Fuera de la silueta deberán escribir aquellas palabras que les gustaría cambiar de lo que existe dentro de la silueta.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Medios tecnológicos.</li> <li>- Hojas de rotafolio.</li> <li>- Plumones.</li> </ul>	6 horas.

		7. Se presenta al grupo el trabajo.		
<b>UNIDAD II</b>				
3	<b>Antecedentes jurídicos y normativos.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo colaborativo.</li> <li>2. Investigar la normativa internacional y nacional que aborden los temas de igualdad y violencia de género.</li> <li>3. Realizar un cuadro comparativo donde se especifique las Normas.</li> <li>4. Identificar las diferencias o similitudes de conceptos.</li> <li>5. Identificar la utilidad de la informac</li> <li>6. ión.</li> <li>7. Beneficios en el ámbito deportivo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tabla comparativa.</li> <li>● Artículos científicos.</li> <li>● Laptop.</li> <li>● Cuaderno.</li> <li>● Lo que especifique el equipo para el logro de la actividad.</li> <li>● Acceso a google drive.</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Diferencias de género en la actividad, el deporte y la educación física.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo colaborativo.</li> <li>2. Identificar los factores socio-culturales y deportivos que inciden en la participación de los géneros en la actividad física y el deporte.</li> <li>3. Reconocer las diferencias de género en la actividad, el deporte y la educación física.</li> <li>4. Investigar los tipos de violencia y estereotipos de género en la educación física y el deporte.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Estudios de Caso..</li> <li>● Artículos científicos.</li> <li>● Laptop.</li> <li>● Cuaderno.</li> <li>● Lo que especifique el equipo para el logro de la actividad.</li> <li>● Acceso a google drive.</li> </ul>	4 horas.

UNIDAD IV				
4	<b>Pautas para diseñar un protocolo de actuación.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo Colaborativo</li> <li>2. Diseñar la propuesta del programa de actuación y abordaje de la violencia de género en el ámbito físico-deportivo.</li> <li>3. El programa debe incluir: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Declaración de principios que rechacen la violencia de género.</li> <li>● Ámbito de aplicación.</li> <li>● Marco normativo.</li> <li>● Procedimientos de garantía.</li> <li>● Presentación de denuncias</li> <li>● Procedimiento informal</li> <li>● Procedimiento formal</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Artículos científicos.</li> <li>● Propuestas de programas de atención a la violencia de género.</li> <li>● Laptop.</li> <li>● Cuaderno.</li> <li>● Lo que especifique el equipo para el logro de la actividad.</li> <li>● Acceso a google drive.</li> </ul>	12 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El docente proporciona material de consulta e implementación de práctica, mediante herramientas tecnológicas como Classroom, Google docs, entre otras. Guía y retroalimenta los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes. Utiliza estrategias de aprendizaje significativo enfocadas a la solución de problemas mediante la implementación de estudios de caso reales.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** El estudiante realiza actividades relacionadas con la identificación, comprensión, además participa de manera dinámica en clase y prácticas, investiga de manera individual y grupal, presenta ante el grupo los productos obtenidos a partir de las prácticas, desarrolla una carpeta de evidencias en la que plasma la aplicación y análisis de los resultados de cada una de las prácticas, con actitud crítica, de respeto y responsabilidad.



## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

Evaluaciones:.....	20%
Prácticas.....	20%
Trabajos de investigación y presentaciones.....	20%
Protocolos de prevención de actividad física .....	30%
Participación en clase.....	10%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Alvariñas, M., Fernández-Villarino, M.A., y López-Villar, C. (2009). Actividad física y percepciones sobre deporte y género. <i>Revista de Investigación en Educación</i>, 6, 113-122. [Clásica]</p> <p>Becerra, H. (2016). Plan de acción de igualdad de género en el Comité Olímpico Mexicano (PAIG). 2017-2020. <i>Olympic World Library</i>. Recuperado de <a href="https://library.olympic.org/Default/doc/SYRACUSE/185309/plan-de-accion-de-igualdad-de-genero-en-el-comite-olimpico-mexicano-paig-2017-2020-hilda-del-consuel">https://library.olympic.org/Default/doc/SYRACUSE/185309/plan-de-accion-de-igualdad-de-genero-en-el-comite-olimpico-mexicano-paig-2017-2020-hilda-del-consuel</a></p> <p>Bonino, M. (2003) Los micromachismos y sus efectos: Claves para su detección. <i>Díaz de Santos.Madrid</i>. Recuperado de <a href="https://www.mpd.l.org/sites/default/files/Micromachismos-efectos-claves-detectarlo.pdf">https://www.mpd.l.org/sites/default/files/Micromachismos-efectos-claves-detectarlo.pdf</a> [Clásica].</p> <p>Buchón, L., Molina, J. P. &amp; Martínez-Baena, A. (2017). Gender Studies in Spanish journals of Physical Activity and Sport Sciences (2006- 2015). <i>Apunts. Educación Física y Deportes</i>, 130, 7-17. doi: <a href="https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2017/4).130.01">https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2017/4).130.01</a></p> <p>Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (14, junio 2018). Ley general para la igualdad entre mujeres y hombres. Recuperado de <a href="http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGIMH_140618.pdf">http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGIMH_140618.pdf</a></p> <p>Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2012). La discriminación y el derecho a la no discriminación. [Clásica]</p> <p>Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2018) Bullying y desigualdad de género en el deporte en México. Recuperado de</p>	<p>Martínez, I. (2000). <i>Sistema sexo-género, identidades y construcción de la subjetividad</i>. Valencia: Universidad de Valencia. [Clásica]</p> <p>Mingo, A. (2010). Ojos que no ven. Violencia escolar y género. <i>Perfiles Educativos</i>. Vol. XXXII, Num. 130 IISUE-UNAM 25-48 [Clásica]</p> <p>Mingo, A., Moreno, H. (2015). El ocioso intento de tapar el sol con un dedo: violencia de género en la universidad. <i>Perfiles educativos</i>. 37(148) 138-155. [Clásica]</p> <p>Ministerio de Educación. (1990). Guía para una educación física no sexista. [Clásica]</p> <p>Moreno-Murcia, J.A., Marcos, P., y Huéscar, E. (2016). Motivos de práctica físico-deportiva en mujeres: diferencias entre practicantes y no practicantes. <i>Revista de Psicología del Deporte</i>, 25(1), 35-41.</p> <p>Ramírez-Macías, G., Piedra, J., Ries, F., y Rodríguez-Sánchez, A.R. (2014). La mujer y el deporte en el cine del siglo XXI (2000-2009). <i>Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte</i>, 14(56), 719-734. [Clásica]</p> <p>Ruiz-Pérez, L.M., y González-Ravé, J.M. (2012). Metodologías visuales, actividad física y construcción del cuerpo por los jóvenes. <i>Revista Internacional de Ciencias del Deporte</i>, 28, 161-174. doi: 10.5232/ricyde2012.02805. [Clásica]</p> <p>Serra, P. (2013). La perspectiva de género en los estudios de ciencias de la actividad física y el deporte. (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona, Barcelona. [Clásica]</p> <p>Vazquez, B. (2001). Nuevos retos para el deporte y las mujeres en el siglo XXI.</p> <p>Vázquez, B. (2014). <i>La construcción del cuerpo femenino en la sociedad actual: un reto para la educación física-deportiva</i></p>

<https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-11/Bullying-equidad-genero-deporte-Mexico.pdf>

Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2018) Convención para la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer y su protocolo facultativo (CEDAW). Recuperado de <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-05/11-Convencion-CEDAW.pdf>

Comisión Nacional del Deporte y Cultura Física. (2005). *Mujer y deporte, una visión de género. Centro de Documentación Instituto Nacional de las Mujeres.* Recuperado de [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/100559.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100559.pdf) [Clásica]

Comité Olímpico Internacional. (2018). Examen sobre igualdad de género. *Olympic World Library.* Recuperado de [https://library.olympic.org/Default/doc/SYRACUSE/177630/examen-sobre-igualdad-de-genero-informe-del-coi-sobre-igualdad-de-genero-comite-internacional-olimpi?\\_lg=en-GB](https://library.olympic.org/Default/doc/SYRACUSE/177630/examen-sobre-igualdad-de-genero-informe-del-coi-sobre-igualdad-de-genero-comite-internacional-olimpi?_lg=en-GB)

Congreso del Estado de Baja California (2008). *Ley de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia para el Estado de Baja California.* [Clásica]

Domínguez, Héctor (2013). *Atisbos de las masculinidades mexicanas.* *Revistas Interdisciplinarias de estudios de género.* 1 (2) 189-191 [Clásica]

ECS (2014), *Gender Equality in Sport Proposal for Strategic Actions 2014-2020.*, Recuperado de: [http://ec.europa.eu/sport/events/2013/documents/20131203-gender/final-proposal-1802\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/sport/events/2013/documents/20131203-gender/final-proposal-1802_en.pdf) [Clásica]

Expósito, F. (2011) Violencia de género. *Mente y cerebro.* (48) 20-25 [Clásica]

Ferrer, P., Bosch, F. (2013) Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. *Profesorado. Revista de Currículum y formación del profesorado.* 17 (1) 105-122 [Clásica]

*en el siglo XXI.* J. Piedra (ed.), *Coeducación Física. Aportaciones para una nueva cultura de género* (pp. 127-150). Saarbrücken: Editorial Académica Española. [Clásica]

Flores, Z. (2020). Mujer y deporte en México. Hacia una igualdad sustancial. *Retos*. 37. 222-226.

Frías, S. (2014) *Gender Inequality in Mexico*. Recuperado de: [https://www.academia.edu/20162713/Frias\\_2014\\_Gender\\_inequality\\_in\\_Mexico](https://www.academia.edu/20162713/Frias_2014_Gender_inequality_in_Mexico) [Clásica]

Gaceta Universitaria. (17, noviembre 2020). Acuerdo por el que se establece el protocolo de atención y seguimiento a casos de violencia de género de la Universidad Autónoma de Baja California. Recuperado de <http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Acuerdos/Rector/58.pdf>

Gobierno de Chile. (2016). Guía ilustrada para una comunicación sin estereotipos de género. Recuperado de <https://www.odepa.gob.cl/wp-content/uploads/2013/05/ManualPpctvaGenero.pdf>

Gobierno de México. Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (17, diciembre 2015). Recuperado de <https://www.gob.mx/conavim/documentos/ley-general-de-acceso-de-las-mujeres-a-una-vida-libre-de-violencia-pdf>

INMUJERES y CONADE. (2015) Mujer y deporte. Una visión de género. Recuperado de [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/100559.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100559.pdf)

Instituto de la Mujer. (2010). Hablamos de Deporte. En femenino y masculino. Recuperado de <https://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/AreaDeporte/docs/MaterialesDidacticos/HablamosDeporte.pdf> [Clásica].

Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación. (2017). Documentación de la normatividad nacional e internacional relativa a la igualdad de género en la educación. Recuperado de <https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/01/P1F213.pdf>

Lagarde, M. (1996) El género. En *Género y feminismo. Desarrollo Humano y Democracia*. Ed. Horas y Horas. España pp. 13.38 [Clásica]

- Lamas, M. (1996). *La perspectiva de género*. CONAPO. Mexfam 3a. Edi. [Clásica]
- Lamas, M. (2000) Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *Cuicuilco*. Escuela Nacional de Antropología e Historia. 7 (18) 1-24 [Clásica]
- Larena, F., Molina, R. (2010). Violencia de género en las universidades: investigaciones y medidas para prevenirla. *Revista de Investigaciones en Intervención Social*. 1 (2) 202-219. [Clásica]
- Monforte, J., Úbeda-Colomer, J. (2019). Como una chica: un estudio provocativo sobre estereotipos de género en educación física. *Retos*. (36). 74-79. [https://pdfs.semanticscholar.org/8e12/656f99c035cb9fcbf861234f5b0df4ed45bf.pdf?\\_ga=2.77786583.2141753657.1610564391-1369836019.1610564391](https://pdfs.semanticscholar.org/8e12/656f99c035cb9fcbf861234f5b0df4ed45bf.pdf?_ga=2.77786583.2141753657.1610564391-1369836019.1610564391)
- Organización de Estados Americanos (1994) Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer “Convención de Belém do Pará. Recuperado de <https://www.oas.org/es/mesecvi/docs/BelemDoPara-ESPANOL.pdf> [Clásica]
- Organización de las Naciones Unidas (1995) Informe de la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer, Beijín. Recuperado de <https://www.un.org/womenwatch/daw/beijing/pdf/Beijing%20full%20report%20S.pdf> [Clásica]
- Organización de las Naciones Unidas (2019) Sin seguridad no hay desarrollo. Cómo los objetivos de Desarrollo Sostenible nos permiten abordar la violencia contra las mujeres.
- Organización de las Naciones Unidas. (2018) *Hacer las promesas realidad: la igualdad de género en la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible*. Recuperado de <https://www.unwomen.org/-/media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2018/sdq-report-gender-equality-in-the-2030-agenda->

[for-sustainable-development-2018-es.pdf?la=es&vs=834](#)

Organización Mundial de la Salud. *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres.*

Periódico Oficial del Estado de Baja California (2009). *Reglamento de la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Baja California.* [Clásica]

Periódico Oficial del Estado de Baja California (2009). Reglamento de la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de

Programa integral para prevenir, atender, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres (2012) Gobierno Federal. [Clásica]

Ramírez, K. y Echarri C. (2010) *Mapeo de procesos de atención y construcción de indicadores sobre casos de violencia contra las mujeres.* Instituto Nacional de las Mujeres. Cuaderno de trabajo [Clásica]

Ramírez, S. (2009). Género y masculinidad: hacia una interpretación de la violencia masculina. En Martha A. Ramírez *Hombres violentos. Un estudio antropológico de la violencia masculina.* Instituto de la Mujer para el Estado de Baja California, Instituto Jalisciense de las Mujeres, Plaza y Valdés. [Clásica]

Scraton,S.(1996). La enseñanza de la educación física en las niñas. Madrid: Morata. [Clásica]

Secretaría de Economía (2015) Norma mexicana en igualdad laboral y no discriminación. [Clásica]

Secretaría de Gobernación (19, enero 2018). Ley General de Cultura Física y Deporte. Recuperado de <http://www.ordenjuridico.gob.mx/Documentos/Federal/pdf/wo82065.pdf>

Secretaría de Gobernación. (1, diciembre 2016). Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación. Recuperado de <http://www.ordenjuridico.gob.mx/Documentos/Federal/pdf/>

[wo13222.pdf](#)

Secretaría de Gobernación. (2015). Deportes y discriminación. Matices. Recuperado de [http://www.conapred.org.mx/documentos\\_cedoc/Deportes%20y%20Discriminacion-Ax.pdf](http://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/Deportes%20y%20Discriminacion-Ax.pdf) [Clásica]

Ulloa, R., Mejía, M. y Ortis L. (2017). Deporte y Equidad de Género. México. Recuperado de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-952X2017000100121](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-952X2017000100121)

Violencia para el Estado de Baja California. [Clásica]

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente interesado en impartir la asignatura Equidad y Género debe presentar título de Licenciatura en Psicología o Sociología, o área afín, con experiencia en la materia y/o investigación sobre temas de equidad y género. De Preferencia con estudios de posgrado y dos años de experiencia en docencia. Habilidades para el trabajo en equipo, actitud crítica y objetiva, además de ser un referente en su ética profesional.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Sociología en el Deporte
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Pacheco Marcano Daniela Valentina  
Verónica Rivera Torres  
Elías Torres García

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje brinda los conocimientos sobre los diversos enfoques sociológicos y datos sociodemográficos, permitiendo al estudiante comprender el contexto social-cultural para generar procesos de transformación que contribuyen a resolver problemáticas de la sociedad a través de las actividades físicas y deportivas. Se ubica en la etapa básica, con carácter optativa y pertenece al área de conocimiento de Social Humanista.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar los factores sociales y culturales que inciden en la práctica de la actividad física y el deporte, a partir de las variables sociodemográficas generadas por el contexto estatal, nacional e internacional, para contribuir a la mejora de la calidad de vida de la sociedad, con actitud crítica, propositiva y de respeto.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora y presenta un proyecto de investigación a partir de una metodología sociológica que proponga una alternativa de actividad física y deporte, para disminuir o contribuir a erradicar una problemática social.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. La sociología del deporte**

**Competencia:**

Analizar las perspectivas sociales relacionadas con la actividad física y deporte, mediante la fundamentación de conceptos sociológicos, para identificar las estructuras sociales en la práctica deportiva, el cambio social y transformación estructural del deporte, con actitud reflexiva, crítica y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1. Conceptos básicos de sociología
- 1.2. Perspectivas teóricas de la sociología del deporte
- 1.3. Funciones sociales de la sociología del deporte
- 1.4. Deporte como parte de la sociedad
- 1.5. Deporte contemporáneo
- 1.6. Deporte como fenómeno social

## UNIDAD II. Cultura, sociedad y deporte

### **Competencia:**

Analizar los contextos y determinantes socioculturales, para conocer su relación en la formación de la cultura y los valores, a través de las variables sociodemográficas de la actividad física y deporte, con actitud reflexiva y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 2.1. Conceptos de socialización
- 2.2. Socialización y el deporte (para el deporte y a través del deporte)
- 2.3. Estructura social de la práctica deportiva
- 2.4. Roles dentro del deporte y el ejercicio (agresión y violencia)
- 2.5. Interés y satisfacción con la práctica deportiva
- 2.6. Participación deportiva y los valores
- 2.7. Género y edad en el deporte (edad infantil y personas mayores)

### UNIDAD III. El deporte en la sociedad actual

**Competencia:**

Analizar la estructura social del deporte y sus principales características y tendencias, tomándolo como espectáculo y base de la actualidad social y cultural, para comprender la relación entre el deporte y determinadas prácticas sociales, con actitud crítica, reflexiva y responsable.

**Contenido:****Duración:** 6 horas

- 3.1. Influencia del deporte en la sociedad
- 3.2. Deporte y espectáculo
- 3.3. Ocio, deporte y calidad de vida
- 3.4. Prevención de problemáticas sociales mediante el deporte

## UNIDAD IV. Investigación social

**Competencia:**

Analizar las relaciones e interacciones que tienen lugar entre el deporte y las problemáticas sociales actuales, mediante la aplicación de métodos y técnicas de investigación social, para comprender su relación e impacto en la sociedad, con actitud objetiva y responsable.

**Contenido:**

- 4.1. Métodos de investigación en las ciencias sociales
- 4.2. Técnicas de recolección de datos
- 4.3. Elaboración de documento de investigación

**Duración:** 10 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Mapa conceptual</b>	<p>En trabajo individual, analizar y presentan las funciones del deporte en la sociedad, considerando diversas perspectivas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Función educativa.</li> <li>2. Función ociosa.</li> <li>3. Función terapéutica.</li> <li>4. Función instrumental.</li> <li>5. Función profesional.</li> <li>6. Función competitiva.</li> <li>7. Función en generación de valores.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Material de consulta recomendado.</li> <li>● Moderador.</li> <li>● Acceso a computadora.</li> <li>● Internet.</li> </ul>	2 horas
2	<b>Representación sobre la historia del deporte como fenómeno social</b>	<p>En trabajo colaborativo, hacer una representación teatral o dramática, que aborde momentos históricos de la sociología del deporte y perspectivas sociales sobre la práctica deportiva.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizarse en equipos de máximo 6 personas.</li> <li>2. Elige un periodo de la historia del deporte.</li> <li>3. Crea un guión de la representación teatral.</li> <li>4. Presenta en plenaria grupal, con vestimenta que represente a los distintos roles o personajes y diálogos, narración, etc.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Material de consulta recomendado.</li> <li>● Escenario tipo auditorio.</li> <li>● Acceso a computadora.</li> <li>● Vestimenta sencilla, representativa (no rentar), creada por el equipo.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				

3	<b>Socialización y el deporte (para el deporte y a través del deporte).</b>	<p>En trabajo colaborativo, hacer una lista con ejemplos reales de los procesos de socialización que se dan para y a través del deporte dependiendo del contexto cultural en el que se vive, al finalizar compartirlo en plenaria con el grupo</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizarse en equipos de máximo 6 personas</li> <li>2. Presenta lista en la que se identifican los procesos culturales vinculados a la socialización.</li> <li>3. Comparte experiencias de cómo aprendieron un deporte</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Material de consulta recomendado.</li> <li>● Moderador.</li> <li>● Acceso a computadora.</li> <li>● Internet</li> </ul>	4 horas
4	<b>Participación deportiva y los valores.</b>	<p>En trabajo individual, enlistar y definir al menos 6 valores sociales y personales para analizar cuál de ellos también están presentes en la práctica deportiva, al finalizar:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Juntarse en parejas y construir en común acuerdo una sola lista</li> <li>2. Representa en Role-playing los valores identificados</li> <li>3. Ver y Analiza vídeo sobre valores en el deporte.</li> <li>4. Saca y entrega conclusiones</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Moderador.</li> <li>● Acceso a computadora.</li> <li>● Internet</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
5	<b>Influencia del deporte en la sociedad</b>	<p>En trabajo individual, realizar sondeo con familiares y amigos sobre cómo creen que influye el deporte en la sociedad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Acceso a computadora.</li> <li>● Internet</li> <li>● Material de consulta recomendado</li> </ul>	6 horas



		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Elabora cuestionario de preguntas</li> <li>2. Aplica cuestionario al menos a 4 familiares y amigos</li> <li>3. Apunta en el pizarrón/compartir en el foro aquellas respuestas que más se repiten</li> <li>4. Analiza a partir de los conceptos sociológicos las respuestas y Estudio de casos</li> </ol>		
<b>UNIDAD IV</b>				
6	<b>Investigación social y deporte</b>	<p>En trabajo colaborativo, elegir un tema de investigación que involucre alguna problemática social que pueda ser impactada o mejorada gracias a la práctica de actividad física y/o deportes</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizarse en equipos de máximo 6 personas</li> <li>2. Discute en el grupo el problemas e identificar sus posibles causas haciendo un diagrama de causa efecto</li> <li>3. Delimita la población objeto de estudio</li> <li>4. Inicia búsqueda de información y antecedentes sobre el tema en BDD y revistas científicas.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Acceso a computadora.</li> <li>● Internet</li> <li>● Material de consulta recomendado</li> </ul>	12 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Presenta información sobre los conceptos
- Presenta y resuelve ejercicios prácticos relacionados con las temáticas
- Dirige, supervisa y retroalimenta las prácticas de taller
- Elabora y aplica exámenes
- Propicia la participación activa de los estudiantes
- Revisa y evalúa reportes de prácticas y actividades

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Investiga y analiza información sobre conceptos
- Resuelve ejercicios prácticos proporcionados por el profesor
- Realiza las prácticas de taller
- Presenta exámenes
- Participa activamente en clase
- Elabora y entrega reportes de prácticas
- Trabaja en equipo

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Evaluaciones parciales.....	20%
- Prácticas de taller.....	30%
- Tareas y trabajos.....	20%
- Trabajo de investigación.....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Altuve, E., (2016). Sociología del deporte, poder y globalización. Tendencias de la sociología del deporte en los últimos 25 años. Cuaderno Venezolano de Sociología, 25 (4), 77-93.</p> <p>Dunning, E. (2003). El fenómeno deportivo: estudios sociológicos en torno al deporte, la violencia y la civilización. Barcelona: Paidotribo. [clásica]</p> <p>García, M., Puig, N., Largardera, F., Llopis, R., y Vilanova, A. (2017). Sociología del deporte. Madrid: Alianza Editorial</p> <p>liliano, R., Bilyk, P. (2011). Problemas de Sociología del Deporte. Educación Física y Ciencia, 13, 141- 147. [clásica]</p> <p>Jamieson, K., Smith, M. (2015.) Fundamentals of Sociology of Sport and Physical Activity. Human Kinetics' Fundamentals of Sport and Exercise Science. [clásica]</p> <p>Malcolm, D. (2012). Sport and Sociology. Routledge. [clásica]</p> <p>Maza Gutiérrez, G. (2011). Deporte, actividad física e inclusión social. Una guía para la intervención social a través de las actividades deportivas. Consejo Superior de Deportes. [clásica]</p> <p>Sánchez, R., y Moscoso, D. (2015). How can one be a sports fan? La contribución de Pierre Bourdieu al estudio social del deporte. Revista de Metodología de Ciencias Sociales, 30, 161-180.</p>	<p>García Ferrando, M y otros (comps). (2002). Sociología del deporte. Ed. Alianza Deporte. Madrid. [clásica]</p> <p>Gómez Lecumberri, C. (2009). Deporte e integración social: guía de intervención educativa a través del deporte Barcelona: INDE. [clásica]</p> <p>Heinemann, K. (2003). Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte . Barcelona: Paidotribo. [clásica]</p> <p>Malcolm D. La construcción social de la sociología del deporte: un proyecto profesional. Revista Internacional de Sociología del Deporte . 2014; 49 (1): 3-21. doi: 10.1177 / 1012690212452362 [clásica]</p> <p>Puig, N., Vilanova, A., &amp; Mateu, P., (2018). Sociología del Deporte en España: una actualización (2005- 2017). Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 14 (54), 382-399. <a href="https://doi.org/10.5232/ricyde2018.05408">https://doi.org/10.5232/ricyde2018.05408</a></p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Sociología en el Deporte debe contar con grado académico de Licenciatura en Sociología, Comunicación, Psicología o área afín, preferentemente con estudios de posgrado y al menos dos años de experiencia docente. Es deseable que sea proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Contexto Educativo y de la Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Gabriela Valles Verdugo  
Rita Paulina Chávez López

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 12 de enero de 2021

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La unidad de aprendizaje Contexto Educativo y de la Actividad Física se ubica dentro de la etapa básica, es de carácter optativo y forma parte del área de conocimiento Pedagógica; tiene como finalidad que el alumno se inicie en el conocimiento de las principales características de las escuelas en niveles educativos obligatorios –preescolar, primaria, secundaria y media superior–, en distintos contextos sociales –urbano, urbano marginado, rural e indígena– y según las diversas modalidades o servicios que oferta, y que realicen una exploración inicial de las formas de organización y funcionamiento real de las instituciones educativas y deportivas - públicas y privadas-, las particularidades sociales y culturales de la población que atienden, las funciones que desempeña el personal que labora en ellos, las formas de trabajo más frecuentes, así como los intereses, actitudes y expectativas de los alumnos y usuarios de éstos.

Esto le permitirá obtener información valiosa, para conocer, distinguir, aceptar las situaciones difíciles y frecuentes en el contexto, e ir asumiendo posturas de compromiso de su futuro quehacer, así como de proponer posibles alternativas de solución a los problemas observados en esta unidad de aprendizaje y analizarlos conjuntamente con los factores del contexto social y que finalmente servirán como base en las posteriores unidades de aprendizaje del área pedagógica en el ámbito escolar y profesional del alumno.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar las características internas y externas de los contextos educativos y deportivos, por medio de la observación y registros en el ámbito pedagógico, actividad física, salud y recreación, con la finalidad de comprender la estructura y atender las particularidades de las instituciones, mostrando actitud crítica, ética y propositiva.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

1. Elabora un portafolio de evidencias donde se integren reportes escritos, guía o diario de observación, sobre lo visto en las instituciones educativas y deportivas durante el periodo de visitas guiadas por el docente a las mismas con limpieza y organización.
2. Exposición oral de un análisis crítico de una institución educativa o deportiva que sea del interés del estudiante, por medio de guía de observación, entrevistas, fotografía y conclusiones.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Contexto Laboral**

**Competencia:**

Examinar los conceptos del contexto laboral, escolar y de la actividad física, a través de la distinción de los contextos internos y externos de los mismos, con el propósito de reconocer la importancia del análisis del contexto, mostrando actitud ética, respetuosa y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

1. Definición de Contexto.
  1. Contexto laboral.
    1. Contexto interno.
    2. Contexto externo.
    3. Importancia de diferenciar el contexto interno y externo laboral.
  2. Contexto escolar.
    1. Contexto interno.
    2. Contexto externo.
    3. Importancia de diferenciar el contexto interno y externo escolar.
  3. Contexto de actividad física.
    1. Contexto interno.
    2. Contexto externo.
    3. Importancia de diferenciar el contexto interno y externo de la actividad física.



## UNIDAD II. Importancia De Analizar El Contexto Escolar

### Competencia:

Analizar el contexto escolar en cada uno de los niveles de educación obligatoria, por medio de la observación y registro, con la finalidad de comprender la estructura de las instituciones educativas y proponer soluciones a situaciones particulares, con actitud propositiva, respetuosa y ética.

### Contenido:

**Duración:** 14 horas

#### 2.1 Variables del contexto escolar interno.

2.1.1 Actores: alumnos, maestros, personal administrativo, directivos, personal de intendencia.

2.1.1 Organigrama escolar.

2.1.2 Funciones, derechos, responsabilidades del personal.

2.1.3 Organismos colegiados vigentes (Funciones, responsabilidades y lineamientos que los rigen).

2.1.4 Características físicas de un centro educativo de educación básica (Edificios, áreas verdes, áreas comunes, servicios, mobiliario, recursos didácticos indispensables, etc.)

2.1.5 Normatividad de los centros educativos. (Reglamento escolar, del salón, del personal, etc.)

2.1.6 Tipos de escuela por nivel educativo, sostenimiento, por servicio que brinda y por horario.

2.1.7 Observación de clase.

2.1.8 Otras actividades que se realizan en el centro educativo.

#### 2.2 Variables del contexto escolar externo.

2.2.1 Nivel socioeconómico alrededor del centro educativo.

2.2.1 Contexto familiar (tipo de familia, costumbres, procedencia, idioma, profesión, etc.)

2.2.2 Establecimientos, características geográficas de alrededor del centro educativo.

2.2.3 Datos demográficos.

2.2.4 Entorno geográfico (clima, flora, fauna, recursos naturales).

2.3 Datos cuantitativos y cualitativos del contexto escolar que influyen en la calidad educativa.

## UNIDAD III. Contexto de Actividad Física

### Competencia:

Analizar el contexto de la actividad física, por medio de la observación y registro, con la finalidad de comprender la estructura de las instituciones deportivas y de actividad física, así como proponer soluciones a situaciones particulares, con actitud propositiva, respetuosa y ética.

### Contenido:

**Duración:** 14 horas

#### 3.1 Contexto interno de actividad física.

3.1.1 Actores de centros de actividad física.

3.1.2 Organigrama de centros de actividad física.

3.1.3 Funciones, derechos, responsabilidades del personal.

3.1.4 Organismo colegiados vigentes (Funciones, responsabilidades y lineamientos que los rigen).

3.1.5 Características físicas del centro de actividad física (instalaciones, áreas verdes, áreas comunes, mobiliario, recursos indispensables para la actividad física, servicios)

3.1.6 Normatividad del centro de actividad física.

3.1.7 Tipos de centros para realizar actividad física por el servicio que brindan y por el tipo de sostenimiento.

3.1.8 Otras actividades que se realizan en el centro.

#### 3.2 Contexto externo de actividad física.

3.2.1 Nivel socioeconómico alrededor del centro de actividad física.

3.2.1 Contexto familiar (tipo de familia, costumbres, procedencia, idioma, profesión, etc.)

3.2.2 Establecimientos, características geográficas de alrededor del centro de actividad física.

3.2.3 Datos demográficos.

3.2.4 Entorno geográfico (clima, flora, fauna, recursos naturales).

3.3 Datos cuantitativos y cualitativos del contexto de actividad física que influyen en su calidad.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Concepto e importancia del contexto laboral.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Investigación de conceptos de contexto, contexto laboral, contexto escolar y contexto de la actividad física.</li> <li>2. Participa con los resultados de la investigación en plenaria.</li> <li>3. Resuelve el siguiente cuestionamiento ¿Cuál es la importancia de diferenciar las variables internas y externas del contexto?</li> <li>4. En equipo elaboran un mapa mental del contenido de la primera unidad.</li> <li>5. Explican el mapa mental de forma oral</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diccionario, libros, revistas y documentos electrónicos.</li> <li>• Hoja rotafolio, colores, plumones.</li> <li>• Celular.</li> <li>• Bolígrafo.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Variables del contexto escolar interno.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Investigación previa de las variables del contexto interno.</li> <li>2. Se organizan equipos para exposición de temas de contexto interno.</li> <li>3. Exposición oral y con apoyo de Tecnologías.</li> <li>4. Retroalimentación y dudas en plenaria.</li> <li>5. Elaboración de resumen de exposiciones.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diccionario, libros, revistas y documentos electrónicos.</li> <li>• Computadora, bocinas, proyector.</li> <li>• Celular.</li> <li>• Bolígrafo.</li> </ul>	2 horas

3	<b>Variables del contexto escolar externo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Investigación previa de las variables del contexto interno.</li> <li>2. Participación activa en clase en cuestionamientos del profesor.</li> <li>3. Toma apuntes específicos.</li> <li>4. Analiza guía de observación.</li> <li>5. Pregunta sobre el registro correcto de la guía de observación.</li> <li>6. Escribe las indicaciones y consejos para las visitas guiadas a una escuela.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diccionario, libros, revistas y documentos electrónicos.</li> <li>• Computadora, bocinas, proyector.</li> <li>• Celular.</li> <li>• Bolígrafo.</li> </ul>	2 horas
4	<b>Visita a nivel educativo preescolar.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asiste a la visita de un preescolar en tiempo y forma.</li> <li>2. Observa y analiza las variables internas y externas del contexto escolar.</li> <li>3. Pregunta y resuelve dudas con el personal del centro escolar.</li> <li>4. Observa una clase de Educación Física.</li> <li>5. Escribe una reflexión personal de lo observado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla de apoyo.</li> <li>• Bolígrafo.</li> <li>• Uniforme escolar.</li> <li>• Guía de observación impresa.</li> </ul>	4 horas
5	<b>Visita a nivel educativo primaria.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asiste a la visita de una primaria en tiempo y forma.</li> <li>2. Observa y analiza las variables internas y externas del contexto escolar.</li> <li>3. Pregunta y resuelve dudas con el personal del centro escolar.</li> <li>4. Observa una clase de Educación Física.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla de apoyo.</li> <li>• Bolígrafo.</li> <li>• Uniforme escolar.</li> <li>• Guía de observación impresa.</li> </ul>	4 horas

		5. Escribe una reflexión personal de lo observado.		
6	<b>Visita a nivel educativo secundaria.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asiste a la visita de una secundaria en tiempo y forma.</li> <li>2. Observa y analiza las variables internas y externas del contexto escolar.</li> <li>3. Pregunta y resuelve dudas con el personal del centro escolar.</li> <li>4. Observa una clase de Educación Física.</li> <li>5. Escribe una reflexión personal de lo observado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla de apoyo.</li> <li>• Bolígrafo.</li> <li>• Uniforme escolar.</li> <li>• Guía de observación impresa.</li> </ul>	4 horas
7	<b>Visita a nivel educativo medio superior.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asiste a la visita de un plantel medio superior en tiempo y forma.</li> <li>2. Observa y analiza las variables internas y externas del contexto escolar.</li> <li>3. Pregunta y resuelve dudas con el personal del centro escolar.</li> <li>4. Observa una clase de Educación Física o entrenamiento.</li> <li>5. Escribe una reflexión personal de lo observado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla de apoyo.</li> <li>• Bolígrafo.</li> <li>• Uniforme escolar.</li> <li>• Guía de observación impresa.</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD III</b>				
8	<b>Variables del contexto interno y externo de la actividad física.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Investigación de variables de contexto de actividad física.</li> <li>2. En equipo elaboran un mapa mental y conceptual de una de las variables.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diccionario, libros, revistas y documentos electrónicos.</li> <li>• Hoja rotafolio, colores, plumones.</li> <li>• Celular.</li> <li>• Bolígrafo.</li> </ul>	2 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Exposición en plenaria del mapa.</li> <li>4. Retroalimentación y resolución de dudas.</li> <li>5. Toma de apuntes.</li> <li>6. Identifica y propone cambios en la guía de observación.</li> </ol>		
9	<b>Visita a unidad deportiva.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asiste a la visita de una unidad deportiva en tiempo y forma.</li> <li>2. Observa y analiza las variables internas y externas del contexto de actividad física.</li> <li>3. Pregunta y resuelve dudas con el personal de la unidad deportiva.</li> <li>4. Observa una sesión de entrenamiento.</li> <li>5. Escribe una reflexión personal de lo observado.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla de apoyo.</li> <li>• Bolígrafo.</li> <li>• Uniforme escolar.</li> <li>• Guía de observación impresa.</li> </ul>	2 horas
10	<b>Visita a un centro de actividad física.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asiste a la visita de una un gimnasio o club deportivo en tiempo y forma.</li> <li>2. Observa y analiza las variables internas y externas del contexto de actividad física.</li> <li>3. Pregunta y resuelve dudas con el personal del centro de actividad física.</li> <li>4. Observa una sesión de entrenamiento.</li> <li>5. Escribe una reflexión personal de lo observado</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla de apoyo.</li> <li>• Bolígrafo.</li> <li>• Uniforme escolar.</li> <li>• Guía de observación impresa.</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Organizar visitas guiadas
- Fomentar la participación y el trabajo colaborativo
- Técnica Expositiva
- Retroalimentar
- Evaluación continua

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Visitas guiadas
- Trabajo colaborativo
- Elaborar portafolio de evidencias
- Redacción de diario de observación
- Exposición oral
- Entrevistas
- Reflexiones

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Tareas.....	10%
- Exámenes parciales .....	20%
- Participación en prácticas de campo .....	20%
- Portafolio de evidencias .....	30%
- Exposición oral .....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>



## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Acevedo, C., Valentí, G., &amp; Aguiñaga, E. (2017). Gestión institucional, involucramiento docente y de padres de familia en escuelas públicas de México. <i>Calidad en la Educación</i>, (46), 53-95.</p> <p>Aguilar, G. F., Grau, M. P., &amp; Prat, S. S. (2015). La intervención pedagógica del profesorado de educación física en un contexto multicultural: prácticas, reflexiones y orientaciones. <i>Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación</i>, (28), 248-255.</p> <p>Gutiérrez-Hernández, A., Herrera-Córdova, L., de Jesús Bernabé, M., &amp; Hernández-Mosqueda, J. S. (2016). Problemas de contexto: un camino al cambio educativo. <i>Ra Ximhai</i>, 12(6), 227-239.</p> <p>Hernández, R. A. (2019). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Paidotribo.</p> <p>Herrera, J. D. (2016). La relación escuela-comunidad: un análisis desde la teoría de sistemas a nueve experiencias de América Latina. <i>Revista Interamericana de Investigación, Educación y Pedagogía, RIIEP</i>, 9(1).</p> <p>Meece, J. (2000). <i>Desarrollo del niño y del adolescente. Compendio para educadores</i>. México: SEP/Mc Graw Hill Interamericana. [clásica]</p> <p>Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2008). <i>La educación inclusiva</i>:</p>	<p>Carbonell Sebarroja, J. (2019). <i>Escuela y entorno</i>. uri: <a href="https://repositorio.idep.edu.co/handle/001/196">https://repositorio.idep.edu.co/handle/001/196</a>.</p> <p>Morales-Sánchez, V., Pérez-López, R., Morquecho-Sánchez, R., &amp; Hernández-Mendo, A. (2016). Generalizabilidad y gestión deportiva. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i>, 16(1), 161-170.</p> <p>Pastor-Barceló, A., Alguacil, M., &amp; Alonso-Dos-Santos, M. (2016). Influencia de la calidad, satisfacción, valor percibido e imagen corporativa en la confianza en la marca en el servicio fitness. <i>Revista de psicología del deporte</i>, 25(1), 77-80.</p> <p>Ramos Carranza, I. G. (2015). <i>Factores que inciden en la gestión de una instalación deportiva pública (Doctoral dissertation, Facultad de Organización Deportiva)</i>. [clásica]</p> <p>Sammons, P. et. al. (1998). <i>Características clave de las escuelas efectivas</i>. México: SEP. [clásica]</p>

El camino hacia el futuro. Una breve mirada a los temas de educación inclusiva. Aportes a las discusiones de los talleres. UNESCO. Disponible en: [http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user\\_upload/Policy\\_Dialogue/48th\\_ICE/CONFINTED\\_48\\_Inf\\_2\\_-\\_Spanish.pdf](http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/Policy_Dialogue/48th_ICE/CONFINTED_48_Inf_2_-_Spanish.pdf) [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Plan y programas de estudio para la educación básica*. México: Autor.

Secretaría de Educación Pública. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física. Educación Básica*.

Secretaría de Educación Pública. (2011). *Programa de estudio 2011: Guía para la educadora. Educación Básica. Preescolar*. México: SEP. [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2011). *Programa de estudio 2011. Guía para el maestro. Educación Básica. Primaria. Educación Física*. México: SEP. [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2011). *Programa de estudio 2011: Guía para el maestro. Educación Básica. Secundaria. Educación Física*. México: SEP. [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2013). *Los elementos del currículo en el contexto del enfoque formativo de la evaluación*. México: SEP. [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2014). *Serie: Educación Física en la Educación Primaria. Orientación para el docente*. México: SEP [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2015). Marco de Referencia Sobre la Gestión de la Convivencia Escolar desde la Escuela Pública, México. SEP. Disponible en: <https://www.gob.mx/sep/documentos/marco-de-referenciasobre-la-gestion-de-la-convivencia-escolar-desde-la-escuela-publica> SEP (2016). Orientaciones para la prevención, detección y actuación en casos de abuso sexual infantil, acoso escolar y maltrato en las escuelas de Educación Básica. México. SEP. Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/docs/Orientaciones\\_211216.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/docs/Orientaciones_211216.pdf) [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2016). Programa Nacional de Convivencia escolar. Disponible en: <http://convivenciaescolar.seph.gob.mx/ponencias/Bibliotecas%20Escolares%20PNCE.pdf> SEP, SSP (2012). Manual de Seguridad Escolar. Recomendaciones para protegernos de la inseguridad y la violencia. SEP, México. Disponible en: <http://basica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/201611/201611-3-RSCDSat1SAXsU-manualseguridadsep12.pdf>

Secretaría de Educación Pública. (2017). Lineamientos para la organización y funcionamiento de los Consejos Técnicos Escolares de Educación Básica. Disponible en: <https://anexosprofelandia.files.wordpress.com/2017/07/lineamientos-cte.pdf>

Secretaría de Educación Pública. (2006). La estructura del Sistema Educativo Mexicano. México. SEP. Disponible en: [http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/1447/1/images/sistemaedumex09\\_01.pdf](http://www.sep.gob.mx/work/models/sep1/Resource/1447/1/images/sistemaedumex09_01.pdf) SEP (2006). Orientaciones generales para el funcionamiento de los

servicios de educación especial. pp. 19-57. Disponible en:  
<http://www.educacionespecial.sep.gob.mx/pdf/publicaciones/libromorado.pdf> [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2011). Educación Física en Educación Básica: actualidad didáctica y formación continua de docentes. México: SEP. [clásica]

Secretaría de Educación Pública. (2011). Plan de estudios 2011. Educación Básica. México: SEP. [clásica]

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Contexto Educativo y de la Actividad Física debe contar con licenciatura en Actividad Física y Deporte o carrera afín, preferentemente con un grado de posgrado y/o especialidad en la disciplina de la educación, con experiencia docente de al menos 2 años; debe tener habilidad en la gestión, organización y vinculación entre instituciones educativas y deportivas, así como habilidades comunicativas. Debe ser responsable, respetuoso e íntegro con su ética profesional.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Economía del Deporte
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Enrique Rodríguez Díaz  
Jesús Alberto Ramírez Gallo  
Omar Plascencia Enríquez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La asignatura Economía del Deporte proporcionará al estudiante una visión general a través del entorno micro y macro aplicado al ámbito deportivo, además, contribuirá al fomento de habilidades de pensamiento lógico, trabajo en equipo, análisis e interpretación de información, y la promoción de valores como adaptabilidad, responsabilidad, respeto, honestidad, empatía y actitud emprendedora en los profesionales de la Actividad Física y Deporte.

Esta asignatura pertenece a la etapa disciplinaria con carácter optativo y abona al área de conocimiento Administrativa.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Diseñar proyectos de desarrollo económico enfocados a la actividad física y deporte, mediante los principios teóricos, modelos administrativos y el análisis del entorno, para coadyuvar en la toma eficiente de decisiones en los proyectos de inversión, con responsabilidad, honestidad y objetividad.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseño de un proyecto de desarrollo económico en el área de la actividad física y deporte que contenga:

- Objetivos generales y específicos del estudio macroeconómico.
- Marco teórico y contextual a tratar por deporte.
- Justificación de variables de estudio.
- Formulación de modelo econométrico.
- Procesamiento de datos y análisis de indicadores macroeconómicos.
- Lectura de indicadores microeconómicos.
- Argumentación de resultados con estudios previos.
- Propuestas relevantes sobre el estudio
- Conclusiones
- Bibliografía (APA).

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Bases de la economía**

**Competencia:**

Identificar los actores que se relacionan en el micro y macro entorno, a través de los fundamentos básicos de la economía, para la elaboración de indicadores macro y micro económicos, con pensamiento analítico, objetividad y honestidad.

**Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 1.1 Economía
  - 1.1.1. Definición de economía
  - 1.1.2. Macroeconomía y microeconomía
    - 1.1.2.2 Definición de Producto Interno Bruto, características, fórmula para determinarlo.
    - 1.1.2.3 Balanza comercial
    - 1.1.2.4 Balanza de pagos
    - 1.1.2.5 Inflación y deflación
    - 1.1.2.6 Causas de la inflación
    - 1.1.2.7 Clasificación de inflación
    - 1.1.2.8 Tipos de inflación
    - 1.1.2.9 La Tasa de inflación: concepto, fórmula y cálculo
    - 1.1.2.10 4 IPC, efectos de la inflación.
    - 1.1.2.11 Monopolio y oligopolio
  - 1.2 Introducción a la economía del deporte
    - 1.2.1 Definición de economía del deporte
    - 1.2.2 Problemas generales y problemas específicos de la economía del deporte.
    - 1.2.3 La relación bidireccional: “Impacto del deporte en la economía” y el “impacto de la economía en el deporte”.
    - 1.2.4 Dimensiones y alcances en el deporte
    - 1.2.5 Creación de valor en el sector del deporte.
    - 1.2.6 Aporte financiero del deporte profesional al deporte aficionado.
    - 1.2.7 Repercusión del deporte en el empleo.
  - 1.3 Elementos que componen una política económica
    - 1.3.1 Definición de política económica
      - 1.3.1.1 Objetivos de una política económica.
    - 1.3.2 Política fiscal y política monetaria como principales áreas en la política económica



## UNIDAD II. El deporte como bien económico

### Competencia:

Analizar los tipos de productos deportivos, mediante el estudio de la oferta y demanda de bienes y servicios, para identificar y promover el deporte como un mercado potencial en el entorno económico, con actitud analítica, proactiva, innovadora y compromiso social.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 2.1. Mercado del deporte.
  - 2.1.1 Concepto
    - 2.1.1.1 Tipos de mercado
- 2.2. Oferta y demanda teoría económica del equilibrio de mercado
  - 2.2.1 Demanda deportiva
    - 2.2.1.1 Demanda deportiva y potencial de demanda.
    - 2.2.1.2 Demanda y utilidad teoría económica del consumo
    - 2.2.1.3 Factores que determinan la demanda de competiciones deportivas
  - 2.2.2 Oferta Deportiva
    - 2.2.2.1 Tipos de oferta deportiva
    - 2.2.2.2 Costos y oferta teoría económica de la producción.
    - 2.2.2.3 Eventos deportivos.
- 2.3 Bienes y servicios como producto del deporte
  - 2.3.1 Definición de producto del deporte.
    - 2.3.1.1 Clasificación de producto del deporte.
      - 2.3.1.1.1 Oportunidades deportivas.
      - 2.3.1.1.2 Equipamiento deportivo
      - 2.3.1.1.3 Prestaciones de servicios
      - 2.3.1.1.4 Productos complementarios

### UNIDAD III. Estructura de un modelo econométrico

**Competencia:**

Aplicar las variables económicas, mediante la formulación de un modelo econométrico, para la toma de decisiones en el proyecto de inversión, con pensamiento analítico, orden, responsabilidad y honestidad.

**Contenido:****Duración:** 8 horas

- 3.1 Concepto de modelo econométrico.
  - 3.1.1 Estructura de un modelo econométrico.
  - 3.1.2 Formulación de un modelo econométrico.
  - 3.1.3 Tipos de modelo econométrico.
- 3.2 Predicción del éxito deportivo en diferentes eventos, mediante el uso de modelos econométricos

## UNIDAD IV. Deporte y desarrollo económico

### Competencia:

Analizar el comportamiento del deporte en los países subdesarrollados, mediante la identificación de indicadores y políticas económicas, con el fin de promover el desarrollo en materia deportiva, con actitud propositiva, crítica y objetiva.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

- 4.1 Desarrollo económico del deporte en países subdesarrollados
  - 4.1.1 Presupuesto económico para el deporte en países subdesarrollados.
    - 4.1.1.1 Países latinoamericanos que más invierten en el deporte.
  - 4.1.2 Control y efectos económicos
  - 4.1.3 Punto de equilibrio
    - 4.1.3.1 Desarrollo de mercados locales a través del deporte.
    - 4.1.3.2 Deporte como un medio para desarrollar habilidades para la empleabilidad.
    - 4.1.3.3 Deporte y los objetivos de desarrollo sostenible.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD II</b>				
1	<b>Oferta y demanda</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para analizar la oferta y la demanda.</li> <li>2. Analiza estudios de caso para identificar los tipos de mercado del deporte, monopolio, oligopolio, monopsonio, competencia perfecta.</li> <li>3. Realiza una correlación entre los tipos de mercado para determinar cuál es la predominante en el deporte.</li> <li>4. Entrega el documento de análisis al docente.</li> </ol>	Referencias Computadora Internet	10 horas
<b>UNIDAD III</b>				
2	<b>Modelo econométrico</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del profesor para el diseño de un modelo econométrico.</li> <li>2. Seleccionar un deporte para determinar su proyección económica en el mercado.</li> <li>3. Identifica las variables de indicadores económicos.</li> <li>4. Diseña el modelo econométrico que describa el impacto del subsidio en la disciplina deportiva seleccionada.</li> <li>5. Entrega al docente el reporte que describa la factibilidad de inversión.</li> </ol>	Referencias Computadora Internet	10 horas

UNIDAD IV				
3	<b>Análisis situacional de los países subdesarrollados</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para el análisis situacional de los países subdesarrollados.</li> <li>2. Realizar un análisis situacional del presupuesto al deporte en los países subdesarrollados y determinar el deporte que más aporta a la economía de los países subdesarrollados.</li> <li>3. Del análisis presupuestal realizado, selecciona una de las disciplinas de menor aporte a la economía deportiva.</li> <li>4. Diseña una propuesta de crecimiento plasmando estrategias económicas: acciones de oferta y demanda que favorezca el desarrollo presupuestal de la disciplina seleccionada.</li> <li>5. Entrega propuesta al docente.</li> </ol>	Referencias Computadora Internet	12 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

- Estrategia de enseñanza (docente):
- El docente explica los temas relacionados con la economía deportiva
- Proporciona materiales de consulta a los estudiantes
- Explica y ejemplifica el desarrollo de modelos econométricos
- Revisa y evalúa tareas
- Elabora y aplica exámenes
- Propicia la participación activa del estudiante
- Asesora y supervisa la elaboración proyecto de desarrollo económico

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Investiga y documenta los temas relacionados con la economía deportiva
- Elabora de modelos econométricos
- Elabora tareas y prácticas
- Analiza el entorno económico del deporte
- Resuelve exámenes
- Participa activamente durante las sesiones
- Elabora proyectos de desarrollo económico
- Trabaja en equipo

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- 2 exámenes.....	20%
- Prácticas.....	10%
- Proyecto de desarrollo económico ....	40%
- Participación.....	15%
- Exposiciones .....	15%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

- Acosta, R.[1] [2] (2005). Gestión y administración de organizaciones deportivas. Barcelona: Paidotribo [Clásica]
- Desbordes, M., Ohl, F., & Tribou, G. (2001). Estrategias del marketing deportivo. Barcelona: Editorial Paidotribo. [Clásica].
- Heinemann, K. (2002) Introducción a la economía del deporte. Editorial Paidotribo. [Clásica].
- Kotler, P. (2011). Fundamentos del marketing. Pearson Educación de México S.A. de C.V. [Clásica].
- Meyer, B. Alhert, G. (2000). The economic spectives of sports. Hofmann [Clásica].
- Sangri, A. (2014). Introducción a la mercadotecnia. México: Grupo Editorial Patria.
- Schubert, M. (2006). Sports & societies De Gruyter Oldenbourg [Clásica].
- Tracy, B. (2015). Mercadotecnia. Nashville, Tennessee: Grupo Nelson.

### Complementarias

- Méndez, S (2016). Problemas económicos de México y Sustentabilidad: Mc – Graw Hill
- INEGI, Instituto Nacional de Estadística y Geografía

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Economía del Deporte debe contar con título de Licenciado en Economía, Licenciado en Negocios Internacionales, preferentemente con estudios de posgrado en administración deportiva, Gestión Deportiva, administración del deporte y la recreación y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, innovador, planificador, y tener actitud positiva.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Relaciones Públicas en el Deporte
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Verónica Rivera Torres  
Alejandrina Mendoza Rivera  
Juan José Calleja Núñez

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la asignatura es diseñar un plan de relaciones públicas que incida en el fortalecimiento de los vínculos internos y externos de la organización deportiva.

Su utilidad radica en que le permite al estudiante analizar la cultura organizacional de la empresa, la percepción de la imagen institucional y la organización de eventos.

Asimismo, le brinda las bases para emplear los medios de comunicación a fin de generar un impacto positivo en el público mediante la creación, regeneración o consolidación de la reputación, confianza e imagen ante éste.

Pertenece a la etapa terminal con carácter optativo y su área de conocimiento es Administrativa

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar un plan de relaciones públicas, mediante la identificación de los factores que influyen en el fortalecimiento de los vínculos del profesional, organización o empresa con sus distintos públicos, para generar un impacto positivo en la comunicación, creando, regenerando o consolidando la confianza e imagen ante sus públicos, de manera eficaz y respetuosa.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseña y presenta un plan de relaciones públicas interna o externa de un negocio, evento, producto y/o servicio de la actividad física o el deporte con el fin de comunicar de modo coherente, eficaz y respetuoso el mensaje, llegar a más públicos y generar un impacto positivo, creando, regenerando o consolidando la confianza e imagen ante sus públicos.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Fundamentos de Relaciones Públicas**

**Competencia:**

Analizar los conceptos, modelos y fases de un proceso de relaciones públicas, así como su aplicación en el deporte y actividad física, por medio del estudio de los conceptos, características, elementos y modelos de las relaciones públicas y fuentes informativas confiables, para comprender el proceso de relaciones públicas, con actitud crítica, colaborativa y respetuosa.

**Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 1.1 Conceptos de relaciones públicas
  - 1.1.1 Relaciones Públicas
  - 1.1.2 Público
  - 1.1.3 Organización
  - 1.1.4 Importancia, objetivos y funciones de RRPP
  - 1.1.5 Características y elementos de RRPP
  - 1.1.6 Responsabilidad y ética en las RRPP
  - 1.1.7. Reputación y confianza en las relaciones públicas.
- 1.2 Modelos de RRPP
  - 1.2.1 Agente de prensa/publicity
  - 1.2.2 Modelo de información público
  - 1.2.3 Modelo asimétrico bidireccional
  - 1.2.4 Modelo simétrico bidireccional
- 1.3 Las RRPP como proceso
  - 1.3.1 Investigación
  - 1.3.2 Acción
  - 1.3.3 Comunicación
  - 1.3.4 Evaluación
- 1.4 Las RRPP en el deporte
  - 1.4.1 Función y desarrollo
  - 1.4.2 Ventajas
  - 1.4.3 Medios de comunicación
  - 1.4.4 Sponsors y patrocinadores

## UNIDAD II. Relaciones públicas internas

### Competencia:

Examinar las diferentes problemáticas de la empresa, para proponer estrategias de mejora y fortalecer vínculos entre la empresa y su público interno, a través de las relaciones públicas y el análisis del clima organizacional, con actitud crítica, propositiva y respetuosa.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 2.1 El papel de las RRPP en las organizaciones
  - 2.1.1 Dirección y liderazgo
  - 2.1.2 Influencia y persuasión
- 2.2 Clima organizacional
  - 2.2.1. Medición del clima organizacional
  - 2.2.2. Estrategias para gestionar el clima organizacional

## UNIDAD III. Relaciones públicas externas

### Competencia:

Identificar el papel de las relaciones públicas externas de una organización relacionada con el deporte, a partir del contraste de su imagen real y proyectada, los factores que influyen en la marca, el análisis de riesgo, la definición de métodos de negociación, patrocinios, mecenazgos o donativos, el establecimiento de redes de colaboración profesionales, para el desarrollo del plan de relaciones públicas, con actitud propositiva, crítica y actitud interdisciplinaria.

### Contenido:

**Duración:** 12 horas

#### 3.1 Imagen institucional

##### 3.1.1 Imagen

###### 3.1.1.1 Imagen real

###### 3.1.1.2 Imagen proyectada

##### 3.1.2 Identidad e imagen corporativa

###### 3.1.2.1 Identidad corporativa

###### 3.1.2.2 Los signos visuales

#### 3.2. Factores que influyen en la imagen de marca

##### 3.2.1 Reputación profesional y corporativa

##### 3.2.2 La opinión pública

##### 3.2.3. Registro de la marca.

#### 3.4 Prevención y gestión de crisis de imagen

##### 3.4.1. Protocolos de identificación y prevención de crisis.

##### 3.4.2. Protocolos de atención a crisis de imagen.

#### 3.5 Negociación

##### 3.5.1 Conceptos

##### 3.5.2 Métodos y Técnicas

##### 3.5.3. Negociación y establecimiento de relaciones de confianza.

#### 3.6 Patrocinios, mecenazgos, donativos

##### 3.3.1. Fuentes de patrocinios y establecimiento de relaciones.

##### 3.3.2. Fuentes de mecenazgos y donativos y establecimiento de relaciones.

#### 3.7 Redes de colaboración

##### 3.4.1. Identificación de colaboradores profesionales potenciales.

##### 3.4.2. Estrategias para establecimiento de redes de colaboración profesional.

#### 3.8 Plan de RRPP

- 3.8.1 Concepto e importancia
- 3.8.2. Diseño e implementación
  - 3.8.2.1. Análisis situacional
  - 3.8.2.2. Objetivos
  - 3.8.2.3. Público objetivo
  - 3.8.2.4. Mensaje
  - 3.8.2.5. Recursos y presupuesto
  - 3.8.2.6. Canales
  - 3.8.2.7. Plan de acción
  - 3.8.2.8. Calendarización
  - 3.8.2.9. Evaluación

## UNIDAD IV. Organización de eventos

### Competencia:

Proponer un programa de eventos públicos en beneficio de la organización relacionada con el deporte que incluya ceremoniales, protocolos, invitados y anfitriones, mediante la identificación de los diferentes agentes implicados en la planificación, organización y gestión de un evento, así como las herramientas de gestión de las relaciones públicas, para impulsar la imagen de la empresa o institución, con actitud respetuosa, colaborativa y formal.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 4.1 Ceremonial y protocolo
  - 4.1.1 Concepto de ceremonial
  - 4.1.2 Concepto de protocolo
- 4.2 Protocolo.
  - 4.2.1. Empresarial
  - 4.2.2. Social
  - 4.2.3. Deportivo
- 4.3 Organización de actos públicos
  - 4.3.1 Tipos de eventos
  - 4.3.2 Precedencias
- 4.4. Comunicación con actores de eventos.
  - 4.4.1. Autoridades y personalidades.
  - 4.4.2. Participantes.
  - 4.4.3. Patrocinadores, socios comerciales, otros.

## UNIDAD V. Relación con los medios

### Competencia:

Desarrollar un plan de medios para una empresa relacionada con el deporte, a través de las diferentes estrategias de comunicación, para proyectar una imagen favorable con la sociedad, con actitud responsable, creativa y colaborativa.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

#### 5.1 La relación con los medios de comunicación

- 5.1.1 Tipos de contacto con los medios de comunicación
- 5.1.2 Propaganda
- 5.1.3 Publicidad
- 5.1.4 Estrategias de comunicación

#### 5.2 Comunicación mediante plataformas virtuales:

- 5.2.1. Preferencias de los públicos en uso de plataformas virtuales de comunicación-
- 5.2.2. Digital, Social Ads, Email Marketing y SEO



**VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER (32 horas)**

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Estudio de casos de relaciones públicas de empresas o instituciones deportivas o de un deportista.</b>	<p>Expone en equipos, casos de empresas o deportistas con buena reputación, con base en los siguientes criterios:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Revisa fuentes informativas recomendadas. <del>Con.</del></li> <li>2. Responde un test de reputación para analizar a la empresa o al deportista.</li> <li>3. Analiza los resultados y los presenta en un documento con gráficas o tablas, donde incluya fortalezas y áreas de oportunidad (si las hubiera).</li> <li>4. Presenta hallazgos y propuestas de atención frente a grupo, mediante un video o de manera presencial, con apoyo de material audiovisual.</li> </ol>	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Test de reputación.</li> <li>● Base de datos en Excel.</li> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Sonido.</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Análisis del clima organizacional de una empresa o institución.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos, analizan el clima organizacional de una empresa o institución, con base en el diseño y aplicación de una encuesta, para generar un programa de relaciones públicas internas que incluya problemáticas sobre: <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>La comunicación entre</i></li> </ul> </li> </ol>	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Oficio para solicitar autorización a la empresa o institución.</li> <li>● Ejemplos de test de clima organizacional, de fuentes recomendadas.</li> <li>● Test diseñado y autorizado por docente.</li> <li>● Computadora.</li> </ul>	4 horas

		<p><i>directivos, empleados, en diversas direcciones.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>El compromiso de los equipos de trabajo.</i></li> <li>● <i>Los reconocimientos de logro de los objetivos y metas individuales.</i></li> <li>● <i>Los reconocimientos de logro de los objetivos y metas colaborativas.</i></li> <li>● <i>La motivación de los empleados.</i></li> <li>● <i>La percepción de seguridad de los empleados.</i></li> <li>● <i>La opinión que los empleados tienen de su empresa.</i></li> <li>● <i>Los liderazgos.</i></li> </ul> <p>2. Una vez analizados los factores anteriores, el equipo propone un estrategias de atención y un cronograma para solucionar las problemáticas detectadas.</p> <p>3. Se elabora una presentación ejecutiva, donde incluya lo mencionado en el punto anterior.</p> <p>4. Se presenta ante el grupo.</p> <p>5. Se realiza heteroevaluación y coevaluación, con base en rúbrica y se emite retroalimentación a los equipos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Base de datos en Excel.</li> <li>● Acceso a google forms.</li> <li>● Proyector.</li> </ul>	
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Análisis de imagen y reputación de una empresa o institución.</b>	Opción 1) Exponen, en equipos, un estudio de caso de empresas donde analicen:	Requieren para opción 1: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fuentes informativas recomendadas y obtenidas</li> </ul>	4 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Su imagen proyectada y la imagen percibida.</li> <li>2. Factores que influyen en su marca.</li> <li>3. Su reputación online.</li> <li>4. Proponen un protocolo de identificación, prevención y atención a crisis de imagen.</li> <li>5. Se presenta mediante un video (en flipgrid, youtube, joomla, etc.), o un documento ejecutivo de canva, genial.ly, Emaze, Google Slides, prezi, power point, etc.</li> </ol> <p>Opción 2) Organizan, en equipos, un panel de expertos o mesa redonda con participación de representantes de relaciones públicas en empresas deportivas, para que expongan sobre sus experiencias en los temas de imagen y reputación, con la siguiente guía:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Cómo determinan a qué área de la imagen corporativa o institucional deben prestar mayor atención?</li> <li>2. ¿Qué estrategias aplican?</li> <li>3. ¿Cuáles son los medios de comunicación que prefieren utilizar para proyectar la imagen y por qué?</li> <li>4. ¿Qué problemáticas han enfrentado?</li> <li>5. ¿Qué recomendarían a los</li> </ol>	<p>mediante búsqueda en fuentes confiables.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Acceso a internet.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Lista de cotejo para evaluación.</li> </ul> <p>Requieren para opción 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Oficio para solicitar a los ponentes, su participación.</li> <li>● Acceso a internet.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Aula grande para sede del evento presencial.</li> <li>● Plataforma en línea para videoconferencias (meet, zoom, otra).</li> <li>● 1 moderador.</li> <li>● Reseña breve de cada uno de los ponentes.</li> <li>● Programa del evento.</li> <li>● Formato para preguntas o comentarios.</li> <li>● Encuesta para evaluar el evento.</li> <li>● Reconocimiento a los ponentes.</li> </ul> <p>Lista de cotejo para evaluar el evento.</p>	
--	--	---	---	--

		<p>futuros LAFD, para trabajar en su imagen profesional?</p> <p>Pueden ser en videoconferencias, o bien, de manera presencial. Se evalúan ambas actividades con lista de cotejo.</p>		
4	<b>Negociación de patrocinios, donativos o mecenazgos.</b>	<p>Ejemplifican, en equipos, una negociación para solicitar patrocinios, donativos o mecenazgos, que incluya las tres fases:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Prenegociación</i>: plan de negociación que incluya propuestas, técnicas y equipo de negociación. Se elabora en documento de word o en google docs.</li> <li>2. <i>Fase de negociación</i>: tipo de negociación, argumentos que se utilizarán, cierre de acuerdos. Se incluyen en el plan de negociación y se aplican en una negociación real o simulada. Se graba en un video.</li> <li>3. <i>Postnegociación</i>: acuerdos alcanzados, documentos para establecer acuerdos, definen cómo se dará seguimiento.</li> </ol> <p>Se puede realizar en video y editarlo. Se evalúa con base en rúbrica. Se presenta en clase presencial y se entrega el plan de negociación por escrito con las tres fases</p>	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Plantilla para plan de negociación.</li> <li>● Cámara de video.</li> <li>● Sistema de edición de video.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Micrófonos.</li> <li>● Área para realizar la práctica.</li> <li>● Rúbrica de evaluación.</li> </ul>	4 horas

		explicadas.		
5	<b>Red de colaboración profesional.</b>	<p>En equipos, elaboran un directorio de colaboradores profesionales, locales, estatales, nacionales o extranjeros, que incluya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nombre del profesional.</li> <li>2. Nombre de la empresa.</li> <li>3. Tipo de contacto.</li> <li>4. Datos de contacto (teléfono, dirección profesional, redes sociales, etc.)</li> <li>5. Objetivo de la relación con cada contacto.</li> <li>6. Beneficios del LAFD hacia los contactos.</li> </ol> <p>Se elabora en Excel, word o alguna plataforma en línea, que se comparta con el docente para revisión.</p>	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Base de datos para búsqueda de contactos profesionales.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Fotografías de los contactos.</li> <li>● Currículum de los contactos.</li> </ul>	2 horas
6	<b>Plan de relaciones públicas para una empresa o institución deportiva.</b>	<p>En equipos, elaboran y exponen, un plan de relaciones públicas que integre los conocimientos logrados en la asignatura, con base en una guía que incluya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Análisis situacional (FODA, análisis de la imagen institucional, estado del clima organizacional, reputación, opinión pública).</li> <li>2. Públicos: internos y externos. Incluye redes de colaboración.</li> <li>3. Diseño de mensajes que se comunicarán y plan de medios.</li> <li>4. Un plan de acción que incluya: objetivos</li> </ol>	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Plantilla del plan de relaciones públicas.</li> <li>● Información revisada en clases o investigada.</li> <li>● Rúbrica o lista de cotejo para evaluar el plan de RRPP.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Acceso a internet.</li> <li>● Acceso a programas o sistemas en línea para diseño de materiales de promoción.</li> <li>● Acceso a redes sociales.</li> <li>● Cronograma con fechas de entrega de avances y final, del plan de RRPP.</li> </ul>	10 horas

		<p>específicos, estrategias, técnicas o tácticas de relaciones públicas, propuestas.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Un cronograma para la creación, implementación y evaluación del plan de RRPP.</li> <li>6. Presupuesto estimado de los recursos materiales, digitales, económicos, que se requieren para implementar el plan de RRPP.</li> <li>7. Metodología para evaluar los resultados del plan de RRPP.</li> <li>8. Conclusiones.</li> <li>9. Materiales de promoción.</li> </ol> <p>Se evalúa el plan de RRPP de manera gradual en su proceso de creación, con asesoría del docente.</p> <p>Al finalizar el plan, se entrega por escrito mediante documento impreso o preferentemente, mediante un documento en plataforma digital (google drive o blackboard).</p> <p>Se evalúa con base en rúbrica o lista de cotejo.</p>		
<b>UNIDAD IV</b>				
7	<b>Actos públicos.</b>	En equipos, organizan un evento de relaciones públicas: rueda de prensa, inauguración, premiación, abanderamiento, ceremonia de clausura, presentación de un	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Un aula audiovisual.</li> <li>● Mesas y sillas.</li> <li>● Personificadores.</li> <li>● Elementos de identificación</li> </ul>	4 horas

		<p>equipo, de uniforme, otro. Considerar lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definición del tipo de evento/acto público y finalidad.</li> <li>2. Determinación de objetivos.</li> <li>3. Definición del mensaje y medios para comunicarlo.</li> <li>4. Elaboración de listados de invitados.</li> <li>5. Armonización entre anfitriónazgo, presidencia y precedencias.</li> <li>6. Elección del lugar, fechas y horarios.</li> <li>7. Definición de montaje, espacios y tiempos.</li> <li>8. Definición de intervenciones: orden y duración.</li> <li>9. Aplicación de criterios sistemáticos de ordenación</li> </ol> <p>Evaluación con base en rúbrica o lista de cotejo.</p>	<p>del evento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Guión o programa del evento.</li> <li>● Pódium.</li> <li>● Sonido (solo en caso necesario).</li> </ul>	
<b>UNIDAD V</b>				
8	<b>Plan de medios de comunicación.</b>	<p>En equipos, elaboran un plan de medios de comunicación que incluya:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificación de medios de comunicación tradicionales y electrónicos.</li> <li>2. Datos de contacto: nombre, correo, redes sociales, teléfonos, whatsapp.</li> <li>3. Horarios y días para establecer contacto, así como para organización de</li> </ol>	<p>Requieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Directorio de medios.</li> <li>● Información de la organización para dar a conocer.</li> <li>● Computadora.</li> <li>● Proyector.</li> <li>● Redes sociales activas.</li> <li>● Otros que el equipo determine.</li> <li>● Lista de cotejo para evaluar.</li> </ul>	2 horas

ruedas de prensa (de mayor disposición por los reporteros).

4. Programa semanal que incluya objetivos de los mensajes, públicos target, periodos de publicación.
5. Diseños base para mensajes.
6. Mensajes que requerirán publicidad, eventos especiales, propaganda.
7. Medidas de representantes de medios (para obsequios de camisetas) (opcional).

Lo incluyen en el plan de RRPP.  
Se evalúa con base en lista de cotejo.



## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Estudio de caso, método de proyectos, aprendizaje basado en problemas, técnica expositiva, debates, ejercicios prácticos, foros y proyección de material audiovisual.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Investigación, estudio de caso, trabajo en equipo, exposiciones, visitas a campo, organizadores gráficos, ensayos, resúmenes, cuadros comparativos y producción de material audiovisual.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- 2 evaluaciones parciales.....	20%
- Tareas.....	10%
- Participación en clase.....	10%
- Prácticas de taller.....	20%
- Plan de relaciones públicas.....	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Abu Eid, Y. S., y Al Adwan, M. N. (2020). Internal Public Relations Practice and Job Satisfaction of Academic Staff in Higher Academic Institution. <i>Talent Development &amp; Excellence</i>, 12, 797–805. Recuperado el 21 de septiembre de 2020, de <a href="https://www.iratde.com/index.php/jtde/article/view/325">https://www.iratde.com/index.php/jtde/article/view/325</a></p> <p>Agüero, J. L. G. (2019). <i>Protocolo en la mesa y vida social</i>. Madrid, España: Visión Libros.</p> <p>Aljure, A. (2016). <i>El plan estratégico de comunicación</i>. Barcelona, España: Editorial UOC.</p> <p>Añó, V. (2011). <i>Organización de eventos y competiciones deportivas</i>. Valencia, España: Universitat de Valencia. [Clásica]</p> <p>Barón, M. (2013). <i>¿Qué transmite su marca?: estrategias para innovar desde la comunicación</i>. Bogotá, Colombia: Institución Universitaria Politécnico Gran Colombiano. [Clásica]</p> <p>Barquero, J. D. (2005). <i>Comunicación estratégica: relaciones públicas, publicidad y marketing</i>. Madrid, España: McGraw-Hill. [Clásica]</p> <p>Boda, M. S. M. (2018). <i>Protocolo empresarial</i>. Madrid, España: Paraninfo.</p> <p>Bowman, S., Crookes, A., Øyvind, I, &amp; Romenti, S. (2018). <i>Public Relations and the Power of Creativity: Strategic Opportunities, Innovation and Critical Challenges: Vol. First edition</i>. Emerald Publishing Limited. Recuperado el 21 de septiembre de 2020, de <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=e000xww&amp;AN=1837967&amp;lang=es&amp;site=eds-live">http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=e000xww&amp;AN=1837967&amp;lang=es&amp;site=eds-live</a></p> <p>Escudero, J. (2016) <i>Técnicas de venta y negociación</i>. España: Paraninfo.</p> <p>Fajardo, G. C., y Nivia, A. M. (2016). <i>Relaciones públicas y</i></p>	<p>Arévalo, R. I. (2014). Comunicación Aplicada a la Responsabilidad Social Empresarial desde las Relaciones Públicas. <i>Revista Razón y Palabra</i>, 87. Recuperado el 10 de febrero de 2018 de <a href="http://www.razonypalabra.org.mx/N/N87/M87/02_Arevalo_M_87.pdf">http://www.razonypalabra.org.mx/N/N87/M87/02_Arevalo_M_87.pdf</a></p> <p>Arévalo, R. I., y Ortiz, H. (2018). Análisis de modelos de relaciones públicas en Facebook de las organizaciones del tercer sector de México, Chile, Inglaterra y España. <i>Revista Internacional de Relaciones Públicas</i>, 8(15), 85–106. Recuperado de: <a href="https://libcon.rec.uabc.mx:4440/10.5783/RIRP-15-2018-06-85-106">https://libcon.rec.uabc.mx:4440/10.5783/RIRP-15-2018-06-85-106</a></p> <p>Herrera-Berenguer, M. V., y Arévalo-Martínez, R. (2016). La gestión de la comunicación y las relaciones públicas en tiempos de transición. <i>ComHumanitas: Revista Científica de Comunicación</i>, 7(2), 92–119. Recuperado a partir de <a href="http://comhumanitas.org/index.php/comhumanitas/article/view/Herrera">http://comhumanitas.org/index.php/comhumanitas/article/view/Herrera</a></p> <p>Kleinmann, C. M. (2020). Do We Really Want Sports Public Relations to Return to Normal? <i>International Journal of Sport Communication</i>, 13(3), 586–592. Recuperado de <a href="http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=s3h&amp;AN=145727454&amp;lang=es&amp;site=eds-live">http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&amp;db=s3h&amp;AN=145727454&amp;lang=es&amp;site=eds-live</a></p> <p>Moscol, R., y Gamero, R. (2013). Aproximación a la confianza como bien interno de las Relaciones Públicas. <i>Revista de Comunicación</i>, 12, 110–138.</p> <p>Noam, E., (2019). <i>Media And Digital Management</i>. Cham: Springer International Publishing.</p> <p>Torres, R., &amp; De las Heras-Pedrosa, C. (2017). Fundraising, comunicación y relaciones públicas. Desarrollo cultural de una marca de ciudad: Málaga. Chasqui. <i>Revista Latinoamericana de Comunicación</i>, 0(136), 373 - 392. doi:</p>

*comunicación organizacional* (1a. Ed.). Bogotá, Colombia: Universidad Jorge Tadeo Lozano.

Fernández, J. (2005). *Vademécum de protocolo y ceremonial deportivo: la organización de distintos eventos deportivos*. Barcelona, España: Paidotribo [Clásica]

Josemaría, J. A., de Bedoya, A. M., y de Bedoya, A. M. (2017). *Plan de comunicación on y off en la práctica*. Madrid, España: ESIC.

Matilla, K. (2016). *Casos de estudio de relaciones públicas*. Barcelona, España: Editorial UOC.

Parsons, P. (2016). *Ethics in Public Relations: A Guide to Best Practice*. (3<sup>rd</sup> ed.). London: Kogan Page. Recuperado de <http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&db=e000xww&AN=1213960&lang=es&site=eds-live>

Sezgül, İ. (2019). Public Relations in Public Sector. *Journal of Communication Theory & Research / İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 48, 1–16. Recuperado de <http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&db=ufh&AN=142419727&lang=es&site=eds-live>

Vázquez, J. J. F. (2005). *Vademécum de protocolo y ceremonial deportivo*. Barcelona, España: Paidotribo. [Clásica]

Waddington, S. (2015). *Chartered Public Relations: Lessons From Expert Practitioners*. London: Kogan Page. Recuperado de <http://libcon.rec.uabc.mx:2051/login.aspx?direct=true&db=e000xww&AN=944499&lang=es&site=eds-live>

Wilcox, D., Cameron, G. y Xifra, J. (2006). *Relaciones públicas, estrategias y tácticas*. Madrid, España: Pearson Education [Clásica]

Xifra, J. (2014). *Manual de relaciones públicas e institucionales*. Malaga, España: Tecnos. [Clásica]

<https://doi.org/10.16921/chasqui.v0i136.2841>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Relaciones Públicas en el Deporte debe contar con título de Licenciado preferentemente posgraduado en Comunicación, Relaciones Públicas o en Mercadotecnia, o área afín. Es deseable que cuente con dos años de experiencia docente. Que sea proactivo, creativo y con capacidad de oratoria.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Control del Desarrollo Motor
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 01 HL: 00 HPC: 01 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Roberto Carlos Parra  
Esteban Hernández Armas  
Lorena de Monserrat Peña Gomar

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la asignatura es crear un paradigma de una intervención asertiva en el aprendizaje, desarrollo y control motor que favorezca el desarrollo integral y sistémico del ser humano.

Su utilidad radica en brindar al estudiante las habilidades necesarias para participar de manera activa en los procesos de construcción de acciones motoras, desde la conceptualización y evaluación, hasta la elaboración de un plan de intervención de manera individual y colaborativa.

Pertenece a la etapa disciplinaria con carácter optativo y su área de conocimiento es Biomédica

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Modelar un plan de intervención pedagógica que favorezca en el desarrollo y/o control motor, a través de protocolos de medición e instrumentación, para evaluar patrones básicos del movimiento, de forma empática, colaborativa y respetuosa.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elaboración de un plan de intervención pedagógica que integre: fundamentación teórica, metodología de aplicación, descripción de los instrumentos y referencias.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Teorías del movimiento**

**Competencia:**

Examinar los procesos que fundamenten la adquisición y realización del movimiento, mediante el análisis de las perspectivas neurológicas, procesamiento de la información, evolutiva y cognitiva, para identificar los principales problemas evolutivos de la coordinación motriz y su tratamiento, con actitud reflexiva, respetuosa y empática.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. Perspectiva neurológica.
- 1.2. Perspectiva procesamiento de la información.
- 1.3. Perspectiva evolutiva.
- 1.4. Perspectiva cognitiva.



## UNIDAD II. Bases neurofisiológicas del movimiento

### Competencia:

Identificar las bases y fundamentos del movimiento, a partir de la intervención del sistema nervioso, para comprender los procesos neuronales que delimitan el actuar del ser humano, con una actitud responsable.

### Contenido:

**Duración:** 6 horas

- 2.1. Neuromotricidad
  - 2.1.1 Estructura del sistema nervioso
  - 2.1.2 Motricidad voluntaria
  - 2.1.3 Motricidad involuntaria
  - 2.1.4 Neurofisiología y neuroanatomía del control motor
  - 2.1.5 Neuroplasticidad
- 2.2. Sensaciones y percepciones
  - 2.2.1 Sensaciones exteroceptivas
  - 2.2.2 Sensaciones interoceptivas
  - 2.2.3 Sensaciones propioceptivas
  - 2.2.4 Integración de información y feedback

## UNIDAD III. Aprendizaje, desarrollo y control motor

### Competencia:

Identificar las bases del aprendizaje, desarrollo y control motor, a través de la caracterización de sus conceptos fundamentales, para comprender sus procesos, relaciones y los factores que influyen en éstos, con una actitud responsable, analítica y crítica.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 3.1. Aprendizaje motriz
  - 3.1.1 Fundamentación de la adquisición o modificación del movimiento
  - 3.1.2 Fases del aprendizaje motor
  - 3.1.3 Factores que limitan el aprendizaje motriz
- 3.2 Desarrollo motor
  - 3.2.1 Concepciones cognitivas del desarrollo motor
  - 3.2.2 Perspectiva contemporánea del desarrollo motor
  - 3.2.3 Desarrollo motor desde los parámetros de rangos normales y anormales
- 3.3 Control motor
  - 3.3.1 Control motor en primera infancia
  - 3.3.2 Control motor en edad escolar
  - 3.3.3 Control motor en el deporte
- 3.4 Factores que influyen en el aprendizaje y el desarrollo motor.
  - 3.4.1 Factores perceptivos.
  - 3.4.2 Factores cognitivos.
  - 3.4.3 Factores ambientales.
- 3.5 Capacidades, habilidades y destrezas

## UNIDAD IV. Trastornos y evaluación del comportamiento motor

### **Competencia:**

Implementar instrumentos de evaluación del aprendizaje y desarrollo motor, considerando los protocolos y estrategias correspondientes al trastorno, para diseñar el plan de intervención, con disciplina, responsabilidad y empatía.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 4.1 Trastornos en el comportamiento motor
- 4.2 Estrategias terapéuticas basadas en teorías del control motor.
- 4.3 Instrumentos de evaluación del aprendizaje, desarrollo y control motor.
- 4.4 Perfil del desarrollo motor (Estudio de caso).
- 4.5 Plan de intervención para la estimulación del aprendizaje y desarrollo motriz (Estudio de caso).

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Teorías del movimiento</b>	1.-Atiende las orientaciones para la búsqueda de información sobre las teorías del movimiento. 2.- De manera individual realiza una investigación documental en la biblioteca y/o internet sobre las teorías del movimiento. 3.- Analiza la información encontrada y la sintetiza. 4.- Compara sus hallazgos con los de sus compañeros. 5.- En equipo elabora un cuadro comparativo de las teorías del movimiento. 6.- Entrega el cuadro al docente para su revisión y retroalimentación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet</li> <li>• Computadora</li> <li>• Software de edición de texto</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Neuromotricidad</b>	1.-Atiende las indicaciones docentes para el análisis del tópico. 2.- Se tomará el rol de una parte del sistema nervioso y se le mencionará su localización y función (mapa conceptual humano) 2.-Identifica los datos de relación de lo neuronal con el movimiento 3.-Elabora un mapa conceptual con lo expuesto en cada rol. 4. Entrega al docente para su revisión y retroalimentación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala de gimnasia, áreas verdes o salón de clase</li> <li>• cuaderno o implemento para la toma de notas</li> </ul>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				

3	<b>Fases del aprendizaje motriz</b>	<p>1.-Se explican las tres fases del aprendizaje motriz</p> <p>2.-Se propone un cambio a un movimiento que ya conocen</p> <p>3.- Se genera una idea o esquema del movimiento.</p> <p>4.- Se le permite ensayar y reestructurar su idea del movimiento.</p> <p>5.- Revisa si se aprecia la automatización o fase fina</p> <p>6.- Elabora una infografía de cómo detonar el aprendizaje motriz</p> <p>7.- Entrega al docente para su revisión y retroalimentación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación (Genial) para elaborar infografía</li> <li>• Información para desarrollar el esquema.</li> </ul>	2 horas
4	<b>Tipos de práctica en el aprendizaje motor</b>	<p>1.- Atiende las orientaciones del profesor sobre los tipos de práctica en el aprendizaje motor.</p> <p>2.- Determina el área para desarrollar las sesiones.</p> <p>3.- Elabora el formato de sesiones de cada una de las prácticas considerando el área determinada.</p> <p>4.- Realiza prácticas en formato pedagógico contemplando los tipos de práctica en el aprendizaje motor, de acuerdo con su clasificación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica física</li> <li>• Práctica imaginada</li> <li>• Modelado</li> <li>• Instrucción verbal</li> <li>• Práctica guiada</li> </ul> <p>5.- Recibe retroalimentación docente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato para clase o sesión.</li> <li>• Área para desarrollar sesión.</li> </ul>	4 horas

5	<b>Capacidades perceptivo-motrices</b>	<p>1.- Atiende las orientaciones de cómo estructurar una Bitácora COL</p> <p>2.-Analiza la fórmula para la construcción de la equilibración como primera capacidad perceptivo motriz.</p> <p>3.- A través de ejercicios de coordinación, identifica los elementos que participan en la construcción de esta.</p> <p>4. Estructura las dos fórmulas de las capacidades perceptivo motriz</p> <p>5.- Describe los tres niveles de Bitácora COL en referencia al taller de capacidades perceptivo-motrices.</p> <p>6.- Recibe retroalimentación docente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala de gimnasia, áreas verdes o salón de clase</li> <li>• Colchones</li> <li>• Aros</li> <li>• Pelotas</li> <li>• Cuerdas</li> <li>• Música</li> <li>• Listones</li> </ul>	2 horas
6	<b>Capacidades coordinativas</b>	<p>1.- Analiza el texto de las capacidades coordinativas previamente</p> <p>2.- Atiende orientaciones para crear un fichero</p> <p>3.- Distingue entre capacidad de control y capacidad de adaptación</p> <p>4.-Se clasifican las capacidades coordinativas que se requieren, ya sea para control o adaptación</p> <p>5.- Se hace el fichero dividiendo al grupo en dos equipos, el de control y el de adaptación</p> <p>6.- Recibe retroalimentación docente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sala de gimnasia, áreas verdes o salón de clase</li> <li>• Colchones</li> <li>• Aros</li> <li>• Pelotas</li> <li>• Cuerdas</li> <li>• Música</li> <li>• Listones</li> </ul>	2 horas
7	<b>Capacidades físicas su clasificación y conceptos</b>	<p>1.- El alumno tiene asignado lectura previa de los temas para la sesión.</p> <p>2.- Se le proporcionará el link de kahoo.com para realizar una</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener tabla de evidencias de respuestas de Kahoo de cada alumno.</li> </ul>	2 horas

		<p>evaluación introductoria diagnóstica.</p> <p>3.- Con apoyo de las lecturas previas realizará la meta 1.5 y 1.5.1 en equipo, utilizaran la aplicación <a href="http://coggleit.com">coggleit.com</a>. integrando conceptos, imágenes y videos.</p> <p>4.- Realizará mediante aplicación <a href="http://metimeter.com">metimeter.com</a> responderá 4 preguntas relacionadas por la importancia de los temas relacionas de las metas 1.5 y 1.5.1</p> <p>5.- El alumno entregará liga de su <a href="http://coggleit.com">coggleit.com</a> para la revisión de su trabajo colaborativo sobre el tema.</p> <p>6.-La publicación de respuestas en imagen de las preguntas en la aplicación <a href="http://mentimeter.com">mentimeter.com</a></p>		
--	--	--	--	--

### VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	<b>Actividades para el desarrollo de movimientos y habilidades motoras.</b>	Mediante el análisis de los procesos del desarrollo motor de las diferentes etapas evolutivas, el alumno realiza y desarrolla la planeación didáctica para actividades con grupo de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sala de Gimnasia, áreas verdes o salón de clases.</li> <li>Formato de planeación a desarrollar.</li> </ul> <p>Implementos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>aros</li> </ul>	4 horas

		<p>1.- Diseño y planeación de actividad para movimientos y habilidades motrices.</p> <p>2.- Desarrolla sesión pedagógica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pelotas</li> <li>• cuerdas</li> <li>• colchones</li> <li>• música</li> <li>• conos</li> <li>• entre otros más</li> </ul>	
2	<b>Habilidades fundamentales y específicas</b>	<p>1.- Analiza los niveles de desarrollo de las habilidades fundamentales y específicas</p> <p>2.-Identifica el estado de estas en las escuelas de educación básica</p> <p>3.-Socializa hallazgos con sus compañeros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrumento de captación de datos</li> <li>• lápiz, pluma y hojas extras</li> <li>• Pelotas con los diámetros de 5, 10, 20 y 30 cms</li> <li>• Gises</li> <li>• Conos</li> <li>• Silbato y/o bandera blanca</li> </ul>	4 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
3	<b>Estudio de caso</b>	<p>Aplicación de protocolos o pruebas de batería para la valoración del desarrollo motor.</p> <p>1.- Análisis, clasificación y selección del protocolo existente para la valoración del desarrollo y/o control motor</p> <p>2. Recolección de información personal del sujeto (Nombre, sexo, edad, fecha de nacimiento, Peso, talla, IMC, registro de alguna discapacidad diagnosticada, intervenciones quirúrgicas y alguna otra información que se desprenda del protocolo)</p> <p>3. Establece las comparaciones correspondientes con tablas del sector salud Nacional, y describe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de protocolos o tests.</li> <li>• Grupo de trabajo para la aplicación de los tests.</li> <li>• Formato de recolección de datos.</li> <li>• Tablas referenciales del sector salud Nacional</li> </ul>	8 horas



		<p>las conclusiones con respecto al crecimiento.</p> <p>4.- Aplicación del protocolo seleccionado</p> <p>5.- Descripción escrita de los análisis de los datos recabados</p> <p>6.- Elaboración de un reporte técnico y entregar al profesor. Debe de contener: portada, introducción, objetivos, consideraciones teóricas, procedimiento metodológico, resultados, conclusiones o interpretaciones, recomendaciones, referencias y anexos</p>		
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

Estudio de caso, aprendizaje basado en problemas, técnica expositiva, debates, ejercicios prácticos, presenta investigaciones documentales, entre otras.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

Investigación, estudio de caso, trabajo en equipo, exposiciones, visitas a campo, organizadores gráficos, ensayos, resúmenes, cuadros comparativos, y demás.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- 2 evaluaciones parciales.....	20%
- Productos de calidad.....	20%
- Prácticas de campo .....	10%
- Prácticas de taller.....	10%
- Plan de intervención .....	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Bayona, G. H. (2018). Percepción. <i>Psicopatología básica</i> (pp. 41–58). Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de <a href="https://doi.org/10.2307/j.ctv86dgj7.8">https://doi.org/10.2307/j.ctv86dgj7.8</a></p> <p>Cano de la Cuerda, R., Martínez, R., y Miangolarra, P. (2011). <i>Teorías y modelos de control y aprendizaje motor. Aplicaciones clínicas en neuro-rehabilitación</i>. Sociedad Española de Neurología. España: Elsevier. Recuperado de <a href="https://dx.doi.org/10.1016/j.nrl.2011.12.010">https://dx.doi.org/10.1016/j.nrl.2011.12.010</a></p> <p>Cano de la Cuerda, R., Martínez, R., y Miangolarra, P. (2017). <i>Control y Aprendizaje motor. Fundamentos, Desarrollo y reeducación del movimiento humano</i>. Madrid, España: Editorial Médica Panamericana</p> <p>Díaz, J. (1999). <i>La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas</i>. España: INDE Publicaciones</p> <p>Granda, J., Alemany, I., (2002). Manual de aprendizaje y desarrollo motor: una perspectiva educativa (1a ed.). Barcelona, España: Paidós Educación Física.</p> <p>Jimenez, J., Salazar, W., y Morera, M. (2013) Diseño y validación de un Instrumento para la evaluación de los patrones básicos del movimiento. <i>Motricidad. European Journal of Human Movement</i>. volumen (31). 87-97.</p> <p>Luft, A. R., &amp; Buitrago, M. M. (2005). Stages of motor skill learning. <i>Molecular Neurobiology</i>. Volumen(32) 205-216 Recuperado de <a href="https://doi.org/10.1385/MN:32:3:205">https://doi.org/10.1385/MN:32:3:205</a></p>	<p>Iglesias, D., Cárdenas, D., Alarcón, F. (2007). La comunicación durante la intervención didáctica del entrenador. Consideraciones para el desarrollo del conocimiento táctico y la mejora en la toma de decisiones en baloncesto. <i>Cultura, Ciencia y Deporte</i>. 3(7). 43-50. Recuperado de <a href="https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/153">https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/153</a></p> <p>Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2013). <i>Evaluación del crecimiento de niños y niñas. Argentina</i> (p. 11). Retrieved from <a href="http://unesdoc.unesco.org/images/0006/000695/069549so.pdf%0Ahttp://unesdoc.unesco.org/images/0006/000695/069549so.pdf%0Awww.who.int%0Ahttp://scholar.google.com/scholar?hl=en&amp;btnG=Search&amp;q=intitle:Evaluaci+n+del+crecimiento+de+ni?os+y+ni?as#0">http://unesdoc.unesco.org/images/0006/000695/069549so.pdf%0Ahttp://unesdoc.unesco.org/images/0006/000695/069549so.pdf%0Awww.who.int%0Ahttp://scholar.google.com/scholar?hl=en&amp;btnG=Search&amp;q=intitle:Evaluaci+n+del+crecimiento+de+ni?os+y+ni?as#0</a></p> <p>Gil, P., Contreras, O., y Gómez, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación animada. <i>Revista Iberoamericana de Educación</i>. (47). 71-96. Recuperado de <a href="https://rieoei.org/historico/documentos/rie47a04.htm">https://rieoei.org/historico/documentos/rie47a04.htm</a></p> <p>Human Movement Science. Recuperado de <a href="https://www.journals.elsevier.com/human-movement-science">https://www.journals.elsevier.com/human-movement-science</a></p> <p>Papalia, D. (2010). <i>Desarrollo humano</i>. D.F., México: Mc Graw-Hill</p> <p>Ramírez, Y., Díaz, M., Vega, I., y Martínez, R., (2013). Desarrollo psicomotor y alteraciones cognitivas en escolares con alteraciones del neurodesarrollo. <i>Revista Cubana de Neurología y neurocirugía</i>. 3(2) 111-6. Recuperado de <a href="http://www.revneuro.sld.cu/index.php/neu/article/view/76">http://www.revneuro.sld.cu/index.php/neu/article/view/76</a></p>

Nicola J. Hodges, Mark Williams, A. (2020). *Skill acquisition in sport: Research, Theory and Practice*. (3a ed.) Estados Unidos: Routledge.

Oña, A. (2010). *Control y aprendizaje motor*. Madrid: Síntesis.

Schmidt, R. A., Lee, T., Winstein, C., Wulf, G., Zelznik, H. (2018). *Motor control and learning: A behavioral emphasis*. (6a ed.) USA: Human Kinetics.

Shumway-Cook, A., Wallock, M.H. (2019). *Control Motor: De la investigación a la práctica clínica*. (5a ed.) España: Williams and Wilkins

Swinnen, S. P. (2012). Motor Control. In *Encyclopedia of Human Behavior: Second Edition* (pp. 657–667). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00240-8>

Tresilian, J. (2012). *Sensorimotor control and learning: An introduction to the behavioral neuroscience of action*. Inglaterra: Palgrave Macmillan.

Ruiz, L.M., y Graupera, J.L. (2003). Competencia motriz y género entre escolares españoles. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 3 (10) 101-111. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista10/artcompetencia.htm>

Sobradillo, B., Aguirre, A., Aresti, U., Bilbao, A., Fernández-Ramos, C., Lizárraga, A., Lorenzo, H., Madariaga, L., Rica, I., Ruíz, I., Sánchez, E., Santamaría, C., Serrano, J.M., Zabala, A., Zurimende, B., Hernández, M. (s/f) *Curvas y tablas de crecimiento (estudios longitudinal y transversal)*. Fundación Faustino Orbegozo Eizaguirre. Bilbao: Elkar-Mccgraphics.

The International Society of Motor Control. Recuperado de <http://i-s-m-c.org/>

Velázquez, R.,(2003). La inteligencia psicomotriz. *Revista Iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*. (11). 29-38.

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Aprendizaje y Desarrollo Motor debe contar con título de Licenciatura en Educación Física, Entrenamiento Deportivo, Actividad Física y Deportes o área afín; preferentemente con estudios de posgrado y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Promoción de la Actividad Física
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 03 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 01 CR: 05**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Juan José Calleja Núñez  
José Javier Beltrán Gerardo  
Jessica Sánchez Revilla  
Jesús Carlos Torres Acedo

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 12 de enero de 2021

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje Promoción de la Actividad Física pretende que el estudiante analice, diseñe y desarrolle las etapas del proceso de desarrollo de un programa de actividad física, deporte y recreación, siendo las etapas: la planeación, administración y promoción del evento, lo cual permitirá fomentar hábitos saludables para la adquisición de una cultura física en la sociedad. Esta unidad de aprendizaje se encuentra en la etapa disciplinaria del plan de estudios de Licenciado en Actividad Física y Deporte, es de carácter optativo, no precisa requisitos previos para cursarlo y pertenece al área de conocimiento Administrativa.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar programas de actividad física, deporte y recreación, mediante las bases de la organización deportiva, para promover los hábitos saludables en la población, con liderazgo, actitud proactiva y honesta.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Programa de actividad física, deporte, recreación, ocio o tiempo libre que incluya: objetivos (general y específicos), antecedentes, la problemática a atender, a quién va dirigido, la segmentación, cronograma de actividades, estrategias, planificación, presupuesto, organización, promoción, ejecución y evaluación.



**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Administración deportiva**

**Competencia:**

Distinguir las etapas del proceso administrativo y la estructura de la organización deportiva, mediante la identificación de las características y funciones de las mismas, para integrar y organizar un programa de actividad física, deporte y recreación, con una actitud proactiva, responsable y de liderazgo.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. Introducción al proceso administrativo
  - 1.1.1. Concepto de administración
  - 1.1.2. Concepto del proceso administrativo
  - 1.1.3. Etapas del proceso administrativo
- 1.2. Estructura de la organización deportiva
  - 1.2.1. Descripción de objetivos y funciones de las organizaciones deportivas
  - 1.2.2. Organigramas [comité organizador de un evento deportivo]
  - 1.2.3. Clasificación de las organizaciones deportivas
  - 1.2.4. Motivación, toma de decisiones y resolución de problemas en las organizaciones deportivas

## UNIDAD II. Estructura organizacional

### Competencia:

Diseñar la estructura organizacional de un programa de actividad física, deporte y recreación, aplicando las bases de la organización deportiva, a fin de integrar los conocimientos administrativos y deportivos para el desarrollo de un programa o evento deportivo, con respeto, responsabilidad y proactividad.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 2.1. Concepto y clasificación de la promoción deportiva
  - 2.1.1. Aplicación de la recreación y turismo deportivo
- 2.2. Concepto y generalidades de un evento deportivo
- 2.3. Documentos técnicos deportivos
  - 2.3.1. Documentos de orientación
  - 2.3.2. Documentos de evaluación
  - 2.3.3. Documentos de control
- 2.4. Sistemas de competencia
- 2.5. Juntas previas
- 2.6. Ruedas de prensa

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Distinguir los diferentes manuales de funciones y organigramas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre la estructura y diferentes tipos de organizaciones deportivas, identificando sus principales características y funciones dentro del ámbito de la actividad física y deporte.</li> <li>3. Analiza la estructura de las organizaciones deportivas.</li> <li>4. Elabora un organigrama estructural y manual de funciones de una organización deportiva, donde se indique de manera puntual las líneas de autoridad y mando, dentro de la organización.</li> <li>5. Entrega el organigrama y manual de funciones al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Diseño de convocatoria de programa de actividad física, deporte o recreación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre las etapas de organización de un evento deportivo, identificando sus principales fases y objetivos específicos de cada una.</li> <li>3. Investiga y busca información</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas

		<p>en internet u otras fuentes documentales confiables los diferentes tipos de documentos técnicos deportivos, y su utilización antes, durante y después de la organización de eventos deportivos, de acuerdo con el objetivo de los mismos.</p> <p>4. Elabora la convocatoria de un programa de actividad física, deporte o recreación, cumpliendo con la estructura de las 4 partes que la conforman: encabezado, invitación, cuerpo y pie.</p>		
3	<b>Diseño de eventos deportivos aplicando los diferentes sistemas de competencia</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables sobre los diferentes tipos de sistemas de sistemas de competencia y su aplicación en la organización de eventos de actividad física, deporte o recreación.</p> <p>2. Resuelve casos prácticos de eventos deportivos aplicando los diferentes tipos de sistemas de competencia, de acuerdo con el objetivo del mismo y tomando en cuenta los siguientes aspectos: número de participantes, tiempo disponible, características del deporte, y personal disponible.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	6 horas
4	<b>Diseño de minuta y orden del día de junta previa</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros,</li> </ul>	4 horas

		<p>documentales confiables sobre la logística de una junta previa, las etapas que la conforman y los documentos técnicos deportivos utilizados.</p> <p>3. Elabora orden del día y minuta de junta previa de un evento deportivo como parte de la organización de eventos de actividad física y deporte.</p> <p>4. Realiza un modelaje de junta previa, atendiendo cada una de las etapas que la conforman.</p>	<p>artículos, manuales, etc.).</p>	
5	<b>Elaboración de rueda de prensa de un programa de actividad física, deporte o recreación</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Diseña logística y desarrollo de rueda de prensa ante medios de comunicación para dar a conocer el evento de actividad física, deporte o recreación.</p> <p>3. Entrega la logística para el desarrollo de la rueda de prensa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas
6	<b>Elaboración de comité de honor y justicia</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables sobre la conformación de comités de disciplina deportiva y de competición como parte de la organización de eventos de actividad física y deporte.</p> <p>3. Elabora un comité de honor y justicia, cumpliendo con la estructura del mismo, para su gestión dentro de un evento de actividad física y deporte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	4 horas

7	<b>Elaboración de Instructivo de Participación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales sobre los reglamentos de las diferentes disciplinas, así como la estructura de los instructivos de participación.</li> <li>3. Elabora un instructivo de participación para un evento de actividad física, deporte o recreación.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	6 horas
8	<b>Organización de un programa de actividad física, deporte o recreación y elaboración de memoria técnica.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presenta por escrito y electrónica del proceso de organización de un programa de actividad física, deporte o recreación.</li> <li>2. Realiza un programa de actividad física, deporte o recreación, a través del proceso de gestión, organización y promoción del mismo.</li> <li>3. Realiza la memoria técnica de un programa de actividad física, deporte o recreación, basado en los principales documentos técnicos deportivos y las etapas del proceso administrativo. La cual deberá contener los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Nombre del programa de actividad física, deporte o recreación</li> <li>● Logotipo</li> <li>● Slogan</li> <li>● Portada</li> <li>● Contraportada</li> <li>● Misión</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora.</li> <li>● Internet.</li> <li>● Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</li> </ul>	14 horas

		<ul style="list-style-type: none"><li>● Visión</li><li>● Objetivos generales y específicos</li><li>● Organigrama y manual de funciones</li><li>● Presupuesto</li><li>● Directorio del área técnica</li><li>● Instalaciones o lugares de competencia</li><li>● Instructivos de participación</li><li>● Convocatoria</li><li>● Minuta de junta previa</li><li>● Orden del día</li><li>● Cédulas de inscripción o listados de participantes</li><li>● Hojas de anotación o cuadros de clasificación</li><li>● Roles de juego o programas de competencia</li><li>● Tablas de posiciones y tablas de resultados</li><li>● Llaves de eliminación</li><li>● Posiciones finales</li></ul>		
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de los fundamentos de promoción de la actividad física, así como orientará el desarrollo de las prácticas de taller, proporcionando la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a la participación en las clases. Se utilizarán los métodos de aprendizajes basados en la investigación y aprendizaje guiado.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben resolver problemas y casos prácticos, desarrollar la reflexión individual y trabajo colaborativo, aplicando sus conocimientos en la práctica para la realización de modelos de organización deportiva para la promoción y gestión de programas de actividad física, deporte o recreación, además del análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.



## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Prácticas de taller, trabajos y tareas.....	30%
- Exámenes parciales.....	30%
- Diseño de programa..... (Producto final)	40%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Díaz, O. (2015). <i>La administración en el deporte</i>. España: Polígono Les Guixeres.</p> <p>Imbroda-Ortiz, J., Castillo-Rodríguez, A., &amp; Minguet, J. L. C. (2015). Sports management, leadership in the organization. <i>Journal of Physical Education and Sports Management</i>, 2(2), 56-65.</p> <p>Masterman, G. (2010). <i>Strategic Sports Event Management</i>. United Kingdom: Elsevier LT [clásica].</p> <p>Ratten, V. (2018). <i>Sport Entrepreneurship: Developing and Sustaining an Entrepreneurial Sports Culture. Management for Professionals</i>. Melbourne, Victoria, Australia: Springer International Publishing.</p>	<p>Año-Sanz, V. (2011). <i>Organización de eventos y competiciones deportivas</i>. Universitat de València, España: Puv Vniversitat de València [clásica].</p> <p>Acosta-Hernández, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Badalona, España: Editorial Paidotribo. Polígono Les Guixeres [clásica].</p> <p>Buffone-Blair, C., Jackson, R., Laville, C. et al. (2014). <i>Manual de administración deportiva</i>. Calgary, Canadá: Comité Olímpico Internacional [clásica].</p> <p>Desbordes, M. y Falgoux, J. (2006). <i>Gestión y organización de un evento deportivo</i>. Barcelona, España: INDE Publicaciones [clásica].</p> <p>López, C. y Martínez, B. (2010). <i>Manual de organización de eventos deportivos</i>. Sevilla, España: Wanceulen, Editorial Deportiva [clásica].</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Promoción de la Actividad Física debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en Profesional de Administración de la Actividad Física, Deporte y Recreación, Master in Business Administration en Gestión de Entidades Deportivas, Master en Innovación e Investigación en Ciencias de la Actividad Física y Deporte o área afín, y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Dirección de Juegos
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Jessica Sánchez Revilla  
Jesús Carlos Torres Acedo  
Luis Alberto Sevilla Castellón

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 29 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje brinda los lineamientos, modelos de gestión, administración y la estructura de organizaciones deportivas, que permite al alumno dirigir la promoción, planeación y dirección de eventos de actividad física, evento y recreación. Se encuentra en la etapa disciplinaria con carácter de optativa, y forma parte del área de conocimiento Administrativa.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Diseñar programas de actividad física y deporte, mediante los lineamientos y modelos de negocios de un evento deportivo, para promover los hábitos saludables en la población, con liderazgo, actitud proactiva y honesta.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Desarrollar y operar un programa de actividad física y deporte o recreación, ocio y tiempo libre, el cual debe incluir en su estructura la planificación, organización, convocatoria, calendario, la promoción, ejecución y evaluación del mismo, que promueva los hábitos saludables en la población y atienda características específicas del diseño.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. La organización deportiva**

**Competencia:**

Analizar la estructura de la organización deportiva, mediante la identificación, características y funciones de las mismas, para integrar u organizar el evento deportivo, con actitud proactiva y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1 Estructura de la Organización deportiva
- 1.2. Organigrama Estructural de las organizaciones deportivas
- 1.3. Descripción de objetivos y funciones de las organizaciones deportivas
- 1.4. Clasificación de las organizaciones deportivas
  - 1.4.1. Entidades de gobierno deportivo
  - 1.4.2. Organizaciones proveedoras de actividad deportiva
  - 1.4.3. Organizaciones productoras de eventos deportivos
- 1.5. Motivación, toma de decisiones y resolución de problemas en las organizaciones deportivas

## UNIDAD II. Proceso de promoción y organización de un evento deportivo

### Competencia:

Diseñar el evento deportivo, mediante la aplicación del proceso administrativo, para el desarrollo de las actividades físicas y deportivas, con una actitud proactiva, responsable y de liderazgo.

### Contenido:

**Duración:** 18 horas

- 2.1. Concepto y clasificación de la promoción deportiva
- 2.2. Concepto y generalidades de un evento deportivo
- 2.3. Estructura y etapas de la organización de un evento deportivo
- 2.4. Documentación técnico deportiva
  - 2.4.1. Documentos de orientación
  - 2.4.2. Documentos de evaluación
  - 2.4.3. Documentos de control
- 2.5. Concepto y logística de las juntas previas en la organización de eventos deportivos
- 2.6. Sistemas de competencia
  - 2.6.1. Concepto y características
  - 2.6.2. Tipos de sistemas de competencia

### UNIDAD III. Las federaciones

**Competencia:**

Analizar la estructura y las características del deporte federado, mediante la revisión de la normativad vigente, para aplicarlo en el desarrollo de las actividades deportivas, con actitud positiva, responsable y honesta.

**Contenido:****Duración:** 4 horas

- 3.1. Federaciones
- 3.2. Estructura de las federaciones
- 3.3. Club federado
- 3.4. Disciplina deportiva
- 3.5. Comité de disciplina deportiva
- 3.6. Comité de competición



## UNIDAD IV. Legislación deportiva

### **Competencia:**

Analizar la estructura y las características de la legislación deportiva, para aplicar los reglamentos acordes en el desarrollo de las actividades deportivas, mediante la normativad vigente, con actitud positiva, responsable y honesta.

### **Contenido:**

- 4.1. Concepto de legislación deportiva
- 4.2. Club deportivo
- 4.3. Reglamento de disciplina deportiva
- 4.4. Instructivos de participación
- 4.5. Procedimiento de protestas y apelaciones

**Duración:** 4 horas

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Desarrollo de manual de funciones y organigrama</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre la estructura y diferentes tipos de organizaciones deportivas, identificando sus principales características y funciones dentro del ámbito de la actividad física y deporte.</li> <li>3. Analiza la estructura de las organizaciones deportivas.</li> <li>4. Elabora un organigrama estructural y manual de funciones de una organización deportiva, donde se indique de manera puntual las líneas de autoridad y mando, dentro de la organización.</li> <li>5. Entrega el organigrama y manual de funciones al docente.</li> </ol>	Computadora. Internet. Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Elaboración de convocatoria de evento de actividad física, deporte o recreación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor.</li> <li>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables, sobre las etapas de organización de un evento deportivo, identificando sus principales fases y objetivos específicos de cada una.</li> <li>3. Investiga y busca información</li> </ol>	Computadora. Internet. Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).	4 horas

		<p>en internet u otras fuentes documentales confiables los diferentes tipos de documentos técnicos deportivos, y su utilización antes, durante y después de la organización de eventos deportivos, de acuerdo al objetivo de los mismos.</p> <p>4. Elabora la convocatoria de un evento deportivo, cumpliendo con la estructura de las 4 partes que la conforman: encabezado, invitación, cuerpo y pie.</p>		
3	<b>Elaboración y resolución de casos prácticos de eventos deportivos aplicando los diferentes sistemas de competencia</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables sobre los diferentes tipos de sistemas de sistemas de competencia y su aplicación en la organización de eventos de actividad física, deporte o recreación.</p> <p>2. Elaboración de casos prácticos de eventos deportivos aplicando los diferentes tipos de sistemas de competencia, de acuerdo al objetivo del mismo y tomando en cuenta los siguientes aspectos: número de participantes, tiempo disponible, características del deporte, y personal disponible.</p>	<p>Computadora. Internet. Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</p>	4 horas
4	<b>Elaboración de minuta y orden del día de junta previa</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables sobre la logística de una junta previa, las</p>	<p>Computadora. Internet. Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</p>	4 horas

		<p>etapas que la conforman y los documentos técnicos deportivos utilizados.</p> <p>3. Elaboración de orden del día y minuta de junta previa de un evento deportivo como parte de la organización de eventos de actividad física y deporte.</p> <p>4. Realización de un modelaje de junta previa, atendiendo cada una de las etapas que la conforman.</p>		
5	<b>Elaboración de rueda de prensa de evento de actividad física, deporte o recreación</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Logística y desarrollo de rueda de prensa ante medios de comunicación para dar a conocer el evento de actividad física, deporte o recreación.</p>	<p>Gestión de recursos humanos, materiales y financieros.</p> <p>Planeación y organización de la rueda de prensa.</p> <p>Computadora</p> <p>Internet</p>	2 horas
<b>UNIDAD III</b>				
6	<b>Elaboración de comité de honor y justicia</b>	<p>1. Atiende las orientaciones del profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales confiables sobre la conformación de comités de disciplina deportiva y de competición como parte de la organización de eventos de actividad física y deporte.</p> <p>3. Elaboración del comité de honor y justicia, cumpliendo con la estructura del mismo, para su gestión dentro de un evento de actividad física y deporte.</p>	<p>Computadora.</p> <p>Internet.</p> <p>Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</p>	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
7	<b>Elaboración de Instructivo de</b>	1. Atiende las orientaciones del	Computadora.	2 horas

	<b>Participación</b>	<p>profesor.</p> <p>2. Investiga y busca información en internet u otras fuentes documentales sobre los reglamentos de las diferentes disciplinas, así como la estructura de los instructivos de participación.</p> <p>3. Elaboración de un instructivo de participación para un evento de actividad física y deporte</p>	<p>Internet.</p> <p>Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</p>	
8	<b>Organización de un evento de actividad física, deporte o recreación</b>	<p>1. Presentación por escrito y electrónica del proceso de organización de un evento deportivo.</p> <p>2. Realiza un evento de actividad física y deporte, a través del proceso de gestión, organización y promoción del mismo.</p> <p>3. Realizala memoria técnica de un evento de actividad física y deporte, basado en los principales documentos técnicos deportivos y las etapas del proceso administrativo. La cual deberá contener los siguientes puntos:</p> <p>Nombre del evento deportivo  Logotipo  Slogan  Portada  Contraportada  Misión  Visión  Objetivos generales y específicos  Organigrama y manual de funciones  Presupuesto</p>	<p>Computadora.</p> <p>Internet.</p> <p>Recursos bibliográficos (libros, revistas, capítulos de libros, artículos, manuales, etc.).</p>	10 horas

		<p> Cronograma de participación  Directorio del área técnica  Instalaciones o lugares de competencia  Instructivos de participación  Convocatoria  Minuta de junta previa  Orden del día  Cédulas de inscripción o listados de participantes  Hojas de anotación o cuadros de clasificación  Roles de juego o programas de competencia  Tablas de posiciones y tablas de resultados  Llaves de eliminación  Posiciones finales </p>		
--	--	---	--	--

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de los fundamentos de dirección de juegos, así como orientar el desarrollo de las prácticas de taller, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a la participación en las clases. Se utilizarán los métodos de aprendizajes basados en la investigación y aprendizaje guiado.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos deben resolver problemas, desarrollar la reflexión individual y trabajo colaborativo, aplicando sus conocimientos en la práctica para la realización de modelos de organización deportiva para la promoción y gestión de eventos de actividad física y deporte, además del análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- Prácticas de taller.....	10%
- Examen.....	30%
- Trabajos y tareas.....	10%
- Desarrollo y operación de programa... (Producto final)	50%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>



## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Díaz, O. (2015). <i>La administración en el deporte</i>. España: Polígono Les Guixeres.</p> <p>Imbroda-Ortiz, J., Castillo-Rodríguez, A. y Minguet, J. (2015). <i>Sports Management, Leadership in the Organization</i>. Journal of Physical Education and Sports Management. DOI: 2. 10.15640/jpesm.v2n2a5.</p> <p>Masterman, G. (2010). <i>Strategic Sports Event Management</i>. Oxford, United Kingdom: Elsevier LT [clásica].</p> <p>Ratten, V. (2018). <i>Sport Entrepreneurship: Developing and Sustaining an Entrepreneurial Sports Culture. Management for Professionals</i>. Australia: Springer International Publishing.</p>	<p>Año-Sanz, V. (2011). <i>Organización de eventos y competiciones deportivas</i>. Universitat de València, España: Puv Vniversitat de València [clásica].</p> <p>Buffone-Blair, C., Jackson, R., Laville, C. et al. (2014). <i>Manual de administración deportiva</i>. Calgary, Canadá. Comité Olímpico Internacional [clásica].</p> <p>López de Subijana, C. y Martínez, B. (2010). <i>Manual de organización de eventos deportivos</i>. Sevilla, España: Wanceulen, Editorial Deportiva [clásica].</p> <p>Acosta-Hernández, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Badalona, España: Editorial Paidotribo. Polígono Les Guixeres [clásica].</p> <p>Desbordes, M. y Falgoux, J. (2006). <i>Gestión y organización de un evento deportivo</i>. Barcelona, España: INDE Publicaciones [clásica].</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Dirección de Juegos Deportivos debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en Profesional de Administración de la Actividad Física, Deporte y Recreación, Master in Business Administration en Gestión de Entidades Deportivas, Master en Innovación e Investigación en Ciencias de la Actividad Física y Deporte, y dos años de experiencia docente. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Legislación Deportiva
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 01 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 05**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Iván de Jesús Ramos Rodríguez  
Jessica Sánchez Revilla

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La asignatura Legislación Deportiva se contempla en la Etapa Disciplinar, es de carácter optativa y pertenece al área de conocimiento Administrativa. Su importancia radica en la comprensión del marco legal que regula la Cultura Física y el Deporte en México, así como las instituciones que se conforman a partir de la legislación del derecho deportivo en el Estado Mexicano, como ámbito de la promoción deportiva como un derecho humano en la población.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar la Legislación Deportiva vigente que regula el deporte a nivel internacional y nacional, a partir de la identificación de su competencia, integración y funcionamiento de los organismos que la componen, para participar en el desarrollo deportivo del país, con una actitud de responsabilidad, ética, de respeto, cooperación y compromiso social.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Elabora un proyecto con los aspectos básicos para constituir una asociación civil, club deportivo o liga deportiva y los argumentos legales básicos del derecho deportivo.

El proyecto deberá integrar:

- Objetivo
- Sustento teórico (bases legales)
- Desarrollo de actividades
- Bibliografía. (Formato APA 7a. Edición).

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. El deporte como derecho humano y su marco legal**

**Competencia:**

Identificar las normas jurídicas que comprenden el Derecho a la cultura física y al deporte a través del análisis de sus respectivas leyes en el ámbito Federal, Estatal y Municipal, para conocer su aplicación, con actitud reflexiva, crítica y propositiva.

**Contenido:**

**Duración:** 12 horas

- 1.1 Ámbito Internacional
  - 1.1.1 Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO
- 1.2 Ámbito Federal;
  - 1.2.1. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos
  - 1.2.2. Leyes Secundarias
  - 1.2.3. Ley Orgánica de la Administración Pública Federal
  - 1.2.4. Ley General de Educación
  - 1.2.5. Ley General de Cultura Física y Deporte
  - 1.2.6. Reglamento de Ley de Cultura Física y Deporte
  - 1.2.7. Ley Federal del Trabajo
- 1.3 Ámbito Local
  - 1.3.1 Constitución Política del Estado de Baja California
  - 1.3.2 Ley de Cultura Física y Deporte del Estado de Baja California
  - 1.3.3 Reglamentos Internos de los Institutos Municipales del Deporte

## UNIDAD II. Organismos deportivos del sector público y privado

### Competencia:

Analizar los organismos creados para la actividad física y deporte, a partir de la legislación deportiva del Estado Mexicano, así como su funcionamiento, reglamentación y régimen jurídico dentro de la organización deportiva en México, para para identificar la estructura deportiva en el país, con actitud reflexiva, crítica y colaborativa.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 2.1 Organizaciones del sector público
  - 2.1.1 CONADE: La Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte
  - 2.1.2 Funciones
  - 2.1.3 Organismos Estatales y Municipales de Cultura Física y Deporte
  - 2.1.4 INDE: Instituto del Deporte y Cultura Física de Baja California
  - 2.1.5 Organismos Municipales: Institutos Municipales del Deporte
- 2.2. Organizaciones del sector privado:
  - 2.2.1 Comité Olímpico Mexicano
  - 2.2.2 Funcionamiento
  - 2.2.3 Régimen Jurídico
- 2.3. Consejos Nacionales del Sector Estudiantil
  - 2.3.1 CONDDE: Los Consejos Nacionales del Deporte Estudiantil
  - 2.3.2 CONADEMS: Consejo Nacional para el Desarrollo del Deporte en la Educación Media Superior A.C
  - 2.3.3 CONDEBA: Consejo Nacional para el Desarrollo de la Educación Física y el Deporte en la Educación Básica
- 2.4 Federaciones Deportivas Nacionales
  - 2.4.1 Funcionamiento
  - 2.4.2 Régimen Jurídico
- 2.5 Asociaciones y Sociedades Reconocidas por la Ley
  - 2.5.1 Funcionamiento
  - 2.5.2 Régimen Jurídico
- 2.6 La comisión de Apelación y Arbitraje (CADD)
  - 2.6.1 Funcionamiento
  - 2.6.2 Régimen Jurídico
- 2.7 El Sistema Nacional de Cultura Física y Deporte
  - 2.7.1 Funciones
  - 2.7.2 Conformación

### UNIDAD III. Bases y principios del derecho deportivo

**Competencia:**

Examinar los elementos que comprenden el Derecho Deportivo, a través del análisis de sus características y distinción de las funciones del ámbito deportivo mexicano y su implicación en el ámbito federal, local y su ejercicio práctico en asociaciones deportivas, para la distinción de los alcances y beneficios éticos, legales y morales de una asociación deportiva, con pensamiento crítico y honestidad.

**Contenido:****Duración:** 10 horas

- 3.1 Terminología legal básica.
  - 3.1.1 Clasificación general del derecho
  - 3.1.2 Derecho público y derecho privado
- 3.2 El Derecho Deportivo;
  - 3.2.1 Concepto y terminología
- 3.3 Derecho deportivo y sus ámbitos
  - 3.3.1. Asesoramiento Jurídico a clubes deportivos
  - 3.3.2. Asesoramiento legislativo para eventos deportivos
  - 3.3.3. Constitución de asociaciones deportiva
  - 3.3.4. Contratación y sanciones disciplinarias a deportistas.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Foro de discusión del marco normativo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para participar en el foro de discusión.</li> <li>2. Se organiza en equipos.</li> <li>3. Realiza una búsqueda y análisis de la normatividad que regula la actividad física y deportiva a nivel internacional y nacional.</li> <li>4. Identifica los derechos y obligaciones de los organismos deportivos.</li> <li>5. Realiza un análisis comparativo de los documentos legales contra la práctica actual de los organismos identificados.</li> <li>6. Presenta resultados en el foro de discusión organizado por el docente.</li> </ol>	Normatividad vigente Computadora Internet	4 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Entrevista a un dirigente deportivo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar una entrevista a un dirigente deportivo.</li> <li>2. Elige una de las instituciones revisadas en la práctica 1, y estructura una entrevista para el dirigente, en donde se obtenga la siguiente información: proceso legal para constituir</li> </ol>	Normatividad vigente Computadora Internet	6 horas



		<p>el organismo deportivo, obtención de recursos financieros y asociados.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Realiza un reporte de los resultados de la entrevista.</li> <li>4. Presenta y compara con el grupo y docente los resultados.</li> <li>5. Entrega reporte a docente.</li> </ol>		
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Propuesta de lineamientos de organización deportiva</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar propuesta de lineamientos de una organización deportiva.</li> <li>2. Se organiza en equipos.</li> <li>3. Selecciona el tipo de organización deportiva que se creará.</li> <li>4. Identifica y analiza la normatividad vigente para la creación de la organización deportiva seleccionada.</li> <li>5. Redacta la documentación correspondiente para la creación de la organización deportiva la cual está sustentada en la normatividad vigente.</li> <li>6. Realiza una presentación ejecutiva de 10 minutos con la propuesta de la organización deportiva.</li> <li>7. presenta ante el grupo y docente.</li> <li>8. Entrega al docente documento de propuesta.</li> </ol>	<p>Normatividad vigente Computadora Internet</p>	6 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Técnica expositiva de temáticas
- presenta ejemplos de organizaciones deportivas
- Presenta y analiza estudios de caso donde se aplique la normatividad
- Organiza foros de discusión
- revisa, retroalimenta y evalúa prácticas y tareas
- asesora actividades en prácticas
- elabora y aplica exámenes
- propicia la participación activa de los estudiantes

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Investiga y analiza información de organizaciones deportivas
- Analiza estudios de caso donde se aplique la normatividad presentados por el docente
- participa en los foros de discusión
- Realiza prácticas de taller y tareas
- asesora actividades en prácticas
- Resuelve exámenes
- Participa activamente en clase
- Atiende las indicaciones del docente
- Estructura y aplica entrevistas a dirigentes deportivos

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

- 3 Exámenes.....	30%
- Prácticas de taller.....	20%
- Evidencia de desempeño.....	40%
(Proyecto de organización deportiva)	
- Exposiciones.....	10%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

- Blower, G. (2008). Entrenamiento de las técnicas del boxeo: técnicas básicas y avanzadas, preparación física, peso y nutrición. Ediciones Tutor.
- Kahrović, I., Jovanović, S., Murić, B., Radenković, O., Milić, V., Mujanović, R., & Bejtić, S. (2018). Motor skills as predictors of competitors' selection in karate. *Fizička kultura*, 72(1), 49-56.
- Lachica, A., & Werner, D. (2007). *Boxing's Ten Commandments: Essential Training for the Sweet Science*. Tracks Publishing.
- Üzüm, H. (2018). Athletes' Perception of Coaches' Behavior and Skills About Their Sport. *Journal of Education and Training Studies*, 6(5), 28-33.

### Complementarias

- Collins, D. R., & Hodges, P. B. (2001). *A comprehensive guide to sports skills tests and measurement*. Scarecrow Press.
- Nitsch, J. R. (2002). Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario. Editorial Paidotribo.
- Clásica  
Degtiariov, I. P., & Degtiariov, J. (1996). *Boxeo*. LIB DEPORTIVAS ESTEBAN SANZ.
- Lee, K. M. (2001). *Taekwondo Kyorugi. La competición*. Editorial HISPANO EUROPEA.
- Lee, K. M. (2000). *Taekwondo dinámico*. Editorial Hispano europea.
- Lee, S. M., & Ricke, G. (2005). *Official taekwondo training manual*. Sterling Publishing Company,

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente de esta asignatura debe poseer un título de Licenciatura en Actividad Física y Deporte, Licenciado en Derecho, o área afín con conocimientos comprobatorios de legislación deportiva, de preferencia con posgrado y experiencia laboral mínima de 2 años en el área de la administración pública. El docente debe ser propositivo, respetuosos, proactivo y honesto.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Disciplinaria
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Juan Pablo Machado Parra  
Jorge Alberto Aburto Corona  
Michelle Barretos Ruvalcaba  
Daniel Gómez León

**Fecha:** 12 de enero de 2021

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La finalidad de la unidad de aprendizaje es el diseño y planeación de sesiones de entrenamiento deportivo apoyado en las ciencias aplicadas. Le brinda al estudiante conocimientos de biomecánica del rendimiento, nutrición como apoyo al aumento del rendimiento, factores psicológicos del rendimiento, así como la utilización de estas ciencias en el plano de la planificación del entrenamiento. Asimismo, le permite desarrollar habilidades de manejo de TIC 's, organizativas, proactividad y trabajo en equipo.

La unidad de aprendizaje de Ciencias Aplicadas al Entrenamiento Deportivo se imparte en la etapa disciplinaria con carácter optativo en la Licenciatura de Actividad Física y Deporte, pertenece al Área de Conocimiento Técnico Deportiva.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Utilizar las ciencias aplicadas en el diseño y planeación de sesiones de entrenamiento deportivo, para optimizar el desarrollo del talento y la maximización del rendimiento deportivo, a partir de la determinación de características de poblaciones específicas, con responsabilidad y actitud crítica.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Diseña y planea cinco sesiones de entrenamiento deportivo que integren en su planeación las ciencias aplicadas de biomecánica, nutrición y psicología

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Las ciencias aplicadas como apoyo al entrenamiento deportivo.**

**Competencia:**

Identificar los elementos que aportan las ciencias aplicadas al entrenamiento deportivo, mediante el análisis de planes de entrenamiento, para la correcta integración de estas al mismo, con una actitud crítica y analítica.

**Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 1.1 Ciencias aplicadas en el Entrenamiento Deportivo.
  - 1.1.1 Concepto
  - 1.1.2 Historia de las ciencias aplicadas en entrenamiento deportivo.
- 1.2 Nutrición, biomecánica y Psicología
  - 1.2.1 Utilización en la planificación del entrenamiento deportivo.
  - 1.2.2 Planificación en el entrenamiento deportivo.

## UNIDAD II. Ciencias Aplicadas: Nutrición.

### **Competencia:**

Emplear la ciencia aplicada de nutrición en la planeación de sesiones de entrenamiento deportivo, para optimizar el desarrollo y la maximización del rendimiento deportivo, a partir de la determinación de características nutricionales de poblaciones específicas, con responsabilidad y actitud proactiva.

### **Contenido:**

**Duración:** 9 horas

- 2.1 Características nutricionales en la planificación.
  - 2.1.1 Deporte
  - 2.1.2 Género
  - 2.1.3 Edad
  - 2.1.4 Etapa
- 2.2 Intervenciones nutricionales y el deporte.
  - 2.2.1 Composición corporal y deporte
  - 2.2.2 Gasto energético
  - 2.2.3 Ayudas Ergogénicas y suplementación.
  - 2.2.4 Recomendaciones de macronutrientes entrenamiento y competición.
- 2.3 Elaboración del Plan de Entrenamiento con la inserción de técnicas de intervención psicológicas
  - 2.3.1 Elaboración
  - 2.3.2 Conformación



### UNIDAD III. Ciencias Aplicadas: Biomecánica.

**Competencia:**

Utilizar la ciencia aplicada de biomecánica en la planeación de sesiones de entrenamiento deportivo, para optimizar el desarrollo y la maximización del rendimiento deportivo, a partir de la determinación de características biomecánicas de poblaciones específicas, con responsabilidad y compromiso.

**Contenido:****Duración:** 9 horas**3.1 Características biomecánicas en la planificación.**

3.1.1 Deporte

3.1.2 Género

3.1.4 Edad

3.1.5 Etapa

**3.2 Aspectos biomecánicos y Deporte**

3.2.1 Técnica y biomecánica

3.2.2 Optimización del gesto motriz

3.2.3 Técnica y Fatiga.

**3.3 Elaboración del Plan de Entrenamiento con la inserción de técnicas de intervención psicológicas**

3.3.1 Elaboración

3.3.2 Conformación

## UNIDAD IV. Ciencias Aplicadas: Psicología

### Competencia:

Emplear la ciencia aplicada de psicología en la planeación de sesiones de entrenamiento deportivo, para optimizar el desarrollo y la maximización del rendimiento deportivo, a partir de la determinación de características psicológicas de poblaciones específicas, con responsabilidad y empatía.

### Contenido:

**Duración:** 9 horas

#### 4.1 Características psicológicas de la planificación.

- 4.1.1 Deporte
- 4.1.2 Género
- 4.1.4 Edad
- 4.1.5 Etapa

#### 4.2 Intervenciones cognitivas y conductuales y deporte.

- 4.2.1 Estrategias de afrontamiento
- 4.2.2 La formulación de objetivos en el deporte
- 4.2.3 La imaginación
- 4.2.4 Entrenamiento de las habilidades psicológicas
- 4.2.5 Ética en los programas de intervención.

#### 4.3 Elaboración del Plan de Entrenamiento con la inserción de técnicas de intervención psicológicas

- 4.3.1 Elaboración
- 4.3.2 Conformación

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Elementos que aportan las Ciencias Aplicadas al entrenamiento deportivo.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lee la información proporcionada por el docente</li> <li>2. Por medio de un formato dado por el docente contestar la información solicitada respecto a los elementos que aportan las ciencias aplicadas al entrenamiento deportivo</li> <li>3. Redacta una conclusión respecto al ejercicio.</li> <li>4. Entrega el formato físico al docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Formato</li> </ul>	5 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Nutrición como apoyo al plan de entrenamiento</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifica un deporte y deportistas a los cuales se dirigirá el plan de entrenamiento.</li> <li>2. Elabora un plan de entrenamiento donde se utilice la nutrición como ciencia aplicada.</li> <li>3. Redacta una conclusión respecto a los resultados obtenidos en su observación a manera de informe.</li> <li>4. Expone frente al grupo el plan de entrenamiento.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	9 horas
<b>UNIDAD III</b>				
3	<b>Biomecánica como apoyo al plan de entrenamiento.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifica un deporte y deportistas a los cuales se</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> </ul>	9 horas

		<p>dirigirá el plan de entrenamiento.</p> <p>2. Elabora un plan de entrenamiento donde se utilice la biomecánica como ciencia aplicada.</p> <p>3. Redacta una conclusión respecto a los resultados obtenidos en su observación a manera de informe.</p> <p>4. Expone frente al grupo el plan de entrenamiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	
<b>UNIDAD IV</b>				
4	<b>La Psicología como apoyo en el plan de entrenamiento</b>	<p>1. Identifica un deporte y deportistas a los cuales se dirigirá el plan de entrenamiento.</p> <p>2. Elabora un plan de entrenamiento donde se utilice la psicología como ciencia aplicada.</p> <p>3. Redacta una conclusión respecto a los resultados obtenidos en su observación a manera de informe.</p> <p>4. Expone frente al grupo el plan de entrenamiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documentos de información por el docente</li> <li>• Lápiz/Pluma</li> <li>• Computadora/Laptop</li> <li>• Software para presentación de documentos académicos (PowerPoint, PDF, Prezi, entre otros).</li> <li>• Proyector</li> </ul>	

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Estudio de caso
- Técnica expositiva
- Material audiovisual

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Estudio de caso
- Organizadores gráficos
- Trabajo colaborativo
- Reporte de lectura

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Evaluaciones parciales.....20%
- Tareas y trabajos.....30%
- Diseño y planeación de sesiones de entrenamiento deportivo .... 50%
- Total.....100%**

**Nota: la evidencia de aprendizaje debe reflejarse en este apartado y tener un porcentaje considerado en la calificación total.**

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
Bartlett, R. (2014). <i>Introduction to sports biomechanics: Analysing human movement patterns (2nd Edition ed)</i> . New York, USA: Routledge. [clásica]	Costa, I. A. (2013). Los modelos de planificación del entrenamiento deportivo del siglo XX. <i>Revista Electrónica de Ciencias Aplicadas al Deporte</i> . 6 (22). Recuperado de <a href="https://www.researchgate.net/publication/256445249_Los_modelos_de_planificacion_del_entrenamiento_deportivo_del_siglo_XX">https://www.researchgate.net/publication/256445249_Los_modelos_de_planificacion_del_entrenamiento_deportivo_del_siglo_XX</a> [clásica]
Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2017). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i> . (4a ed.). España: Paidotribo.	Hall, S. J. (2012). <i>Basic Biomechanics (6<sup>th</sup> Edition ed)</i> . New York, USA: McGraw Hill. [clásica]
Blumenstein, B. (2007). <i>Psychology of sport training (Vol. 2)</i> . Meyer & Meyer Verlag. [clásica]	Issurin, V. (2008). Block periodization versus traditional training theory: a review. <i>Journal of sports medicine and physical fitness</i> , 48(1), 65. [clásica]
Buceta, J. M. (1998). <i>Psicología del entrenamiento deportivo</i> . Madrid: Dykinson. [clásica]	Knudson, D. (2007). <i>Fundamentals of Biomechanics (2<sup>nd</sup> Edition ed)</i> . New York, USA: Springer. [clásica]
Buceta, J. M. (2004). <i>Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes</i> . Madrid: Dykinson. [clásica]	Lapresa, D, Pascual, J, Arana, J, & Anguera, MT. (2020). Sistema de observación para analizar la interacción en el juego de Boccia por equipos. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i> , 20(1), 37-47.. Recuperado de <a href="http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1578-84232020000100004&amp;lng=es&amp;tlng=es">http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1578-84232020000100004&amp;lng=es&amp;tlng=es</a> .
Burke, L. (2010). <i>Nutricion En El Deporte/Nutrition in Sport: Un Enfoque Practico/a Practical Approach</i> . Madrid: Médica Panamericana. [clásica]	Medved, V. (2000). <i>Measurement of human locomotion</i> . Florida, USA: CRC press. [clásica]
Brennan, J. F. (1999). <i>Historia y sistema de la Psicología (5a ed.)</i> México: Pearson Educación. [clásica]	Ponce-Carbajal, N., Tristán, J. L., Jaenes, J. C. Rodenas, L. T., y Peñalosa, R. (2020). El impacto del contexto social sobre la personalidad resistente en deportistas universitarios de México. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i> , 20(2), 201-217. Recuperado de <a href="https://revistas.um.es/cpd/article/view/359011/282321">https://revistas.um.es/cpd/article/view/359011/282321</a>
Carrascosa, J. (2006). <i>Saber competir. claves para soportar y superar la presión</i> . Madrid: Gymnos. [clásica]	
Cox, R. H., & COX, R. (2008). <i>Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones</i> . España: Médica Panamericana.	
Mallo, J. (2020). <i>Team Sports Training: The Complexity Model (Vol. 10)</i> . Estados Unidos: Routledge.	
Matveev, L. P. (2001). <i>Teoría general del entrenamiento deportivo</i> . España: Paidotribo [clásica]	

Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2007). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo* (Vol. 24). Madrid: Paidotribo [clásica]

McLaren, D., y Morton, J. (2012). *Biochemistry for Sport and Exercise Metabolism*. USA: Wiley-Blackwell. [clásica]

OBE, F. W. (2014). *Sports Training Principles: An Introduction to Sports Science*. Londres, Reino Unido: Bloomsbury Publishing. [clásica]

Platonov, V. N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. España: Editorial Paidotribo. [clásica]

Shepherd, J. (2013). *The complete guide to sports training*. Londres: A&C Black [clásica]

Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Barcelona, España: Paidotribo [clásica]

Siff, M. C., y Verkhoshansky, Y. (2004). *Superentrenamiento* (2a ed.). España: Paidotribo. Recuperado de <http://www.deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/Superentrenamiento.pdf> [clásica]

Verkhoshansky, Y. (2001). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo* (Vol. 24). España: Paidotribo. [clásica] [clásica]



## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje Ciencias Aplicadas al entrenamiento deportivo debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, preferentemente con estudios de posgrado en entrenamiento deportivo o ciencias aplicadas y 3 años de experiencia docente. Asimismo, debe tener conocimientos y experiencia en el área de planeación del entrenamiento deportivo. Ser proactivo, innovador, planificador y con actitud propositiva.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN BÁSICA  
COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL Y VINCULACIÓN UNIVERSITARIA  
PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

## I. IDENTIFICATION INFORMATION

1. **Academy unit:** Facultad de Deportes
2. **Study program:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
3. **Plan duration:**
4. **Name of the learning unit:** Health, Exercise and Sports Assessment
5. **Code:**
6. **HC:** 02 **HL:** 00 **HT:** 02 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
7. **Learning stage to which it belongs:** Terminal
8. **Character of learning unit:** Optional
9. **Requirements for enrollment to learning unit:** None

**PUA formulated by**

Patricia Concepción García Suárez  
Iván Rentería  
Alberto Jiménez Maldonado

**Signature**

**Approved by**

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolás Rodríguez Lucas

**Signature**

**Date:** November 30, 2020

## **II. GENERAL PROPOSE OF THE COURSE**

Health, Exercise and Sports Assessment is an optional course mainly focused in the improvement of professional skills of the undergraduate program students in the terminal stage of the program, so they can extend the learning of content language integrated as part of the internationalization requisites to be certified as a trainer of exercise physiologist. The current subject involves the up-to-date methods for the assessment of health, exercise, and sports performance to apply exercise interventions in attention of the needs of different populations and the course belongs to the technical-sports area.

## **III. COURSE COMPETENCIES**

To apply the technical language skills of the topics related to the exercise and sports sciences field by analyzing and presenting the up-to-date topics and manuals, practicing sport assessment techniques following international guidelines through sessions implemented in 100% English language for effectively comprehend, communicate and apply different methods for the health-related physical exercise assessment with a high ethics sense, responsibility and respect.

## **IV. EVIDENCES OF PERFORMANCE**

A brief project based in problem-solving cases of health and exercise conditions of a given population in written and oral presentation modality, demonstrating the acquisition of methodological and technical sport-related assessment skills, such as technical language and assessment skills necessary to apply scientific knowledge in exercise prescription or strength and conditioning in athletes.

**V. DEVELOPMENT BY UNITS**  
**UNIT I. Health Assessment**

**Competence:** Identify the technical language of the principles to screen and evaluate the health status of an individual and subsequently analyze the data through the critical lecture of the operation manuals and operation of the equipment in different test subjects for their categorization in accordance with the international parameters, with responsibility and respect.

**Content:**

**Duration:** 12 hours

- 1.1 Considerations for the physical and health evaluation
  - 1.1.1 Population
  - 1.1.2 Equipment availability
  - 1.1.3 Time availability
- 1.2 Body Composition
  - 1.2.1 Kinanthropometry
  - 1.2.2 Bioelectrical Impedance Method
- 1.3 Blood chemistry
  - 1.3.1 Capillary blood collection and analysis
  - 1.3.2 Venous serum and plasma collection and assessment
- 1.4 Urine analysis
  - 1.4.1 Hydration status
  - 1.4.2 Metabolite assessment
- 1.5 Cardiovascular and Respiratory assessment
  - 1.5.1 Heart rate monitor
  - 1.5.2 Electrocardiogram (EKG)
  - 1.5.3 Oxygen saturation
  - 1.5.4 Spirometry

## UNIT II. Exercise assessment

**Competence:** To assess different parameters that integrate the functional capacity of healthy and morbid populations, by using modern and conventional techniques and an individualized approach, for the assessment, motivation, education and monitoring of subjects regarding their personal health and fitness needs, with honesty and responsibility.

### Content

**Duration:** 10 hours

- 2.1 Energy expenditure
  - 2.1.1 Resting metabolic rate
  - 2.1.2 Energy transfer in exercise
  - 2.1.3 Metabolic calculations for Exercise physiology
- 2.2 Ergometry
  - 2.2.1 Measurement of Work
  - 2.2.2 Measurement of Power
  - 2.2.3 Aerobic capacity
  - 2.2.4 Anaerobic capacity
- 2.3 Integrative cardiovascular evaluation
  - 2.3.1 Exercise Heart rate monitoring
  - 2.3.2 Blood pressure during exercise
  - 2.3.3 Double product
  - 2.3.4 Break-point during exercise
- 2.4 Tests of Muscle strenght, endurance and flexibility
  - 2.4.1 Strenght testing
  - 2.4.2 Endurance tests
  - 2.4.3 Flexion tests
- 2.5 Field tests for functional capacity
  - 2.5.1 Aerobic Capacity Tests
  - 2.5.2 Sport Specific Tests

### UNIT III. Sports Assessment

**Competence:** To analyze the terminology, coaching techniques and the assessment of the physiological, ergogenic and biomechanical principles of individual and team sports by critically examining international guidelines for sportsmen and athletes, therefore provide a feedback to the coaches and athletes in regard of their execution, with honesty, responsibility and respect.

**Contenido:**

**Duration:** 10 hours

- 3.1 Measures of health status in sportsmen
  - 3.1.1 Training status
  - 3.1.2 Injury analysis
  - 3.1.3 Choice of training methods
  - 3.1.2 Choice of training order
- 3.2 Energy analysis in athletes
- 3.3 Movement analysis
- 3.4 Data base and follow-up

## VI. STRUCTURE OF WORKSHOP PRACTICES

Practice No.	Practice Name	Process	Support material	Time
<b>UNIT I</b>				
1	International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK) workshop.	The teacher will explain with a live model the basic measures of ISAK, subsequently, the student will measure themselves and finally, the measures will be registered in a data base for the calculation of the body composition measurements. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.	Plicometer, pachymeter, measure belt, stadiometer and weight scale	6 hours
2	Bioelectrical impedance body composition analyzers	Use of different impedance scales for estimate the body composition of the subject. The teacher will show the students the proper use of different scales and its parameters (e.g. quantities of fat mass and fat-free mass), by running a Bioelectrical Impedance Analysis (BIA)* Thereafter, the students will apply each other a BIA test. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.	Body composition analyzers Inbody 770, OMRON BF145 and OMRON scale	3 hours
3	Introductory phlebotomy workshop.	Phlebotomy workshop. The teacher will provide a theoretical approach to properly perform blood collection in different points. The practical portion includes 2 venipunctures on a fake model and their classmates (one vacutainer and one butterfly)	Mannequins for drawing venipunctures, vacutainer tubes, butterfly needles, tourniquets, gloves, barrels of syringe, alcohol, cotton or gauze, bandage or tape.	4 hours

4	Heart rate variability assessment	Heart rate monitoring at rest and during exercise modalities. Teacher will show in a voluntary subject, the proper use of a Heart rate monitor. Therefore a graded exercise test will be performed in a cycle-ergometer to show the heart rate response, the students will register the heart rate in every step of the procedure. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.	Polar H10 heart rate monitors and HRV Elite App.	3 hours
5	Stress EKG for principiants	The teacher will show the students the basics of EKG assemblment in live subjects. Thereafter, the EKG will be recorded while a subject is exercising at different exercise intensities and time-points while the students will register the data. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.	M2 Tango stress test monitor with EKG	2 hours
6	Hemodynamics on exercise	The teacher will show the proper preparation for blood pressure and oxygen saturation assessment, the the students will practice the measure between each other and will record both parameters at different exercise intensities in an ergometer. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.	M2 Tango stress test monitor	3 hours
7	Spirometry workshop	The teacher and students will measure pulmonary ventilation via spirometry teste, they will be	Spirometer Silbelmed	3 hours



		carried out using a device called a spirometer, which is a small machine attached by a cable to a mouthpiece and projected in the device's software. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.		
<b>UNIT II</b>				
8	Strenght assessment	The teacher will instruct one-repetition maximum (1RM) test for assessing the strength capacity of individuals in non-laboratory environments (e.g. Gym).The students will perform 1RM Squat and 1RM bench press and will register the maximal load of the subjects. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.	Weights and barbells dependent on muscle group testing (squats and bench press) and GymAware.	4 hours
<b>UNIT III</b>				
9	Energy expenditure test	Using incremental protocols on either a cycle ergometer or treadmill; VO <sub>2</sub> max ranged from 27 to 81 x ml [kg.sup.-1] x [min.sup.-1]. The participants will complete three steady-state exercise stages on either the treadmill (10 min) or the cycle ergometer (15 min) at 35%, 62% and 80% of VO <sub>2</sub> max, corresponding to 57%, 77% and 90% of maximal heart rate. Heart rate and respiratory exchange ratio data will be collected by the	Heart rate monitors (Polar H10), Polar beat and Polar flow coach	4 hours

		students during each stage in a smartphone app. The data will be reported in an inform with one week for submission to the teacher.		
--	--	---	--	--

## VII. WORK METHOD

**Framing:** On the first day of class the teacher must establish the method of work, evaluation criteria, and quality of academic work, permissions and teacher-student obligations in accordance with the institutional statute.

**Teaching strategy (teacher)** The teacher will provide the bibliographic material, practical classes and case – study and problem – solving method with the current communications in international exercise science journals and other academic sources, all provided by the teacher.

**Learning strategy (student)** The students will use the different equipment, devices and techniques, also resolve case - study/problem scenario offered by the teacher and then search through indexed data bases for the best analysis and action choice to solve that hypothetical scenario.

## VIII. EVALUATION CRITERIA

The evaluation will be carried out permanently during the development of the course unit as follows:

### Accreditation Criterion

- To be entitled to ordinary and extraordinary exam, the student must meet the attendance percentages established in the current School Statute.
- The grade will be scaled from 0 to 100, with a minimum approval of 60.

### Evaluation criteria

- Comprehensive Tests (2)..... 30%
  - Workshop reports.....20%
  - Final presentation.....20%
  - Final project..... 30%
- (Brief project based in problem-solving cases of health and exercise conditions of a given population)
- Total.....100%**

## IX. REFERENCES

Required	Suggested
<p>McArdle, (2009). Exercise Physiology. (7th ed.). United States of America: Lippincott Williams &amp; Wilkins <b>[Classic]*</b></p> <p>Coombes J., &amp; Skinner T., (2014). ESSA's Student Manual for Health, Exercise and Sport Assessment, (1<sup>st</sup> ed.). Australia: Elsevier <b>[Classic]</b></p> <p>Crouse, S.F. &amp; Coast J.R., (2017). Clinical Exercise Physiology Laboratory Manual (3rd ed.). USA: Kendal Hunt Publishing.</p>	<p>American College of Sports Medicine. (2014). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription (9th ed.) New York: Williams &amp; Wilkins.</p> <p>Donahoo, W. T., Levine, J. A., &amp; Melanson, E. L. (2004). Variability in energy expenditure and its components. <i>Current opinion in clinical nutrition and metabolic care</i>, 7(6), 599–605. <a href="https://doi.org/10.1097/00075197-200411000-00003">https://doi.org/10.1097/00075197-200411000-00003</a> <b>[Classic]</b></p> <p>Eston, R., &amp; Reilly, T. (2009). Kinanthropometry and exercise physiology laboratory manual: tests, procedures and data: volume two: physiology. (3<sup>rd</sup> ed.). USA: Routledge <b>[Classic]</b></p>

## **X. TEACHER PROFILE**

The teacher of the course should be graduate level professional (from M.S. to Ph.D.) with expertise in the exercise and biological sciences field in the last two years, with the dominance of the English language (at least B2 of the Common European Framework of Reference) and completed an International Content Integrated Language Learning (CLIL) course. The teacher will also have an extensive background in research in foreign language and at least two years of pedagogical training with a high ethics sense.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Medios Tecnológicos para el Control y Prescripción del Ejercicio
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 02 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Patricia Concepción García Suarez  
Aarón Cruz Viramontes

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje tiene como propósito que el alumno conozca y aplique de manera correcta las herramientas tecnológicas en su práctica profesional para la medición de la capacidad funcional y rendimiento físico, así como saber interpretar sus resultados. Su importancia es necesaria para adaptarse al avance tecnológico que conlleva la actual sociedad y la obtención de datos complementarios y/o esenciales para el diseño del entrenamiento físico.

La unidad de aprendizaje es de carácter optativa y se ubica en la etapa terminal y pertenece al área Biomédica, guarda relación con las unidades de evaluación del rendimiento físico, fisiología del ejercicio y kinesiología.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Evaluar la capacidad funcional del individuo, mediante el uso y aplicación de recursos tecnológicos en pruebas físicas de laboratorio y campo, para el control, mejora del estado de salud y nivel de aptitud física, con honestidad, responsabilidad y orden.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Evaluar a sujetos físicamente aptos con uno o dos equipos tecnológicos especializados para valorar el estado de salud y aptitud física, presentar un informe final que detalle el nivel de capacidad funcional asociado a estados saludables o en el caso de atletas, a nivel de rendimiento físico. El contenido del reporte técnico debe integrar los siguientes apartados: introducción, metodología de trabajo, procedimiento de trabajo, resultados, conclusiones y referencias.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Consulta de manuales técnicos**

**Competencia:**

Identificar la estructura de la operatividad de medios tecnológicos, mediante el análisis de los manuales técnicos, para conocer el correcto montaje, uso y almacenamiento de los equipos especializados, con pensamiento crítico y orden.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1. Desarrollo de instructivos.
- 1.2. Manual Operativo.
- 1.3. Guía de Usuario (Equipo y software).
- 1.4. Especificaciones técnicas.
- 1.5. Mantenimiento de equipo.
- 1.6. Normas de seguridad.
- 1.7. Aspectos éticos sobre el uso de dispositivos en humanos.
- 1.8. Base de datos Excel



## UNIDAD II. Equipo de valoración antropométrica

### Competencia:

Evaluar la composición corporal del individuo, mediante el uso de dispositivos especializados en detallar los componentes del cuerpo humano, para el diagnóstico del estado fisionómico del individuo, con respeto y honestidad.

### Contenido:

- 2.1. Báscula.
- 2.2. Estadiómetro.
- 2.3. Bioimpedancia eléctrica (BIA).

**Duración:** 4 horas

### UNIDAD III. Equipo para evaluación física

**Competencia:**

Evaluar la aptitud física del individuo, mediante la aplicación de diferentes pruebas físicas con equipos tecnológicos, para el correcto diagnóstico del estado físico de la persona, con actitud analítica, responsabilidad y honestidad.

**Contenido:****Duración:** 4 horas

- 3.1. Cicloergometro.
- 3.2. Ergómetro.
- 3.3. Dinamómetro.
- 3.4. Plataforma de esfuerzo.
- 3.5. Transductor de posicionamiento lineal (*GymAware powertool*).

## UNIDAD IV. Herramientas para la valoración fisiológica

### Competencia:

Evaluar la capacidad funcional del sujeto, mediante el monitoreo de la respuesta cardiopulmonar, metabólica y térmica con los dispositivos y sensores adecuados, para el correcto diagnóstico de la respuesta funcional durante una prueba física, con actitud analítica, responsabilidad y respeto.

### Contenido:

**Duración:** 16 horas

- 4.1. Lactómetro.
- 4.2. Glucómetro.
- 4.3. Analizador de química sanguínea.
- 4.4. Carro metabólico.
- 4.5. Espectrofotómetro.
- 4.6. Refractómetro.
- 4.7. Centrífuga.
- 4.8. ELISA/Antidoping.
- 4.9. Pruebas fisiológicas durante el ejercicio.
  - 4.9.1. Pulsómetro.
  - 4.9.2. Baumanómetro.
  - 4.9.3. Temperatura de superficie.
  - 4.9.4. Electrocardiógrafo.
  - 4.9.5. Electromiógrafo.
  - 4.9.6. Espirómetro.
  - 4.9.7. Saturación de Oxígeno.

## UNIDAD V. Tecnologías de campo

### Competencia:

Evaluar el rendimiento físico del individuo, mediante la aplicación de pruebas de campo y el uso de herramientas tecnológicas telemétricas, para el correcto diagnóstico del rendimiento en campo, con actitud crítica, analítica y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 5.1. Podómetros.
- 5.2. Cronometraje.
- 5.3. Teléfonos y relojes inteligentes.
- 5.4. Fisiógrafo portátil (BioRadio).
- 5.5. Acelerómetro

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Elaboración de manuales</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El estudiante atiende las indicaciones del profesor para elaborar un manual de uso y seguridad de equipo.</li> <li>2. Se organizan en grupos.</li> <li>3. Identifica los equipos de laboratorio y el docente asigna un equipo a cada grupo de estudiantes.</li> <li>4. Recopila información del equipo asignado.</li> <li>5. Realiza el manual de uso y seguridad del equipo.</li> <li>6. Entrega manual al docente.</li> <li>7. Expone manual ante el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manuales de equipo</li> <li>- Papel</li> <li>- Lápiz y pluma</li> <li>- Aparatos de laboratorio</li> <li>- Proyector</li> <li>- Computadora</li> </ul>	1 hora
2	<b>Foro de ética en la evaluación de sujetos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente facilitará un documento para su análisis individual sobre aspectos éticos en evaluación</li> <li>2. Realizar un foro abierto en equipos donde aporten sus reflexiones sobre el texto analizado.</li> <li>3. El docente tendrá el cargo de moderador para las réplicas y aportes entre equipos.</li> <li>4. Finalizado el foro, se entregará un análisis reflexivo de la temática en equipos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Documento informativo</li> <li>- Hoja y lápiz</li> </ul>	1 hora

3	<b>Taller de excel</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El profesor comparte un documento Excel con un formato genérico de base de datos</li> <li>2. El alumno analiza los componentes del formato Excel y compilará los datos conforme sea la estructura del documento</li> <li>3. Se clasificaran los datos respecto a las indicaciones del docente (ej. género, edad, peso, estatura, etc.).</li> <li>4. Envío de la base de datos al correo del docente en tiempo y forma.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Archivo Excel</li> <li>- Equipo de computo</li> </ul>	1 hora
<b>UNIDAD II</b>				
4	<b>Báscula</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Báscula</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
5	<b>Estadímetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estadímetro</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>		
6	<b>Bioimpedancia</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analizador de composición corporal Inbody</li> <li>- Software Lookin' body</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
<b>UNIDAD III</b>				
7	<b>Cicloergometro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cicloergometro Lode</li> <li>- Software Lode Ergometry Manager</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	2 hora
8	<b>Ergometro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ergometro COSMED</li> <li>- Software COSMOS Para-control</li> </ul>	1 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bitácora</li> </ul>	
9	<b>Dinamómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinamómetro</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
10	<b>Plataforma de esfuerzo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plataforma de esfuerzo</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	2 hora



11	<b>Sensor de entrenamiento de Fuerza (GymAware)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensor GymAware</li> <li>- Licencia GymAware</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
<b>UNIDAD IV</b>	<b>Herramientas para la valoración fisiológica</b>			
12	<b>Lactómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lactómetro Lactate Plus, Nova Biomedical</li> <li>- Tiras reactivas de lactato, lactate plus</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
13	<b>Analizador de química sanguínea</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analizador de química sanguínea Spinreact</li> <li>- Consumibles de perfil bioquímico Spinreact</li> <li>- Centrífuga de tubos vacutainer</li> <li>- Celdas de plástico</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	2 horas

		6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.		
14	<b>Carro metabólico (Analizador de gases)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Carro metabólico</li> <li>- Banda ergométrica/cicloergometro</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	3 horas
15	<b>Espectrofotómetro para análisis hormonal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espectrofotómetro BioRad</li> <li>- Kit de testosterona</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
16	<b>Refractómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Refractómetro</li> <li>- Muestra biológica (orina)</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>		
17	<b>Pulsómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pulsómetro Polar H10</li> <li>- App Polar beat</li> <li>- Pulsómetro Polar PFT1</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
18	<b>Baumanómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Baumanómetro digital TANGO M2</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
19	<b>Electrocardiógrafo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Electrocardiógrafo Welch-Allyn</li> <li>- Papel electrocardiográfico</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	2 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>		
20	<b>Electromiógrafo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Electromiógrafo</li> <li>- Parches Red dot</li> <li>- Cinta médica transpore</li> <li>- Alcohol isopropílico</li> <li>- Software de EMG</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	2 horas
21	<b>Espirómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espirómetro Sibelmed</li> <li>- Boquillas desechables</li> <li>- Software 20Ws</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
22	<b>Oxímetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Oxímetro</li> <li>- Torundas de alcohol</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>		
<b>UNIDAD V</b>	<b>Tecnologías de campo</b>			
23	<b>Podómetro</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Podómetro</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora
24	<b>Cronometraje</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cronómetro</li> <li>- Bitácora</li> </ul>	1 hora

25	<b>Teléfonos y relojes inteligentes</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atender las indicaciones del docente.</li> <li>2. Utilizar adecuadamente el área y equipo.</li> <li>3. Formar equipos</li> <li>4. Realizar las prácticas en los equipos establecidos.</li> <li>5. Compilar los datos en el formato previsto por el docente.</li> <li>6. Limpiar y ordenar el área y equipo utilizado en la práctica.</li> </ol>	-	1 hora
----	---	---	---	--------

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El docente será el guía de las clases teóricas y práctica taller, las clases teóricas proporciona los manuales de usuario de cada aparato para su análisis crítico en clase. En las clases taller, menciona la teoría elemental del uso y manejo del equipo, subsecuentemente realiza una demostración de la operatividad de los dispositivos, así como su ensamblado y almacenamiento.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** El alumno se enfocará en analizar los manuales de los equipos previamente provistos por el docente y en acatar las instrucciones del docente para la correcta realización de la práctica taller. Asimismo, deberá compilar los resultados en reportes de práctica y bases de datos para su entrega en el tiempo indicado por el docente.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 80.

### **Criterios de evaluación**

- Examen teórico.....	20%
- Examen práctico.....	30%
- Reportes de taller.....	10%
- Bases de datos.....	10%
- Reporte técnico valoración de campo.....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>



## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Balmer, J., Davison, R. R., &amp; Bird, S. R. (2000). Reliability of an air-braked ergometer to record peak power during a maximal cycling test. <i>Medicine &amp; Science in Sports &amp; Exercise</i>, 32(10), 1790-1793. [Clásica]</p> <p>Bassett Jr, D. R., Howley, E. T., Thompson, D. L., King, G. A., Strath, S. J., McLaughlin, J. E., &amp; Parr, B. B. (2001). Validity of inspiratory and expiratory methods of measuring gas exchange with a computerized system. <i>Journal of Applied Physiology</i>, 91(1), 218-224.[Clásica]</p> <p>Fox, J. L., O'Grady, C. J., Scanlan, A. T., Sargent, C., &amp; Stanton, R. (2019). Validity of the Polar Team Pro Sensor for measuring speed and distance indoors. <i>Journal of science and medicine in sport</i>, 22(11), 1260-1265.</p> <p>Ghosh, S., Banerjee, A., Ray, N., Wood, P. W., Boulanger, P., &amp; Padwal, R. (2016, November). Continuous blood pressure prediction from pulse transit time using ECG and PPG signals. In 2016 IEEE Healthcare Innovation Point-Of-Care Technologies Conference (HI-POCT) (pp. 188-191). IEEE.</p> <p>Hart, S., Drevets, K., Alford, M., Salacinski, A., &amp; Hunt, B. E. (2013). A method-comparison study regarding the validity and reliability of the Lactate Plus analyzer. <i>BMJ open</i>, 3(2). [Clásica]</p> <p>Henrique Szymczak Conde, J., Guimarães Rubio, T. B., Ferreira, G. A., Luz Coelho, R., de Oliveira, F. R., &amp; Osiecki, R. (2014). Identification of the Lactate Threshold and the Heart Rate Deflection Point by the Perceived Exertion Curve. <i>Journal of Professional Exercise Physiology</i>, 17(3). [Clásica]</p> <p>Izquierdo, M., &amp; Redín, M. I. (2008). <i>Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte/Biomechanics and Neuromuscular Basis of Physical Activity and Sport</i>. Ed. Médica Panamericana. [Clásica]</p>	<p>Aguilar Cordero, M. J., Sánchez López, A. M., Barrilao, G., Rodriguez Blanque, R., Noack Segovia, J., &amp; Cano, P. (2014). Descripción del acelerómetro como método para valorar la actividad física en los diferentes periodos de la vida: revisión sistemática. <i>Nutrición hospitalaria</i>, 29(6), 1250-1261. [Clásica]</p> <p>ATAGO. Instruction Manual "Hand-pocket" Refractometer. Japan.</p> <p>Biopac. (2012) MP System Hardware Guide. Biopac Systems Inc. USA.</p> <p>Bio-Rad. iMark™ Microplate Absorbance Reader Instruction Manual. Bio-Rad Laboratories, Inc.</p> <p>Lode. (2013). Operator Manual Excalibur Sport. Groningen, Netherlands.</p> <p>Mora R. (2010). <i>Fisiología del Ejercicio: prácticas de campo y de laboratorio</i>. España. [Clásica]</p> <p>Welch-Allyn. (2008). MEANS ECG Physicians' Manual for Welch Allyn CP Series Electrocardiographs. Welch-Allyn. USA.</p> <p>Witman, D. 3 Types of Stress Tests: Part 1 of 2-The ETT. <a href="https://www.suntechmed.com/blog/entry/5-cardiac-stress-bp/100-3-types-of-stress-tests-part-1-of-2-the-ett">https://www.suntechmed.com/blog/entry/5-cardiac-stress-bp/100-3-types-of-stress-tests-part-1-of-2-the-ett</a></p>

Ling, C. H., de Craen, A. J., Slagboom, P. E., Gunn, D. A., Stokkel, M. P., Westendorp, R. G., & Maier, A. B. (2011). Accuracy of direct segmental multi-frequency bioimpedance analysis in the assessment of total body and segmental body composition in middle-aged adult population. *Clinical nutrition*, 30(5), 610-615. [Clásica]

McArdle, W. D. (1991). Individual differences and measurement of energy capacities. *Exercise physiology. Energy, nutrition, and human performance.*, 199-232. [Clásica]

O'Donnell, S., Tavares, F., McMaster, D., Chambers, S., & Driller, M. (2018). The validity and reliability of the GymAware linear position transducer for measuring counter-movement jump performance in female athletes. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 22(1), 101-107

Orange, S. T., Metcalfe, J. W., Marshall, P., Vince, R. V., Madden, L. A., & Liefelth, A. (2020). Test-retest reliability of a commercial linear position transducer (GymAware PowerTool) to measure velocity and power in the back squat and bench press. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 34(3), 728-737.

Viru, M., & Viru, A. (2003). *Análisis y control del rendimiento deportivo*. Human Kinetic Publishers. 1st. Edition. [Clásica]

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje debe contar con título de Licenciado en Actividad Física y Deporte o área afín; preferentemente con estudios de posgrado en Ciencias del Deporte o área afín y dos años de experiencia profesional, docente y de investigación en manejo de equipos de laboratorio de Fisiología Aplicada al Ejercicio Físico y Entrenamiento Deportivo. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Métodos de Investigación en la Actividad Física y Deporte
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 02 HL: 00 HPC: 00 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Jorge A. Aburto Corona  
Alberto Jiménez Maldonado  
Patricia Concepción García Suárez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje brinda conocimientos sobre los protocolos básicos de la investigación científica, permitiendo al estudiante desarrollar una propuesta original y novedosa enfocada a la solución de problemas actuales en el área de las ciencias de la actividad física y deporte. Se ubica en la etapa terminal, con carácter optativa y pertenece al área de conocimiento de Biomédica.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Desarrollar un producto de investigación, mediante el empleo del método científico, para dar solución a problemas presentes en el área de las ciencias de las ciencias de la actividad física y deporte con actitud proactiva, crítica y responsable.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Genera y expon un producto de investigación relacionado al área de actividad física y deporte, que evidencia el desarrollo del método científico.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Elementos básicos de investigación en actividad física**

**Competencia:**

Examinar el comportamiento de los fenómenos naturales presentes en las ciencias de la actividad física y deporte, por medio de la observación y búsqueda de información científica, para plantear una hipótesis con actitud crítica, objetiva y responsable.

**Contenido:**

**Duración:** 6 horas

- 1.1. Identificación y análisis de un problema de investigación filosófico en las Ciencias de la Actividad Física y Deporte.
- 1.2. Aspectos bioéticos en la investigación para el trabajo con seres humanos.
  - 1.1.2 Código de bioética nacionales
  - 1.1.3 Códigos de bioética internacionales
- 1.3. Conceptos metodológicos en la Investigación
- 1.4. Formulación de diseños de estudio

## UNIDAD II. Metodología de la investigación en ciencias de la actividad física

### **Competencia:**

Diseñar tipos de muestreo e instrumentos en diferentes poblaciones mediante la consulta y validación de herramientas e instrumentos de medición específicos y validados para la elaboración de un protocolo de investigación con actitud crítica, objetiva y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 6 horas

#### 2.3. Muestra

2.3.1 Tipos de muestreo.

2.3.2 Criterios de selección de participantes de estudio.

2.3.3 Descripción de participantes.

#### 2.4 Material e instrumentos

2.4.1. Selección y descripción de instrumentos de medición.

2.4.2. Descripción de los procesos de medición.

### UNIDAD III. Procesamiento de datos y análisis estadístico

**Competencia:**

Aplicar técnicas estadísticas avanzadas mediante de la elaboración de base de datos y el uso de programas estadísticos para el procesamiento de datos colectados en la fase de intervención y la obtención de resultados convincentes con actitud crítica, objetiva y responsable.

**Contenido:****Duración:** 12 horas

## 3.1. Procesamiento de datos

3.1.1 Generación de base de datos

3.1.2 Obtención de promedio, desviación estándar, rango y error estándar).

3.1.3 Desarrollo de pruebas estadísticas (t de student pareada, no pareada, ANOVA de un factor, ANOVA de 2 factores, prueba de correlación de Spearman, prueba de correlación de Pearson, valor de significancia).

3.2. Presentación de resultados (elaboración de tablas, gráficas y figuras).

3.3 Discusión de resultados

3.4 Elaboración de conclusiones a partir de la evidencia obtenida

## UNIDAD IV. Comunicación científica

### **Competencia:**

Desarrollar las diferentes técnicas de comunicación científica mediante la lectura y redacción de textos científicos para la divulgación del conocimiento a un público especializado y población general con actitud crítica, objetiva y responsable.

### **Contenido:**

- 4.1. Identificación de revista para publicar los resultados.
- 4.2 Búsqueda e identificación de eventos académicos de la disciplina nacionales e internacionales
- 4.2. Elaboración de resumen científico.
- 4.3. Elaboración de presentación oral.
- 4.4. Elaboración de póster.
- 4.5. Redacción de tesis y/o tesina.

**Duración:** 8 horas



## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Análisis de artículos de investigación en ciencias de la actividad física</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos.</li> <li>2. Leer el artículo de investigación asignado por el profesor.</li> <li>3. Analizar el planteamiento del problema, código de bioética y diseño experimental del artículo consultado.</li> <li>4. Desglosar por exposición en sesión plenaria el enfoque detrás del artículo.</li> </ol>	Artículo de investigación asignado por el profesor.	2 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Selección y distribución de muestras poblacionales</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos.</li> <li>2. Identificación y selección de una muestra de una población asignada por el profesor.</li> <li>3. Distribución y categorización en grupos de la muestra seleccionada.</li> <li>4. Exposición en sesión plenaria del trabajo desarrollado.</li> </ol>	Excel Proyector Computadora	4 horas

3	<b>Aplicación de herramientas de investigación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos.</li> <li>2. Asignación de una herramienta descriptiva sugerida por el profesor.</li> <li>3. Evaluarse entre integrantes del grupo con la herramienta en modalidad de entrevista.</li> <li>4. Elaboración y entrega de una base de los datos recabados por la herramienta asignada</li> </ol>	Herramienta de investigación Bitácora de clase Proyector Computadora Excel	4 horas
4	<b>Fiabilidad y validez de instrumentación científica</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos.</li> <li>2. Operación de una herramienta de evaluación asignada por el profesor.</li> <li>3. Utilización de una aplicación móvil con la misma finalidad que la herramienta.</li> <li>4. Análisis comparativo de la aplicación móvil en contraste con la herramienta de evaluación.</li> <li>5. Exposición en sesión plenaria del trabajo desarrollado.</li> </ol>	Herramienta de medición Bitácora Excel PowerPoint Computadora Proyector	5 horas
<b>UNIDAD III</b>				
5	<b>Análisis de datos a priori y poshoc</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Formarse en equipos.</li> </ol>	Excel Programa estadístico Computadora Proyector	4 horas

		<p>2. Diseño y procesamiento de una muestra de una población asignada por el profesor.</p> <p>3. Elaboración de un breve informe del trabajo desarrollado.</p>		
6	<b>Procesamiento de datos</b>	<p>1. Formarse en equipos.</p> <p>2. Procesamiento de datos facilitados por el docente en una paquetería de software estadístico</p> <p>3. Elaboración de un reporte con la interpretación de los datos estadísticos obtenidos.</p>	<p>Computadora Software estadístico Excel Proyector Powerpoint</p>	5 horas
7	<b>Elaboración y presentación de gráficas</b>	<p>1. Formarse en equipos.</p> <p>2. Diseño de gráficos pertinentes al diseño experimental asignado por el profesor.</p> <p>3. Presentación en plenaria de los gráficos elaborados.</p>	<p>Paquete de software estadístico Computadora Proyector</p>	2 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
8	<b>Redacción de textos científicos orientados a la disciplina</b>	<p>1. Formarse en equipos.</p> <p>2. Práctica de comunicación científica escrita con lineamientos internacionales.</p>	<p>Guía de gramática y redacción hispana Guías de redacción científica en español Herramientas digitales de traducción y gramática Computadora Word Proyector</p>	4 horas

		<p>3. Intercambio y evaluación en pares a ciegas del escrito realizado.</p> <p>4. Retroalimentación y crítica constructiva del escrito evaluado en plenaria.</p>		
9	<b>Presentación de póster científico</b>	<p>1. Formarse en equipos.</p> <p>2. Elaboración de un póster con los datos obtenidos de su propuesta de investigación con los lineamientos de un evento académico</p> <p>3. Presentación en una sesión de carteles en modalidad concurso.</p>	<p>Mamparas Poster impreso</p>	2 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- Presenta información sobre los concepto básicos
- Proporciona material de consulta e implementación de práctica
- Presenta y resuelve ejercicios prácticos relacionados con las temáticas
- Dirige, supervisa y retroalimenta las prácticas de taller
- Propicia la participación activa de los estudiantes
- Revisa y evalúa reportes de prácticas y actividades

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Resuelve ejercicios prácticos proporcionados por el profesor
- Investiga y analiza información sobre conceptos básicos
- Realiza las prácticas de taller
- Participa activamente en clase
- Elabora y entrega reportes de prácticas
- Trabaja en equipo
- Elabora y entrega actividades en tiempo y forma

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Actividades de clase.....	10%
- Exposición del producto de investigación.....	30%
- Presentación de trabajo final (proyecto) en extenso (Word)...	30%
- Tareas .....	10%
- Exámenes parciales .....	20%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Gratton, C. J. I.(2004) <i>Research Methods for Sports Studies</i>. New York, EUA. Taylor and Francis.[clásica]</p> <p>Hall, S. J. H., &amp; Getchell, N. (2014). <i>Research methods in kinesiology and the health sciences</i>. Wolters Kluwer Health.[clásica]</p> <p>Heinemann, K. (2003). <i>Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte</i>. Barcelona, Editorial Paidotribo.</p> <p>O'donoghue, P. (2009). <i>Research methods for sports performance analysis</i>. New York, EUA. Routledge.[clásica]</p> <p>Thomas, J. R., Nelson, J. K., y Silverman, S. J. (2015). <i>Métodos de Investigación en Actividad Física</i>. Barcelona. Editorial Paidotribo.</p> <p>Walliman, N. (2011). <i>Research methods: The basics</i>. New York, EUA. Routledge[clásica]</p>	<p>4th International Symposium of Advanced Topics in Exercise Physiology: Non-pharmacological treatment for the improvement of the quality of life in the Elderly. <i>BMC Proc</i> 14, 22 (2020). <a href="https://doi.org/10.1186/s12919-020-00205-0">https://doi.org/10.1186/s12919-020-00205-0</a></p> <p>Ecarnot, F., Seronde, M. F., Chopard, R., Schiele, F., &amp; Meneveau, N. (2015). Writing a scientific article: A step-by-step guide for beginners. <i>European Geriatric Medicine</i>, 6(6), 573-579.</p> <p>Gustavii, B. (2017). <i>How to write and illustrate a scientific paper</i>. Cambridge University Press.</p> <p>Rowe, N. (2017). <i>Academic &amp; Scientific Poster Presentation</i>. Cham: Springer.</p>

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Métodos de Investigación en la Actividad Física y Deporte debe contar con título de Licenciatura en ciencias de la actividad física, deporte y recreación, y/o Ciencias Naturales o área afín; con experiencia en investigación científica en la disciplina reciente con indexación en Scopus, con estudios de posgrado y dos años de experiencia en docencia universitaria. Ser proactivo, analítico y que fomente el trabajo en equipo.



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Navegación a Vela
- 5. Clave:**
- 6. HC: 01 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 01 CR: 04**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Raúl Fernández Baños  
Roberto Espinoza Gutiérrez

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Esta unidad de aprendizaje se contempla en la etapa terminal, es de carácter optativo y pertenece al área del conocimiento Técnico-Deportiva, su importancia radica en el conocimiento teórico-práctico de las embarcaciones a vela, el material y equipo necesario para el correcto desarrollo de navegación, así como su correcta utilización, lo que permitirá a los estudiantes adquirir las habilidades necesarias para la conducción de grupos en esta área, así como diseño y desarrollo de actividades relacionadas.

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Manejar embarcaciones de vela ligeras, mediante la ejecución de maniobras básicas de navegación y características de las regatas a vela, para realizar desplazamientos efectivos y seguros en entornos acuáticos, de manera responsable y con respeto al medio ambiente.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Realiza un video donde se demuestren las fases de explicación, demostración, ejecución y corrección de por lo menos un gesto técnico característico de actividades de vela en una población específica.

## V. DESARROLLO POR UNIDADES

### UNIDAD I. Introducción a la navegación de embarcaciones ligeras de vela

#### Competencia:

Identificar los principios básicos de la navegación a vela, a través del análisis de fuentes oficiales de información para construir criterios de acción encaminados a soluciones en el ámbito náutico, con una actitud reflexiva, propositiva y responsabilidad.

#### Contenido:

**Duración:** 4 horas

- 1.1 Los principios básicos de la navegación a vela.
- 1.2 Conceptos básicos de mecánica de fluidos, impulso y resistencia:
- 1.3 El sistema viento-vela-casco-agua (VVCA).
- 1.4 Dinámica del sistema viento-vela: (VV).
- 1.5 Teoría de la vela capa límite, flujo laminar, circulación de velocidad.
- 1.6 Fuerzas aerodinámicas: resistencia y sustentación, abatimiento/deriva y avance, centro vélico.
- 1.7 Viento real, de velocidad y aparente.
- 1.8 Dinámica del sistema vela-casco: flujo laminar.
- 1.9 Dinámica del sistema casco-agua: flujo laminar.
- 1.10 Equilibrio del barco: con el peso, con el timón, con las escotas y con las velas.
- 1.11 Propulsión del barco: con el peso, con el timón, con las escotas y con las velas.
- 1.12 Dirección del barco: con el peso, con el timón, con las escotas y con las velas.
- 1.13 Sistema de efectos directos e indirectos que relacionan la propulsión, equilibrio y dirección de un barco

## UNIDAD II. Formación Técnica para la navegación a vela

### Competencia:

Interpretar las condiciones del área de navegación a vela, caracterizando los signos naturales, analizando las características hidrográficas de los diferentes tipos de medios acuáticos navegables e interpretando la información de cartas náuticas y mapas meteorológicos para una navegación exitosa, todo ello de manera responsable con el medio ambiente.

### Contenido:

**Duración:** 3 horas

- 2.1 Conceptos básicos.
- 2.2 Presión atmosférica, temperatura, humedad y su interpretación.
- 2.3 Masas de aire: definición, comportamiento, desplazamiento.
- 2.4 El viento. Medida, escalas de medición y tipos, BEAUFORT.
- 2.5 Las olas. Medida, escalas de medición y tipos. DOUGLAS.
- 2.6 Las mareas, funcionamiento de las mareas, utilización de las tablas.
- 2.7 Fenómenos atmosféricos generales y locales que afectan a las actividades de la vela (gradiente de presión y gradiente de temperatura).
- 2.8 Signos naturales (observación del cielo, tipo de nubes, altura, dirección, cambios de intensidad de viento y dirección, variaciones bruscas de temperatura).

### UNIDAD III. Reglamentación, normativa y seguridad de la navegación a vela

**Competencia:**

Identificar las condiciones de seguridad de la navegación, interpretando la normativa y aplicando los procedimientos de seguridad y de respeto al medio-ambiental en las actividades de iniciación a la navegación a vela para una práctica segura.

**Contenido:****Duración:** 3 horas

- 3.1 Reglamento Internacional de abordajes en la mar, RIPA (extracto):
- 3.2 Reglas de rumbo y gobierno.
- 3.3 Riesgo de abordajes.
- 3.4 Conducta de los buques que se encuentran y que se alcanzan.
- 3.5 Conducta de los buques en condiciones de visibilidad reducida.
- 3.6 Normativa del Ministerio de Fomento (Marina Mercante), para embarcaciones de recreo.
- 3.7 Normas de obligado cumplimiento. Consejos para la navegación.
- 3.8 Normas de comunicación.
- 3.9 Normas de balizamiento de puertos y playas.
- 3.10 Normas de prevención de caídas al agua.
- 3.11 Acotación de la zona de navegación, maniobras peligrosas y su relación.
- 3.12 Procedimiento de activación de los Medios de Salvamento en caso de emergencia.
- 3.13 Preparación de la navegación prevista: puerto de salida y arribada, y punto playa.
- 3.14 Actualización de normativa y permisos al plan vigente.
- 3.15 Conocimientos de la zona marítima de navegación. Normativas aplicables.
- 3.16 Reglamentación de salvamento y socorrismo, SASEMAR.
- 3.17 Recomendaciones de Salvamento Marítimo con respecto a la protección del medio ambiente.
- 3.18 El Sistema mundial de socorro y seguridad marítima.
- 3.19 Normas de transmisión y recepción de mensajes.
- 3.10 Equipos de comunicación para las embarcaciones de recreo.

## UNIDAD IV. Embarcaciones y sus características

### Competencia:

Identificar los materiales náuticos y embarcaciones propias de la iniciación deportiva a vela, describiendo los principios básicos de la construcción naval, las características de las embarcaciones, componentes y materiales propios de la vela con aparejo fijo (AF) y aparejo libre (AL) de manera responsable y actitud proactiva.

### Contenido:

**Duración:** 3 horas

- 4.1 Reglamento Internacional de abordajes en la mar, RIPA (extracto):
- 4.2 Reglas de rumbo y gobierno.
- 4.3 Riesgo de abordajes.
- 4.4 Principios básicos de construcción naval: estructura, casco, quilla, roda, codaste, cuadernas, mamparas, borda.
- 4.5 Principios básicos de construcción de una tabla.
- 4.6 Estructura del buque: obra viva y obra muerta, línea de flotación, proa, popa, babor, estribor, amura, aleta, cubierta.
- 4.7 Nomenclatura náutica: eslora, manga puntal, francobordo, calado, asiento.
- 4.8 Análisis y tendencia de los materiales y procedimientos de construcción naval.
- 4.9 Procedimientos de comprobación del estado de los materiales.
- 4.10 Cabuyería (chicote, seno, gaza, boza, firme).
- 4.11 Tipos y características de las embarcaciones de iniciación a vela con aparejo fijo y libre (barcos colectivos, individuales, tablas).
- 4.12 Cascos, apéndices.
- 4.13 Velas.
- 4.14 Arboladura y jarcia.
- 4.15 Tipología de materiales.
- 4.16 Utilización desde un punto didáctico y de formación. Ventajas e inconvenientes.

## UNIDAD V. Desarrollo de actividades con embarcaciones a vela

### Competencia:

Planificar sesiones de iniciación a la vela con AF y AL, interpretando la programación de referencia, identificando las características de las sesiones, elaborando y caracterizando las secuencias de aprendizaje para una correcta ejecución, todo ello de manera segura y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 3 horas

- 5.1 Etapas de la iniciación a la vela teniendo en cuenta los estándares de la RFEV y las Federaciones Deportivas Autonómicas (FFDDAA).
- 5.2 Aplicación de los Estándares de Iniciación a la vela de la RFEV y FFDDAA.
- 5.3 Contenidos básicos de los estándares, Áreas esenciales de enseñanza (dirección, propulsión y equilibrio). Adquisición de conocimientos y habilidades (orientación, seguridad, maniobras, aparejo, léxico y conocimiento de la zona de navegación).
- 5.4 Objetivos a conseguir, según los estándares de la RFEV.
- 5.5 Programación de actividades en la iniciación a la vela siguiendo los estándares.
- 5.6 Estructura de un programa de actividades de iniciación a la vela.
- 5.7 El juego y actividades náutico-recreativas a vela en la iniciación a la vela.
- 5.8 Secuenciación de aprendizaje de los ejercicios de iniciación.
- 5.9 Importancia de trabajar con recorridos y circuitos balizados.
- 5.10 Características de una sesión de iniciación.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	<b>Conociendo la navegación a vela</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades de exploración.</li> <li>2. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Identifica las estructuras de las embarcaciones.</li> <li>4. Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su lugar.</li> </ol>	Instalación (contexto real o simulado). Cada estudiante llevará los materiales y herramientas propuestos previamente por el docente. Ver vídeos referentes a la práctica previos a su realización. Monitores para realizar la explicación teórica y técnica.	8 horas
<b>UNIDAD II</b>				
2	<b>Embarcación a vela, medio acuático y sus variables más comunes</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades.</li> <li>2. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Experimenta traslados iniciales con embarcación a vela.</li> </ol> Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su lugar.	Instalación (contexto real). Cada estudiante llevará los materiales y herramientas propuestos previamente por el docente. Ver vídeos referentes a la práctica previos a su realización. Monitores para realizar la explicación teórica y técnica.	8 horas
<b>UNIDAD III</b>				



3	<b>Navegación a vela segura</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades.</li> <li>2. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Experimenta traslados atendiendo los lineamientos de seguridad.</li> </ol> <p>Al terminar la práctica, los alumnos deberán guardar el material y herramientas utilizadas de manera adecuada en su lugar.</p>	<p>Instalación (contexto real). Cada estudiante llevará los materiales y herramientas propuestos previamente por el docente. Ver vídeos referentes a la práctica previos a su realización. Monitores para realizar la explicación teórica y técnica.</p>	8 horas
<b>UNIDAD V</b>				
4	<b>Elaboración de sesiones de iniciación</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las indicaciones del docente para realizar actividades.</li> <li>2. Ejecuta las actividades propuestas por el docente.</li> <li>3. Elabora un plan de iniciación a la navegación a vela.</li> </ol> <p>Presenta resultados a docente y compañeros.</p>	Computadora Internet	8 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

El docente funge como guía-facilitador del aprendizaje, conduce la parte teórica del curso, presenta las prácticas brindando siempre herramientas y compartiendo estrategias para su realización; organiza y dirige distintas situaciones de aprendizaje de cada una de las unidades del programa, brinda atención personalizada, resuelve dudas a los alumnos tanto en aspectos teóricos como en la realización de sus ejercicios y prácticas emitiendo recomendaciones pertinentes para el éxito de las mismas.

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

El alumno participa activamente en la realización de:

- Lecturas
- Búsqueda de información
- Prácticos de campo
- Exposición de información
- Atención a los lineamientos de seguridad en la navegación a vela

Además, manifestará, en todas las actividades del curso, su capacidad de análisis, comprensión, síntesis y adecuada comunicación oral y escrita, mostrando actitud crítica en todo momento, interés por las actividades a desarrollar, disposición al trabajo en equipo y los valores de respeto y responsabilidad con el medio ambiente para el logro de las competencias.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

(2) Exámenes parciales .....	20%
Prácticas .....	40%
Tareas .....	20%
Proyecto final (video).....	20%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>Jeffery, T. (2017). Vela. Las regatas más emocionantes y espectaculares del mundo. Barcelona, España: Ed. Lunwerg.</p> <p>Enríquez, J.A. (2018). Turismo, sustentabilidad y desarrollo local. Tendencias del desarrollo turístico en una región del noroeste de México. Ciudad de México: Pearson. Recuperado de: <a href="https://investigadores.unison.mx/ws/files/5900819/versión_para_imprimir.pdf">https://investigadores.unison.mx/ws/files/5900819/versión_para_imprimir.pdf</a></p> <p>Rodriguez, A.M. (2016). Estructura socioeconómica de México. Ciudad de México: Grupo editorial Patria.</p>	<p>González-Rivas, R.A., Zueck, M., Marín, R. y Blanco, H. (2019). El sector turístico como un campo laboral para el educador físico: revisión sistematizada. Revista digital de educación física, 58, 121-130. Recuperado de: <a href="file:///Users/robertoepinoza/Downloads/Dialnet-EISectorTuristicoComoUnCampoLaboralParaEIEducadorF-6930811.pdf">file:///Users/robertoepinoza/Downloads/Dialnet-EISectorTuristicoComoUnCampoLaboralParaEIEducadorF-6930811.pdf</a></p> <p>Del Pilar, C., Angarita, J.L., Pérez, L. y Ochoa, A. C. (2016). Modelo de planificación estratégica del turismo rural sostenible. Multiciencias, 16(3), 267-276. Recuperado de: <a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=904/90453464005">https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=904/90453464005</a></p> <p>Osorio, M., Monge, L.E., Serrano, R. y Cortes, I. (2017). Perfil del visitante de naturaleza en Latinoamérica: prácticas, motivaciones e imaginarios. Estudio comparativo entre México y Ecuador. PASOS. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural, 15(3), 713-729. Recuperado de: <a href="https://www.redalyc.org/pdf/881/88151417013.pdf">https://www.redalyc.org/pdf/881/88151417013.pdf</a></p> <p>Rivera-Lozano, R., Vázquez-Gálvez, F.A. y Granados-Olivas, A. (2019). Valoración del impacto climático en las principales ciudades de la frontera norte de México. En J.C. Rueda. (Programa de Investigación en Cambio Climático de la Universidad Nacional Autónoma de México.), ¿Aún estamos a tiempo para el 1.5°C?</p> <p>Voces y Visiones sobre el Reporte Especial del IPCC. (425-440). Ciudad de México, México: Programa de Investigación en Cambio Climático de la Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <a href="http://cathi.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/9423/Rivera-Lozano%2c%20Vazquez-Galvez%2c%20Granados-Olivas%20-%202019%20-%20Valoracio%cc%81n%20del%20impacto%20clima%cc%81tico%20en%20las%20principale">http://cathi.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/9423/Rivera-Lozano%2c%20Vazquez-Galvez%2c%20Granados-Olivas%20-%202019%20-%20Valoracio%cc%81n%20del%20impacto%20clima%cc%81tico%20en%20las%20principale</a></p>

	s%20ciudades%20de%20la%20frontera%20n.pdf?sequence=1&isAllowed=y
--	--

<b>X. PERFIL DEL DOCENTE</b>
------------------------------

<p>Título universitario de carrera profesional relacionada con las especialidades contenidas en la norma oficial mexicana NOM-09-TUR-2002 y las temáticas contenidas en las unidades de esta carta genérica, así como contar con al menos un año de experiencia acreditable como asistente en la conducción de grupos en actividades de las disciplinas que se contemplan en este documento. El docente deberá contar con certificación o constancia de primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar con un máximo dos años de haber sido expedida por una institución calificada en la materia.</p>
---

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte
- 3. Plan de Estudios:**
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Actividad Física Adaptada
- 5. Clave:**
- 6. HC: 02 HT: 00 HL: 00 HPC: 02 HCL: 00 HE: 02 CR: 06**
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Terminal
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Optativa
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno

#### Equipo de diseño de PUA

Ernesto Alonso González Castillo  
Milford Franklyn Peynado Hall

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 26 de octubre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La unidad de aprendizaje brinda los conocimientos sobre los procesos de enseñanza y aprendizaje tomando en cuenta las adecuaciones pertinente hacia la educación inclusiva, permitiendo al alumno implementar adecuaciones curriculares con base a las necesidades particulares de los Centros de Atención Múltiples y las escuelas inclusivas, notando la importancia de las adecuaciones pertinentes al Programa Oficial Vigente dentro de los planteles escolares, lo cual traerá consigo experiencias para los alumnos y un grado mayor de sensibilización en el área social.

Esta unidad de aprendizaje pertenece al área pedagógica, se ubica en la etapa terminal y es de carácter optativo.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Diseñar e implementar actividades de educación física para escuelas de centros de atención múltiples y las escuelas inclusivas, a través de la actividad física adaptada, normatividad vigente y las estrategias didácticas pertinentes, con el fin de fomentar la inclusión social, el desarrollo de la educación física y el cuidado de la salud, con sentido humano, empático y con disposición al trabajo multidisciplinario con responsabilidad social.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseña y aplica un programa de actividades de educación física, donde se incorporen los elementos de planeación y organización e integración del Programa Oficial vigente, presentando adecuaciones curriculares para crear la inclusión educativa, se llevará a cabo prácticas en 3 contextos educativos:

- Centro de Atención Múltiple.
- Escuela regular con alumnos integrados de un CAM, los cuales llevarán clases regulares, con y sin auxilio de maestro sombra.
- Una actividad final, presentando un circuito de acción motriz, desarrollando las competencias adquiridas durante el semestre, mediante las planeaciones y prácticas en los centro educativos ( CAM, Escuela regular).

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Proceso de enseñanza y aprendizaje**

**Competencia:**

Analizar el proceso de enseñanza y aprendizaje inclusivo, mediante la identificación de las características y elementos que lo componen, con la finalidad de diferenciar el proceso enseñanza y aprendizaje convencional del inclusivo, con una actitud de respeto, empatía y visión integral.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1. Educación inclusiva
- 1.2. Educando con discapacidad
- 1.3. Proceso de enseñanza aprendizaje inclusivo
- 1.4. Proceso de comunicación inclusivo



## UNIDAD II. Actividad física adaptada

### Competencia:

Analizar el concepto de actividad física adaptada, por medio de la terminología y fundamentos teóricos, para establecer un marco de referencia en la educación física de la educación básica, con actitud reflexiva, analítica, respetuosa y responsable.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 2.1. Concepto, terminología y ámbitos de intervención de la AFA
- 2.2. Perspectiva histórica
- 2.3. Marco legislativo
- 2.4. La Educación Física Adaptada (EFA)
- 2.5. Aspectos teóricos de la Educación Física
  - 2.5.1. El diseño curricular de la Educación Física
  - 2.5.2. Inclusión Escolar
  - 2.5.3. Principios y modelos de inclusión
  - 2.5.4. Punto a desarrollar en una sesión
  - 2.5.5. Valores educativos
  - 2.5.6. Pilares de la inclusión
- 2.6. Estrategia inclusiva
- 2.7. El juego como método educativo

## UNIDAD III. Clasificación de la discapacidad

### Competencia:

Identificar la tipología de las discapacidades más comunes, reconociendo sus barreras de aprendizaje y participación, en niveles especiales e inclusivos, mediante la revisión bibliográfica, clasificación de criterios y tipos de discapacidad, para establecer las necesidades de adaptación, adecuaciones curriculares y su inclusión en las sesiones de educación física, con actitud respetuosa, responsable e inclusiva.

### Contenido:

**Duración:** 10 horas

- 3.1 Clasificación general de la discapacidad
  - 3.1.1 Discapacidad, clasificación, descripción y análisis
- 3.2 Discapacidad sensorial
  - 3.2.1 Discapacidad Auditiva
  - 3.2.2 Visual
- 3.3 Discapacidad psíquica (intelectual)
  - 3.3.1 Síndrome de Down
- 3.4 Discapacidad Motriz
  - 3.4.1 Parálisis Cerebral
  - 3.4.2 Lesiones medulares
  - 3.4.3 Amputaciones
- 3.5 Trastorno del Déficit de Atención e Hiperactividad
- 3.6 Trastorno del Espectro Autista
- 3.7 Observación de campo

## UNIDAD IV. Deporte adaptado

### **Competencia:**

Identificar los criterios del deporte adaptado, mediante la clasificación de las disciplinas deportivas, el deporte, la discapacidad y sus actividades físicas, para elaborar actividades deportivas, recreativas de integración social, con actitud empática, de respeto y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 8 horas

- 4.1. La Actividad Física y los Deportes adaptados
- 4.2. Deporte y discapacidad
  - 4.2.1. Organización de la Actividad Física y el Deporte Adaptado
  - 4.2.2. Clasificación Deportiva
  - 4.2.3. Deporte y discapacidad sensorial, intelectual, física funcional
- 4.3. Prácticas escolares escuela regular y CAM

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE CAMPO

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	<b>Centro de atención múltiple</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la observación.</li> <li>2. Asiste a centro de atención múltiple en tres sesiones.</li> <li>3. Recopila información de cada sesión de visita para el desarrollo de las planeaciones.</li> <li>4. Identifica las necesidades del grupo.</li> <li>5. Elabora y entrega el diseño de las planeaciones.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de observación.</li> </ul>	6 horas
2	<b>Escuela regular</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la observación.</li> <li>2. Asiste a escuela regular en tres sesiones.</li> <li>3. Recopila información de cada sesión de visita para el desarrollo de las planeaciones.</li> <li>4. Identifica las necesidades del grupo y de la persona que presenta discapacidad.</li> <li>5. Elabora y entrega el diseño de las planeaciones.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de observación.</li> </ul>	6 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
3	<b>Centro de atención múltiple</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la práctica.</li> <li>2. Asiste al centro de atención múltiple en cuatro sesiones.</li> <li>3. Aplica planeaciones para el</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de planeación.</li> <li>Material didáctico.</li> </ul>	8 horas

		desarrollo de las sesiones de educación física adaptada. 4. Entrega de bitácora.		
4	<b>Escuela regular</b>	1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo de la práctica. 2. Asiste a la escuela regular en cuatro sesiones. 3. Aplica planeaciones para el desarrollo de las sesiones de educación física adaptada. 4. Entrega de bitácora.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de planeación.</li> <li>• Material didáctico.</li> </ul>	8 horas
5	<b>Circuito de acción motriz adaptado</b>	1. Atiende las orientaciones del profesor para el desarrollo del circuito de acción motriz adaptado. 2. Aplica el circuito de acción motriz adaptado. 3. Entrega de bitácora de la actividad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formato de planeación.</li> <li>• Material didáctico.</li> </ul>	4 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):**

- Crear ambientes de aprendizaje favorecedores al proceso de enseñanza aprendizaje.
- Movilización de saberes en los alumnos a través de las diferentes técnicas y recursos disponibles.
- Técnicas expositivas, objetivos, resumen, organizador previo, ilustraciones, analogías, preguntas intercaladas, pistas tipográficas, mapas conceptuales, proyectos y manejo de las TIC'S y TAC'S.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- Participación activa dentro y fuera del aula.
- Tomar apuntes, lectura guiada, resúmenes, organizadores gráficos, mapas conceptuales, mapas mentales, cuadro de vías (comparativos), exposiciones teórico/práctico, trabajo en equipo, investigación y manejo de las TIC 'S y TAC 'S.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### Criterios de evaluación

-2 evaluaciones parciales.....	20%
-Exposición teórica.....	10%
-Observación Inclusiva.....	10%
-Desarrollo de planeaciones.....	10%
-Prácticas de campo.....	20%
-Programa de actividades de educación física....	30%
<b>Total.....</b>	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
Arribas, H., Fernández D. (2015). <i>Deporte adaptado y escuela inclusiva</i> . Barcelona: Graó.[clásica]	Amat, O. (2010). <i>Aprender a enseñar</i> . España: Profit.[clásica]
Cañizares, J., Carbonero, C. (2016). <i>Discapacidad y actividad física escolar</i> . Sevilla: Wanceulen.	Capacidades físicas (2010). Recuperado de <a href="http://educacionfisicauno.blogspot.mx/2010/03/capacidades-fisicas.html">http://educacionfisicauno.blogspot.mx/2010/03/capacidades-fisicas.html</a>
First, M. (2015). <i>DSM-5: Manual de diagnóstico diferencial</i> . España: Editorial Médica Panamericana.[clásica]	Gutiérrez, R. (2012). <i>Introducción a la didáctica</i> . México: Esfinge.[clásica]
Flores, R. (2015). <i>Educación física y discapacidad motriz: estrategias de intervención</i> . México: Trillas.[clásica]	García, E. Rodríguez, H. (2011). <i>Los métodos de enseñanza</i> . México: Trillas. [clásica]
Grenier, M., Lieberman, L (2017). <i>Physical Education for children with moderate to severe disabilities</i> . USA: Human Kinetics.	Martínez, A, Cuesta, J. (2013). <i>Todo sobre autismo. Los Trastornos del espectro de autismo (TEA), guía completa basada en la ciencia y la experiencia</i> . España: Alfaomega.[clásica]
OMS (2011). <i>Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud</i> . España: CIF.[clásica]	Ortega, L. (1997). <i>El Síndrome de Down. Guía para padres, maestros y médicos</i> . México: Trillas.[clásica]
Ríos, M. (2014). <i>565 juegos y tareas de iniciación deportiva adaptada a las personas con discapacidad</i> . España: Paidotribo. [clásica]	Simard, C., Caron, F., y Skrotzky, K.(2003). <i>Actividad Física Adaptada</i> . Barcelona: Inde.
Ríos, M., et al (2019). <i>El juego y los alumnos con discapacidad (5ª ed.)</i> . España: Paidotribo.	Silva, G. (2002). <i>Diccionario básico del deporte y la educación física</i> . Colombia: Kinesis.[clásica]
Ríos, M. (2019). <i>Manual de educación física adaptada al alumno con discapacidad (2ª ed.)</i> . España: Paidotribo.	SEP (2010). <i>Guía para facilitar la inclusión de alumnos y alumnas con discapacidad en escuelas que participan en el pec</i> . México: SEP.[clásica]
Sanz, D., Reina, R. (2020). <i>Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad</i> . España: Paidotribo.	Torralba, M.A. (2004). <i>Atletismo adaptado para personas ciegas y deficientes visuales</i> . Barcelona: Paidotribo. [clásica]
Secretaria de Educación Pública (2017). <i>Aprendizajes Claves</i>	



*para la educación integral. Educación Física. Educación básica. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. Recuperado de [https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/EDUCACION\\_FISICA.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/EDUCACION_FISICA.pdf)*

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

El docente que imparta esta unidad de aprendizaje debe contar con un título de Licenciado en Actividad Física y Deporte, con experiencia laboral de tres años en docencia y actividades relacionadas con Actividad Física Adaptada y Deporte Adaptado, debe contar con conocimiento de la estructura de la educación física en el sistema educativo; Preferentemente con Maestría o especialidad en Educación Especial o Educación Física y Deporte Escolar. Debe ser propositivo, con ética profesional, responsabilidad y liderazgo.

#### 9.4. Anexo 4. Estudio de evaluación externa e interna del programa educativo



**2019**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA  
FACULTAD DE DEPORTES**

**EVALUACIÓN EXTERNA E INTERNA  
DEL PROGRAMA EDUCATIVO  
LICENCIATURA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**



## Colaboradores

<b>Mtro. Emilio Manuel Arrayales Millán.</b>	Director.
<b>Mtro. Juan José Calleja Núñez.</b>	Subdirector de campus Tijuana.
<b>Mtro. Samuel Nicolás Rodríguez Lucas.</b>	Subdirector de campus Mexicali.
<b>Mtro. Esteban Hernández Armas.</b>	Subdirector de campus Ensenada.
<b>Mtra. Verónica Rivera Torres.</b>	Evaluación de fundamentos y condiciones de operación del PE, evaluación del currículo específico, infraestructura y servicios en Mexicali.
<b>Mtra. Isis Jael Oviedo Rodríguez.</b>	Coordinadora de Formación Básica en Mexicali.  Responsable de análisis de plan de estudios, personal académico, infraestructura y servicios.
<b>Mtra. Elisa Iveth Tapia Buelna.</b>	Coordinadora de Formación Profesional y Vinculación Universitaria en Mexicali.  Responsable de estudio de pertinencia social.
<b>Dr. Antonio Pineda Espejel.</b>	Coordinador de Investigación y Posgrado en Mexicali.  Responsable de Estudio de Referentes Nacionales e Internacionales.

**Mtra. Rita Paulina Chávez López.**

Coordinadora de Formación Básica en Tijuana.

Coordinadora de Evaluación Interna del Programa Educativo.

**M. C. Roberto Espinoza Gutiérrez.**

Coordinador de Formación Profesional y Vinculación Universitaria.

Coordinador de Evaluación Externa del Programa de Estudio.

Responsable de análisis de oferta y demanda en Tijuana.

**Dr. Luis Mario Gómez Miranda.**

Coordinador de Investigación y Posgrado.

Coordinador de Estudio de Referentes Nacionales e Internacionales.

Responsable de análisis prospectivo de la disciplina en Tijuana.

**Dra. Lourdes Cutti Riveros.**

Coordinadora de Evaluación del personal académico, la infraestructura y los servicios a nivel estatal.

**Mtro. Carlos Verdugo Balbuena.**

Coordinador de Estudio Externo en campus Ensenada.

**Mtro. Iván Rentería.**

Coordinador de Investigación y Posgrado.

Coordinador de Estudio de Referentes Nacionales e Internacionales en Ensenada.

**Mtro. Juan Pablo Machado Parra.**

Coordinador de Evaluación Interna del Programa Educativo en Ensenada.

# Índice

Introducción.....	1175
1. Evaluación Externa del Programa Educativo .....	1177
1.1 Estudio de pertinencia social .....	1177
1.1.1 Análisis de necesidades sociales.....	1177
1.1.2 Análisis del mercado laboral .....	1184
1.1.3 Estudio de egresados .....	1196
1.1.4 Análisis de oferta y demanda .....	1204
1.2 Estudio de referentes.....	1211
1.2.1 Análisis de la profesión y su prospectiva .....	1211
1.2.2 Análisis comparativo de programas educativos .....	1216
1.2.3 Análisis de organismos nacionales e internacionales .....	1228
2. Evaluación interna del programa educativo .....	1231
2.1 Evaluación de fundamentos y condiciones de operación del programa educativo .....	1231
2.2 Evaluación del currículo.....	1246
2.2.1. Modelo educativo y plan de estudios .....	1246
2.2.2. Actividades para la formación integral .....	1256
2.3 Evaluación de la trayectoria escolar de los estudiantes por el programa educativo .....	1259
2.3.1 Proceso de ingreso al programa educativo .....	1259
2.3.2 Indicadores de trayectoria escolar .....	1261
2.3.3 Participación de los estudiantes en programas de apoyo .....	1265
2.3.4 Resultados de los estudiantes .....	1277
2.4 Evaluación del personal académico, infraestructura y servicios .....	1281
2.4.1 Personal académico.....	1281
2.4.2 Infraestructura académica.....	1290
2.4.3 Infraestructura física.....	1297
2.4.4 Servicios de apoyo.....	1300
Conclusiones.....	1303
Referencias .....	1312

ANEXOS .....	1318
ANEXO 1. Recomendaciones del Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física, A.C.....	1318
ANEXO 2. Percepción de los estudiantes sobre infraestructura, su equipamiento, los servicios que brinda la facultad de deportes, las condiciones de seguridad, la consideración de su situación económica y la seguridad personal. ....	1328

# Introducción

Los cambios vividos en las décadas recientes plantean un nuevo orden social, cultural, político y económico, demandando el sistema educativo que privilegie en las políticas educativas la implementación de modelos curriculares flexibles y basados en competencias, cuya actualización sea de calidad, pertinente, oportuna y expedita.

Con base en lo anterior es que la modificación de planes de estudio en educación superior es una exigencia constante ya que los cambios científicos, sociales, tecnológicos, económicos, políticos y culturales son la característica que define nuestra época. De tal forma que la educación, pero en especial la educación superior, requiere que los planes de estudio sean esencialmente, pertinentes, flexibles y con calidad tendientes a la búsqueda de mayor cobertura, equidad e inclusión y den respuesta a la necesidad de formación de profesionales capaces de atender las problemáticas del contexto (Tünnermann, 1999).

El presente ejercicio investigativo tiene como objetivo el determinar, con base en los resultados, la necesidad o conveniencia de llevar a cabo una actualización o modificación, en su caso, del programa educativo de la Licenciatura en Actividad Física y Deportes ofertado por las unidades académicas de la Facultad de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California.

La elaboración de la presente evaluación se realizó con estricto apego a la Metodología de los estudios de fundamentación para la creación, modificación y actualización de programas educativos de licenciatura de la Universidad Autónoma de Baja California, misma que tiene la finalidad de mostrar el análisis realizado a partir de la evaluación externa de la pertinencia social del programa educativo (PE) de Licenciatura en Actividad Física y Deporte, las necesidades sociales, mercado laboral, oferta y demanda, estudio de egresados, referentes nacionales e internacionales del análisis de la profesión, análisis comparativo de organismos nacionales e internacionales, análisis comparativos de programas educativos afines y evaluación interna de la misión, visión, perfil de ingreso y egreso del PE en cuestión, el plan de estudios, mapa curricular, unidades de aprendizaje del PE, trayectoria escolar de los alumnos, el personal



académico, la infraestructura, servicios, actividades complementarias de formación integral, tecnología de la información para la enseñanza y aprendizaje e idioma extranjero.

La recolección de datos se realizó a través de investigación documental y empírica, con la aplicación de encuestas a estudiantes, docentes, egresados y empleadores.

El documento se presenta en su organización, según la estructura específica del informe de la evaluación interna y externa de programas educativos para fundamentar la modificación o actualización del programa en tres apartados generales, el primero referido a la Evaluación externa del programa educativo que contiene los estudios de pertinencia social y de referentes. El segundo apartado, referido a la Evaluación interna del programa educativo que contiene la evaluación de fundamentos y condiciones de operación del programa educativo, la evaluación del currículo y la evaluación de la trayectoria escolar de los estudiantes por el programa educativo y por último el apartado de las Conclusiones.

# **1. Evaluación Externa del Programa Educativo**

## **1.1 Estudio de pertinencia social**

### **1.1.1 Análisis de necesidades sociales**

#### **Objetivo**

Determinar las necesidades y problemáticas sociales estatales, regionales, nacionales e internacionales (actuales y futuras) que atenderá o atiende el PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte y los egresados de éste.

#### **Método**

Para determinar las necesidades y problemáticas sociales en el ámbito estatal, regional y nacional que atiende o atenderá el programa educativo y los egresados del mismo, se llevó a cabo una investigación documental con fuentes secundarias y base de datos sobre organismos nacionales e internacionales en temas de estadística poblacional y salud entre otras. Para el logro del objetivo, se identificó el contexto geográfico, demográfico, social, cultural, económico y político en el que se inscribe el PE, así mismo se llevó a cabo un análisis de las necesidades y problemáticas sociales estatales, regionales e internacionales que atenderá o atiende el programa; así como el análisis prospectivo de éstas.

#### **Resultados**

De acuerdo a los registros del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2017), el Estado de Baja California (BC), fundado el 16 de enero de 1952, se ubica al noreste del país; limita al norte con Estados Unidos de América, al este con Sonora y el Mar de Cortés o Golfo de California, al sur con Baja California Sur y al oeste con el Océano Pacífico. Está conformado por cinco municipios: Ensenada, Mexicali, Playas de Rosarito, Tecate y Tijuana. BC representa el 3.65% de la superficie del país con un total de 3 315 766 habitantes de los cuales 1 665 425 son mujeres y 1 650 341 hombres. La distribución por municipio del número de habitantes es la siguiente: Ensenada 486 639; Mexicali, su capital, 988 417; Playas de Rosarito 96 734; Tecate 102

406 y Tijuana 1 641 570. México cuenta con 112 336 538 habitantes de los cuales el 51.1% son mujeres y 48.9% hombres. En el país, BC ocupa el 2.8% del total de la población, 92% en zona urbana y 8% en rural; en el ámbito nacional el dato es de 78% y 22% respectivamente. Por su número de habitantes, BC, ocupa el décimo cuarto sitio a nivel nacional, siendo la Ciudad de México la entidad federativa más numerosa con 16 187 608 habitantes y la de menor población Colima con 711 235. Respecto a la escolaridad, el grado promedio de la población de 15 años y más es de 9.8%, lo que equivale a casi primer año de educación media superior, mientras que el promedio nacional corresponde al 9.2%. En cuanto a la condición de habitantes de lengua indígena de 3 años y más estableciéndose una relación 1 de cada 100 personas (INEGI, 2015).

Según el Consejo Europeo, por medio de la *Carta Europea del Deporte* (1992), determina una concepción del deporte el cual comprende todas las formas de actividades físicas recreativas, no sólo el juego competitivo, sino también las actividades individuales relacionadas con las cuestiones de la salud y la condición aeróbica. Esta noción no coincide, sino además es muy distinta a las definiciones convencionales. Dicha definición, está fundamentalmente vinculada a la idea de “*Deporte para Todos*”, y es la siguiente:

Todas las formas de actividad física que, a través de una participación, organizada o no, tienen por objetivo la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones y la obtención de resultados en competición de todos los niveles (p. 8).

Por esta razón, la Unión Europea, en el año 2007, establece el *Libro Blanco sobre el Deporte* como un documento que tiene por objetivo ofrecer una orientación estratégica acerca del papel del deporte en Europa. Reconoce la importancia que tiene el deporte en cuestiones de salud, educación, integración social y cultura.

Por otro lado, en Latinoamérica, según Moncada (2005) en su estudio de revisión teórica en el que centra la *Carta de Educación Física y Deporte de la UNESCO* de 1978, identifica y analiza esta área de Educación Física y Deporte que pretende solucionar problemáticas de la sociedad como son los aspectos relacionados con el quehacer educativo, económico, político, social y científico en los que se involucra el deporte y la

educación física. En consecuencia, en esta parte del mundo donde existen personas que viven en la pobreza, y un porcentaje de éste en la pobreza extrema, el deporte debe de ser aquello que utilice la humanidad para mejorar la vida de una persona, debe de impactar en este sentido positivo a comunidades enteras.

De acuerdo con la Organización Mundial de Salud (OMS, 2010), la inactividad física del ser humano es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad a nivel mundial, predisponiendo la aparición de enfermedades no transmisibles, cardiovasculares, cáncer y diabetes. Establece que, en el ámbito mundial, cerca del 23% de los adultos y de 81% de los adolescentes en edad escolar, no se mantienen suficientemente activos. En el contexto continental, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), reporta que existe una evidente epidemia de obesidad en Latinoamérica, la cual es causada entre otros factores por la inactividad física. Entre el 30 y el 60% de la población en las Américas no alcanzan el nivel mínimo recomendado de actividad física (OPS. 2018).

Es importante mencionar que en la *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición* (ENSANUT) 2012 se reportó que, en México, los niños de edad escolar, de 5 a 11 años, presentaron una prevalencia nacional combinada de sobrepeso (SP) y obesidad (O) de 34.4%; en los adolescentes, de 12 a 19 años, 35% y en los adultos el 73% para las mujeres y el 69.4% para los hombres. En Baja California, en el grupo de 5 a 11 años de edad existe una prevalencia combinada de sobre peso SP y O del 42.2%, en los adolescentes 40.7% y en adultos 73.8% en mujeres y 75.9% en hombres.

Por tal motivo, con el fin de prevenir enfermedades no transmisibles, depresión y deterioro cognitivo, o bien, mejorar funciones cardiorrespiratorias, musculares y salud ósea, la OMS hace recomendaciones específicas por grupos de edad, desde los 5 años hasta adultos mayores, al menos, 60 minutos de actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa. Actualmente, alrededor de 360 millones de personas en Latinoamérica tienen un peso mayor al recomendado en función de la altura de la persona y otros indicadores. Esta cifra representa un 58% de la totalidad de habitantes de la región, de acuerdo a una investigación conjunta realizada por la OPS y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). Según

esta misma fuente, México se encuentra en segundo lugar en la prevalencia de sobrepeso con un 64% (FAO y OPS, 2018).

La inactividad física es el cuarto factor de riesgo de mortalidad en el mundo, se calcula que el 80% de las muertes atribuibles a enfermedades no transmisibles se produce en países de ingresos bajos y medios (OMS, 2010). En México, en 2013, la muerte por estos padecimientos fue de 57 mil personas (Barquera, Campos, Hernández, Pedroza y Rivera, 2013). En nuestro Estado, conforme a la ENSANUT (2012), el 40.2% de los adultos reportaron haber pasado hasta dos horas diarias frente a una pantalla, el 36.9% de 2 y 4 horas diarias y 22.9% de cuatro o más horas. En el ámbito nacional 51.4% de los adultos pasó dos horas o menos frente a una pantalla, es decir, un porcentaje significativamente mayor de la población adulta en comparación con Baja California. El sobrepeso y la obesidad, además de ser un problema de salud pública, también representa un problema financiero. En nuestro país el costo atribuible, tan sólo, a la diabetes en 2012, fue entre los 82 y 98 mil millones de pesos que representan al 73% y 87% del gasto programable en salud para ese año (Instituto Mexicano para la Competitividad A.C., s.f.).

El Artículo 4º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, publicado en el *Diario Oficial de la Federación* (DOF, 2011) dice: “Toda persona tiene derecho a la cultura física y a la práctica del deporte. Corresponde al Estado su promoción, fomento y estímulo conforme a las leyes en la materia” (p.7), por lo tanto, la práctica deportiva y la cultura física en nuestro país es un derecho constitucional. La Ley General de Cultura Física y Deporte de los Estados Unidos Mexicanos (DOF, 2013), Artículo 88, pone énfasis en la importancia de promover y fomentar, en todos los niveles de enseñanza y en la vida cotidiana de la población en general, la cultura física como factor para el desarrollo armónico e integral del ser humano. Estipula que la federación, los estados, el Distrito Federal (en la actualidad Ciudad de México) y los municipios, se coordinarán e involucrarán al sector social y privado para realizar acciones destinadas a promover y difundir programas y actividades relacionadas a los valores de la cultura física.

En cuanto al contexto social, en el diagnóstico de la meta nacional México con educación de calidad del *Plan Nacional de Desarrollo* (PND) 2013-2018, se menciona “En materia de deporte se requiere desarrollar el talento deportivo en la juventud para promover una cultura de salud. La escasa actividad física de los ciudadanos incide en un deterioro de la salud” (p.62). También, queda claro la necesidad de fortalecer los sistemas de competencia y seguimiento de talento para el desarrollo del potencial deportivo de los jóvenes. Para la atención de estas problemáticas se proponen dos objetivos: Promover el deporte de manera incluyente para fomentar una cultura de salud y diseñar programas de actividad física y deporte diferenciados para atender las diversas necesidades de la población. Entre sus estrategias se encuentran: a) Poner en operación el sistema de evaluación en materia deportiva que garantice la eficiencia de los recursos financieros invertidos en el deporte nacional. b) Crear un programa de actividad física y deporte tendiente a disminuir los índices de sobrepeso y obesidad. c) Facilitar la práctica deportiva sin fines selectivos, con un enfoque que promueva la adquisición de valores para el trabajo en equipo, respeto a las reglas y obtención del éxito mediante el esfuerzo individual y colectivo. d) Estructurar con claridad dos grandes vertientes para la práctica de actividades deportivas: deporte social y deporte de representación, entre otras.

De conformidad con el PND, el *Programa Sectorial de Educación* (PSE) 2013-2018 hace alusión a los beneficios que tiene para la salud las actividades físicas y deportivas, además de favorecer la formación integral de los estudiantes. En materia de Desarrollo deportivo tiene como objetivo “Fortalecer la práctica de actividades físicas y deportivas como un componente de la educación integral” (p. 60), cumpliendo con la función social, preservación de la salud y la prevención de conductas antisociales.

Según la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2015) en su diagnóstico, uno de los principales retos en nuestro país se encuentra en las poblaciones emergentes formadas por inmigrantes, jóvenes en situación de riesgo y farmacodependientes, por lo que es urgente la implementación de programas de intervención que les ayude a fortalecer su calidad de vida y su integración en la sociedad. También menciona que, con una buena planificación y metodología específica, la actividad física y el deporte, centrados en la promoción de valores, puede contribuir a la prevención de conductas

antisociales, a la mejora de la calidad de vida y del bienestar personal y social de estas poblaciones. En cuanto al deporte de alto rendimiento, por un lado, reconoce que ha habido logros, pero también que ha sido inadecuado, lo que ha llevado a invertir en disciplinas y deportes en donde México difícilmente puede sobresalir. Un factor importante en el diagnóstico, es que uno de los principales problemas para el desarrollo del deporte en este nuestro país es la falta de profesionales para el fomento, enseñanza y dirección del deporte.

Las acciones de activación física, según el diagnóstico estratégico del *Plan Estatal de Desarrollo de Baja California (PED) 2014-2019* en su eje temático Sociedad saludable, juegan un papel prioritario en la prevención de enfermedades crónicas degenerativas, por lo que buscan generar un cambio en el estilo de vida en los niños y adolescentes. En la política de Educación para la vida se encuentran las acciones de Desarrollo deportivo, cuya perspectiva del deporte es conforme a un enfoque transversal, bajo el cual las políticas sociales y urbanas deben incorporar el deporte para intervenir sobre problemas de inseguridad, salud, violencia o de exclusión social. Con este enfoque se plantean, entre otros retos, fortalecer las prácticas deportivas como un generador de empleo para los jóvenes e introducir las actividades deportivas como una herramienta para integrar la dimensión educativa en las escuelas y con ello, la prevención de conductas antisociales en grupos potencialmente vulnerables.

Congruente con las políticas, objetivos y estrategias del PND y PED, el *Plan de Desarrollo Institucional (PDI) 2019-2023* de la Universidad Autónoma de Baja California considera, en materia deportiva, como una de sus políticas, para el cumplimiento de la misión y el logro de la visión 2030, coadyuvar en la difusión de las manifestaciones deportivas que contribuyan al desarrollo integral de las personas. Entre sus estrategias y acciones institucionales destacamos: Fortalecer la presencia de la universidad en la sociedad a través de la divulgación del conocimiento y la promoción de la cultura y el deporte: Promover el deporte y la adopción de estilos de vida saludable en la comunidad universitaria y la sociedad bajacaliforniana; así como fortalecer el deporte representativo universitario en sus diversas modalidades mediante apoyos específicos que contribuyan

a su desarrollo y promover y reconocer a los talentos artísticos, culturales y deportivos entre la comunidad universitaria.

Es importante mencionar que, en la UABC, a través de la Facultad de Deportes se imparte la Licenciatura en Actividad Física y Deporte en los campus de Ensenada, Mexicali y Tijuana; misma que tiene como misión “Formar profesionales competentes en la actividad física y deporte, que aplican principios científicos y técnicos específicos de la motricidad humana, para el diseño y desarrollo de soluciones a problemáticas en el ámbito nacional e internacional, con sentido ético, socialmente responsables, emprendedores y capaces de adaptarse y vincularse a las exigencias que demanda el entorno; además de promover la generación y transferencia de nuevos conocimientos para coadyuvar al desarrollo de la sociedad a través de la cultura física” (Plan de Desarrollo de la Facultad de Deportes 2016-2020, UABC).

Podemos concluir que, por causa del sobrepeso y la obesidad, México enfrenta una crisis de salud pública; que la poca actividad física, entre otros factores, desarrollan las enfermedades crónicas no transmisibles como las cardiovasculares, el cáncer, las respiratorias y la diabetes; que la actividad física en México no sólo es un derecho sino una necesidad; que tanto el PND, PED, PSE y el PDI buscan fomentar y fortalecer a que la mayor parte de la población tenga acceso a la práctica de actividad física y deporte como un componente de la educación integral.

De ahí que sea necesario realizar una adecuación y focalizar los esfuerzos para atender los diversos sectores por parte de los egresados de nuestra facultad, implicando equipos multidisciplinarios que den respuesta a la creciente demanda de profesionales que se centren a la atención de la salud, recreación, ocio y deportes que la sociedad requiere, ofreciendo sus competencias profesionales y formación científica, en esta materia. Entre las problemáticas que el egresado del programa educativo podría atender se encuentran el sedentarismo en distintos grupos de edad en la población, la alta incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles, la alta prevalencia de sobrepeso y obesidad, la prevención de conductas antisociales y la desatención en términos de actividad física y deporte en poblaciones específicas; a través de la planificación, diseño y aplicación de programas educativos de hábitos saludables, de programas de ejercicio



físico, de entrenamiento deportivo y de promoción de la salud. La formación profesional del egresado, basada en la pertinencia social, le permite desempeñarse en la investigación, gestión deportiva, emprendedor de su propio negocio y la promoción de la salud.

### **1.1.2 Análisis del mercado laboral**

#### **Objetivo**

Identificar y analizar el mercado laboral actual y futuro donde se insertará el egresado del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte (LAFD), que permita determinar los requerimientos y problemáticas del mercado laboral que atenderá o atiende el egresado del programa en cuestión.

#### **Método**

Para la realización del estudio de análisis del mercado laboral se realizó una investigación documental de otros estudios comunes al tema y la posterior recopilación y adaptación de la información extraída de dichos trabajos. Las fuentes de información utilizadas han sido: Google académico y las bases de datos dialnet y pubmed; utilizando las siguientes palabras clave en la búsqueda de la información: competencias/ licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte/ mercado laboral/ empleo; complementada por una investigación empírica, en la que se contó con la participación de 73 empleadores, por lo cual se diseñó un cuestionario con el fin de ser utilizado como instrumento para la recolección de datos vía internet. Esto permitió identificar las necesidades y problemáticas del mercado laboral que atenderá el egresado del programa educativo; así como identificar los campos laborales de tal manera que permitiera analizar no sólo los campos ya existentes sino también los que se pueden considerar como emergentes dentro del desarrollo de una sociedad ya sea a nivel local, regional, nacional e internacional.

Analizar el binomio formación-empleo en el ámbito de las actividades físico-deportivas, obteniendo información sobre las características del mercado de trabajo y los

perfiles profesionales de los licenciados es muy importante. En concreto es interesante saber qué empleos y de qué calidad son los que finalmente ocupan los licenciados (Carratalá, Mayorga, Mestre, Montesinos, Rubio, 2004). Todo esto, lo ubicamos en el momento histórico actual, pudiéndose entender como un interesante punto de inflexión de cara al devenir de la profesión.

Todo lo anterior ocurre en un ámbito laboral dinámico, pero determinado por el contexto de crisis económica. La incorporación exitosa al nuevo campo ocupacional por parte de los egresados de la LAFD estará condicionada por la más cercana relación posible entre su formación y las exigencias del mismo.

## **Resultados**

En la actualidad el mercado laboral se encuentra en proceso de cambio, el cual continuará durante los años siguientes. El uso de la tecnología y reformas en los marcos normativos de las relaciones laborales podrían manifestarse a través de nuevas oportunidades de trabajo, pero de la misma forma, en una mayor diferencia de ingresos, en formas de trabajo distintas y en incertidumbre, al menos durante el proceso de cambio y adaptación al mismo, hacia el nuevo estado de las cosas de un mercado laboral en que emergerán y desaparecerán empleos. A lo anterior se suma el envejecimiento rápido de la población, que se puede manifestar en el proceso de automatización, por un lado, y producir escasez de trabajadores por el otro.

A muchos les preocupa que el mercado laboral se dirija hacia un futuro distópico de desempleo masivo, trabajo precario, trabajadores con ninguno o poco poder de negociación y grandes diferencias de formación a medida que la población envejece rápidamente... Pero con las políticas e instituciones adecuadas, las oportunidades que brindan la digitalización, la globalización y una esperanza de vida más larga pueden mitigar los riesgos, asegura el documento de la OCDE. (elEconomista.es (2019).

Diversificación en el empleo definen los nuevos desafíos de la actividad física y deportiva. Aparecen las nuevas ofertas desde los sectores público, privado y como

profesional independiente en el campo de la gestión, administración, docencia, recreación y salud. A esta diversificación se agrega la creciente necesidad de enfatizar en la calidad del mercado de la actividad física y el deporte, de manera que se garantice la calidad y la mejora continua del mismo. En el ámbito de la gestión deportiva es importante distinguir entre gestión pública y gestión privada. En este campo, se hace necesario resaltar a la gestión pública en la que existe un marcado aumento de servicios públicos deportivos y da pie a definir aspectos que hacen posible la realidad actual. El reconocimiento por parte de la administración pública de la importancia de la práctica físico deportiva, como un valioso medio para lograr una buena salud y como ocupación del tiempo de ocio en los miembros de la sociedad, se traduce en una mejor calidad de vida. En el sector de la gestión privada algunas características de la sociedad actual, como una mayor preocupación por la salud y estado físico, determinan su conformación y contribuyen a su mayor desarrollo (Sánchez y Rebollo, 2000).

Otro ámbito de incidencia del egresado dentro del sector productivo es especialmente la industria maquiladora, la cual tiene una gran presencia en el estado de Baja California y representa un área de oportunidad para nuevas fuentes de empleo. Debido a las largas jornadas laborales, esta parte del sector, que normalmente no cuenta con el tiempo ni recursos suficientes para realizar alguna actividad física o deporte de manera sistemática, es potencial al desarrollo temprano de afectaciones a la salud. En la actualidad la actividad física, deporte y salud están estrechamente vinculados como resultado de los numerosos trabajos que se realizan y que promueven una mejor calidad de vida. En la 1ª Conferencia Internacional sobre Promoción de Salud en Canadá en 1986 ya se establecía, la actividad física, como área prioritaria de actuación para mejorar la salud (De Andrés y Aznar, 1996).

En tal sentido, el *Plan de Desarrollo de la Facultad de Deportes* (UABC, 2016) propone fortalecer los esquemas de vinculación y colaboración con los sectores público, social, educativo y empresarial que contribuyan en ampliar y vigorizar su participación en la atención o prevención de problemáticas de salud en el Estado de Baja California y del país. Esta es una de las estrategias para aumentar la oferta de proyectos de vinculación con valor en créditos, espacios para prácticas profesionales y servicio social profesional

en la realización de programas y proyectos de investigación, asesoría, capacitación y proyectos sociales que beneficien a la comunidad de diversos sectores. Asimismo, busca incentivar la capacidad innovadora y la creación de empresas orientadas a resolver necesidades de salud y disminuir los factores detectados que afectan la calidad de vida.

Con base en información presentada por Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2018), Baja California se encuentra en el séptimo lugar dentro de las entidades federativas con mayor tasa de participación en la actividad económica como se presenta a continuación: Baja California Sur con 67.3%, Quintana Roo con 66.9%, Colima con 66.6%, Nayarit con 65.3%, Yucatán con 64.4%, Sonora con 63.5% y Baja California con 63.1%. Lo anterior nos permite ubicar a BC como una de las entidades que presentan una mayor oportunidad de empleo en los diferentes sectores y potencializa la de nuestros egresados al tener una formación profesional de calidad y que impacta directamente en el área de salud.

La European Observatoire of Sport Employment (EOSE, 2018) declara que es una organización internacional que trabaja para el desarrollo del sector deportivo y de ocio activo, experta en tender puentes entre los mundos de la educación y el empleo y garantizar el desarrollo de una fuerza laboral competente con las habilidades adecuadas. La mencionada organización lanzó un esfuerzo para realizar un estudio sobre la contribución del deporte al crecimiento económico y al empleo en la Unión Europea (UE). De tal manera, que el objetivo de dicho estudio fue evaluar el impacto económico del deporte a nivel nacional (27 estados miembros de la UE), en particular su potencial de crecimiento y empleo, que contribuyen así a evaluar el papel del sector con respecto a la Estrategia Europa 2020. El resultado, en términos de empleo para la UE con respecto al sector del deporte, arrojó un total de 2,12 %; en números absolutos 4,46 millones de empleos. Además, se debe resaltar la evolución en este continente sobre el deporte ya que se puede manifestar a tal grado avanzado que se considera un sector sólido para el desarrollo social y económico de todo un continente. En México, apenas se pueden ver muy pequeños resplandores de un entendimiento y reconocimiento de esta actividad humana como es el deporte y su impacto.

En lo que se refiere a situación laboral, con base en los resultados de la *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo*, al cuarto trimestre de 2018, el número de profesionistas con empleo fueron 8.9 millones de personas en el país. Las carreras con mayor ocupación fueron Administración y gestión de empresas, Derecho y Contabilidad. Las de menor fueron Ciencias Físico-Matemáticas, Humanidades y Ciencias biológicas. Así mismo la encuesta indica que el 80.2% son trabajadores subordinados y remunerados, el 6.7 % son empleadores y el 13.8% trabajan por cuenta propia. Los profesionistas que poseen los porcentajes más elevados de trabajadores por cuenta propia son Odontología, Veterinaria y Terapia y rehabilitación (INEGI, 2018).

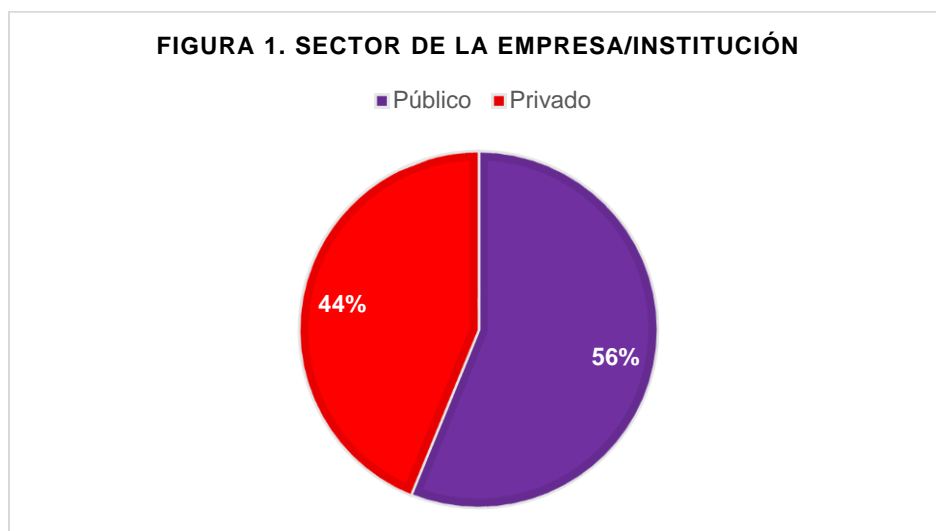
En concreto, en el Observatorio Laboral Mexicano (2018), en el apartado de estadísticas de carreras profesionales por área, sólo se puede ver en el área de educación la carrera de formación docente para educación física, artística o tecnológica con 85 796 profesionistas ocupados, 69.9% hombres y el 30% mujeres, con un ingreso promedio de \$8,805.00 pesos mensuales. De esta forma, no permite generar proyecciones para la profesión ya que sólo toma un campo laboral, dejando imposibilitada la comparación y referencia con otras naciones que pudieran generar puntos de guía para establecer un estado actual del desarrollo de estas profesiones en nuestro país. Queda más que evidente la necesidad de crear los espacios dentro de los observatorios laborales u otras organizaciones del sector deportivo en México a nivel estatal, regional y nacional, que permitan generar no sólo la estadística sino también los estudios necesarios y pertinentes en esta área.

Podríamos concluir en este apartado, que la transformación que se está produciendo en el campo ocupacional y, sobre todo, los cambios que se vislumbran al lado de la tecnología, la globalización y modificaciones al marco normativo en el ámbito laboral, den como resultado una gran disminución del empleo. Aunque la manera de laborar será diferente y las profesiones cambiarán, es muy poco probable que las proyecciones más pesimistas se vuelvan realidad. Se habla mucho de los empleos que desaparecerían por la automatización de los procesos, pero poco de las nuevas profesiones que habrán de surgir.

Consideramos que para enfrentar con éxito el incierto y cambiante mercado laboral existe la posibilidad, a través del emprendimiento en el área de cultura física y el deporte, ya sea de carácter formativo, de salud o competitivo, se puedan combatir los índices de desempleo o la ausencia de calidad en los campos laborales vigentes y emergentes, en ocasiones respondiendo a las exigencias de un constante incremento competitivo del mercado laboral. Es por ello que existe la necesidad de fomentar la atracción profesional hacia el emprendimiento y otras áreas de desarrollo humanista para complemento integral de profesionistas.

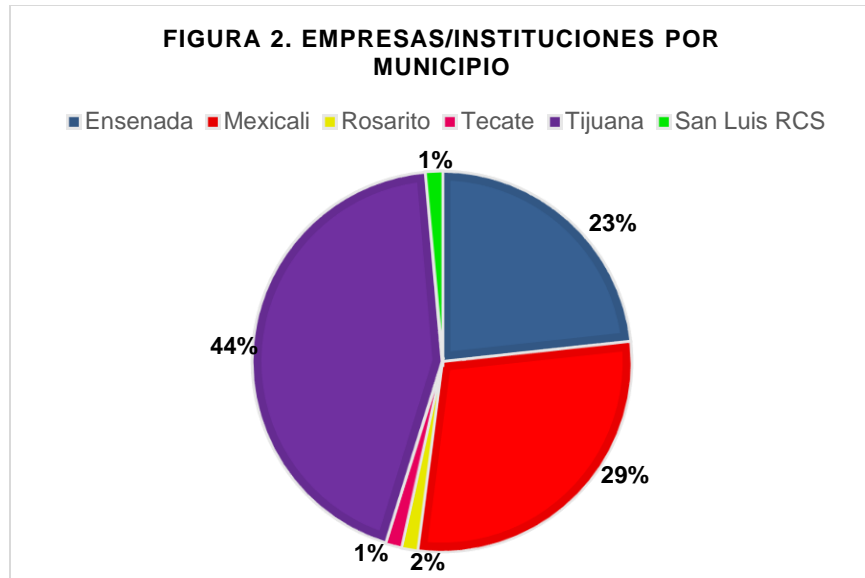
Para conocer las necesidades, en cuanto a la formación en conocimientos y habilidades, que requieren los diferentes sectores productivos, que permita retroalimentar al programa de la LAFD; así como conocer el desempeño laboral de nuestros egresados se aplicó una encuesta a 73 empleadores de la región.

Los datos sobre el sector al que pertenece la empresa o la institución encuestada se observan en la siguiente figura:



Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del estudio de empleadores 2019.

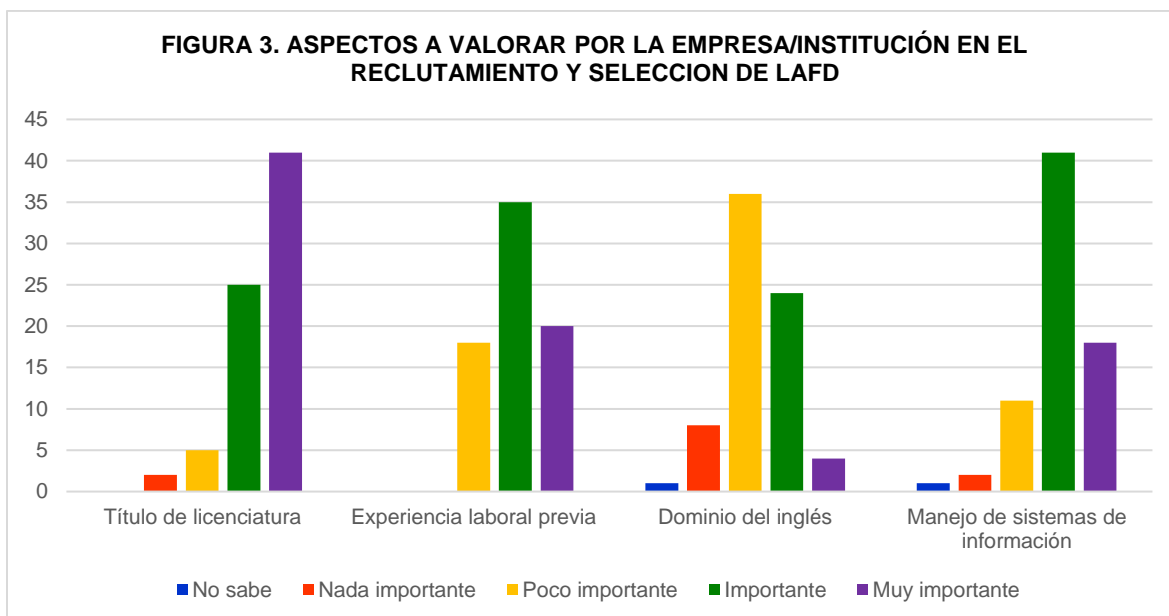
Empresas o instituciones encuestadas por municipio en Baja California y San Luis Río Colorado, Sonora:



Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del estudio de empleadores 2019.

El 84% de las empresas o instituciones encuestadas manifestaron que emplean a algún egresado de la LAFD de la UABC. El 94% manifestó que conoce el perfil de egresados de esta licenciatura.

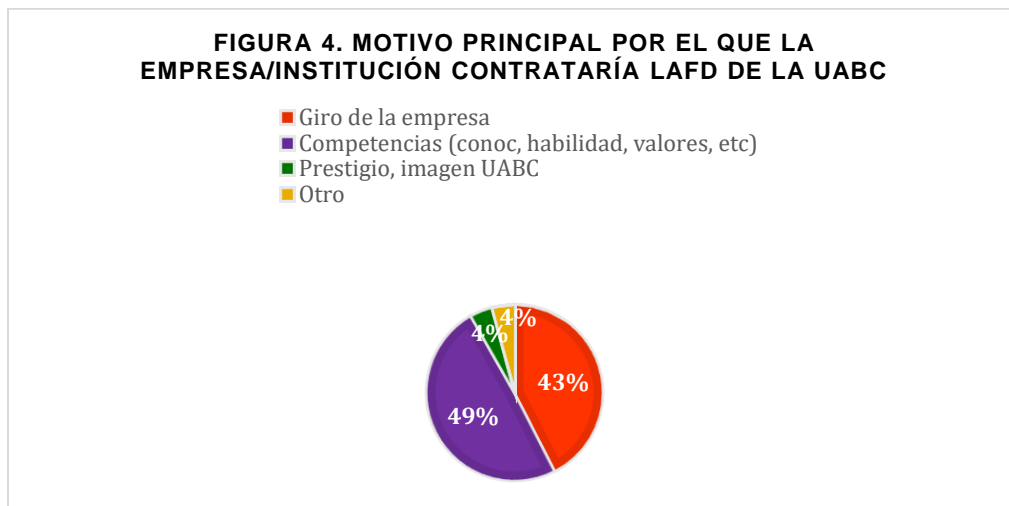
Sobre el grado de importancia que le dan algunos aspectos en el proceso de reclutamiento y selección del profesionista de la LAFD se observan en la siguiente figura:



Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del estudio de empleadores 2019.

Como muy importante e importante, el 94.4% de los empleadores consideran que el egresado cuente con el título de la licenciatura; el 75% opina que es muy importante e importante contar con experiencia laboral previa y el 25% lo considera poco importante. En cuanto al dominio del idioma inglés, el 49% dice que es poco importante, el 33% que es importante, el 11% nada importante, el 5% muy importante y el 2% restante no sabe. En cuanto al manejo de sistemas de información, el 56% manifiestan que es importante, que es muy importante el 25%, el 15% es poco importante y el 4% que es nada importante o no sabe.

A la pregunta de si su empresa y/o institución contrataría profesionistas en actividad física y deportes de la UABC, la respuesta fue que si (99%). Los motivos por los que contrataría se describen en la figura que se presenta a continuación:

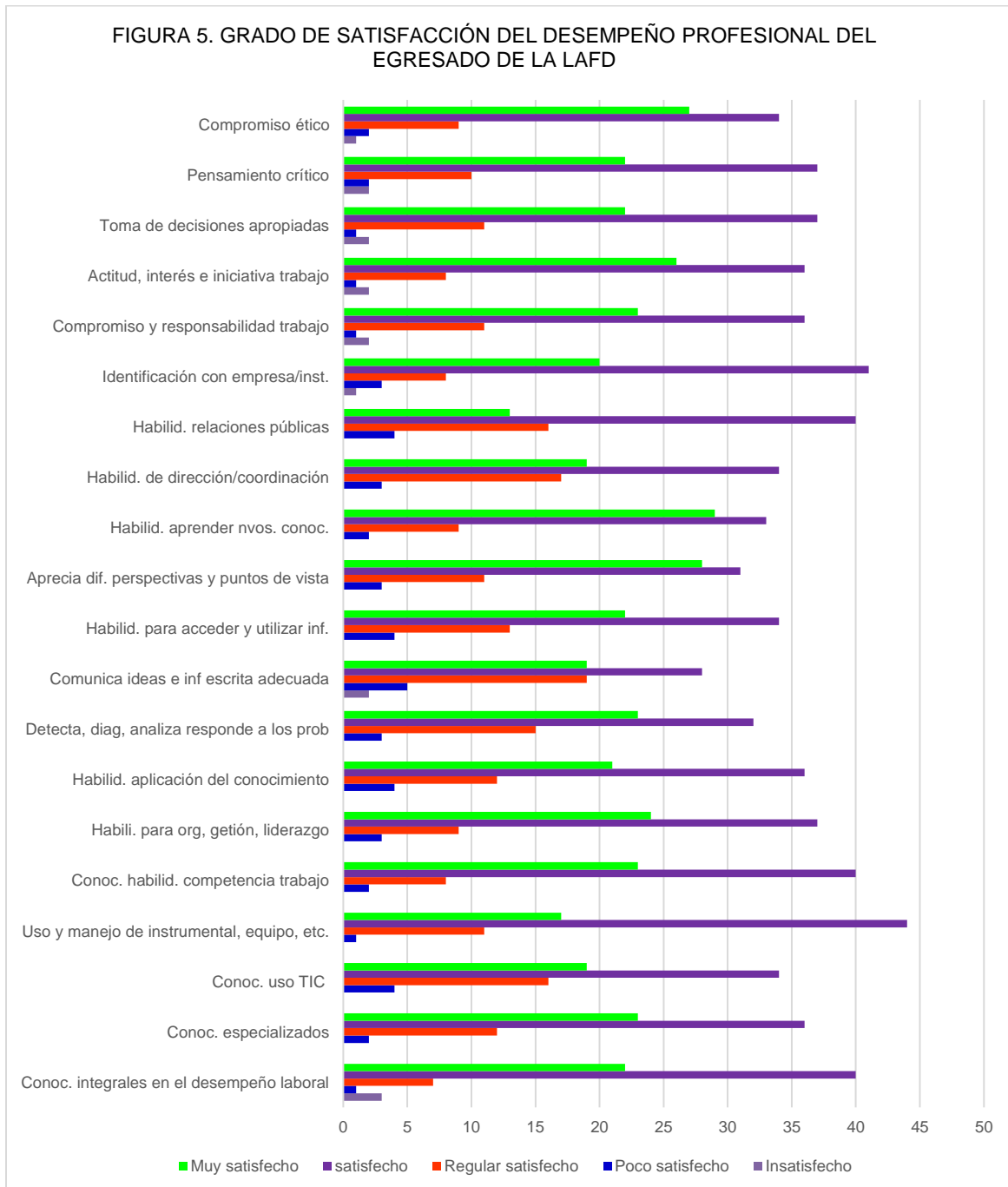


Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del estudio de empleadores 2019.

En lo que se refiere al grado de satisfacción del desempeño profesional del egresado de la LAFD de la UABC, los empleadores, consideran entre muy satisfactorio y satisfactorio los siguientes aspectos: Conocimientos, habilidades y competencias para el trabajo (86%); actitud, interés e iniciativa para el trabajo, la habilidad para aprender nuevos conocimientos y los conocimientos integrales en el desempeño laboral (85%); compromiso ético, identificación con la empresa o institución, habilidades para la organización, gestión y liderazgo, y el uso y manejo de instrumental, equipo, etc. (84%); pensamiento crítico, toma de decisiones apropiadas, compromiso y responsabilidad con



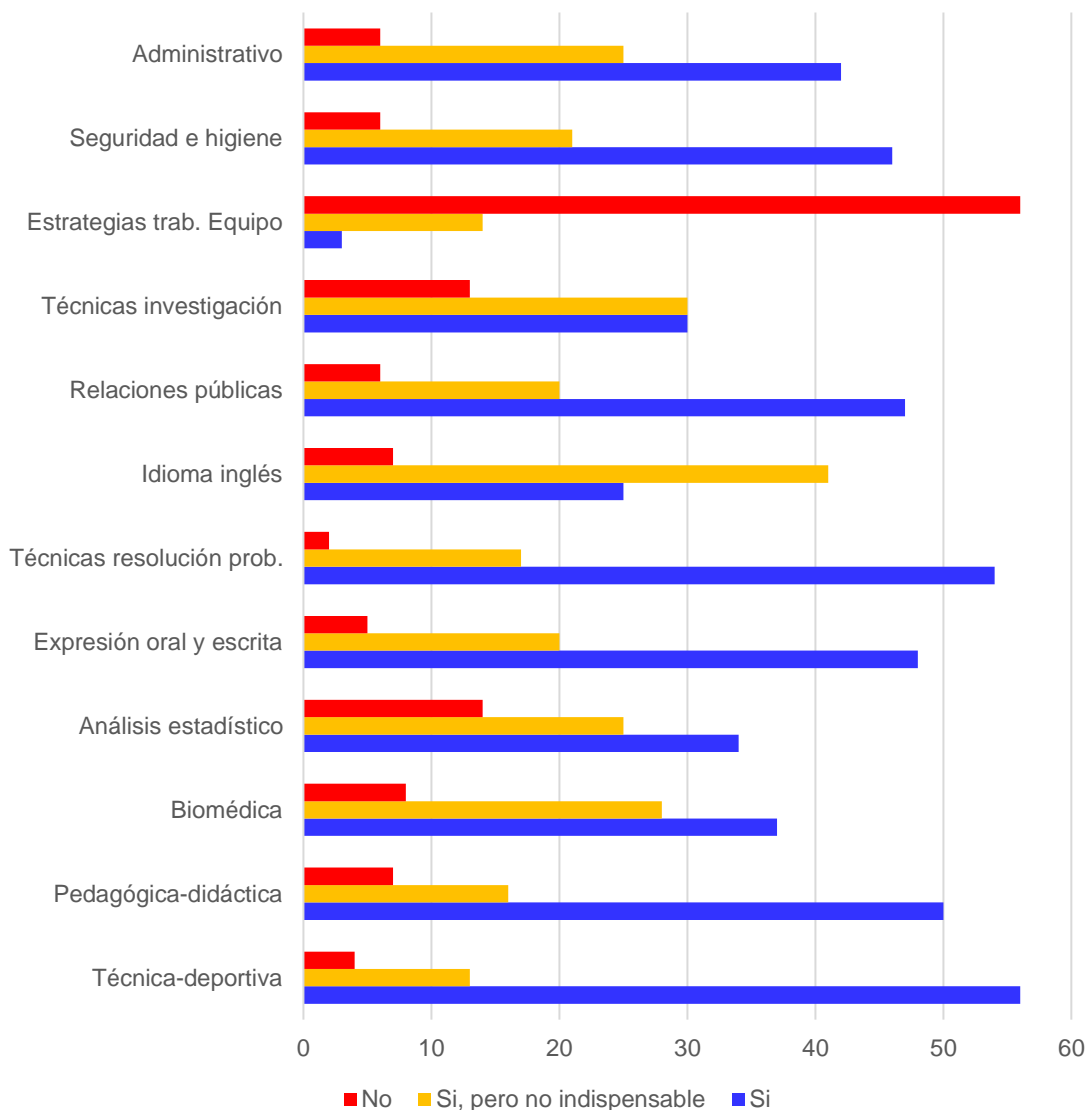
el trabajo, apreciar diferentes perspectivas y puntos de vista y conocimientos especializados (81%); habilidades para acceder y utilizar información (77%); detecta, diagnostica, analiza y responde a los problemas (75%); habilidad para las relaciones públicas, habilidad de dirección y coordinación y conocimiento y uso de las TIC con (73%) y comunicación de ideas e información escrita adecuada (64%). Estos aspectos se pueden apreciar con más a detalle en la siguiente figura:



Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del estudio de empleadores 2019.

De acuerdo a la experiencia profesional de los empleadores y necesidades de la empresa o institución las áreas principales en las que consideran deben capacitarse o actualizarse sus empleados del área de la actividad física y deporte son, en porcentaje de mayor a menor, técnica-deportiva (77%), técnicas de resolución de problemas (74%), pedagógica-didáctica (68%), expresión oral y escrita (66%) y relaciones públicas (64%). En las áreas que consideran que si, pero no tan importante, son estrategias de trabajo en equipo (77%), idioma inglés (58%), técnicas de investigación (41%), biomédica (38%) y, administrativa y análisis estadístico con 34% cada una.

FIGURA 6. PRINCIPALES ÁREAS QUE CONSIDERA DEBE CAPACITARSE Y ACTUALIZARSE SUS EMPLEADOS DEL ÁREA DE AFD



Fuente: Elaboración propia con datos obtenidos del estudio de empleadores 2019.

Las respuestas a la pregunta sobre qué sugerencias u observaciones haría para mejorar la formación del Licenciado en Actividad Física y Deporte de la UABC, por ser pregunta de tipo abierta, las respuestas fueron variadas por lo se agruparon por su coincidencia ( semejanza), relación (correspondencia o conexión) y/o recurrencia (frecuencia) en respuesta. Con un 31%, opinan que debe mejorarse la práctica/experiencia y 11% los valores (compromiso, responsabilidad, puntualidad). Con relación a las áreas del conocimiento opinan, con 8%, debe reforzarse el área de la salud,

con 7% la pedagógica, con 4% la administración/planeación, con 3% la preparación física y con 1% la biomédica. También, opinan debe fortalecerse la disposición para actualizarse de manera permanente (5%), las actividades de emprendedores (4%) y el liderazgo (3%). Con un 1%, cada uno menciona aspectos como expresión oral y escrita, imagen personal, resolución de problemas, manejo de paquete Microsoft Office (Excel), entre otros. Un 6% de empleadores manifestaron no tener sugerencias.

Basados en la revisión documental y en los resultados de las encuestas aplicadas a los empleadores, se puede concluir que el mercado laboral al que puede acceder el egresado de la LAFD es amplio, tanto en el sector público como el privado.

Parte del universo de los empleadores, participantes en el estudio, pertenecen al sector educativo, ya que dentro de estos se reflejó la colaboración de algunas coordinaciones regionales de educación física del sistema educativo estatal, jefaturas municipales y federales, públicas y privadas, estos pertenecientes al área de conocimiento pedagógica del plan de estudios. Por otra parte, la participación del sector empresarial como son los gimnasios que utilizan distintos métodos que ofrecen el servicio para ejercitar el cuerpo de manera que permita mantener la salud estable y una apariencia estética óptima. Asimismo, se presenta en este mismo sector los servicios deportivos como son escuelas, centros y clubs deportivos de iniciación deportiva, recreativa y de ocio, por medio de la utilización de diversos mecanismos que permitan generar el movimiento humano, donde se genera la necesidad del uso de distintas áreas del conocimiento del PE en cuestión como son técnico-deportiva, administrativa, biomédica y social.

Los resultados obtenidos son alentadores, casi en su totalidad (99%), los empleadores manifestaron que contratarían a egresados de la LAFD por los requerimientos de la empresa y las competencias, compromiso ético y pensamiento crítico que poseen nuestros egresados. Sin embargo, para efectos de la modificación del plan de estudios, debemos considerar las sugerencias que realizaron para mejorar la formación de este perfil como es la de fortalecer las prácticas profesionales que favorezca la experiencia previa a la inserción de los egresados al mercado laboral.

### **1.1.3 Estudio de egresados**

#### **Objetivo**

Analizar las expresiones de los egresados de acuerdo con su desempeño en el mercado laboral con la finalidad de retroalimentar el programa educativo de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

#### **Método**

Con la finalidad de conocer diversas variables relacionadas con la situación sociodemográfica, satisfacción con la formación recibida, interés de desarrollo profesional y recomendaciones para mejorar el programa, se llevó a cabo un estudio empírico en el cual se diseñó un cuestionario electrónico, mismo que se aplicó a 381 egresados del Programa Educativo 2012-2 de las tres unidades académicas de la Facultad de Deportes. Para este estudio se realizaron las siguientes actividades:

- Se consultó una base de datos de los egresados para mantener la comunicación con los mismos. La base de datos contiene información sobre: domicilio, teléfono de casa, particulares y correos electrónicos.
- Se aplicó la encuesta vía correo electrónico.
- Vía telefónica se recolectaron datos relevantes para los resultados de la encuesta.
- Recopilación de datos.
- Análisis de resultados.
- Realización de gráficas.
- Elaboración de recomendaciones con base en los resultados obtenidos que permitan retroalimentar el programa educativo.

La muestra para la encuesta de egresados se calculó con la fórmula para muestras finitas con un 95% de efectividad. Población total de egresados es de 473 y la muestra de 381 egresados, la cual superó la muestra requerida debido a que se invitó al 100% de ellos a contestar la encuesta.

#### **Resultados**

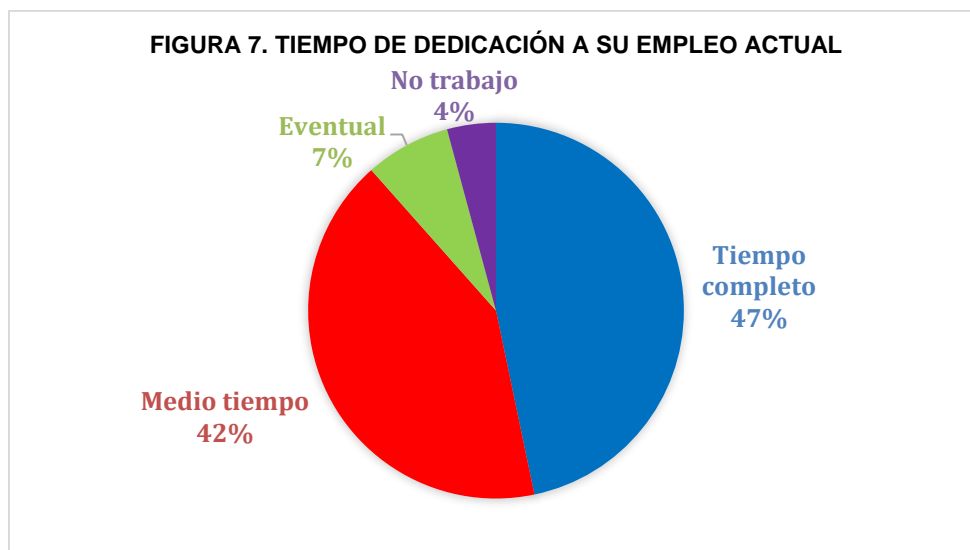
Las Instituciones de Educación Superior (IES) en México, en la búsqueda de la calidad han desarrollado diferentes estrategias para la evaluación integral de sus resultados y particularmente de aspectos específicos, como lo relacionado con el proceso de formación. El desempeño profesional de los egresados, son una de las evidencias de los resultados obtenidos por las instituciones educativas, considerando que ellos son quienes reciben y aplican el conocimiento, fortalecen los valores y desarrollan las habilidades y actitudes adquiridas en beneficio de la sociedad en la que ejercen sus servicios profesionales. Aquí, la importancia de llevar a cabo estudios que permitan conocer el sentir de los egresados sobre la formación recibida y de las actividades profesionales que se encuentren realizando en el entorno laboral, entre otros elementos de interés, que pueden aportar con sus experiencias tanto personales como profesionales y que deberán de ser utilizadas como retroalimentación al momento de llevar a cabo modificaciones curriculares como es en nuestro caso.

Características sociodemográficas, de formación, desarrollo profesional y ejercicio profesional de los egresados del programa educativo. Con relación al año en el cual concluyeron la LAFD, los egresados que contestaron el cuestionario fue el 33.5% de la generación de 2016, 25.1% de 2017 y 41.4% de 2018, por lo que existe representación de egresados de las cinco generaciones del plan de estudios 2012-2.

En lo que se refiere al tiempo que demoraron los egresados para encontrar su primer empleo, desde que comenzaron a trabajar como LAFD, después de egresar, el 5% manifestó que tardó más de un año; el 8% de 6 meses a un año; el 17% de 3 a 6 meses y el 70% tardó menos de tres meses. En cuanto a las dificultades, por aspectos de la formación profesional, que afrontaron los egresados para conseguir empleo se encuentran las siguientes: 14.4% mencionó el no estar titulado, 13.4% por falta de experiencia, 7.6% por no dominar inglés y el 5% porque la carrera es poco conocida. El porcentaje faltantes (59.6) opinó que la dificultad fue porque no hay ofertas, ofertas poco atractivas y por situación personal. Estos datos coinciden con los resultados de la encuesta a empleadores, los cuales mencionaron que uno de los aspectos a valorar en el reclutamiento y selección es el título (90% consideran importante y muy importante) y

la experiencia laboral previa (75% consideran importante y muy importante). De los egresados que contestaron la encuesta, el 56.4% manifestó estar titulado.

El salario promedio mensual que perciben los egresados de la LAFD, según los resultados de la encuesta, es de menos o igual a 5 mil pesos (29%), entre 5 a 10 mil (41%), entre 10 a 15 mil (20%) y más de 20 mil (10%). El tiempo que dedican a su empleo se especifica en la siguiente figura.

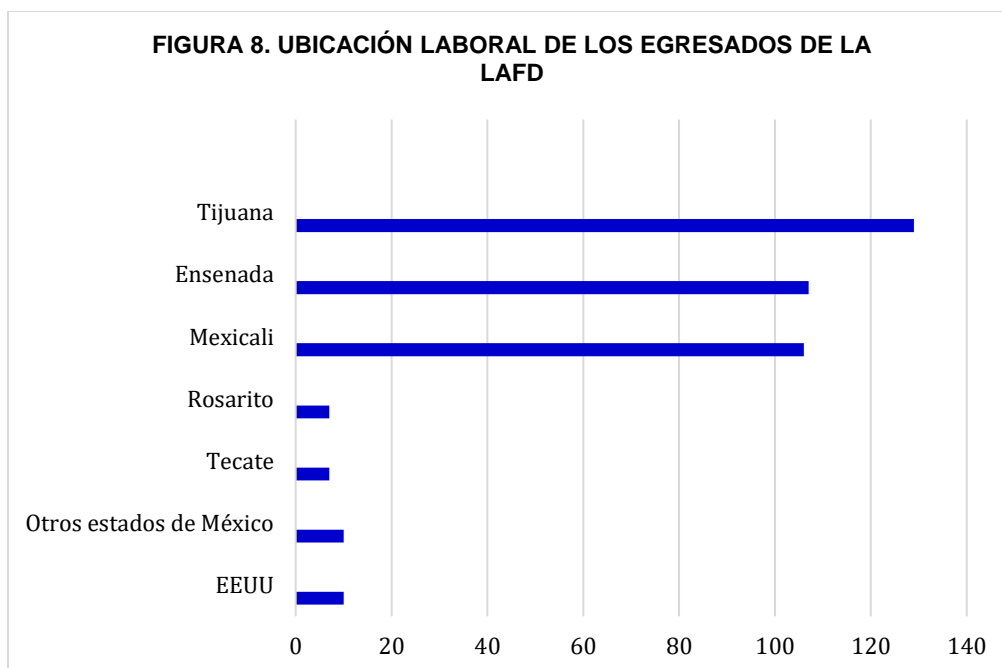


Fuente: Elaboración propia con datos de la encuesta de egresados 2019.

En lo que se refiere al sector en el que trabajan, encontramos que el 57% labora en el sector privado y el 43% en el público. Con respecto al puesto que ocupan, el 81% señaló ser empleado, 11% independiente y el 8% dijo ser propietario.

Con la actividad que desempeñan actualmente los egresados atienden problemáticas de educación física (41.3%), entrenamiento deportivo (27.9%), gestión deportiva (11.5%), actividad física para la salud (3.9%), y en otras actividades no relacionadas con la profesión (15.4%). En general, el 84.6% de nuestros egresados realizan actividades laborales acordes con su perfil profesional.

La ubicación laboral de los egresados encuestados, por municipios de nuestro estado y otros estados, es la siguiente:

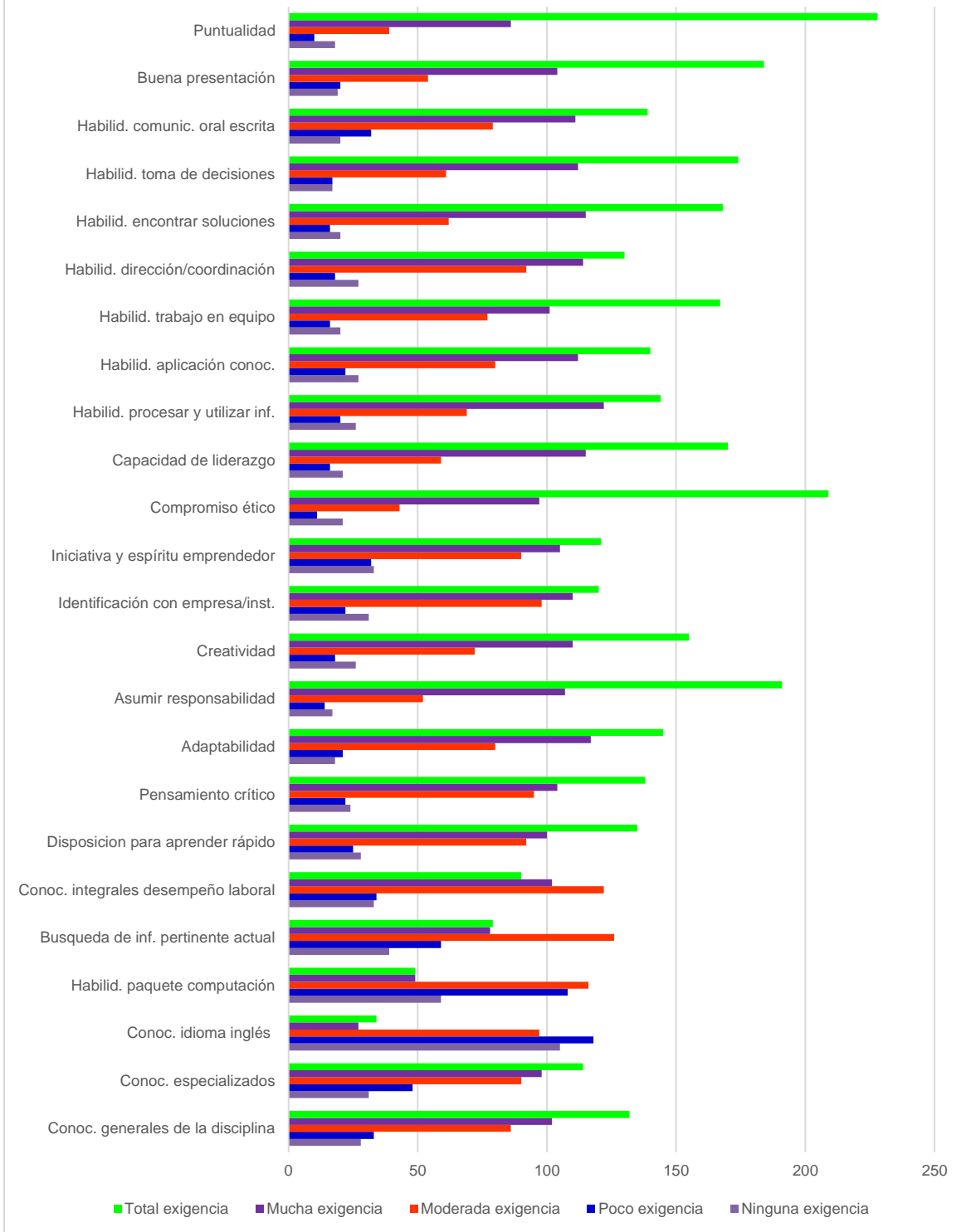


Fuente: Elaboración propia con datos de la encuesta de egresados.

En lo que se refiere a la coincidencia de los estudios de la LAFD con la actividad laboral, el 60% de los egresados consideran que tiene total coincidencia, el 20%, mediana coincidencia, el 7% baja coincidencia y el 13% nula coincidencia. Sin embargo, expresan, con base en su experiencia laboral, que enfrentan con grado de “total exigencias” en su trabajo en los siguientes aspectos: Puntualidad 60%, compromiso ético 55%, asumir responsabilidades 50%, buena presentación 48%, toma de decisiones 46%, capacidad para trabajar en equipo y para encontrar soluciones a los problemas que se presentan 44%, creatividad 41% y, adaptabilidad y habilidad para procesar y utilizar información 38%, por mencionar algunos. A continuación, se presenta a detalle esta información:



**FIGURA 9. GRADO DE EXIGENCIA QUE ENFRENTA EL EGRESADO EN SU TRABAJO**



Fuente: Elaboración propia con datos de la encuesta de egresados 2019.

El nivel de satisfacción de los egresados con la formación recibida, que les permita resolver necesidades y problemáticas del mercado laboral y de la sociedad, fue otra de las preguntas que se incluyeron en la encuesta. El 84% de los egresados señala que la formación recibida en la LAFD fue de alta calidad, en discordancia con el 16% que dice que no lo fue.

Los resultados de la opinión otorgada por los egresados en cuanto a qué áreas de conocimiento se requieren reforzar en la formación del PE de la LAFD, se ilustran mediante la siguiente tabla, en grado de importancia:

**Tabla 1. Área del conocimiento que se requieren reforzar de PE 2012-2**

Área	Muy importante	Importante	Poco importante	Nada importante
Técnico-deportiva	50%	40%	8%	2%
Pedagógica	42%	46%	10%	2%
Biomédica	55%	36%	8%	1%
Social humanista	35%	46%	17%	2%
Administrativa	39%	46%	13%	2%

Fuente: Elaboración propia con datos de la encuesta de egresados 2019.

Con base en estos resultados, es importante, en opinión de los egresados, reforzar todas las áreas del plan de estudios de la LAFD, por lo que debe considerarse su análisis en la modificación al PE.

De acuerdo a la experiencia laboral de los egresados los contenidos que no fueron enseñados o habilidades no desarrolladas en sus estudios, que hoy se dan cuenta que les serían muy favorable tener, son: entrenamiento deportivo (13.4%), más práctica (13.4%), administración deportiva (11.2%), área biomédica (9%), emprendedores (5.6%), nutrición (4.5%); coinciden, con un 3.4%, que sería favorable contar con conocimientos de psicología deportiva, planeación educativa, rehabilitación, pedagogía e idioma inglés; 2.8% investigación, 2.3% anatomía y 1% fisiología, área terapéutica, manejo de paquetes de cómputo y más unidades de aprendizaje relacionadas con el deporte. El 16% opina que no le hicieron falta conocimientos ni habilidades.

Los indicadores de satisfacción con la calidad de la docencia son favorables por la mayoría de los egresados: el 29.1% considera muy satisfactorio, 54.6% satisfactorio, el 15% poco satisfactorio y 1.3% nada satisfactorio.

**Tabla 2. Grado de satisfacción con el desempeño docente**

Aspecto	Muy satisfactorio	Satisfactorio	Poco satisfactorio	Nada satisfactorio
Conocimiento de la UA	30%	60%	9%	1%
Claridad expositiva	24%	58.5%	17%	.5%
Métodos y técnicas	26%	54.4%	19.3%	.3%
Atención fuera de clase	30.5%	47.4%	19.8%	2.3%
Comunicación e interacción con alumno	31%	55.7%	11.5%	1.8%
Manejo de tecnologías	24%	55%	19.5%	1.5%
Pensamiento crítico	25%	59.1%	15.4%	.5%
Compromiso ético	30.1%	50.5%	14.6%	1.8%
Capacidad de liderazgo	30.2%	53.4%	15.6%	.8%
Evaluación objetiva	25%	56%	17.2%	1.8%
Respeto al alumno	36.7%	50%	12.5%	.8%
Puntualidad	28.9%	53.9%	15.6%	1.6%

Fuente: Elaboración propia con datos de la encuesta de egresados 2019.

Con grado de muy satisfactorio y satisfactorio el conocimiento de la unidad de aprendizaje es el que obtuvo mayor porcentaje (90%), seguido de comunicación e interacción con el alumno y respeto al alumno (86.7%). Las que tuvieron menos grado de satisfacción fueron Manejo de tecnología (79%) y atención fuera de clase (77.9%).

En opinión de los egresados, el 68.9% manifestó su interés por continuar su desarrollo profesional, específicamente en cursar una maestría en educación física. Así mismo les gustaría que la Facultad de Deportes ofreciera cursos de actualización y capacitación en diversas áreas como nutrición, fisioterapia, entrenamiento deportivo, kinesiología y medicina deportiva por mencionar algunas.

En cuanto al impacto que tuvo la realización del servicio social profesional para el desarrollo de las actividades profesionales, el 83%, reporta que fue de gran importancia para conseguir empleo al momento de egresar y el 17% considero que no fue relevante para ellos.

FIGURA 10. FORMACIÓN INTEGRAL DE EGRESO



Fuente: Elaboración propia con datos de la encuesta de egresados 2019.

En los resultados de la encuesta se observó que los egresados de la LAFD, en su mayoría, se desempeñan como docentes, instructores y preparadores físicos en el área de la educación, tanto en instituciones deportivas como clubes deportivos; teniendo relación con los conocimientos, habilidades y actitudes obtenidas a lo largo de su preparación académica en nuestra facultad.

Es evidente, después del presente estudios, que el desempeño de los egresados, según lo expresado por ellos mismos y en la opinión de los empleadores, es acorde a la formación recibida y además de manera destacada. Entre los principales resultados se encuentran los referidos a la satisfacción de los egresados con la formación recibida, la calidad de la docencia y el desempeño docente.

Con base en los resultados se puede afirmar que los egresados realizan con éxito su ejercicio profesional, encontrándose ubicados en los espacios que les permiten desarrollar actividades acordes a su perfil de egreso; además, se muestran conscientes de que la diversificación y variedad del empleo en la actividad física marcan prácticas emergentes de la actividad física y deportiva, lo cual genera nuevas ofertas y expectativas desde la empresa pública y privada, en el campo de la gestión, administración, ocio, salud y docencia. A esta diversificación se une la necesidad de profundizar en la gestión de calidad del mercado de la actividad física y el deporte, de forma que se garantice la mejora continua del mismo.

## 1.1.4 Análisis de oferta y demanda

### Objetivo

Analizar la oferta de programas educativos afines al PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte y la demanda vocacional para cursar el programa educativo en cuestión.

### Método

Se llevó a cabo una investigación documental para analizar la oferta nacional de programas educativos afines a la educación física y deportes. Para ello, se eligieron programas de las universidades afiliadas a la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES). Posteriormente se realizó el análisis de la oferta de los programas educativos de las universidades de la región noroeste.

Para el estudio empírico de demanda, se tomó como referencia el *Estudio de Factibilidad de la Carrera Licenciatura en Docencia de las Ciencias, realizado para La Facultad de Pedagogía e Innovación Educativa* de la UABC en 2015.

Para reunir información sobre la oferta, demanda y la evolución de éstas, desde que fue implementado el PE en la UABC, se utilizó información oficial de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar. Para el análisis de los datos se tomó en cuenta la matrícula desde el ciclo escolar 2012-2 al 2018-2, mientras que para la demanda se tomaron en cuenta los registros del año 2012 al 2017.

### Resultados

De acuerdo a información del *Anuario Estadístico de Educación Superior de la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES)*, durante el ciclo escolar 2017-2018, se ofertaron 24 programa educativo afines a la educación física y el deporte en 21 universidades afiliadas a ANUIES, en 17 entidades federativas de México. La denominación de los programas varía de acuerdo a los objetivos y perfil de egreso, predominando el de cultura física y deporte y el de actividad física y deporte. El total general de oferta en programas educativos durante el ciclo escolar 2017-2018 fue de 645 136 lugares, mientras que la oferta en programas afines a

educación física y deporte fue de 3 529, cifra que representa el .54% del total de la oferta general. La matrícula total en estos programas fue de 14 972 y el general de 2 261 282.

A continuación, se presenta tabla con la oferta y matrícula de licenciaturas en programas afines a Actividad Física y Deportes (AFD) durante el ciclo escolar 2017-2018.

**Tabla 3 oferta y matrícula de licenciaturas en programas afines a AFD**

ESTADO	UNIVERSIDAD	LICENCIATURA	OFERTA	MATRÍCULA
<b>Aguascalientes</b>	Universidad Autónoma de Aguascalientes	Cultura Física y del Deporte	50	171
<b>Baja California</b>	Universidad Autónoma de Baja California	Actividad Física y Deporte	292	1935
<b>Campeche</b>	Universidad Autónoma del Carmen	Educación Física y Deporte	25	73
<b>Chihuahua</b>	Universidad Autónoma de Chihuahua	• Educación Física • Motricidad Humana	290 190	891 897
	Universidad Autónoma de Ciudad Juárez	Entrenamiento Deportivo	146	843
<b>Colima</b>	Universidad de Colima	Educación Física y Deportiva	80	275
<b>Ciudad de México</b>	Universidad del Valle de México	Administración del Deporte y Recreación	0	7
<b>Durango</b>	Universidad Juárez del Estado de Durango	Educación Física y Deporte	70	454
<b>Guerrero</b>	Universidad Autónoma de Guerrero	Cultura Física y Deporte	35	89
<b>Guadalajara</b>	Universidad de Guadalajara	Cultura Física y Deporte	221	1644
	Universidad Autónoma del Estado de México	Cultura Física y Deporte	80	378
<b>Morelos</b>	Universidad Autónoma de Morelos	Ciencias Aplicadas al Deporte	180	446
<b>Nayarit</b>	Universidad Autónoma de Nayarit	Cultura Física y Deporte	120	438
<b>Nuevo León</b>	Universidad Autónoma de Nuevo León	Ciencias del Ejercicio	370	1811
	Universidad Regiomontana, A.C.	Administración Deportiva	0	2
<b>Puebla</b>	Benemérita Universidad Autónoma de Puebla	Cultura Física	220	1061
<b>Querétaro</b>	Universidad Autónoma de Querétaro	Educación Física y Ciencias del Deporte	50	226
<b>Sinaloa</b>	Universidad Autónoma de Sinaloa	• Actividad Física para la Salud	120	188
		• Educación Deportiva	319	566
		• Cultura Física	0	153
	Universidad de Occidente	Educación Física y Ciencias del Deporte	150	376
<b>Sonora</b>	Universidad de Sonora	Cultura Física y Deporte	80	423
	Universidad Estatal de Sonora	Entrenamiento Deportivo	351	1195
<b>Veracruz</b>	Universidad Veracruzana	Educación Física, Deporte y Recreación	90	430
		<b>TOTAL</b>	<b>3 529</b>	<b>14 972</b>

Fuente: Elaboración propia con datos del Anuario estadístico de Educación Superior. Ciclo Escolar 2017-2018 de ANUIES.

En lo que se refiere a los programas afines a educación física y deporte en las universidades de la región noroeste, se cuenta con diez PE en siete universidades. El 54.9% del total de la oferta y el 49.8% de la matrícula, de las universidades afiliadas a la ANUIES, corresponde a esta región. De los programas educativos de ésta, cinco se

encuentran acreditados por el Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física, A. C. (COMACAF): Actividad Física y Deportes de la UABC, Educación Física y Motricidad Humana de la Universidad Autónoma de Chihuahua (UACH), Entrenamiento Deportivo de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ) y Cultura Física de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS). Del 100% de la matrícula de la región, el 63% corresponde a programas acreditados. El PE de nuestra universidad cuenta con el mayor número de matrícula de la región (26%), seguido por el programa de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal de Sonora (16%) y los programas de Motricidad Humana y Educación Física de la UACH con el 12% cada uno.



Fuente: Elaboración propia con datos del Anuario estadístico de Educación Superior. Ciclo Escolar 2017-2018 de ANUIES.

Las cifras anteriores nos dan la certeza de que la oferta y demanda que la Facultad de Deportes presenta, en la actualidad, es sumamente competitiva con la que se presenta por otras universidades reconocidas por su calidad en el país.

Con el propósito de determinar la demanda vocacional a nivel estatal para cursar la LAFD se tomó como referencia el *Estudio de Factibilidad de la Carrera Licenciatura en Docencia de las Ciencias*, realizado para la Facultad de Pedagogía e Innovación Educativa (FPIE) de la UABC (UABC, 2015), el cual tuvo como objetivo general evaluar la pertinencia de ofertar un programa de Licenciatura encaminado a la enseñanza de las

ciencias por parte de la FPIE y ofertado a nivel estatal por otras unidades académicas. Para efectos del presente análisis retomamos, de este estudio, el objetivo específico: Identificar la posible aceptación por parte de estudiantes próximos a formarse como profesionistas para determinar la demanda que pudiera tener la carrera.

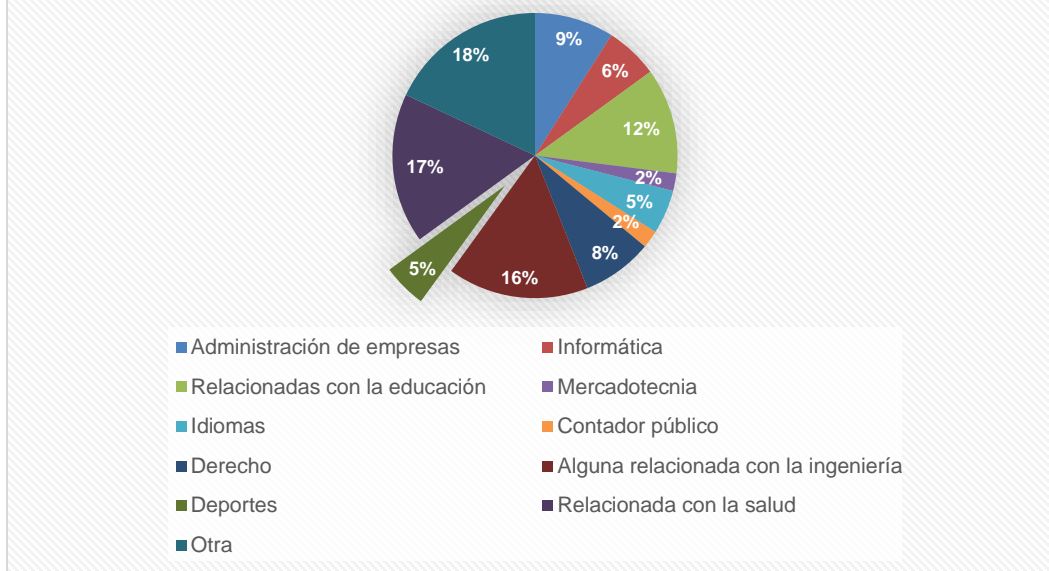
Para este estudio se realizó un sondeo con el 0.05% de la población total de los estudiantes de bachillerato en el Estado del ciclo escolar 2014-2015. El total de alumnos inscrito fue un universo de 136 030 dividido en los tres semestres: segundo, cuarto y sexto, los cuales se encontraban distribuidos en 373 Bachilleratos. Se aplicaron 2 267 encuestas (54% a mujeres y 46% a hombres) a alumnos que estaban cursando el sexto semestre. Se aplicaron 794 en Mexicali, 680 en Tijuana, 226 en Playas de Rosarito, 454 en Ensenada y 113 en Tecate. Del cuestionario que consta de nueve preguntas se consideraron para este análisis cuatro: Al concluir tu bachillerato, ¿continuarás con tus estudios profesionales?, ¿Qué carrera te gustaría estudiar?, ¿Qué es lo más importante para ti, al momento de elegir una carrera? y ¿A qué institución te gustaría pertenecer?

En cuanto a la pregunta: Al concluir tu bachillerato ¿Continuarás con tus estudios profesionales?, el 94 % considera seguir estudiando y el 6% no.

Sobre la carrera que les gustaría estudiar, considera una carrera relacionada con la salud (17%), con la ingeniería (16%), con el área educativa (12%), al 9% le gustaría estudiar administración de empresas, al 6% Informática, un 5% idiomas, un 5% deportes y en una proporción del 2% mercadotecnia y contador público, el restante 18% contestó que estudiaría otra carrera.



FIGURA 12. ¿QUÉ CARRERA TE GUSTARÍA ESTUDIAR?



Fuente: Estudio de Factibilidad de la Carrera Licenciatura en Docencia de las Ciencias, realizado para la Facultad de Pedagogía e Innovación Educativa (FPIE) de la UABC (2015).

En la pregunta: ¿Qué es lo más importante para ti, al momento de elegir una carrera?, el 40% considera más importante las oportunidades de empleo, el 38% la meta personal, el 15% el desarrollo personal, el 4% por cuestiones económicas y el restante 3% por otras razones.

Las respuestas a la pregunta: ¿A qué institución te gustaría pertenecer? fueron las siguientes: Al 72% le gustaría estudiar en la UABC, el 7% en la Escuela Normal, el 4% en el Tecnológico, el 2% en el Centro de Enseñanza Técnica y Superior (CETYS), el 1% en el Universitario de Tijuana (CUT) y el 14% restante dio otra respuesta (Universidad Tecnológica de Tijuana, Universidad Xochicalco, Universidad Autónoma de Durango, aún no lo decide).

Con base en esta información, consideramos que la aceptación por parte de los estudiantes próximos a formarse como profesionistas sería positiva, esto si tomamos en cuenta que el 72% de los encuestados desea estudiar en la UABC y de ellos el 5% la LAFD. Es importante mencionar que el total de los potenciales a egresar de bachillerato en el ciclo 2014-2015 era de 16 323 y los encuestados 2 267.

Evolución de la matrícula de la LAFD de la UABC. El total de la matrícula de la Facultad de Deportes, en el ciclo escolar 2018-2, fue de 1 919 alumnos (Campus Mexicali 629, extensión campus Tijuana 794 y extensión campus Ensenada 506). En los últimos seis años (2012-2/2018-2) se ha presentado un importante incremento en el número de alumnos inscritos. A continuación, se presentan datos estadísticos de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar sobre la evolución de la matrícula durante el tiempo que lleva vigente el programa educativo de LAFD 2012-2.

**Tabla 4. Matrícula de la facultad de deportes por campus y periodo escolar**

PERIODO ESCOLAR	CAMPUS			TOTAL DE ALUMNOS
	Mexicali	Tijuana	Ensenada	
2012-2	440	654	391	1 485
2013-1	482	694	390	1 566
2013-2	495	718	399	1 612
2014-1	539	762	395	1 696
2014-2	552	789	430	1 771
2015-1	590	795	450	1 835
2015-2	636	809	447	1 892
2016-1	641	811	475	1 927
2016-2	644	797	461	1 902
2017-1	660	813	466	1 939
2017-2	638	798	498	1 934
2018-1	638	813	522	1 973
2018-2	629	794	506	1 929

Fuente: Elaboración propia con datos de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar, UABC.

Según se muestra, desde el ciclo en que fue implementado el programa educativo (2012-2) hasta el periodo 2018-2, la matrícula ha incrementado de 1 485 a 1 929, resultando en un incremento total de un 29.9% de la matrícula. Este aumento, es congruente con la política número uno del *Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023* de la UABC: Calidad y pertinencia de la oferta educativa, la cual tiene como estrategias fortalecer la oferta educativa de la licenciatura y posgrado; así como garantizar que esta oferta sea de calidad, propiciando que un número mayor de jóvenes pueda realizar sus estudios en la UABC.

De igual forma, se puede observar que, de acuerdo a la demanda por campus, la Facultad de Deportes ha incrementado el número de su matrícula de forma proporcional.

Demanda vocacional. Históricamente, esta facultad ha presentado una moderada demanda de aspirantes a ingresar en los diferentes campus. A continuación, se presenta informe de la demanda de la LAFD de 2014 hasta el proceso de selección institucional de aspirantes a ingresar a la Facultad de Deportes de 2018.

**Tabla 5. Demanda de la LAFD por proceso de selección institucional**

Campus	Demanda					
	2014/2015	2015/2016	2016/2017	2017/2018	2018/2019	TOTAL
Ensenada	210	217	208	170	152	<b>957</b>
Mexicali	358	324	344	327	289	<b>1 642</b>
Tijuana	667	708	724	693	597	<b>3 389</b>
<b>TOTAL</b>	<b>1 235</b>	<b>1 249</b>	<b>1 276</b>	<b>1 190</b>	<b>1 038</b>	<b>5 988</b>

Fuente: Elaboración propia con datos de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar, UABC.

Como se puede apreciar los distintos campus presentan tendencias distintas con el paso de los años. En el campus Mexicali ingresan en promedio, por ciclo escolar, entre 85 y 90 alumnos, en campus Tijuana entre 120 y 125 alumnos y en el campus Ensenada entre 65 y 70. Por lo anterior, se concluye que el programa educativo de la LAFD es pertinente, ya que ha existido una constante demanda educativa.

## **1.2 Estudio de referentes**

### **1.2.1 Análisis de la profesión y su prospectiva**

#### **Objetivo**

Analizar la profesión, su evolución y sus campos de acción a nivel nacional e internacional con el fin de fundamentar la modificación o actualización del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

#### **Método**

El análisis de la profesión se efectuó mediante una investigación documental que permitió identificar el entorno de la profesión, sus campos y prácticas profesionales, su evolución y prospectiva. Para ello se revisó información y literatura de fuentes y bases de datos nacionales e internacionales, así como información de la profesión a que hace referencia el programa educativo, esto es, descripción de la profesión, entorno de la profesión, campos de acción y prácticas profesionales, profesiones afines, evolución y prospectiva. Se analizan los diversos aspectos de la profesión que puedan fundamentar la necesidad e importancia de modificación o actualización del programa educativo.

#### **Resultados**

Corrientes, concepciones, objetivos, temas, estrategias, cuestiones en general que hacen a la educación física y el deporte, se han globalizado en los últimos años. Ejemplo de éstos son el entrenamiento deportivo, actividad física, actividad física recreativa, actividad física para la salud y la psicomotricidad, entre otros; mismos que han vivido cambios y adaptaciones funcionales para seguir los rumbos de la humanidad (López, 2002).

Esto ha motivado a las distintas instituciones de nivel superior a dirigir y a cubrir la demanda de los programas educativos y curriculares. El profesional del área de la actividad física y el deporte cada vez está más posicionado en la sociedad, atendiendo el área de la actividad física para la salud, el entrenamiento deportivo y el desarrollo de eventos deportivos para la atención del ocio y el tiempo libre. En México se cuenta con

60 carreras universitarias relacionadas con la cultura física, con enfoque al deporte (10), educación física (37) y gestión deportiva (13) (Educaedu, 2018).

Según la UNESCO, la tecnología es conceptualizada como el proceso científico y creativo que permite utilizar herramientas, recursos y sistemas para resolver problemas y promover el control del entorno natural y artificial en un intento por mejorar la condición humana. En este sentido, el desarrollo científico y tecnológico en el área de la actividad física y el deporte se puede comprender desde cuatro líneas diferentes: Entrenamiento deportivo, actividad física para la salud, educación física y la gestión deportiva (López, 2002).

En el área del entrenamiento deportivo se ha innovado en el uso de equipos que puedan evaluar las capacidades físicas de los atletas, además de poner a prueba diferentes tipos de entrenamiento, por ejemplo, los de alta intensidad interválicos, con la finalidad de incrementar el rendimiento físico de los deportistas y así mejorar sus resultados en cada disciplina (Engel et al., 2018).

Con respecto a la actividad física para la salud, la investigación se ha enfocado en estudiar la efectiva prescripción del ejercicio a diferentes tipos de poblaciones con el fin de atenderlas y a través de la actividad física mantener o recuperar su salud (Wormgoor et al,2018).

En el área de la educación física, las investigaciones se inclinan en el análisis de las sesiones para identificar las intensidades y volúmenes de trabajo, así como las estrategias empleadas para tener un impacto mayor en el desarrollo psicomotor, la adherencia hacia la actividad física y analizar su impacto en el desarrollo integral del niño (Eisele et al., 2018).

Por otra parte, en el área de la gestión deportiva, el objetivo ha sido desarrollar las competencias de emprendimiento en los alumnos, para que sean capaces de organizar eventos en el área de la actividad física y deporte para satisfacer las necesidades de una sociedad demandante (Toril & Valenciano, 2011; Jiménez Sáez & Arroyo Vázquez, 2009).

Con las tecnologías de la información y comunicación (TIC), desde el surgimiento de internet, la difusión e intercambio de los conocimientos han acortado las distancias en el mundo. Hoy en día se tiene fácil acceso a artículos científicos publicados en diversos países. Las TIC son utilizadas tanto para divulgar y propagar los nuevos métodos de trabajo físico y prácticas deportivas como para mejorar la calidad de formación de los profesionistas de la actividad física y el deporte. Un recurso indispensable para la educación son las aplicaciones (Apps) que facilitan el proceso enseñanza aprendizaje. Entre sus ventajas encontramos la comunicación en tiempo real entre docentes y alumnos y la distribución de tareas y recursos didácticos, así como el de invertir menos tiempo en el aula a través de cursos en línea. Unas de las herramientas que permite crear un aula virtual son Blackboard y Classroom, que permiten crear y administrar un curso al cual tienen acceso los alumnos de manera remota utilizando el internet.

Los campos de acción a nivel nacional son en la prescripción de ejercicio en el deporte, prescripción de ejercicio para la educación física, prescripción de ejercicio para la rehabilitación física, prescripción de ejercicio para la salud, y dirección de centros deportivos. Mientras que, a nivel internacional, se pueden insertar como preparadores físicos, entrenadores deportivos, profesores de educación física, administradores deportivos, entrenadores personales, siempre y cuando obtengan una certificación internacional para tal efecto, que otorgan organismos como la American Collage of Sport Medicine, o el European College of Sport Science.

Entre las profesiones afines podemos mencionar:

- Terapeuta deportivo: previenen lesiones y ayudan a los deportistas a recuperar su pleno rendimiento después de una lesión.
- Profesor de educación física: enseñan diferentes disciplinas deportivas de interior y al aire libre, individuales y colectivas, en los diferentes niveles educativos.
- Entrenador deportivo: enseñan las habilidades y técnicas de uno o varios deportes. El objetivo es desarrollar la capacidad, la técnica y el rendimiento.
- Nutriólogo: Realiza la evaluación y orientación de la alimentación saludable de las personas y grupos sociales.

- Psicólogo: Conoce el carácter de las personas y comprender las causas de su comportamiento.

En cuanto a la evolución de la profesión, de acuerdo con información de la Escuela Superior de Educación Física, (ESEF, s.f.) fue por recomendación de los Ministerios de Guerra y Marina que el Presidente de la República, General Porfirio Díaz, fundara en 1908 la Escuela Magistral de Esgrima y Gimnasia. La finalidad de ésta fue la de formar, en un periodo de 3 años, profesores con grado de Teniente, para ser incorporados a las corporaciones militares y escuelas oficiales para impartir la enseñanza y práctica de la esgrima, tiro, gimnasia, entre otras actividades de instrucción militar. Las asignaturas cursadas eran: manejo de florete, sable y espada de combate, así como la gimnasia sueca y anatomía.

En 1923, la Secretaría de Educación Pública, a través de la Dirección General de Educación, creó la Escuela Elemental de Educación Física (ESEF). En ese tiempo, se otorgaron los primeros títulos de profesor de educación física a jóvenes sobresalientes en el deporte a los cuales se les aplicaba un examen a título de suficiencia, para posteriormente ser contratados como maestros de la misma escuela. En 1927, se estableció como requisito de ingreso, el haber culminado la educación secundaria y disponer de tiempo completo para cumplir adecuadamente con las actividades escolares. Terminología y Gimnasia, Calistenia, Gimnasia rítmica, Cinesiología, Teoría de la educación física, Anatomía, Fisiología e higiene, Deportes de campo y Atletismo, Aparatos, Baile estético, Deporte de salón y Atletismo y Psicología, entre otras asignaturas, integraban el plan de estudios de esta carrera. Desapareció oficialmente el 11 de marzo de 1927. (ESEF, s.f.)

Posteriormente, en 1936, con el objetivo de formar maestros especialistas dentro de las tendencias socio-políticas que favorecieran principalmente a las grandes masas trabajadoras de la ciudad y del campo, se fundó la Escuela Normal Premilitar de Educación integrada a la Secretaría de la Defensa Nacional. Después fue incorporada a la Dirección General de Educación Física y Enseñanza Premilitar; luego al Departamento de Enseñanza Normal y Urbana; fue hasta el año de 1947 que pasó a manos de la SEP

con el nombre de Escuela Normal de Educación Física cambiando su denominación en 1949 a Escuela Nacional de Educación Física (ESEF, s.f.).

En 1956 se fundó la Escuela de Educación Física en la Universidad Autónoma de Chihuahua (UACH), misma que otorgaba el título de Técnico en Educación Física, cuyo nivel de ingreso era el de secundaria. En 1980, con el aumento del nivel de ingreso de preparatoria, en la UACH, empezó a otorgar el título de Licenciado en Educación Física. Fue hasta 1984 que pasó a ser Escuela Superior de Educación Física, hoy Facultad de Ciencias de la Cultura Física (UACH, 2015).

En el estado de Nuevo León, en los años 70s y 80s, en cuanto al deporte, reinaba la improvisación, debido a que los profesores de educación física realizaban acciones en la promoción, administración, organización, desarrollo y entrenamiento del deporte. En ciertos casos la responsabilidad del deporte era dada a profesionistas de otras ciencias del conocimiento o ex deportistas que eran designados para las jefaturas de deporte de entonces. Ante esta problemática la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL), en 1974, abre la Licenciatura en Organización Deportiva para formar a personas preparadas para organizar el deporte y que también tuvieran herramientas para educación física, el entrenamiento y la salud (UANL, 2018).

En el año de 2003 se funda la Escuela de Deportes de la Universidad Autónoma de Baja California, naciente de un Departamento de Actividades Deportivas y Recreativas (DADYR) de esta universidad, ofreciendo el programa de estudios en Licenciatura en Actividad Física y Deporte en los campus de Ensenada, Mexicali y Tijuana; misma que tiene como propósito formar profesionistas que apliquen los conocimientos científicos, tecnológicos y de administración para solucionar problemáticas de su disciplina (UABC, 2012).

En cuanto a los campos de acción de la profesión, se plantean dentro del sector público, social, productivo y profesional independiente como: Promotor de la actividad física y el deporte; desarrollador y administrador de programas de deporte y actividad física; el área de la planificación, organización, dirección y evaluación de acciones a fin de proporcionar servicios de calidad; diseñar y dirigir programas de formación y capacitación de recursos humanos en las áreas de educación física, el deporte y la



recreación; elaborar diagnósticos y diseñar programas de prevención y rehabilitación de lesiones; organizar y participar en equipos multi e interdisciplinarios buscando la promoción y aplicación de acciones dirigidas a la prevención de enfermedades, conservación de la salud, así como participar en actividades de rehabilitación de los individuos a través de la actividad física.

La profesión, desde un enfoque prospectivo, considerando todos los aspectos de la globalización, deberá elaborar nuevas estrategias y propuestas aprovechando tanto los avances tecnológicos como las tecnologías de la información. En consecuencia, las instituciones de educación superior deben sostenerse con programas de calidad y revitalizar su misión y sus programas educativos para la formación de recursos humanos competentes para enfrentar los retos que plantea la profesión. “La Educación Física en América Latina debe formar nuevos perfiles profesionales con capacidad de aprender y emprender como única alternativa válida de participación en el futuro (López, 2002, pp 212-220).

### **1.2.2 Análisis comparativo de programas educativos**

#### **Objetivo**

· Realizar un análisis comparativo para identificar las mejores prácticas en los programas educativos afines a la Licenciatura en Actividad Física y Deporte nacionales e internacionales de acuerdo con criterios de calidad, trascendencia y reconocimiento.

#### **Método**

Se llevó a cabo una investigación documental para analizar la oferta nacional de programas educativos afines. Para ello, se eligieron programas educativos consolidados que gozan de prestigio nacional en calidad educativa. Se ingresó directamente en los sitios web donde exponen las características de sus programas, así como las competencias profesionales y el perfil de egreso. Primeramente, se analizó PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte de la UABC con la finalidad de identificar similitudes y diferencias con los otros programas. Asimismo, se analizaron la oferta de

cinco programas educativos pertenecientes a universidades nacionales y cinco programas educativos internacionales, identificando las diferencias entre uno y otro en cuanto créditos (Cr), duración del programa en semestres (Sem), cantidad de unidades de aprendizaje (UA) y perfil de egreso.

Con información de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar se realizó el análisis de la oferta, demanda y la evolución de estas desde que fue implementado el PE. Se tomó en cuenta la matrícula de los estudiantes durante los ciclos escolares 2012-2 al 2018-1, mientras que para la demanda se tomaron en cuenta los registros del año 2012 al 2017.

## **Resultados**

La Facultad de Deportes de la UABC oferta un programa educativo en Actividad Física y Deporte, en los campus Ensenada, Mexicali y Tijuana, el cual se encuentra constituido por 46 unidades de aprendizaje pertenecientes a distintas áreas de conocimiento, clasificadas de acuerdo a los contenidos y a la competencia que pretende desarrollar en el estudiante. Las áreas de conocimientos a las que pertenecen las asignaturas del PE son: Técnico-deportiva (53%), pedagógica (25%), biomédica (15%), administrativa (11%) y social-humanista (11%). La duración del programa es de ocho semestres y consta de 345 créditos. Con esta oferta, el estudiante tiene un perfil de egreso (UABC, s.f.) con las siguientes competencias:

- Evaluar y aplicar los procedimientos metodológicos de la actividad física o deporte, a partir de teorías pedagógicas y de entrenamiento técnico-táctico, para mejorar el grado de enseñanza y rendimiento físico de los diferentes tipos de población en el ámbito local, estatal, regional, nacional e internacional; con actitud objetiva, responsable, respetuoso de la condición física, y en general del individuo.
- Analizar y aplicar conocimientos teórico - prácticos de la educación física, en la educación básica, y en programas de atención especial, a través de las corrientes pedagógicas y con apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la salud, la práctica de la actividad física y la integración social, con objetividad, disposición al trabajo interdisciplinario, respeto y tolerancia.

- Diseñar e implementar programas de actividad física y deporte sustentable, deporte extremo, ocio y ocupación del tiempo libre, acorde a las necesidades del contexto y sus recursos, mediante la aplicación de fundamentos de promoción y gestión, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creativa, responsable y respeto por el medio ambiente.
- Diseñar e implementar programas de prevención y rehabilitación física de las diferentes lesiones producidas por la actividad física o el deporte, con base en el diagnóstico médico y, considerando los recursos técnicos y físicos, para la recuperación de la salud y la reintegración del individuo a la actividad física; con actitud analítica, creativa y responsabilidad social.
- Formular y evaluar organizaciones de actividad física y deporte, mediante la aplicación de las teorías de la administración, para proponer soluciones en áreas de oportunidad que permitan ampliar la oferta de programas y asegurar las necesidades de su contexto, en el ámbito local, estatal, regional y nacional, con actitud proactiva, innovadora, disposición al trabajo interdisciplinario, honesta, responsable y respeto al medio ambiente.

En alusión a lo anterior, se analizan distintos programas educativos afines al de la Facultad de Deportes de la UABC, los cuales han sido tomados como referencia por la calidad de sus programas ya que han sido acreditados por el Consejo Mexicano para la Acreditación de Programas Educativos de la Cultura de la Actividad Física (COMACAF), organismo con reconocimiento por el Consejo para la Acreditación de la Educación Superior, A.C. (COPAES), quien es la única instancia autorizada por la SEP para asegurar y consolidar la calidad educativa del tipo superior.

**Tabla 6. Programas afines a la LAFD**

Institución/Licenciatura	Sem	Cr	#UA	Perfil de Egreso
Universidad Autónoma de Nayarit/Cultura Física y Deporte (UAN, 2011)	8	324	46	Proponer, elaborar y dirigir programas de activación física que ayuden a prevenir enfermedades relacionadas con problemas de la obesidad, diabetes, cardiovasculares y crónicas degenerativas, a través del conocimiento de la psicología, morfología del cuerpo humano y nutrición, que le ayuden a mejorar la calidad de vida, utilizando las diferentes técnicas y métodos relacionadas con la actividad física que le permitan intervenir en el mejoramiento de la salud de la sociedad en general, con un sentido de responsabilidad, servicio, compromiso y respeto al individuo.  Prevenir, atender y tratar lesiones deportivas para un adecuado desarrollo de habilidades físicas y desempeño deportivo, mediante el conocimiento de la medicina y psicología del deporte que le faciliten el establecimiento de programas

Institución/Licenciatura	Sem	Cr	#UA	Perfil de Egreso
				<p>de trabajo físico y técnicas, en los ámbitos, social, educativo y deportivo, con un amplio sentido de responsabilidad, compromiso y respeto al individuo.</p> <p>Planear, dirigir y evaluar programas de actividades motrices que coadyuven al desarrollo de capacidades naturales del individuo con un enfoque constructivista, mediante el conocimiento de las etapas de desarrollo y crecimiento del individuo y el establecimiento de situaciones didácticas, que faciliten la aplicación de diferentes técnicas y métodos para el proceso de aprendizaje, permitiéndole ejercer su práctica en la educación básica, media superior y superior, actuando con responsabilidad y ética.</p> <p>Planear, dirigir, y evaluar sistemas de entrenamiento deportivos individuales y colectivos, para el mejoramiento de las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas a través de la sistematización del entrenamiento, en el sector público, privado y social, actuando con ética, responsabilidad y compromiso social.</p> <p>Participar en proyectos de investigación científica en materia deportiva que ayuden a conocer el biotipo del atleta a través del conocimiento del método científico y el manejo de métodos estadísticos que ayuden a mejorar el nivel metodológico deportivo involucrándose en el sector público, privado y social, lo cual se llevara a cabo con ética, responsabilidad, compromiso social, honestidad y respeto.</p> <p>Planear, organizar, dirigir y controlar recursos humanos y materiales, instalaciones, clubes y direcciones de deportes que contribuyan optimizar el manejo de recursos que intervienen en el proceso deportivo; con un conocimiento del proceso administrativo y el manejo de las relaciones humanas, pudiendo desempeñarse en el sector público, privado y social, actuando con ética, honradez, sinceridad, sentido de servicio y responsabilidad profesional.</p>
Universidad Autónoma de Nuevo León/Ciencias del Ejercicio (UANL, 2018)	9	198	62	<p>Los egresados de la Licenciatura en Ciencias del Ejercicio son seres humanos con un perfil amplio que pueden fungir como entrenadores deportivos que contribuyan al fomento y práctica de las diferentes disciplinas deportivas; como docentes de educación física en todos los niveles del sistema educativo mexicano y como administradores para dirigir y organizar eventos deportivos, empresas deportivas y equipos profesionales; fomentando la recreación, calidad de vida y desarrollo integral, cubriendo de esta manera los intereses y necesidades de toda la población.</p>
Universidad Autónoma de Chihuahua/Educación Física (UACH, 2018)	8	348	54	<p>El egresado de la Licenciatura en Educación Física es un profesional que tiene como responsabilidad promover la enseñanza y práctica de la educación física, el deporte y la recreación. Es capaz de abordar la problemática que se le presente en su quehacer profesional, evidenciando una actitud ética, analítica, crítica y resolutive.</p> <p>Está preparado para diseñar y aplicar los principios, métodos y técnicas necesarias para la enseñanza sistemática y metodológica de la actividad física, las cuales se establecen en los planes y programas de los diferentes niveles educativos. Es capaz de desarrollar competencias básicas, profesionales y específicas, que le permiten interactuar con grupos inter y multidisciplinarios, al participar en el desenvolvimiento integral del individuo, en la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y su rehabilitación física, contribuyendo en la calidad de vida de individuos, grupos y colectividades.</p> <p>Identificado con los campos de educación y salud, el profesional en Educación Física puede desempeñarse en instituciones públicas y privadas de los sectores educativo, deportivo, salud, asistencial, productivo, y en todos los espacios donde se promueva y enseñe la actividad física. El profesional en educación física reconoce como objeto de estudio "El hombre en movimiento".</p>
Universidad Autónoma de Chihuahua/Motricidad Humana (UACH, 2018)	8	345	66	<p>Favorecer una actitud ética, humanitaria, positiva y solidaria hacia grupos en riesgo y sus familias, reconociendo las limitantes dentro del proceso de la patología, la discapacidad y envejecimiento, identificando las líneas de acción en beneficio de estos grupos.</p> <p>Interactuar en grupos inter y multidisciplinarios, con acciones de promoción y prevención de la salud operando planes de actividad físico-recreativa como medio de salud y de mejora de la calidad de vida de los grupos en riesgo.</p> <p>Investigar las situaciones problemáticas presentadas en la interacción con el entorno social de los grupos en riesgo con actitudes éticas, analíticas, críticas y resolutive.</p>

Institución/Licenciatura	Sem	Cr	#UA	Perfil de Egreso
				Diseñar, aplicar y evaluar programas de ejercicio físico, rehabilitación y recreación, promoviendo además estilos de alimentación saludables, a partir del diagnóstico en torno a las características biopsicosociales de los grupos en riesgo.
Universidad de Guadalajara/Cultura Física y Deportes (U de G, 2016)	8	412	84	<p>Ejercer como docente altamente calificado en el área de la educación física dirigido a individuos de todas las edades, así como en los diversos niveles escolares (primaria, secundaria, preparatoria y nivel superior) y en cualquier grupo social.</p> <p>Realizar funciones de entrenador en el campo del atletismo, natación, gimnasia, basquetbol, futbol, béisbol, voleibol, acondicionamiento físico y recreación física, así como otros deportes que en el futuro adopte la carrera</p> <p>Actuar como administrador optimizando los recursos humanos y materiales, elaborando programas deportivos, realizando planificación en las instituciones y organizaciones deportivas y diseñando programas especiales para la masificación del deporte.</p> <p>Realizar investigación científica en el campo de la educación física y del deporte.</p> <p>Valorar la importancia de la educación física y deportes para el desarrollo integral del individuo, incidiendo en las masas populares de tal forma que desarrollen una verdadera labor social.</p>

Fuente: Elaboración propia con datos de las páginas web de las IES nacionales consultadas.

La Universidad Autónoma de Nayarit (UAN), a través de su Unidad Académica de Salud Integral, oferta la Licenciatura en Cultura Física y Deporte, la cual presenta algunas diferencias conceptuales en lo que llaman “líneas de formación”, las cuales son: administración deportiva, salud integral, docencia física y entrenamiento deportivo. Se puede observar en la fuente analizada, que no exponen porcentaje de asignaturas de acuerdo a cada línea de formación, sin embargo, si manifiestan claramente su perfil de egreso (UAN, 2011).

El perfil de egreso de la UAN aparentemente describe mayores competencias de sus estudiantes que los de la UABC, no obstante, de acuerdo a las áreas de conocimientos y las asignaturas que se imparten, en la LAFD también se fortalecen las competencias descritas en el perfil de egreso de esa institución, por lo que se debe considerar que es importante describir con mayor especificidad nuestro perfil de egreso.

Por otro lado, la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL), a través de la Facultad de Organización Deportiva, oferta la Licenciatura en Ciencias del Ejercicio, la cual permite al egresado fungir como entrenador deportivo, docente de educación física en todos los niveles del sistema educativo mexicano y como administrador para dirigir y organizar eventos deportivos, empresas deportivas y equipos profesionales. Tiene una duración de nueve semestres que pueden ser cursados de manera escolarizada o no

escolarizada (UANL, 2018). Esto, podría ofrecer una ventaja en matrícula sobre la Lic. en Actividad Física y Deporte de la UABC, ya que además de la matrícula presencial también poseen alumnos en modalidad no escolarizada.

Lo anterior, vislumbra la importancia de incursionar en modalidades, además de la presencial, en la mixta o semipresencial que es aquella que combina las diversas modalidades educativas existentes para alcanzar el aprendizaje deseado y la no presencial que se desarrolla fuera de las aulas y es susceptible de ajustarse a las disponibilidades y necesidades de cada alumno con base en programas de educación abierta o a distancia que permitan brindar mayor cobertura a quienes demandan ingreso al programa de la LAFD.

La Universidad Autónoma de Chihuahua, a través de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física, oferta dos PE afines al de la Facultad de Deportes de la UABC. La Licenciatura en Educación Física y la Licenciatura en Motricidad Humana, mismas que los alumnos eligen después de cursar el primer año (tronco común). En ambos programas es necesario completar 345 créditos para tener derecho a la titulación (UACH, 2017).

Por último, se analizó la oferta de la Universidad de Guadalajara, institución que a través del Centro Universitario de Ciencias de la Salud con sede en Guadalajara y su Centro Universitario de la Costa con sede en Puerto Vallarta (U de G, 2016), oferta la Licenciatura en Cultura Física y Deportes la cual cuenta con diferentes áreas de formación: a) Básica común, b) Básica particular obligatoria, c) Básica particular selectiva, d) Especializante selectiva, e) Formación optativa abierta, aunque presenta, en comparación con nuestro plan de estudios, una sobrecarga académica en cuanto a créditos con 412 y unidades de aprendizaje con 84. El perfil de egreso se basa en educación física, entrenamiento deportivo y rehabilitación física. Una de las ventajas del mapa curricular es que llevan más unidades de aprendizaje médicas que no se ofertan en nuestro plan de estudios. Materias importantes como: bases genéticas de la actividad física y la salud, primeros auxilios en la actividad física y el deporte, biología molecular, dopaje y ergogenia masoterapia y vendajes funcionales, medicina del deporte,

prescripción del ejercicio en la enfermedad crónica y rehabilitación de lesiones deportivas (U de G, 2016).

En el análisis de los programas educativos afines en nuestro país, con respecto a la distribución de horas teóricas y prácticas, se puede observar que la mayoría se apegan al Sistema de Asignación y Transferencia de Créditos (SATCA) propuesto por la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES, 2007), a diferencia de la UABC que sigue con la forma de asignación de créditos de los acuerdos de Tepic de 1972, donde se especifica que la cantidad mínima de créditos acumulada, considerada para el nivel de Licenciatura, debe ser mínimo de 300.

Por otro lado, de acuerdo a las características de las unidades de aprendizaje por etapas de formación académica, se pudo constatar que todos los programas educativos, al igual que el de la LAFD de la UABC, tienen inmersa una etapa de formación básica en la que a nivel general se tratan tópicos de iniciación a la disciplina. Los programas educativos consultados declaran que en la etapa básica se integran unidades de aprendizaje con orientación transversal para darle al estudiante herramientas relacionadas con competencias para la comunicación oral y escrita, para la formación y fortalecimiento de valores y en otro idioma, así como habilidades para el aprendizaje autónomo y autoaprendizaje que favorezcan la interdisciplinariedad con otras áreas de estudio.

En la etapa de iniciación a la disciplina se integran contenidos teóricos y prácticos para fortalecer el abordaje de diferentes áreas específicas a las ciencias de la cultura física y deporte que son: docencia o pedagogía de la educación física, práctica y enseñanza de actividades físico-deportivas, práctica y enseñanza de actividades recreativas y conocimientos biomédicos. Para finalizar, en la etapa de formación terminal, se fortalece la participación de los estudiantes al realizar prácticas profesionales y proyectos de vinculación con organizaciones públicas, privadas y de servicios donde se busca reforzar los conocimientos teórico-prácticos e instrumentales específicos de la profesión. Sin embargo, cada uno de los programas educativos responde a un contexto regional o local para la formación de los estudiantes, ya que las universidades también cuentan con un perfil diferenciado, que se puede alcanzar con unidades de aprendizaje

optativas sin definir, optativas deportivas, optativas social-humanistas, optativas de investigación y fortalecimiento curricular.

Con base al análisis, se concluye que las instituciones que a través de sus unidades académicas ofertan PE afines al de Licenciatura en Actividad Física y Deporte de la Facultad de Deportes de la UABC, tienen una similitud importante en esencia, contenidos, perfil de ingreso y egreso, sin embargo, también es posible denotar que se pueden realizar distintas acciones aplicables a este contexto para impulsar el desarrollo de los estudiantes e incrementar la calidad educativa.

Por otro lado, es conveniente comentar que las universidades aquí presentadas ubican a sus programas dentro del área de la salud, acorde a la clasificación por áreas del conocimiento de ANUIES, al igual que los CIEES en el comité de ciencias de la salud, mientras que la UABC le crea un área específica de deportes.

A continuación, se analizan distintos programas educativos de universidades extranjeras afines al de LAFD de la Facultad de Deportes de la UABC, los cuales han sido tomados como referencia tanto por su reconocimiento a la calidad de sus programas, como por pertenecer a instituciones de educación superior internacionales, como se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 7. Programas educativos de universidades extranjeras afines al de LAFD**

Institución/Licenciatura	Sem	Créditos	#UA	Perfil de Egreso
Universidad de Antioquia, Colombia/Educación Física (UAC, 2019)	10	179	44	Formar profesionales con capacidad para crear y difundir conocimientos, procedimientos y actitudes relacionadas con el proceso de construcción, educabilidad enseñabilidad de la motricidad, en la perspectiva del desarrollo humano, científico y cultural, lo cual permitirá gestar procesos pedagógicos en el campo de la educación física escolar, el entretenimiento deportivo, la motricidad comunitaria y la administración deportiva.
Universidad de Santiago de Chile/Ciencias de la Actividad Física-Entrenador Deportivo (USACH, 2012)	10	Sin información	75	El/la profesional estará capacitado para desempeñarse en el ámbito deportivo en todos los grupos de edades, desde la iniciación, especialización, rendimiento y mantención deportiva en lugares, como Escuelas Deportivas, actividades extraprogramáticas en colegios, gimnasios, universidades, municipalidades, empresas y clubes deportivos, federaciones, como también en programas deportivos gubernamentales y personalizados. El Entrenador Deportivo planifica, dirige y evalúa el proceso de entrenamiento deportivo en todas las etapas de



Institución/Licenciatura	Sem	Créditos	#UA	Perfil de Egreso
				formación del deportista, aplicando los principios psicológicos, biomecánicos psicológicos y sociales, con marcado liderazgo y capacidad de trabajo en equipos multidisciplinares. Asimismo, durante su ejercicio profesional promueve en sus dirigidos la formación de hábitos perdurables y autónomos de la práctica de la actividad física y deportes, así como el desarrollo de valores como el respeto, la voluntad y la autocrítica.
Universidad Austral de Chile/Pedagogía en Educación Física, Deporte y Recreación (UACH, 2018)	10	Sin información	70	Planificar, gestionar, ejecutar y evaluar procesos educativos, técnicos, deportivos y recreativos. Tener una visión global e integradora del ser humano, comprometido con su entorno social, natural y cultural. Orientar todas las acciones educativas, pedagógicas y especialidades hacia la mejora de la calidad de vida y salud de las personas. Hacer uso de herramientas científicas que le permitan investigar en el ámbito educativo, pedagógico y de especialidad. Comprender y actuar de manera inter-especializada en los ámbitos de su quehacer profesional.
Universidad de Alicante, España/Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (UAE, 2018)	8	240	38	Adquirir y aplicar la formación científica del campo de conocimiento de actividad física y al deporte desarrollando competencias para la adaptación a nuevas situaciones, resolución de problemas y aprendizaje autónomo. Comunicar y argumentar el conocimiento de forma oral y escrita integrando las tecnologías de la información y comunicación (TIC) en el ámbito de la comunicación en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Diseñar, implementar y evaluar procesos, programas y proyectos de calidad relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales, contextuales y de diversidad en el campo de la docencia, el entrenamiento, la promoción de la salud y la recreación. Desarrollar habilidades de relación interpersonal, trabajo en equipo y liderazgo en el ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional desarrollando hábitos de excelencia y calidad en el ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
Universidad de Las Flores, Argentina/Licenciatura en Actividad Física y Deporte. (ULFA, 2018)	8	Sin información	54	Capacidad para planificar, organizar y conducir planes, programas y proyectos de actividades físicas y deportes, con énfasis en la orientación elegida, en los ámbitos públicos y privados. Fundamentación científica y pedagógica que, desde una perspectiva crítica, le posibilita ser innovador y creativo en el desempeño profesional. Sensibilidad social para convertirse en factor de cambio y mejora de la calidad de vida de todos los sectores de la sociedad, a través de la educación física y de las actividades físicas y deportivas. Formación como investigador de las prácticas profesionales de su campo de actuación. Marcado conocimiento teórico y didáctico, propio de la orientación elegida.

Fuente: Elaboración propia con datos de las páginas web de las IES internacionales consultadas.

El programa ofrecido por la Universidad de Antioquia en Colombia fue diseñado para la formación de la Licenciatura en Educación Física, se considera como un proceso de formación profesional que consta de tres etapas: básica, específica y de énfasis, a partir de las cuales el estudiante conoce y desarrolla habilidades y actitudes propias de

la educación física en un contexto universal y particular de la motricidad humana, con capacidad de indagar, comprender y explicar en forma reflexiva, crítica y comprometida los problemas curricularmente abordados a nivel colectivo e individual. El pregrado es la base a partir de la cual el profesional de la educación física, tomando como punto de partida los énfasis optados, construye los fundamentos teóricos y prácticos que le permiten continuar perfilándose hacia la investigación a través de los estudios de especialización, maestría y/ o doctorado.

La Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Santiago de Chile (USACH) oferta la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física, que permite al estudiante egresar con el perfil de entrenador deportivo. Tiene una duración de cinco años y una vez finalizada, y de forma opcional, se puede optar por el título de profesor de educación física y/o terapeuta en actividad física y salud. El plan de estudios de esta licenciatura tiene ciertas diferencias al plan de estudios de nuestra unidad académica, por ejemplo: llevan cuatro materias relacionadas a la técnica y análisis del movimiento, la materia de psicología del deporte se oferta un semestre más tarde, un año de inglés instrumental dentro del mapa curricular y una oferta de doce materias del área biomédica de manera obligatoria (fundamentos biológicos de la motricidad humana, anatomía general uno y dos, fisiología general y de sistemas uno y dos, neurofisiología uno y dos, fisiología del ejercicio uno y dos, primeros auxilios y RCP (reanimación cardiopulmonar), nutrición y nutrición orientada al deporte). Además, el mapa curricular sólo tiene dos etapas: básica (de primero a sexto semestre) y profesional (de séptimo a décimo semestre). En la etapa básica los alumnos tienen el mayor porcentaje de práctica y en la profesional lo teórico (USACH, 2012a, 2017b).

La Universidad Austral de Chile cuenta con un tronco común de cuatro semestres, que permite graduarse como bachiller en humanidades y ciencias sociales. Posteriormente se puede seguir estudiando la Licenciatura en Educación, con una duración de cuatro semestres extras, con la opción de estudiar dos semestres más para obtener el título profesional de Profesor en Educación Física, Deporte y Recreación. Una ventaja de esta universidad es que con cuatro semestres cursados y aprobados el estudiante que deba retirarse lo hará con grado de bachiller, colocándolo en una mejor

condición para la competencia laboral. La licenciatura lleva más práctica en distintas actividades físicas las cuales pueden ser deportivas, artísticas y recreativas, aunque no le dan seguimiento directo a ninguna. Cursan sólo una materia enfocada en la investigación, al igual que de teoría del entrenamiento, ambas en octavo semestre. En su plan de estudio llevan durante los primeros dos semestres comunicación en lengua inglesa que podría ayudar a consultar fuentes científicas actuales en esa lengua. Cabe mencionar que la Facultad se encuentra acreditada por la Agencia A&C (UACH, 2014).

La Universidad de Alicante en España ofrece la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. El programa se encuentra estructurado por una formación básica obligatoria en la que se abordan las manifestaciones de la motricidad y los fundamentos de los deportes y una formación obligatoria de carácter específico que contiene: actividad física y calidad de vida; entrenamiento deportivo; docencia en educación física; gestión deportiva y recreación. Así mismo se ofertan 10 asignaturas de carácter optativo (60 créditos) de las cuales 12 créditos están relacionados con contenidos lingüísticos y de competencias transversales, y el resto asociados a las principales salidas profesionales. De entre toda esta oferta de optatividad el alumno deberá cursar un total de 30 créditos.

La Universidad de Las Flores en Argentina ofrece la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. El programa tiene una duración de 4 años y está estructurado con base en 12 unidades de aprendizaje en cada uno de ellos incorporando asignaturas muy similares a las de la LAFD adicionando dos niveles de informática y dos niveles de inglés. Dentro de su perfil destaca la investigación en el área.

Los planes de estudios internacionales, analizados en esta investigación, tienen una duración de entre ocho y diez semestres. Los objetivos, créditos, perfil profesional y de egreso son muy similares al nuestro. Sin embargo, algunos planes de estudio tienen un tronco común y después del quinto semestre se comienza a estudiar en un área en específico. Entre esas áreas de estudio se encuentra la educación física, entrenamiento deportivo y ejercicio para la salud y terapia física.

Para que un estudiante se pueda matricular en alguno de los programas educativos a internacional, los criterios de selección varían de acuerdo a la institución,

no obstante, de manera general los perfiles de ingreso de todas las instituciones al igual que el nuestro, señalan que los aspirantes a cursar un pregrado en ciencias del deporte muestran gran interés por el deporte y aptitud para el estudio de ciencias relacionadas con la salud, biología humana, psicología, administración y pedagogía. El periodo de tiempo para obtener un título de pregrado suele ser de tres o cuatro años, con opción de cursar uno o dos años más para obtener un posgrado. Generalmente, las estrategias de enseñanza se llevan a cabo a través de conferencias y seminarios, sesiones de laboratorio (cuando se estudia la fisiología del ejercicio y la biomecánica); sesiones prácticas (en gimnasios, salas deportivas, piscinas, canchas y campos deportivos); e investigación y estudios independientes. En cuanto a los perfiles de egreso, al igual que el nuestro, señalan que los estudiantes deberán desarrollar conocimientos teóricos junto con destrezas prácticas aplicadas. De igual forma, todos los programas educativos establecen como requisito para obtener un título, el escribir una disertación y/o conducir un pequeño protocolo de investigación independiente para presentar un trabajo terminal de tesis, lo que podría ser conveniente considerar en nuestro programa en búsqueda de promover la investigación.

Los programas educativos en ciencias del deporte, ofertados por las instituciones de educación superior, se enfocan en estudios multidisciplinarios que se basan en áreas de estudio como la bioquímica, fisiología y la biomecánica para evaluar lo que ocurre metabólicamente y funcionalmente en un deportista o practicante de actividad física, al igual que nuestro programa; la formación de entrenadores personales, fisioterapia y consultoría nutricional para instruir a los atletas y practicantes de actividad física sobre composición corporal, prevención y tratamiento de lesiones, el consumo de productos ergogénicos, así como llevar una alimentación balanceada; la administración, gestión empresarial y deportiva para entender los aspectos financieros y operacionales de la industria deportiva y del ocio o recreación; la pedagogía con énfasis en la educación física a nivel básico y secundario en un ambiente de escuela pública o privada que es considerado también en nuestro programa; la psicología para analizar el papel de factores anímicos y motivacionales en el rendimiento deportivo y práctica de la actividad física, lo cual no lo considera nuestro programa y sería importante para ser incorporado en el mismo.

Con base tanto en los programas nacionales como internacionales es conveniente considerar la incorporación de perfiles profesionales electivos en la etapa profesional de nuestro programa, donde el estudiante opte por alguno de ellos como podrían ser promoción de la salud, entrenador deportivo, docencia, gestión deportiva, recreación, entre otros.

Como resultado de este estudio comparativo, se identificaron las tendencias de programas educativos de actividad física y deporte que fueron resultado de las implicaciones en la transformación de la calidad de vida en la población. El análisis de los programas de actividad física y deporte en instituciones nacionales e internacionales establecen parámetros de actividad física y deporte a nivel local e internacional; además de formar profesionales que generen estrategias para reducir las tasas de morbilidad derivadas de las enfermedades no transmisibles. Sin embargo, la ausencia de planes e intervenciones nutricionales, sumada a la falta de actividad física regular, son los principales componentes para el desarrollo de enfermedades no transmisibles, que están contribuyendo al aumento en las tasas de mortalidad y que deberían de ser sin duda incorporados a los programas como el de la LAFD.

### **1.2.3 Análisis de organismos nacionales e internacionales**

#### **Objetivo**

Analizar los referentes nacionales e internacionales que señalan competencias, contenidos de dominio y prácticas que deben cubrirse para apoyar la modificación o actualización del plan de estudios de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

#### **Método**

Para este análisis se realizó una investigación documental donde se consultaron, de manera electrónica, los requerimientos de organismos acreditadores nacionales como el Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física, A.C (COMACAF), reconocido por el Consejo para la Acreditación de la Educación Superior, A.C. (COPAES)

## Resultados

El Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física A.C. (COMACAF), es una asociación de profesionistas del área de la cultura física de distintas regiones de México y tiene como misión la acreditación y reacreditación de los programas académicos de la enseñanza de la cultura de la actividad física de las instituciones de educación superior, nacionales y del extranjero. COMACAF es reconocido como organismo acreditador por el COPAES, asociación civil, sin fines de lucro, que actúa como la única instancia autorizada por la Secretaría de Educación Pública (SEP), para conferir reconocimiento formal y supervisar a organismos acreditadores (COMACAF, 2018).

El análisis de los requerimientos COMACAF, establece las categorías que son los rubros a valorar con un enfoque sistémico. Estas categorías integran un conjunto de criterios, indicadores y estándares sujetos a análisis para emitir un dictamen. De esta forma las 10 categorías que se definen son: Personal académico; estudiantes; plan de estudios; evaluación del aprendizaje; formación integral; servicios de apoyo para el aprendizaje; vinculación–extensión; investigación; infraestructura y equipamiento; gestión administrativa y financiamiento, las cuales deben ser valoradas de acuerdo con las condiciones de operación del programa educativo en cada unidad académica. Es importante mencionar que actualmente el programa educativo de la LAFD 2012-2 se encuentra acreditado en nuestras unidades académicas con vigencia para Mexicali y Tijuana al 2020 y Ensenada al 2021.

**Tabla 8. Categorías e indicadores de COMACAF**

CATEGORÍAS	INDICADORES
Personal académico	Reclutamiento, selección, contratación, desarrollo, categorización y nivel de estudios, distribución de la carga académica, evaluación y promoción.
Estudiantes	Selección, estudiantes de nuevo ingreso, trayectoria escolar, tamaño de grupos, titulación y rendimiento escolar por cohorte generacional.
Plan de estudios	Fundamentación, normatividad para la permanencia, egreso, equivalencia y revalidación; contenidos, flexibilidad curricular, evaluación y actualización y difusión
Evaluación del aprendizaje	Metodología de evaluación continua, estímulos al rendimiento académico

Formación integral	Desarrollo de emprendedores, actividades culturales, actividades deportivas, orientación profesional, orientación psicológica, servicios médicos y enlace escuela-familia
Servicios de apoyo para el aprendizaje	Tutorías, asesorías académicas y biblioteca-acceso a la información
Vinculación extensión	Vinculación con los sectores público, privado y social, seguimiento de egresados, intercambio académico, servicios social, bolsa de trabajo y extensión
Investigación	Líneas y proyectos de investigación. Recursos para la investigación, difusión de la investigación e impacto de la investigación
Infraestructura y equipamiento	Infraestructura y equipamiento
Gestión administrativa y financiera	Planeación, evaluación y organización, recursos humanos administrativos, de apoyo y servicios y recursos financieros

Fuente: Elaborado propia con información sobre la metodología proceso e instrumentos de evaluación de COMACAF, 2018.

Las categorías e indicadores que revisan los CIEES durante la evaluación de un programa son, en términos generales, similares a los que utilizan COMACAF y otros organismos evaluadores y acreditadores nacionales y extranjeros.

Una vez realizado el análisis de los criterios de (COMACAF), aplicado al programa educativo de la LAFD, y los resultados respecto al plan de estudios, se establecen como necesario formular de forma colegiada la misión, visión y objetivos del programa educativo. Además de elaborar la fundamentación específica de los planos (epistemológico, pedagógico, psicológico, axiológico y filosófico) que integran la estructura curricular, ya que la fundamentación que se presenta corresponde a la del Modelo Educativo general universitario. Por otro lado, se hizo la recomendación de hacer ejercicios por academia para analizar la planeación de la tarea docente (programas de unidades de aprendizaje) intercambio de experiencias, socializar con la comunidad (directivos, docentes y estudiantes) el plan de estudios, desde su fundamentación, formas de organización hasta su operación y evaluación, así como la desinformación en cuanto al modelo educativo institucional en estudiantes y profesores; además, de fortalecer el trabajo de las academias y dar seguimiento a la realidad en la promoción de aprendizajes en los estudiantes. Con el presente ejercicio de modificación del programa de la LAFD se busca atender las recomendaciones de COMACAF y que al iniciar la vigencia del mismo sean implementadas en su totalidad (ver anexo 1).

## **2. Evaluación interna del programa educativo**

### **2.1 Evaluación de fundamentos y condiciones de operación del programa educativo**

#### **Objetivo**

Evaluar los fundamentos y condiciones de operación del programa educativo de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte para sustentar la modificación o actualización de dicho programa según corresponda.

#### **Método**

Para la evaluación de los fundamentos y condiciones de operación del programa educativo se realizó una investigación documental y empírica, a través de las cuales se efectuó un análisis de la misión, visión y objetivos del programa, perfil de ingreso, perfil de egreso, matrícula total y de primer ingreso, presupuesto/recursos del programa, y estructura organizacional para operar el programa.

Se revisó el *Plan de Estudios 2012-2 de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte*, *Plan de Desarrollo de la Facultad de Deportes 2016*, así mismo se elaboró una encuesta para egresados, empleadores, profesores y alumnos del PE antes mencionado.

La muestra se calculó con base en la población de cada uno de los encuestados a través de la fórmula para muestras finitas con el 95% de confianza, donde se encuestó a 381 egresados de una población de 473 egresados, a 717 alumnos de una población de 1973 alumnos y 107 profesores de una población de 230. En todas las poblaciones se invitó al 100% de la población a contestar la encuesta digital por lo que sobrepasó el tamaño de la muestra requerida. En el caso de la encuesta de empleadores identificados, 73 contestaron en tiempo y forma la encuesta digital.

Se llevaron a cabo seis reuniones conformadas por el director, los subdirectores de cada municipio, coordinadores de formación básica, coordinadores de formación



profesional y vinculación académica, coordinadores de posgrado e investigación y un responsable de personal académico.

## **Resultados**

Propósitos del programa, misión y visión. En congruencia con la filosofía educativa y el modelo educativo de la UABC, las unidades académicas de la Facultad de Deportes definen su misión enfocada a formar profesionales competentes en la actividad física y deporte, que aplican principios científicos y técnicos específicos de la motricidad humana, para el diseño y desarrollo de soluciones a problemáticas en el ámbito nacional e internacional, con sentido ético, socialmente responsables, emprendedores, inclusive ser capaces de adaptarse y vincularse a las exigencias que demanda el entorno; además de promover la generación y transferencia de nuevos conocimientos para coadyuvar al desarrollo de la sociedad a través de la cultura física (Facultad de Deportes, 2016).

Acorde a lo anterior, el programa educativo de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte, tiene como misión formar profesionales altamente competitivos, con un profundo sentido de ética y responsabilidad social, bajo una filosofía de actitud proactiva ante los retos que plantea la práctica y la enseñanza de la actividad física y el deporte, en la búsqueda constante de una cultura física que permita alcanzar una sociedad más saludable y ciudadanos con un amplio sentido de desarrollo humano.

Respecto a la visión, en el 2026 la Facultad de Deportes es un referente a nivel nacional e internacional por ofertar programas educativos pertinentes y reconocidos por su buena calidad, su personal académico permanece inmerso en procesos de mejora continua; la diversificación de su oferta educativa atiende las necesidades de la sociedad en materia de cultura física en diversas modalidades; de igual forma promueve la formación integral del estudiante universitario a través de la oferta del deporte curricular. Ha consolidado su vinculación mediante la colaboración con los sectores social, público y productivo, posicionándose a nivel nacional por su competitividad en la producción científica, capacidad docente, docente universitario y la extensión de sus servicios, para responder a las realidades cambiantes de su entorno (Facultad de Deportes, 2016).

Acorde a la visión de la unidad académica, en el 2029 el programa educativo es reconocido, pertinente e innovador con acreditaciones nacionales e internacionales y consolidado por sus altos estándares de calidad, que lo ubican como uno de los mejores en México y en América Latina, cuenta como su personal académico con un alto nivel de competencia, sentido humanístico y ético, formadores de profesionales en la actividad física y el deporte que logren dar respuesta a las demandas de la población, capaces de investigar y de involucrarse en las decisiones importantes que contribuyan a la solución de problemas en el ámbito de la actividad física y el deporte como promotores de la salud de la sociedad.

Con relación a los objetivos del programa de LAFD, se establece como general el de formar profesionales competentes para diseñar e implementar programas de desarrollo humano y salud; mejorar las capacidades coordinativas y condicionales del individuo; evaluar y adaptar al individuo a través de las ciencias biológicas, físicas y químicas; diseñar e implementar herramientas técnico-administrativas para facilitar el suministro de actividades físicas; así como proponer e implementar programas sociales, culturales y cívicos de la actividad física y deporte. Como objetivos específicos se propone:

- Potencializar la formación de profesionales para que eduquen a la población para la actividad física y el deporte, y coadyuvar para una mejor calidad de vida.
- Contribuir en el desarrollo económico para la creación de fuentes de empleo en el área de la actividad física y el deporte, con instituciones, públicas y privadas.
- Favorecer el desarrollo de conocimientos, habilidades, valores y actitudes propios de las ciencias biológicas, físicas y químicas, que le permitan comprender el impacto de la actividad física y el deporte en el contexto social y económico, para actuar con ética, humanismo y emprendimiento.
- Formar profesionistas íntegros, capaces diseñar e implementar programas de salud para la actividad física y el deporte que atiendan problemáticas y

necesidades en los diferentes contextos en los que se desenvuelva, con una actitud ética y responsabilidad social.

Los principales mecanismos que se emplean en la facultad para promover programa educativo que garanticen el cumplimiento de su misión, visión y objetivos son las presentaciones del PE en los cursos de inducción, dirigidos a los estudiantes de nuevo ingreso, donde se proporciona información sobre el plan de estudios y sus características tales como el perfil de ingreso y competencias generales de egreso, las etapas de formación, unidades de aprendizaje obligatorias y optativas por etapa; además durante su carrera y de manera permanente se cuenta con trípticos y mapas curriculares con sus tutores para la información que necesiten en cualquier momento. Así mismo, en la página Web de la unidad académica se cuenta con información permanente y actualizada.

Del estudio analítico se concluye que actualmente existe congruencia y articulación entre la misión, visión y objetivos, que tienen la función de guiar y direccionar los esfuerzos, actividades y programas de las unidades académicas; sin embargo, en una sociedad cambiante con necesidades diversas, lograr cada una de ellas se convierte en una tarea constante, de actualización, modificación, investigación e innovación.

El Plan de Estudios 2012-2 establece, en su perfil de ingreso, que el estudiante que desee ingresar al programa de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte debe poseer:

Conocimientos básicos en las áreas de:

- Administración
- Biología
- Química
- Inclinação por las actividades deportivas y su práctica
- Poseer condiciones óptimas de salud para el desarrollo de actividades físicas

Habilidades para:

- Analizar y sintetizar información.
- Expresarse en forma oral y escrita.

#### Actitudes y valores:

- Interés por el aprendizaje continuo.
- Respeto por el ser humano y por el medio ambiente.
- Disposición al trabajo en equipo.
- Iniciativa y creatividad.
- Crítica.
- Proactiva.
- Servicio a su comunidad.
- Ética y responsabilidad.
- Trabajar en equipo.
- Vocación de servicio.
- Respeto al cuerpo humano.
- Interés por la preservación de la salud.

Institucionalmente se cuenta con un proceso de admisión a un programa educativo de la UABC, la valoración del perfil de ingreso se da a través de un examen de selección. Aunado a lo anterior, se aplica un examen psicométrico que tiene como propósito conocer las habilidades de lectura, escritura y de razonamiento lógico del aspirante y las actitudes y valores. Con base en lo anterior se concluye que el perfil de ingreso del programa de la LAFD coincide con las características de los alumnos aceptados en primer ingreso.

El perfil de egreso guarda estrecha relación con los objetivos del plan de estudios, en el cual se destaca la formación de profesionales competentes que diversifican su capacidad de atender, con responsabilidad, los retos que plantean la enseñanza y la práctica de la actividad física y el deporte, buscando de manera constante una cultura física que permita coadyuvar al logro de una sociedad más saludable. Para ello el plan de estudios está estructurado con asignaturas de conocimiento general y disciplinar, para el logro de competencias que están relacionadas directamente con el ámbito de desempeño, en áreas administrativa, biomédica, social humanista, pedagógica y técnico-deportiva.

El egresado del programa educativo de Licenciado en Actividad Física y Deporte es un profesionista con una formación sólida que aplica los conocimientos científicos, tecnológicos y de administración para solucionar problemáticas de su propia disciplina, mediante las siguientes competencias profesionales:

- Evaluar y aplicar los procedimientos metodológicos de la actividad física o deporte, a partir de teorías pedagógicas y de entrenamiento técnico-táctico, para mejorar el grado de enseñanza y rendimiento físico de los diferentes tipos de población, en el ámbito local, estatal, regional, nacional e internacional, con actitud objetiva, responsable, respetuoso de la condición física, y en general del individuo.
- Analizar y aplicar conocimientos teórico - prácticos de la educación física, en la educación básica, y en programas de atención especial, a través de las corrientes pedagógicas y con apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la salud, la práctica de la actividad física y la integración social, con objetividad, disposición al trabajo interdisciplinario, respeto y tolerancia.
- Diseñar e implementar programas de actividad física y deporte sustentable, deporte extremo, ocio y ocupación del tiempo libre, acorde a las necesidades del contexto y sus recursos, mediante la aplicación de fundamentos de promoción y gestión, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creativa, responsable y respeto por el medio ambiente.
- Diseñar e implementar programas de prevención y rehabilitación física de las diferentes lesiones producidas por la actividad física o el deporte, con base en el diagnóstico médico y, considerando los recursos técnicos y físicos, para la recuperación de la salud y la reintegración del individuo a la actividad física; con actitud analítica, creativa y responsabilidad social.
- Formular y evaluar organizaciones de actividad física y deporte, mediante la aplicación de las teorías de la administración, para proponer soluciones en áreas de oportunidad que permitan ampliar la oferta de programas y asegurar

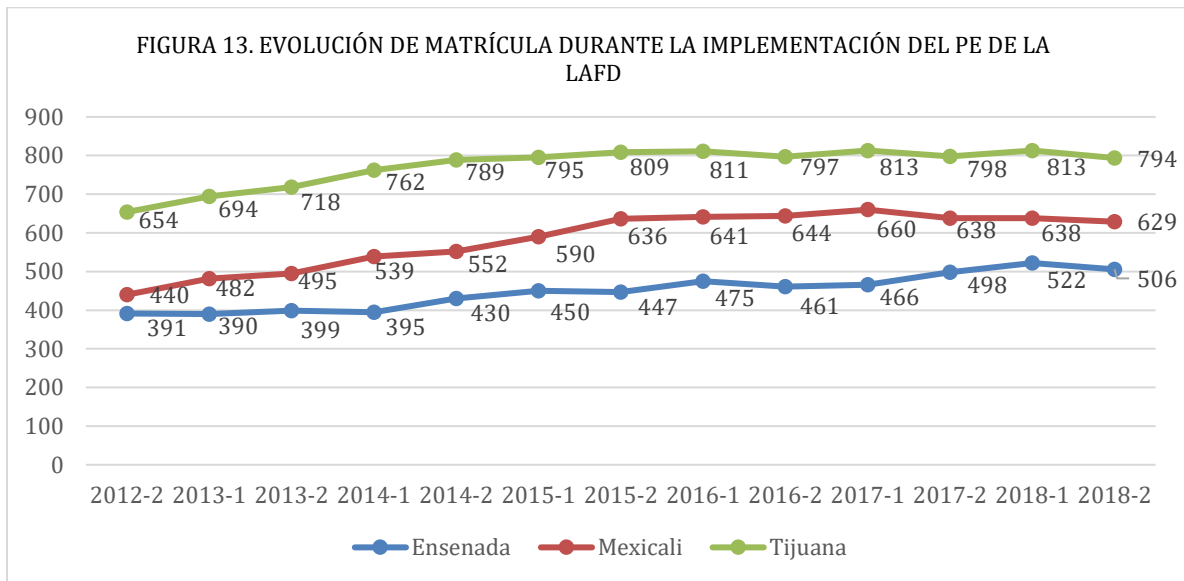
las necesidades de su contexto, en el ámbito local, estatal, regional y nacional, con actitud proactiva, innovadora, disposición al trabajo interdisciplinario, honesta, responsable y respeto al medio ambiente.

Los egresados de la unidad académica, en su tres campus, cumplen con las competencias planteadas en el perfil de egreso del plan de estudios, y que atienden a las problemáticas sociales derivadas del diagnóstico que contempla la evaluación de la operatividad (servicio social y práctica profesional, vinculación), la opinión de empleadores, egresados y opiniones externas como organismos acreditadores.

Asimismo, el análisis realizado en la reunión de profesores, coordinadores de etapa básica, profesional, posgrado, responsables de investigación, director, subdirectores, entre otros, se concluyó que las competencias del perfil de egreso son pertinentes y viables, dado que el 84% de los egresados consideran como de alta calidad la formación recibida; misma que se corrobora con los resultados de la encuesta a empleadores donde se reporta que el 84% de los puestos que son ofertados en el área de la actividad física y deporte son ocupados por los egresados del programa educativo. Sin embargo, se considera pertinente, con base al análisis y a la prospectiva de la profesión integrar en la propuesta de modificación del PE tres nuevas competencias, mismas que se mencionan a continuación:

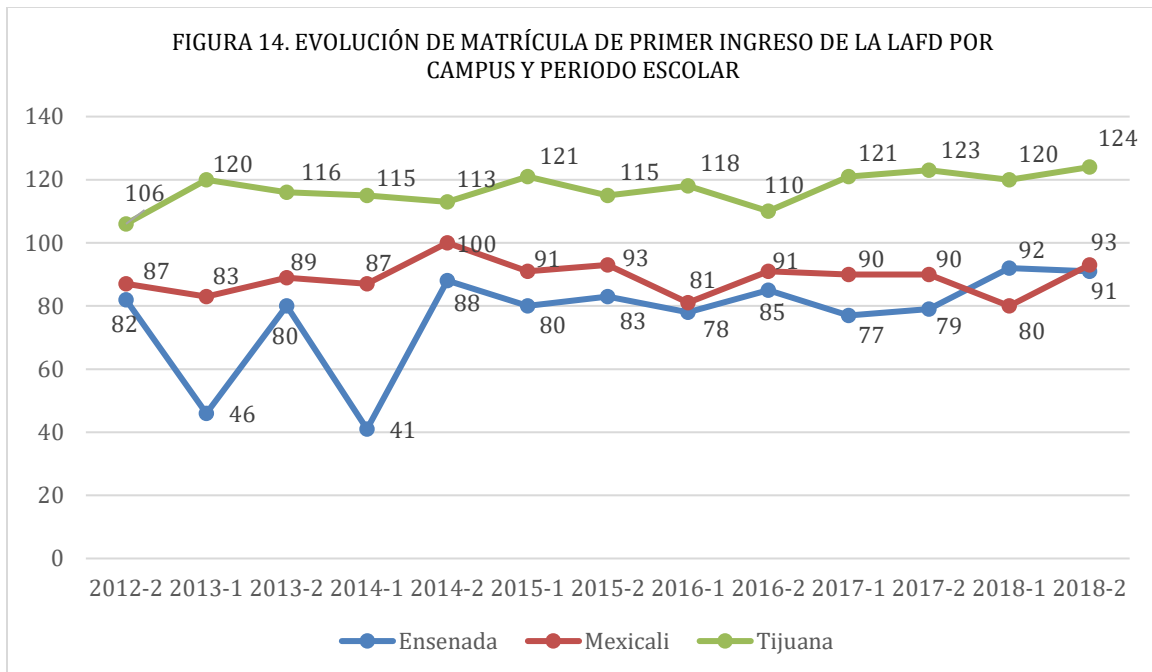
- Diseñar e implementar programas para desarrollar las capacidades coordinativas y condicionales, a través de la educación física, el deporte y la recreación para el mantenimiento de la salud, con una visión prospectiva global, espíritu humanista y de responsabilidad social.
- Desarrollar e implementar programas para el desarrollo humano y la salud del individuo, a través de cultivar la actividad física el deporte y la recreación en búsqueda de la convivencia armónica para lograr una mayor eficiencia y eficacia en las actividades productivas obteniendo una mejor calidad de vida.
- Evaluar el funcionamiento y adaptación del individuo a estímulos mediante la aplicación de las ciencias biológicas, físicas y químicas, propiciando una actitud positiva hacia el ejercicio, respecto al cuerpo humano y compromiso con el cuidado de la salud, para establecer hábitos y conductas óptimas.

Condiciones generales de operación del programa educativo. La matrícula estudiantil del programa educativo, con base en la figura 13, ha crecido un 35% con respecto al primer ingreso del actual plan de estudios (2012-2), cantidad que se mantiene equilibrada en los últimos dos años, lo cual manifiesta el interés vigente de los futuros profesionales, por estudiar la Licenciatura en Actividad Física y Deporte.



Fuente: Elaboración propia con información estadística de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar, UABC.

La matrícula de nuevo ingreso, por campus, se mantiene constante en los últimos años como podemos observar en la siguiente figura.



Fuente: Elaboración propia con información estadística de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar, UABC.

Para cumplir con las funciones sustantivas, el PE está regido por un sistema de gasto, mismo que la unidad académica (UA) da seguimiento de manera cuatrimestral. Esta tarea es seguida por la Unidad de Presupuesto y Finanzas de la Institución a través del Sistema de Planeación, Programación y Presupuesto (SIPPP); mismo que describe las actividades a través de metas estratégicas y operativas.

Como parte de la planeación anual, el presupuesto ordinario y extraordinario es distribuido en acciones y metas del Plan Operativo Anual (POA) donde se clasifican los gastos de las funciones sustantivas de la institución y la unidad académica (Docencia, Investigación y Extensión). Estos presupuestos están relacionados directamente con acciones del programa educativo. Para ello, la UA define mediante la referencia de fortalezas y debilidades las actividades a desarrollar para mejorar el programa educativo. Todas las acciones del presupuesto, están relacionadas con el programa de desarrollo de la de la Facultad.

Para asegurar la suficiencia y agilidad en el ejercicio del gasto, la unidad académica programa sus partidas presupuestales de acuerdo a las funciones sustantivas que atiende, así como con sustento de los rubros de: cuotas específicas, formación



integral, bonificación de sorteos UABC, fondo pro-graduación y fondo para movilidad estudiantil.

En apoyo a necesidades del programa educativo, se cuenta con el apoyo del Centro de Adiestramiento Deportivo, A.C., entidad asociada a la universidad, que de acuerdo con el artículo 78 del Estatuto General (UABC, 2017), mantiene relación operativa de beneficio directo para la universidad y de acuerdo a su acta constitutiva o estatutos, es dirigida, administrada y vigilada por funcionarios de la institución, encabezados por el Secretario General. Su apoyo consiste en aportar servicios temporales de mantenimiento a instalaciones deportivas, adquisición de materiales o equipamiento para beneficio de los alumnos del centro deportivo, así como los estudiantes del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

Asimismo, se cuenta con ingresos propios generados a partir de servicios que ofrece la Facultad de Deportes como son: cursos de acreditación de idioma inglés, renta de instalaciones deportivas, deporte curricular, servicios médicos y de rehabilitación, cursos de educación continua, entre otros.

En apoyo a necesidades específicas, se cuenta con recursos financieros del Programa de Fortalecimiento de la Calidad Educativa del gobierno federal para la mejora de servicios que impacten en la calidad del programa educativo.

Con base al programa operativo anual, se desarrollan, planean y organizan las actividades que se realizan en la Facultad de Deportes, actualmente los recursos financieros con los que cuenta la UA son suficientes para cubrir las necesidades del PE, alumnos y docentes.

En conclusión, consideramos que existe un sistema para la gestión del presupuesto adecuado para atender las necesidades de operación del programa, que se cumple ampliamente en lo referido a los procedimientos y lineamientos de asignación del gasto y rendición de cuentas que permite funcionar de manera eficiente y eficaz.

La suficiencia y disponibilidad de recursos no es igual en todos los campus, los recursos financieros y humanos con los que cuenta Tijuana y Mexicali, pueden considerarse suficientes y oportunos para la atención de la demanda estudiantil con la

que actualmente cuenta el programa educativo, en ellos se derivan tres aspectos importantes la atención al programa educativo mediante la oferta suficiente de profesores; que cubren las cargas académicas del ciclo escolar en curso; la asignación y gestión de recursos financieros para proporcionar los servicios de atención en infraestructura de aulas y laboratorios para el adecuado desarrollo de clases y prácticas; de igual manera los servicios de mantenimiento y apoyo administrativo para atender las necesidades básicas del programa en servicios de gestión y atención de áreas sustantivas del PE. En Ensenada no es del todo la misma realidad, se observa la falta de un gimnasio de pesas equipado, una sala de cómputo y equipo de laboratorio.

En general, las unidades académicas no se han visto afectadas en la operación o aplicación de la mayoría del PE, en las áreas que se pueden ver limitaciones es en la de investigación y vinculación con sectores educativo, administrativo y de actividad física; como salidas de campo, visitas de observación, actividades de aprendizaje fuera de la unidad académica. Para contrarrestar estas limitaciones se hace uso de recursos externos como PFCE (Programa Fortalecimiento de la Calidad Educativa), gestión de acciones que generen recurso propio, motivación para la venta de boletos de sorteos UABC y convenios de colaboración con otros sectores públicos y privados. En algunos casos se solicita que el alumno absorba el gasto de traslado, material deportivo, de investigación o didáctico para no limitar la operación del programa educativo.

En su estructura organizacional, el PE cuenta con un *Manual de Funciones de la Facultad de Deportes*, que permite una adecuada funcionalidad administrativa para la operación del PE. La organización está bajo una dirección y administración estatal, una subdirección y coordinaciones de formación básica, formación profesional y vinculación universitaria, y coordinaciones de posgrado e investigación de por cada campus, en congruencia con el programa educativo de la LAFD.

A continuación, con base en el *Manual de funciones de la Facultad de Deportes* (UABC, 2017), se describen la función genérica de los puestos de autoridades y se integra por áreas alineadas a la estructura institucional los puestos de responsable de servicio social comunitario y profesional, de seguimiento y formación docente, de tutoría, orientador psicopedagógico, movilidad académica, titulación, educación continua,

seguimiento de egresados, prácticas profesionales, y de otras actividades que permiten la atención adecuada del programa y estudiantes.

- Director: Planear, organizar, coordinar y supervisar las actividades que realice el personal a su cargo en las áreas de docencia, investigación, difusión cultura y extensión de los servicios; administrar en forma óptima los recursos con que cuenta la Facultad, para lograr un nivel académico adecuado en la formación de profesionistas con alta calidad.
- Subdirector: Coordinar y controlar todas las actividades del personal a su cargo, verificando el cumplimiento de los objetivos marcados en el plan de estudios, elevando así su calidad académica a fin de que el proceso enseñanza-aprendizaje se realice de acuerdo con los programas establecidos.
- Administrador. Administrar de manera eficiente, los recursos financieros y materiales de la unidad académica, así como realizar los trámites administrativos que se requieran para el desarrollo de las actividades.
- Coordinador de Formación Básica: Organizar, supervisar y verificar el funcionamiento del programa de estudios de licenciatura en la etapa de formación básica así como coordinar y controlar todas las actividades del personal a su cargo, para la formulación y actualización permanente de la etapa básica de los planes y programas de estudio; así como organizar y supervisar los programas y actividades para la evaluación y formación del personal docente, y coordinar la orientación psicopedagógica, las tutorías, la actualización, evaluación y seguimiento docente, la asesoría a alumnos con desventaja académica, el servicio social comunitario y el servicio que se brinda en el laboratorio de cómputo.
- Responsable de Servicio Social Comunitario: Proporcionar a los alumnos de la Facultad toda la información y asesoría necesaria para que realice adecuadamente el trámite, desarrollo y liberación de su servicio social comunitario; y mantener actualizados los registros del sistema de gestión de calidad.
- Responsable de Tutorías: Proporcionar a los alumnos de la Facultad toda la información y asesoría necesaria para que realice adecuadamente el trámite,

desarrollo y liberación de su servicio social comunitario; y mantener actualizados los registros del sistema de gestión de calidad.

- Tutor Académico: Brindar asesoría y orientación a los alumnos, para que éstos diseñen un programa de actividades académicas curriculares y extracurriculares que favorezcan su formación integral y alcanzar el perfil profesional deseado.
- Responsable de Orientación Educativa y Psicológica: Realizar todas aquellas actividades que se requieran para el desarrollo y aplicación de los programas al interior de la Facultad de Deportes a su cargo: atención de aspirantes a la UABC, inducción de alumnos de nuevo ingreso, atención psicopedagógica a estudiantes universitarios y atención psicopedagógica al proceso de enseñanza para la vida.
- Responsable de Actividades Culturales: Coordinar y supervisar las actividades relacionadas a la difusión cultural de la facultad, especialmente aquellas que se realicen dentro de la UA y/o eventos externos que tengan impacto en la vida académica de los estudiantes.
- Responsable de Formación y Seguimiento Docente: Promover un programa de capacitación permanente que permita tener una mejora continua en el desempeño profesional docente del personal académico de la Facultad de Deportes, con el fin de fortalecer la profesionalización, formación y actualización, en los conocimientos teóricos, metodológicos y técnicos relacionados con la actividad docente, para su aplicación en las unidades de aprendizaje que imparta el docente, para dar cumplimiento cabal de las funciones del personal académico estipulada en el artículo tercero del estatuto del personal académico del Universidad Autónoma de Baja California.
- Coordinador de Formación Profesional y Vinculación: Organizar, supervisar y verificar el funcionamiento de los planes de estudio de licenciatura en las etapas disciplinaria y profesional. Coordinar y controlar todas las actividades de las áreas a su cargo, participar en la actualización permanente de los planes de estudio, la vinculación universitaria y los proyectos que de ésta se desprendan; así como promover la realización de las prácticas profesionales,

- proporcionándole al estudiante toda la información y asesoría necesarias para ello, con la finalidad de que aplique sus conocimientos en el ámbito productivo.
- Responsable de Servicio Social Profesional: Proporcionar toda la información y asesoría necesaria para que los estudiantes de la facultad realicen la tramitación, desarrollo y liberación de su servicio social profesional.
  - Responsable de Titulación y Seguimiento de Egresados: Promover entre alumnos potenciales a egreso y egresados, las diferentes alternativas de titulación que ofrece el programa educativo, proporcionándoles la información necesaria para ello, así como gestionar y supervisar la realización de todos los exámenes profesionales en las diferentes modalidades.
  - Responsable de Educación Continua: Organizar y coordinar los cursos y diplomados que se estructuren para instituciones, empresas y público en general, relacionados con las áreas de actividad física y salud, deporte, ciencias aplicadas al deporte, así como apoyar en las actividades de control de egresados de la Facultad.
  - Responsable de Movilidad Académica y Estudiantil: Coordinar y fomentar la movilidad nacional e internacional de maestros y alumnos, verificando el cumplimiento de los objetivos de los planes de estudio correspondientes al área que se llevarán en otras universidades, así como organizar la aplicación del sistema universitario de becas a alumnos y promover la relación permanente entre la unidad académica y la comunidad de tal forma que el egresado pueda responder efectivamente a sus necesidades y expectativas.
  - Responsable de Prácticas Profesionales: Proporcionar toda la información y asesoría necesaria para que los estudiantes de la facultad realicen la tramitación, desarrollo y liberación de sus prácticas profesionales.
  - Coordinador de Posgrado e Investigación: Organizar, supervisar y verificar el cumplimiento de las actividades de posgrado e investigación que se desarrollan en la facultad; así como coordinar, planear, organizar y evaluar la Investigación científica y tecnológica que se desarrolla en la Facultad o conjuntamente con otras instituciones, así como las actividades académicas de los posgrados.

El personal que compone el cuerpo docente y de servicios administrativos de la Facultad de Deportes, hasta el periodo 2018-2, según data en archivos y sistema de recursos humanos de la institución, está configurado de 227 empleados. Mismos que se distribuyen en los campus de Ensenada, Mexicali y Tijuana. El cuerpo docente a su vez atiende el Programa Educativo de la LAFD directamente con 230 profesores y 88 trabajadores relacionados directamente con labores administrativas, deportivas y de apoyo para los tres campus.

En cuanto a la estructura organizacional, se han hecho adecuaciones para mejorar la atención del programa y atender las observaciones de organismos externos de calidad. Se puede decir que se tiene una adecuada estructura con base en la demanda actual, pero es evidente la necesidad de dar acciones hacia una estructura con más personal, para mejorar la capacidad de atención, con base en estándares nacionales.

De acuerdo con la encuesta aplicada a los alumnos, en lo que corresponde a la pertinencia de las autoridades, coordinadores de área, profesores, personal administrativo y personal de servicios para el caso de unidad Ensenada es de satisfecho 38.3%, bastante satisfecho 32.7% y muy satisfecho 15.4% por lo que el porcentaje promedio dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 86.4. Por su parte los estudiantes de la unidad Mexicali el 18.9% manifiestan sentirse satisfecho, el 39.3% bastante satisfecho y el 37.7 % muy satisfechos, lo que el porcentaje promedio de satisfacción es de 95.9. Los estudiantes de Tijuana por su lado manifiestan estar satisfecho el 32.8% el 38.4% bastante satisfecho y el 18.4% muy satisfecho lo que el porcentaje promedio de satisfacción es de 89.6 lo que en conjunto el promedio de satisfacción de las tres unidades académicas es de 90.63. Es una tarea fundamental analizar y buscar estrategias para mejorar la satisfacción en la atención a los alumnos. En conclusión, la estructura organizacional vigente es suficiente y adecuada para la operación del programa educativo, así mismo, las áreas de atención a estudiantes están cubiertas en su totalidad.

## **2.2 Evaluación del currículo**

### **Objetivo**

Evaluar el currículo específico y genérico del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte para fundamentar su modificación o actualización.

### **Método**

Para evaluar el currículo se llevó a cabo una investigación documental y empírica con la finalidad de analizar el plan de estudios, el mapa curricular, las unidades de aprendizaje y la tecnología educativa y de la información para el aprendizaje, así como las actividades para la formación integral de los estudiantes. Para este fin, se realizaron entrevistas, encuestas y reuniones de trabajo.

Para las encuestas, la muestra se calculó con base en la población y se utilizó una fórmula para muestras finitas con el 95% de confianza, se encuestó a 746 alumnos de una población de 1973 alumnos y 107 profesores de una población de 230 profesores. En todas las poblaciones se invitó al 100% de la población a contestar la encuesta digital por lo que sobrepasó el tamaño de la muestra requerida.

Para el análisis de resultados, se llevaron a cabo seis reuniones de trabajo con la participación del director, los subdirectores de cada unidad académica, coordinadores y un responsable de personal académico.

### **Resultados**

#### **2.2.1. Modelo educativo y plan de estudios**

Plan de estudios. El *Modelo Educativo de la UABC* (2013), parte de la misión y visión institucional y del contexto regional, nacional e internacional para definir los actores del proceso educativo, sus elementos y los principios orientadores; se derivan los atributos y componentes del mismo, que permiten caracterizar el proceso y descripción de la estructura curricular para planes y programas de estudio. El plan de estudios, se sustenta en el humanismo donde se concibe al ser humano como una persona integral, en el constructivismo que promueve un aprendizaje activo y centrado en el alumno y en la educación continua. Los atributos esenciales que se contemplan son: la flexibilidad

curricular, la formación integral y el sistema de créditos. Los componentes del modelo educativo podemos mencionar el enfoque por competencias profesionales, centrado en el aprendizaje del alumno y fundamentado en la evaluación colegiada; un currículo que incluye toda la generación de conocimiento que se logra con la docencia, investigación, vinculación, el servicio social y la práctica profesional considerándose en éstas: la forma de estructurar contenidos, las políticas de vinculación con los sectores social y productivo, una creciente movilidad estudiantil y académica, la formación de valores éticos y profesionales y la incorporación de tecnologías de la información y comunicación, que fortalecen la labor de los docentes como facilitadores y promotores del aprendizaje, y permiten a los alumnos asumir un papel más protagónico en su formación, y hacer de la flexibilidad curricular un recurso importante para el diseño de su proyecto académico en la universidad.

El plan de estudios de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte fue diseñado con base en los lineamientos de este modelo educativo y apegado a la Guía metodológica para la creación y modificación de planes de estudios de la UABC. Por lo anterior, el plan de estudios está basado en competencias, con características flexibles, fundamentado en valores, con una visión humanista y constructivista, con tutorías académicas y aprendizaje centrado en el alumno. Cuenta con un sistema de créditos que favorece la movilidad; considera, como parte de la formación integral, el desarrollo cultural, deportivo y el manejo de un segundo idioma; además de fomentar la vinculación a través del servicio social y la práctica profesional.

Aunado a lo anterior, en congruencia con el modelo educativo, el plan de estudios 2012-2, está estructurado en tres etapas de formación: a) Básica, integrada principalmente por asignaturas de carácter introductorio a la educación superior y relacionada a la actividad física y deporte; b) Disciplinaria, en la cual se imparten unidades de aprendizaje formativas necesarias para futura aplicación de los conocimientos y, c) Terminal, misma que se caracteriza por la consolidación de las competencias profesionales. Se integra por 46 unidades de aprendizaje, con una seriación mínima entre ellas, distribuidas en cinco áreas de conocimiento (técnica deportiva, pedagógica, biomédica, social humanista y administrativa); con un total de 345



créditos de los cuales 257 se clasifican como obligatorios, 88 como optativos y 10 créditos para prácticas profesionales.

Existe congruencia entre el plan de estudios y los requerimientos actuales de la disciplina y la profesión, dado que la opinión de alumnos con respecto al plan de estudios 2012-2, es que el 87% está satisfecho con el PE. Con base al documento *Perfil, Parámetros e Indicadores para Docentes y Técnicos Docentes de Educación Física* son idóneos para el ingreso al servicio profesional docente, debido a que en él podemos encontrar cinco dimensiones del perfil deseable donde el perfil de egreso del PE de la Licenciado en Actividad Física y Deporte coincide (SEP, 2015). Asimismo, la encuesta realizada a los docentes de la LAFD, el 82% reporta que sí conoce el Plan de Estudios 2012-2. En cuanto a las etapas de que consta el plan de estudios el 91.6% manifiesta que si las conoce.

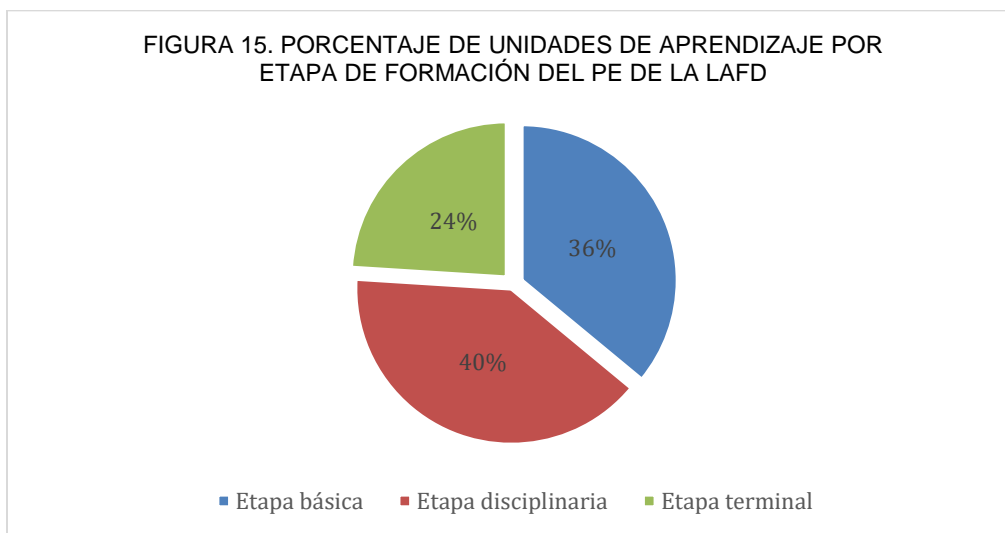
El plan de estudios de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte 2012-2, está estrechamente relacionado con el modelo educativo. De acuerdo a la propuesta del plan de estudios los dos coinciden con la flexibilidad curricular, la estructura de tres etapas de formación, los programas de unidad de aprendizaje establecen competencias que el alumno conseguirá; en la etapa terminal se establece como requisito la vinculación y extensión de los servicios a través de prácticas profesionales y servicio social profesional; se ofertan diversas modalidades de aprendizaje y obtención de créditos como son los estudio independiente, ayudantía docente, ayudantía de investigación, ejercicio investigativo, proyectos de vinculación, actividades artísticas, deportivas, culturales, cursos intersemestrales, intercambio estudiantil e idioma extranjero. Por lo que es indudable la relación entre el plan de estudios y el modelo educativo que apoya a los egresados proporcionándole, desde una visión prospectiva, las herramientas profesionales necesarias para afrontar los retos del cambiante campo ocupacional, resolviendo problemas y satisfaciendo las necesidades que la sociedad presenta.

Mapa curricular. Las unidades de aprendizaje que integran el plan de estudio fueron diseñadas en concordancia con el enfoque basado en competencias y están distribuidas en los ocho semestres que contempla el plan de estudios. Se ofrecen de tal

manera que el alumno pueda cursarlas hasta completar los 345 créditos que el programa educativo establece.

El mapa curricular especifica tanto las unidades de aprendizaje obligatorias, que son las que se consideran básicas para la formación del LAFD, como las optativas, aquellas que apoyan las líneas incluidas en las competencias de egreso y a la formación integral (idioma, arte, cultura y deporte). Estas unidades de aprendizaje se agrupan en las áreas de conocimiento definidas en el plan de estudio y son: Biomédica (18%), técnico-deportiva (32%), pedagógica (24%), social-humanista (13%) y administrativa (13%). Es importante mencionar que aproximadamente el 76% de las asignaturas son obligatorias y el restante 24% son optativas.

La distribución de unidades de aprendizaje en cada etapa en el mapa curricular es del 21 para etapa básica, 23 en etapa disciplinaria y 14 etapa terminal.



Fuente: Elaboración propia con información del PE de la LAFD 2012-2.

Con respecto a la ubicación en el mapa curricular de las unidades de aprendizaje, en opinión del docente, se encontró que el 38% expresa que es adecuada, el 28% inadecuada, el 13% considera que puede mejorar y el 21% otras (Sin opinión, no sé a qué se refiere, etapa básica, etapas de formación, entre otras).

En el caso de la seriación o secuencia de las unidades de aprendizaje obligatorias, el 58% de los docentes expresan que es adecuada, el 11% que puede

mejorar, el 9% inadecuada y el 22% otra (materias obligatorias, sin opinión, no sé a qué se refiere, entre otras).

Las unidades de aprendizaje del plan de estudio de la LAFD, cuenta con suficiencia entre la teoría y la práctica, y es congruente con el modelo basado en competencias ya que el 95% de las asignaturas obligatorias son teórico prácticas en las modalidades de laboratorio, taller y prácticas de campo; además la realización de las prácticas profesionales y el servicio social, lo cual es definitivamente congruente con el modelo educativo de la UABC.

Por lo anterior se identifica idoneidad en el mapa curricular, sin embargo, se han detectado áreas de oportunidad en lo que se refiere a la secuencia de las asignaturas, en la actualización de los contenidos temáticos y bibliografía para el logro de la competencia a nivel transversal del programa educativo. En el análisis de la seriación de las asignaturas, se identifica la necesidad de establecer, dentro del programa de unidad de aprendizaje, las competencias previas y necesarias para lograr el éxito en la asignatura.

Dentro de las mejoras que se consideran deberán realizarse se encuentran las siguientes:

- Flexibilidad: Mejorar de acuerdo a los créditos optativos, dar opciones para cursar un mayor número de PUAs en la modalidad de aprendizaje semipresencial.
- Seriaciones: Las actividades deportivas básica, intermedia y avanzada (I y II) se cambiarán en la forma de presentación, serán optativas, el alumno debe escoger el deporte.
- Asignaturas obligatorias: Revisar si realmente deben ser obligatorias y cambiar unas a optativas.
- Agregar una materia obligatoria de emprendimiento que termine con la consecución del proyecto.
- Incrementar el número de asignaturas optativas de acuerdo a las competencias del perfil de egreso.

- Determinar la seriación de las asignaturas.
- Reforzar el área biomédica incluyendo programas de unidad de aprendizaje del área médica como prescripción del ejercicio, dopaje y ergogenia; al PE, para fortalecer las competencias de egreso del alumnado.
- Fortalecer las competencias a través de los programas de unidad de aprendizaje en el área tecnológica para la prescripción del ejercicio y entrenamiento deportivo, deportes en el medio natural y el emprendimiento debido a que estos son campos emergentes de acción del egresado.
- Actualizar los contenidos temáticos y material bibliográfico de los programas de unidad de aprendizaje que representan un área de oportunidad para el fortalecimiento del programa educativo de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte (Ver tabla10).

Programas de unidades de aprendizaje. Los programas de las unidades de aprendizaje (PUA) son diseñados a partir de los lineamientos definidos por la UABC para la elaboración y registro de los mismos, mismos que establecen los criterios, procedimientos y mecanismos para su diseño e implementación. Acorde al formato PUA 2017, las estructuras de los PUA contienen:

- Datos de identificación.
- Propósito de la unidad de aprendizaje.
- Competencia de la unidad de aprendizaje.
- Evidencias de desempeño.
- Desarrollo por unidades.
- Estructura de las prácticas.
- Método de trabajo.
- Criterios de evaluación.
- Referencias.
- Perfil docente.

Con el fin de valorar el cumplimiento del propósito, competencia, contenido temático, métodos de enseñanza-aprendizaje y los procedimientos utilizados para la

evaluación de los alumnos, los docentes, al inicio del ciclo escolar, entregan la planeación, cronograma de actividades y criterios de evaluación al área de seguimiento docente de la unidad académica correspondiente, esto con el fin de evidenciar la congruencia entre el PUA y las estrategias en la planeación. Además, se cuenta con los resultados de la evaluación docente institucional que hace referencia al logro de competencias. Por parte del área de seguimiento docente se realiza la valoración de estudiantes, con la finalidad de evaluar la labor docente e identificar el cumplimiento de los objetivos de la asignatura.

Durante el proceso de diseño para la creación del programa de la LAFD, fueron seleccionadas las referencias (bibliografía) de cada una de las unidades de aprendizaje cuidando siempre que sea pertinente, suficiente y actualizada. Sin embargo, es necesaria su revisión y actualización permanente.

De acuerdo a la encuesta aplicada al personal docente, expresaron que existe congruencia entre el propósito del programa de unidad de aprendizaje y la competencia el 65%, el 20% opina que puede mejorar, el 10% que es inadecuada y el 5% otra. Con relación a la congruencia entre el nombre y el contenido del PUA el 73% considera es adecuada, el 15% inadecuada, el 7% considera que puede mejorar y el 5% otra. Con respecto al contenido de los programas de unidad de aprendizaje, en promedio, el 86.7% de los alumnos está satisfecho (Ensenada 81.4%, Mexicali 84.5% y Tijuana 89.8%).

Sin embargo, el análisis de manera particular de cada docente entrevistado, revela que existe incongruencia entre el nombre y contenido de 21 programas de unidad de aprendizaje obligatorios y en 10 de optativos; por lo que es necesaria la revisión de los contenidos temáticos de estos programas.

Sobre la actualización de los programas de unidad de aprendizaje, el 52% de profesores considera necesaria su actualizar. En opinión de los alumnos, el promedio de satisfacción de las 3 unidades académicas es de 88.83% (Ensenada 84.9%, Mexicali 90.2% y Tijuana 91.4%), lo que nos permite concluir que el nivel de satisfacción, con relación a la actualización de los PUA es elevado.

Dentro de las observaciones hechas por COMACAF, que habrán de ser consideradas en la modificación del programa de la LAFD, se encuentran: Mejorar el formato de las unidades de aprendizaje incorporando las competencias del plan de estudios a la cual contribuye y fortalecer la actividad de las academias documentando sus procesos.

A continuación, se presentan los PUA que representan un área de oportunidad para el fortalecimiento del programa educativo, por lo que deberán someterse a revisión, por las Academias, para el análisis y aplicación de modificaciones. Asimismo, se plasman las asignaturas que se identifican que deberán de ser actualizadas en sus referencias.

**Tabla 9. Programas de unidades de aprendizaje que requieren ser actualizadas**

Programas de unidades de aprendizaje que deberán someterse a revisión, en toda su estructura, por las academias	Programas de unidades de aprendizaje que deberán ser actualizadas en sus referencias
1. Actividad deportiva avanzada I	1. Actividad física geriátrica
2. Actividad deportiva avanzada II	2. Actividad física para necesidades educativas especiales
3. Actividad deportiva básica I	3. Adaptación física multilateral
4. Actividad deportiva básica II	4. Bases filosóficas, legales y organizativas del sistema educativo mexicano
5. Actividad deportiva intermedia I	5. Biomecánica de la actividad deportiva
6. Actividad deportiva intermedia II	6. Bioquímica de la actividad física
7. Administración de organizaciones e instalaciones deportivas	7. Campismo
8. Baloncesto escolar	8. Desarrollo humano
9. Deporte, diseño y currículo en educación física y deporte	9. Desarrollo motor
10. Desarrollo de habilidades de pensamiento	10. Educación física adaptada
11. Detección de talentos deportivos	11. Escuela y contexto escolar
12. Didáctica de la educación física	12. Etnoludismo
13. Dirección de juegos deportivos	13. Evaluación de la actividad física y el deporte
14. Educación ambiental y deporte	14. Evaluación del rendimiento físico
15. Educación física en la educación básica	15. Fisiología del ejercicio
16. Educación para la salud	16. Investigación aplicada a la disciplina
17. Estadística descriptiva	17. Kinesiología
18. Estrategias didácticas	18. Nutriología deportiva
19. Evaluación de la actividad física	19. Pedagogía y didáctica de la educación física y del deporte
20. Filosofía de actividad física y el deporte	20. Prevención y tratamiento de lesiones en la actividad física
21. Fundamentos del movimiento	21. Proceso administrativo
22. Fundamentos fisiológicos	22. Promoción de la actividad física y deporte
23. Gimnasia escolar	23. Psicología deportiva
24. Medios acuáticos para el desarrollo de otros deportes	24. Sociología del deporte
25. Modelos de enseñanza	25. Tecnología deportiva
26. Observación docente	26. Tecnologías de la información y la comunicación
27. Planeación de la enseñanza	27. Teoría y metodología del entrenamiento deportivo

28. Práctica docente	
29. Promoción de la actividad física deporte y recreación	
30. Relaciones públicas en el deporte	
31. Seminario de divulgación científica	

Fuente: Elaboración propia con información sobre la opinión de los profesores de los tres campus de la Fac. de Deportes.

En cuanto a la promoción de un segundo idioma, preferentemente el inglés, en las tres unidades académicas donde se imparte la LAFD, desde hace cinco años, se promueve preferentemente el idioma inglés. Con el apoyo de docentes especializados y certificados en este idioma, se imparten cursos, de manera intensiva los sábados en horario de 9:00 a 13:00 horas, dirigidos a alumnos de la Facultad de Deportes. Los alumnos que acrediten el curso solicitan su constancia ante la Facultad de Idiomas, en los períodos que ésta asigna para ello.

Tecnología educativa y de la información para el aprendizaje. En lo referido al uso de las TIC en nuestras unidades académicas, podríamos iniciar planteando que se cuenta con el sistema de red inalámbrica llamado Cimarred, con el que tanto estudiantes como profesores de la institución pueden hacer uso de internet para dar soporte de procesos de comunicación, aprendizaje, docencia, investigación, seguimiento y aplicación de tecnologías de información.

Nuestras unidades académicas ofrecen el Catálogo de Unidades de Aprendizaje en Línea (CUAL), lo cual es resultado de un trabajo de colaboración entre la Coordinación General de Formación Básica, el Centro de Educación Abierta y a Distancia (CEAD) y la Facultad de Pedagogía e Innovación Educativa (FPIE), para ofrecer a la comunidad estudiantil de licenciatura la oportunidad de cursar, como parte de su carga académica semestral, unidades de aprendizaje en modalidad en línea, útiles para su formación profesional. Actualmente, la operación del programa del CUAL es responsabilidad del CEAD, alineado a las directrices de la Coordinación de Formación Básica en materia de desarrollo de competencias claves en la formación de estudiantes de la institución. Por otro lado, el CEAD, dentro de su catálogo de servicios, ofrece una plataforma para la administración de cursos, promoción de la investigación, establecimiento de redes académicas, diseño de objetos de aprendizaje. En este sentido, el CEAD establece y difunde los lineamientos para el diseño, preparación, registro y operación de unidades

de aprendizaje en las modalidades semipresencial y a distancia a través de la Blackboard, además, se tiene acceso a recursos como plataforma Google, Classroom. De manera interna la unidad académica en sus tres campus utiliza la plataforma Claroline, enlazada desde el portal de <http://deportes.mx.uabc.mx/cursosdep/> (CEAD, 2018).

La dirección de la UA promueve el uso efectivo de las tecnologías por medio de las subdirecciones, para que el docente utilice la infraestructura y plataforma educativa institucional con las modalidades semipresencial o presencial con apoyo de la plataforma Blackboard o correo institucional. Como apoyo al docente existe personal capacitado con Licenciatura en Computación o área afín que brinda asesoría, actualización y mantenimiento al equipo de cómputo e instalaciones tecnológicas.

De acuerdo a lo expresado por los alumnos al uso de tecnologías de la información y comunicación, en la unidad Ensenada el 22.1% dicen que sentirse satisfechos, 24.1% bastante satisfechos y 17.3% muy satisfechos, por lo que el porcentaje dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 63.6. En Mexicali el 24.6% dicen que sentirse satisfechos, 22.1% bastante satisfechos y 39.3% muy satisfechos, por lo que el porcentaje dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 86. Por último, en la unidad Tijuana el 29.8% dicen que sentirse satisfechos, 29.1% bastante satisfechos y 22.1% muy satisfechos, por lo que el porcentaje dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 81. El promedio de las 3 unidades académicas, entre los distintos niveles de satisfacción, es de 76.8%.

Por lo anterior podríamos concluir que actualmente existe suficiencia, funcionalidad y actualización de la infraestructura y equipamiento tecnológico, los alumnos y personal docente del programa educativo tienen a su disposición un centro de cómputo, acceso a internet, herramientas de apoyo en línea para favorecer el aprendizaje, así como para brindar condiciones de continuidad académica en casos de emergencias o contingencias. La administración de la unidad académica ofrece en préstamo computadoras portátiles, bocinas, adaptadores, proyectores, entre otros instrumentos tecnológicos.



COMACAF, sugiere en este tema, aprovechar los cursos de formación docente en el uso de las TIC para que estos impacten en el uso de estos recursos en línea, ya que en la UABC tiene la formación, pero en la Facultad de Deportes sólo un reducido número de docentes utiliza las TIC como apoyo educativo para los cursos. Es importante extender la práctica del uso de Google Classroom, redes sociales y otros recursos en línea para uso educativo de apoyo a las unidades de aprendizaje.

### **2.2.2. Actividades para la formación integral**

Actividades complementarias para la formación integral. Desde la normatividad la UABC, para efectos de lograr la formación integral de los estudiantes, establece en el artículo 160 del *Estatuto Escolar de la UABC* (2018) que los planes de estudios incluirán actividades para la formación integral, a través de formación en valores, deportiva, artística, cultural, con un valor de hasta seis créditos durante el transcurso de estudios en el plan de estudios. Además, en el artículo 185 menciona que las unidades académicas en coordinación con las vicerrectorías promoverán la realización periódica de eventos deportivos, artísticos, recreativos y de difusión cultural con el fin de fortalecer la formación integral de los alumnos (UABC, 2018).

Por otro lado, la política de Extensión y Vinculación del *Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023*, tiene como objetivo “Contribuir al desarrollo regional y nacional mediante el fortalecimiento de las relaciones de la universidad con los sectores público, privado y social, con base en la divulgación de los conocimientos científicos, humanísticos y tecnológicos, así como de la cultura, las artes y las actividades deportivas” (p.14). En apego a lo anterior, la Facultad de Deportes, través del área de Actividades Culturales, promueve la obtención de créditos optativos por medio de actividades complementarias de formación integral; donde los alumnos asisten a conferencias académicas, de investigación, superación personal; cineclub, taller de valores, entre otros. Esto por medio de congresos, simposios, foros, coloquios y cursos con los cuales se busca contribuir en la actualización de los profesionales dedicados a la cultura física a través del estudio e intercambio de experiencias y estrategias, de tal forma que puedan incidir en el desarrollo de las potencialidades del individuo de forma más adecuada. Como ejemplo podemos mencionar el Congreso Internacional en

Ciencias de la Actividad Física y Deporte, Simposio Internacional de Investigación Aplicada a la Actividad Física y al Deporte, Simposio Internacional de Tópicos Avanzados de Fisiología del Ejercicio que organiza esta facultad e involucrando a docentes y alumnos en los talleres y conferencias que tienen como interés principal generar espacios de divulgación científica y académica con calidad internacional, cuyas temáticas abordan los acontecimientos y tendencias actuales de la actividad física y el deporte que impactan el desarrollo de una sociedad saludable y al fortalecimiento del rendimiento deportivo.

Las opciones de actividades culturales y actividades de formación integral que se ofertan, a través de unidades de aprendizaje son: Actividad I y II, las cuales promueven la participación en grupos representativos, cursos no formales y grupos representativos de la UABC. También las denominadas Actividades complementarias de formación integral I, II, III, IV, V Y VI, que hacen referencia al programa 8=1, donde el alumno tiene una oferta variada de conciertos, cineclub, exposiciones escultóricas y fotográficas, presentaciones artísticas, seminarios, eventos académicos, talleres.

De acuerdo a la encuesta realizada a profesores, el 35% de los docentes considera que las actividades complementarias con valor en créditos siempre contribuyen a la formación profesional del alumno, el 42% casi siempre, el 22% algunas veces y el 1% nunca. Al respecto, 78.9% de alumnos de la unidad Ensenada expresan estar satisfecho, en la unidad Mexicali el 63.6% y finalmente en Tijuana el 91.1%.

Enseñanza de lenguas extranjeras. La normatividad de la UABC, considera, en el artículo 116 del Estatuto Escolar, que el conocimiento de una lengua extranjera es parte indispensable de la formación de todo alumno. Este requisito académico se entenderá implícito en todos los planes de estudios de la universidad.

Para el cumplimiento de este requisito, desde el ingreso a la licenciatura, se le informa al alumno de esta disposición y se le motiva a ser evaluado en un examen de ubicación que ofrece gratuitamente la Facultad de Idiomas de la UABC, exclusivamente en primer semestre. El alumno al conocer su nivel puede optar por cursar los niveles requeridos. Posteriormente se ofrecen diversas opciones para cumplir con ello: Cursos sabatinos de inglés en las unidades académicas de la Facultad de Deportes, así como

la oferta de cursos y evaluaciones de acreditación que proporciona la Facultad de Idiomas de la UABC.

Otra opción que se promueve, por medio de la actividad de tutoría, es el programa *English for UABC* que, a partir de junio de 2014, imparte la UABC con el objetivo de ofrecer a los alumnos la oportunidad de estudiar en línea, de manera autodidacta, el idioma inglés y así puedan cumplir con el requisito de egreso.

Aunado a la promoción de un segundo idioma, preferentemente el inglés, como ya se mencionó en el indicador de programas de unidades de aprendizaje; también, el estudiante de la LAFD, para cumplir con el requisito de titulación, puede obtener hasta 12 créditos optativos al cursar el idioma extranjero en la modalidad de otros cursos optativos (Idiomas I y II); mismos que tienen un costo extraordinario y se solicitan en la Facultad de Idiomas. Esta información se promueve desde el primer semestre con el fin de que el estudiante obtenga créditos optativos y cubra el requisito del segundo idioma que contribuye a la formación integral y le sea útil como herramienta para tener acceso a información actualizada de su disciplina.

Con la información anterior, se concluye que se promueven y realizan diversas actividades que favorecen la formación integral de los alumnos. Con relación a la enseñanza de un segundo idioma, se considera que existe suficiencia y efectividad del apoyo para la enseñanza y aprendizaje de lenguas extranjeras, sin embargo, es conveniente poner más énfasis en su promoción y difusión entre los alumnos.

Por recomendación de COMACAF, se debe considerar la creación y organización de una unidad de orientación profesional, para apoyar a estudiantes en su inserción al ámbito laboral, así como desarrollar un programa permanente desde la perspectiva científica y tecnológica con la participación de expertos afines al campo de la cultura física y expertos con el abordaje de temas vanguardistas de cultura general.

## **2.3 Evaluación de la trayectoria escolar de los estudiantes por el programa educativo**

### **Objetivo**

Evaluar la trayectoria escolar de los estudiantes por el PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte con el fin de identificar fundamentos para modificar o actualizar dicho PE.

### **Método**

La evaluación de la trayectoria de los estudiantes por el PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte se realizó por medio de investigación documental y empírica a través de entrevistas, encuestas y reuniones de trabajo.

La muestra se calculó con base en la cantidad de población y se utilizó una fórmula para muestras finitas con el 95% de confianza, se encuestó a 746 alumnos de una población de 1973 alumnos y 107 profesores de una población de 230 profesores. En todas las poblaciones se invitó al 100% de la población a contestar la encuesta digital por lo que sobrepasó el tamaño de la muestra requerida.

Se llevaron a cabo seis reuniones conformadas por el director, los subdirectores de cada campus, coordinadores y un responsable de personal académico.

### **Resultados**

#### **2.3.1 Proceso de ingreso al programa educativo**

Estrategias de difusión, promoción y orientación del programa educativo. La información referente al programa educativo de la LAFD es pública y está disponible de manera abierta en el portal de internet direccionado desde la Coordinación General de Formación Básica de la UABC:

[http://www.uabc.mx/formacionbasica/FichasPE/Lic\\_en\\_Actividad\\_Fisica\\_y\\_Deporte.pdf](http://www.uabc.mx/formacionbasica/FichasPE/Lic_en_Actividad_Fisica_y_Deporte.pdf)

Asimismo, el programa educativo se promueve a través de las siguientes acciones y portales:

- Portal de internet de Facultad de Deportes UABC: <http://deportes.uabc.mx/index.php/programas-educativos/licenciatura-en-actividad-fisica>
- Convocatoria institucional de nuevo ingreso a la UABC. Para la Facultad de Deportes se emite de manera anual: <http://admisiones.uabc.mx/>
- Portal de internet de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar de la UABC: <http://cgsege.uabc.mx/web/csege1/convocatorias-para-aspirantes-a-ingresar1>
- Expo profesiones (Expo UABC). Se organiza anualmente con el fin de ofrecer información sobre el programa educativo a los aspirantes a ingresar, procedentes de las diversas instituciones de nivel medio superior en la localidad.
- Pláticas profesiográficas. Se imparten a estudiantes potenciales a egresar de nivel medio superior a través de los responsables de orientación educativa y psicopedagógica de las unidades académicas.
- Folletos. Sirven para brindar información más detallada sobre los programas educativos. Contienen la descripción del perfil de ingreso y de egreso, las habilidades, actitudes y valores que deben poseer los aspirantes que deseen ingresar a la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Se mencionan, también, los campos en donde se pueden desempeñar y las asignaturas por etapas de formación. Estos folletos se pueden obtener en las unidades académicas en los tres campus o en diversos eventos donde la Facultad de Deportes sea invitada.

La información sobre los programas educativos, además, se proporciona en las vicerrectorías, a través de los Departamento de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar, mediante la atención directa a personas que la soliciten de manera presencial y vía telefónica.

Otros mecanismos de difusión y promoción de los programas educativos son los medios masivos de comunicación institucionales como la Gaceta Universitaria, Radio Universidad y el canal de televisión Imagen-UABC. Así como en medios masivos de comunicación de la región.

Para conocer si realmente la difusión que se le da al programa educativo es adecuada, se realizó una encuesta a los estudiantes de nuevo ingreso, utilizando una escala Likert en donde la puntuación máxima representa la satisfacción de los estudiantes, siendo 1 la insatisfacción, 2 poco satisfecho, 3 satisfecho, 4 bastante satisfecho y 5 muy satisfecho. Los resultados de dicha encuesta arrojaron los siguientes porcentajes: 70% de los alumnos mencionaron que están satisfechos.

De acuerdo al análisis de la información y de los resultados de la encuesta, se considera adecuada la difusión, promoción y orientación que se le da al programa educativo.

### 2.3.2 Indicadores de trayectoria escolar

Control del desempeño de los estudiantes dentro del programa. De acuerdo al Sistema Institucional de Indicadores de la UABC (2018), presentamos en este apartado la tasa de retención de la Dependencia de Educación Superior (DES) de Ciencias del Deporte, periodo 2013-1 a 2017-2, del programa educativo de la LAFD que imparte la Facultad de Deportes en los campus de Ensenada, Mexicali y Tijuana.

**Tabla 10. Tasa de retención de la des de ciencias del deporte, UABC**

Periodo	Tasa de retención
2013-1	80
2013-2	85
2014-1	83
2014-2	89
2015-1	56
2015-2	93
2016-1	81
2016-2	88
2017-1	81
2017-2	93

Fuente: Elaboración propia con información del Sistema Institucional de indicadores, UABC.

Con relación a la tasa de retención de la DES de Ciencias del Deporte (2013-2017), en promedio, se cuenta con el 83%, por lo que se considera un indicador satisfactorio.

Respecto a la evolución del rezago, abandono o deserción, actualmente contamos con la información total de la facultad, del periodo 2017-1 a 2019-1, en donde la deserción es mínima, solo tres alumnas han abandonado los estudios en la etapa básica. Sin

embargo, el rezago es de 231 alumnos, 6 en etapa básica (66.7 % mujeres y 33.3% hombres), 33 en disciplinaria (60.6% mujeres y 39.4% hombres) y 192 en etapa terminal (70.3% mujeres y 29.7%). Estamos conscientes de la necesidad de actualizar los datos de este indicador que nos permita lograr elevar la eficiencia terminal deseada del PE. Además de cumplir con las recomendaciones del organismo acreditador (ver anexo 1).

De acuerdo al análisis realizado sobre las estadísticas de las unidades de aprendizaje, en los tres campus, dio como resultado que las cinco asignaturas con mayor índice de reprobados son tres de la etapa de formación básica, seguida por una de la etapa disciplinaria y una de la etapa terminal.

**Tabla 11. Unidades de aprendizaje con mayor índice de reprobación**

UNIDAD DE APRENDIZAJE	ETAPA DE FORMACIÓN	SEMESTRE
Educación para la salud	Básica	2
Tecnologías de la información y comunicación	Básica	2
Bioquímica en la actividad física	Básica	3
Estadística descriptiva	Disciplinaria	5
Estructura clásica del entrenamiento deportivo	Terminal	7

Fuente: Elaboración propia con información proporcionada por la Coordinación General de Servicios Estudiantiles.

Las acciones que la unidad académica ha realizado para disminuir el rezago académico son la apertura de cursos intersemestrales, donde los estudiantes asisten a clases intensivas con la finalidad de aprobar la materia mediante la aplicación de un examen de conocimientos, el programa de asesoría académica, atención por parte del Departamento de Orientación Educativa y Psicopedagógica y la guía del tutor.

Eficiencia terminal. Se refiere, de acuerdo al Sistema Institucional de Indicadores de la UABC (2018), al porcentaje de alumnos que aprobaron el total de créditos de un programa educativo respecto del número de alumnos que ingresaron a dicho programa en la cohorte correspondiente, una vez transcurrido el tiempo promedio en que tardan los alumnos en aprobar la totalidad de créditos del programa educativo. A continuación, se presenta la eficiencia terminal por cohorte (duración promedio) de la LAFD, por campus y periodos de ingreso y egreso de cada una de las generaciones del plan de estudios 2012-2.

**Tabla 12. Eficiencia terminal por cohorte (ETC) DEL CAMPUS ENSENADA**

Periodo	Ingreso	Egreso	ETC
2012-2/2016-1	82	58	80%
2013-1/2016-2	46	20	61%
2013-2/2017-1	80	35	54%
2014-1/2017-2	41	17	61%
2014-2/2018-1	88	35	49%
2015-1/2018-2	80	4	15%

Fuente: Elaboración propia con datos de los registros escolares de ingreso de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar de la Facultad de Deportes y de egreso de la Facultad de Deportes.

**Tabla 13. Eficiencia terminal por cohorte (ETC) DEL CAMPUS MEXICALI**

Periodo	Ingreso	Egreso	ETC
2012-2/2016-1	87	59	77%
2013-1/2016-2	83	41	58%
2013-2/2017-1	89	50	65%
2014-1/2017-2	87	41	56%
2014-2/2018-1	100	57	65%
2015-1/2018-2	91	41	54%

Fuente: Elaboración propia con datos de los registros escolares de ingreso de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar de la Facultad de Deportes y de egreso de la Facultad de Deportes

**Tabla 14. Eficiencia terminal por cohorte (ETC) DEL CAMPUS TIJUANA**

Periodo	Ingreso	Egreso	ETC
2012-2/2016-1	106	53	58%
2013-1/2016-2	120	48	47%
2013-2/2017-1	116	55	54%
2014-1/2017-2	115	35	37%
2014-2/2018-1	113	34	37%
2015-1/2018-2	121	24	26%

Fuente: Elaboración propia con datos de los registros escolares de ingreso de la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar de la Facultad de Deportes y de egreso de la Facultad de Deportes

Con base en la información de las tablas anteriores, en promedio, el campus Mexicali tiene una eficiencia terminal del 63%, el campus Ensenada 53% y campus Tijuana 43%. Por lo anterior, se considera un indicador satisfactorio, aunque debe mejorar para lograr la eficiencia terminal deseada por campus del 70%, en promedio, que como unidad académica establecemos.



Eficiencia en la titulación u obtención del grado. En la siguiente tabla se muestra la cantidad de egreso y titulación por campus de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte del Plan de Estudios 2012-2, siendo 473 egresados de los cuales 238 ya obtuvieron el título. El campus con mayor índice de titulación es Ensenada con 75.4%, seguido por Tijuana con el 43.5% y con el 38% Mexicali.

**Tabla 15. Egreso y titulación de la LAFD del plan de estudios 2012-2**

Campus	No. Egresados	No. Titulados	%
Ensenada	130	98	75.4
Mexicali	166	63	38.0
Tijuana	177	77	43.5
<b>Total</b>	473	238	50.3

Fuente: Elaboración propia con datos de los registros escolares de la Facultad de Deportes.

De acuerdo al egreso de la LAFD, los resultados de titulación son bajos en los campus de Tijuana y Mexicali; por lo que es importante mejorar este indicador. Las estrategias que se han implementado para incrementar la eficiencia en titulación son:

- Informar a los alumnos del PE de manera oportuna los procesos y trámites necesarios para obtener título o grado, a través de un taller interactivo que se realiza todos los ciclos escolares.
- Proporcionar a los estudiantes manual de procedimientos de titulación donde se describe cada paso que se tiene que dar de inicio a fin del proceso.
- Asesoría y apoyo personalizado a los alumnos en todo el proceso de titulación, a través de citas con la responsable de Titulación de la UA, quien por su parte informa al egresado los procedimientos y documentación requerida para realizar el trámite de titulación. También se realiza la revisión de la documentación y créditos.
- Contacto vía correo electrónico, el cual es extraído de la base de datos "padrón de egresados" para retomar el proceso de titulación de los estudiantes.
- Contacto vía redes sociales (recurso utilizado cuando no hay respuesta por correo electrónico) para retomar el proceso de titulación de los estudiantes.

### **2.3.3 Participación de los estudiantes en programas de apoyo**

Programas de asesoría académica, regularización y acciones de nivelación a los estudiantes. El procedimiento que se realiza para conocer el nivel académico de los estudiantes de nuevo ingreso en la facultad, se lleva a cabo en los programas de unidad de aprendizaje ya que al inicio del periodo escolar aplican un examen diagnóstico para conocer el nivel de conocimiento en el área de cada programa. Sin embargo, no se cuenta con un reporte general de los resultados de los exámenes diagnóstico.

Con el propósito de revertir las tendencias negativas en el abandono o deserción, el rezago y las unidades de aprendizaje más reprobadas la Facultad de Deportes, en sus tres campus, cuenta con un programa de asesorías académicas dirigidas a estudiantes que están en riesgo de reprobación o que se encuentran cursando evaluación permanente en alguna asignatura. Es una estrategia que busca atender a los estudiantes con desventaja académica, de tal forma que tomen conciencia de la necesidad de comprometerse consigo mismo para lograr éxito dentro de su vida académica y así una responsabilidad personal a futuro.

Este programa está a cargo del Coordinador de Formación Básica, con el apoyo del responsable del área de Orientación Educativa y Psicopedagógica. Tiene como objetivo facilitar al estudiante estrategias que promuevan su aprendizaje significativo sobre contenidos temáticos de las unidades de aprendizaje que cursa, como asesoría de alumno-alumno, asesoría docente-alumno. Las asesorías se imparten según la cita programada por el alumno y asesor en las instalaciones de la unidad académica.

A través del programa de asesorías académicas se brinda apoyo psicológico y académico a los alumnos, ya que el área de orientación educativa y psicológica trabaja conjuntamente con los tutores realizando las siguientes actividades y estrategias:

- Otorgar asesoramiento a los alumnos en las asignaturas en cuestión.
- Monitoreo del avance y asistencia del beneficiario.
- Lograr un acercamiento entre asesor y asesorado para llegar a un mejor rendimiento en las asignaturas.

- Identificar y mostrar otras alternativas con el diálogo alumno-maestro con el fin de mejorar la calidad de enseñanza y aprendizaje.
- Material didáctico y novedoso en donde el alumno pueda apoyarse y tenga fácil acceso.
- Aclarar dudas del asesorado cuando éste lo requiera.
- Formular círculo de estudio (Programa de asesorías académicas, Sistema Institucional de Tutorías).

Las Asesorías Académicas han impactado en los estudiantes puesto que quienes presentan algún tipo de desventaja han logrado, a través del responsable del área, la comprensión de los temas, identificar sitios de búsqueda científica y avanzada de información, además de reforzar a nivel grupal algún tema de dificultad. De acuerdo a la encuesta de alumnos en la Unidad Ensenada, el 87% dijo estar satisfecho con la orientación y apoyo de los profesores en horas de consulta. Con respecto al servicio de asistencia y asesoramiento el 80.7% está satisfecho con el servicio. Para Mexicali, en lo referente a los mismos rubros corresponde el 91.8% y 60.4% respectivamente, mientras que para la unidad Tijuana es de 91.8% y 91%.

En el sistema institucional de tutorías de la UABC, cada tutor tiene acceso a la información de alumnos en su trayectoria y consulta de kárdex; para darle seguimiento a alumnos en riesgo, como en la modalidad de evaluación permanente, donde se vuelve requisito dar seguimiento con cursos de apoyo, asesoría académica y supervisión del área de orientación educativa y psicológica.

En conclusión, la Facultad de Deportes, en sus tres campus, brindan diversas estrategias para combatir el rezago y reprobación; donde la mayoría de alumnos están satisfechos con el programa de asesorías y el programa de tutorías.

Movilidad e intercambio de estudiantes. La movilidad se entiende como las acciones que permiten incorporar a estudiantes o académicos en otras Instituciones de Educación Superior (IES) nacionales o internacionales. Es así, como los estudiantes de licenciatura logran realizar cursos semestrales o anuales, estancias cortas o acciones de movilidad durante las prácticas profesionales fuera de su institución. Las acciones de movilidad de los estudiantes favorecen a la adquisición de nuevas competencias,

capacidades profesionales y habilidades para adaptarse a un entorno lingüístico, cultural y profesional diferente, al mismo tiempo que fortalecen su seguridad, independencia y maduración profesional.

De acuerdo a los Convenios Generales que la UABC establece con las IPES e IES tanto a nivel Nacional como Internacional, en la UA se han visto estudiantes beneficiados con el programa de intercambio estudiantil en primera y segunda postulación, estancia corta de investigación y extensión de práctica profesional.

A partir de las convocatorias de movilidad estudiantil y la incorporación de la UABC a consorcios internacionales, se ha avanzado en el camino hacia la internacionalización y como resultado se ha incrementado el número de estudiantes que participan en acciones de movilidad estudiantil. Si bien las acciones han estado dirigidas mayoritariamente a países de habla hispana, se promueve el aprendizaje y uso del idioma inglés a fin de abrir mayores oportunidades de participación en las convocatorias.

Del programa educativo LAFD 2012-2, 91 alumnos han realizado alguna modalidad de movilidad, 47 internacionales, 44 nacionales; 3 alumnos solicitaron dos veces la modalidad de intercambio estudiantil, 2 alumnos con la modalidad prácticas profesionales, 66 alumnos en modalidad primera postulación de movilidad semestral, 20 alumnos en modalidad de estancia corta de investigación. Los principales obstáculos en la modalidad de movilidad semestral en primera y segunda postulación es por huelga de la universidad de destino, suspensión de clases por desastre natural y en la modalidad de estancia de investigación el principal obstáculo es que el plan de estudios LAFD no se enfoca en la investigación, ya que solamente cuenta con una unidad de aprendizaje obligatoria del área de investigación; además, a nivel nacional el catálogo de investigadores oferta limitadas opciones en el área de ciencias del deporte y cultura física. En opinión de los alumnos consideran la movilidad estudiantil como parte importante para su desarrollo integral.

**Tabla 16. Intercambio académico estudiantil por campus**

<b>ENSENADA</b>				
<b>CICLO ESCOLAR</b>	<b>NO. ALUMNOS</b>	<b>ÁMBITO</b>	<b>INSTITUCIÓN</b>	<b>PAÍS</b>
2013-1	6	Nacional	Universidad Veracruzana	México
	1	Nacional	UACH	México
2013-2	2	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
	1	Internacional	Universidad de Extremadura	España
2014-1	1	Internacional	Universidad BíoBío	Chile
	2	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
	1	Internacional	Universidad de Granada	España
	1	Nacional	U. de G.	México
	1	Nacional	UACH	México
2014-2	1	Nacional	U. de G	México
	1	Internacional	Universidad de Extremadura	España
2015-1	3	Nacional	U. de G.	México
2015-2	1	Internacional	Club Teqendama, Bogotá	Colombia
	1	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
	3	Internacional	Universidad de Santo Tomas	Colombia
2016-1	1	Internacional	Universidad de Contestado	Brasil
	1	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
	1	Internacional	Universidad de Extremadura	España
2016-2	2	Internacional	Universidad de Vigo	España
	2	Internacional	Universidad de Tarapacá	Chile
	1	Nacional	UANL	México
2017-1	1	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
2018-1	1	Nacional	U. de G	México
	1	Nacional	Universidad de Querétaro	México
	1	Internacional	Instituto Federal de Educacao, Ciencia e Tecnología Minas Gerais	Brasil
	1	Internacional	Univ. Universidad Castilla de la Mancha	España
2019-1	2	Nacional	U. de G.	México
<b>MEXICALI</b>				
2014-2	1	Internacional	Universidad de Extremadura	España
2015-1	3	Nacional	UANL	México
	1	Internacional	Universidad do Oeste de Santa Catarina	Brasil
2015-2	1	Internacional	Universidad de Vigo	España
	2	Internacional	Universidad de la Mancha	España
	2		Benemérita Universidad Autónoma de Puebla	México
	3		UANL	México
2016-1	1	Internacional	Universidad de Passau,	Alemania
	1	Internacional	Universidad de Lleida	España
	1	Nacional	Benemérita Universidad Autónoma de Puebla	México
	1	Nacional	UANL	México
	1	Nacional	U. de G.	México
2016-2	1	Internacional	Universidad de Extremadura	España
2017-1	2	Internacional	Universidad de Asunción	Paraguay
	1	Nacional	U. de G.	México

	1	Internacional	Universidad de Santiago de Chile	Chile
2017-2	1	Internacional	Universidad de Vigo	España
	2	Internacional	Universidad de Extremadura	España
	1	Internacional	Universidad de Boyacá	Colombia
	1	Internacional	Universidad de Huelva	España
2018-1	2	Nacional	UANL	México
	1	Nacional	Universidad Veracruzana	México
	1	Internacional	Universidad de Extremadura	España
	1	Internacional	Universidad de la Coruña	España
2018-2	1	Internacional	Universidad de la Coruña	España
<b>TIJUANA</b>				
2015-1	1	Internacional	Universidad de Coimbra	Portugal
2016-2	1	Internacional	Universidad Autónoma de Entre Ríos	Argentina
	2	Internacional	Universidad de las Palmas de Gran Canaria	España
	1	Nacional	UANL	México
	1	Nacional	Universidad Autónoma de Aguascalientes	México
2017-1	1	Nacional	Universidad de Extremadura	España
	1	Nacional	Universidad Autónoma de Aguascalientes	México
2017-2	1	Internacional	Universidad Miguel Hernández de Elche	España
	1	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
	2	Nacional	Benemérita Universidad Autónoma de Puebla	México
2018-1	1	Internacional	Universidad Católica de Temuco	Chile
	1	Internacional	Universidad de Santiago de Chile	Chile
	1	Internacional	Universidad de Costa Rica	Costa Rica
	1	Internacional	Universidad de las Palmas de Gran Canaria	España
	2	Nacional	U. de G.	México
2018-2	2	Internacional	Universidad Miguel Hernández de Elche	España

Fuente: Elaboración propia con información de la Facultad de Deportes.

La Facultad de Deportes ha gestionado apoyo para las actividades académicas de los estudiantes, de 2015 a la fecha se han otorgado 80 becas económicas como apoyos para asistencia y presentación de trabajos de investigación en eventos académicos nacionales e internacionales, estancias de movilidad nacionales e internacionales, estancias de posgrado internacionales, pago de hospedaje y boletos de avión.

Programa institucional de tutorías. La tutoría académica en la UABC es el proceso mediante el cual se hace disponible la información sistemática al tutorado, que le permite

la planeación y desarrollo de su proyecto académico y profesional, a través del acompañamiento de un tutor, quien reconoce, apoya y canaliza las necesidades específicas que le plantea el tutorado, considerando la normatividad y apoyos institucionales disponibles que responden a estas necesidades, respetando en todo momento la libertad del estudiante en la toma de las decisiones de su trayectoria académica.

El propósito de la tutoría académica es potencializar las capacidades y habilidades del alumno para que consolide su proyecto académico con éxito, a través de una actuación responsable y activa en su propia formación profesional con la guía y acompañamiento de un tutor.

Con base en lo anterior, el programa de tutorías académicas de la Facultad de Deportes tiene como propósito “orientar y auxiliar a los alumnos para que éstos diseñen un programa de actividades académicas curriculares y extracurriculares que favorezcan su formación integral y lograr el perfil profesional deseado”, de acuerdo con lo establecido en el *Manual de Operación del Programa de Tutorías de la Escuela de Deportes*, creado en mayo del 2012. Dicho documento es una guía en torno al funcionamiento y los propósitos de las tutorías académicas, para desempeñar las funciones del tutor, tutorado, coordinador o responsable del programa y los aspirantes a integrarse al cuerpo tutorial. El manual establece la justificación, definición de tutoría, propósitos y objetivos generales, estructura organizacional, modalidades de la tutoría académica, tipos de tutores, mecanismos para la operación de la tutoría, funciones, sanciones, servicios de apoyo académico institucional, formatos de seguimiento y evaluación de la actividad tutorial.

El 100% de los estudiantes del programa educativo cuentan con un tutor asignado, mismo que da acompañamiento desde el inicio de su carrera al término de la misma, las actividades del tutor es ser guía en aspectos académicos-administrativos como servicio social, idioma extranjero, prácticas profesionales, formación integral, recomendaciones sobre el perfil profesional, valores, así como identificación de problemáticas de aprendizaje, de orden socioeconómico o de salud que enfrentan sus tutorados, además de canalizarlos a la instancia que corresponda o requiera. Como se puede observar en

la siguiente tabla, la facultad en el ciclo escolar en curso, cuenta con un total de 59 tutores. De los cuales el 27% son profesores de tiempo completo (PTC), el 32% con técnicos académicos (TA), el 5% son técnicos académicos de medio tiempo (TAMT, 2% son de medio tiempo (MT) y el 34% son de asignatura (PA). Con relación al número de alumnos por tutor, en promedio en Mexicali atiende a 36, en Ensenada 33 y en Tijuana 29.

**Tabla 17. Tutores por campus y categoría académica**

Campus	No. Tutores	PTC	TA	TAMT	MT	PA
Ensenada	15	8	4	-	1	2
Mexicali	17	3	9	1	-	4
Tijuana	27	5	6	2	-	14
<b>Total</b>	<b>59</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>20</b>

Fuente: Elaboración propia con información de la Facultad de Deportes.

Con base en la encuesta de estudiantes y respecto al proceso de tutorías, el 87% dijo estar satisfecho; por lo que se concluye que los estudiantes se encuentran satisfechos con el servicio, sin embargo, se identifica una oportunidad de mejora en la actualización del Manual de Tutorías de la facultad de Deportes a fin de brindar un mejor servicio.

Con relación al programa de tutorías COMACAF recomienda: Contar con todas las evidencias del programa de tutorías en forma accesible para mejorar los procesos de intervención tutorial y que en los reportes o bitácoras se escriban las fechas de la intervención, así como las firmas de los tutores, no sólo de los tutorados; así como realizar una evaluación o retroalimentación del impacto del programa de tutorías y ligarla como un proyecto de investigación educativa.

Servicios de orientación educativa y psicopedagógica en apoyo al aprendizaje. Este servicio se proporciona a través del área de orientación educativa y psicopedagógica en cada una de las unidades académicas, con la finalidad de brindar la atención según se requiera, la cual se logra por medio de los siguientes programas:



- Atención Aspirantes: A través de este programa se brinda información actualizada sobre las carreras que ofrece la Universidad, a los interesados en ingresar a la UABC, la aplicación del Examen de Habilidades PRODIP, el llenado de la Encuesta de Nuevo Ingreso, además de la Encuesta Socioeconómica como requisitos de ingreso, con la finalidad de elaborar un expediente del estudiante, el cual permitirá brindarle una mejor orientación durante su formación profesional.
- Atención Alumnos de Nuevo Ingreso: A través de este programa se brinda un curso de inducción, esto con el propósito de que el alumno de nuevo ingreso identifique la formación que la Universidad le ofrece, así como los servicios con los que cuenta, para que logre una formación integral y un sólido desarrollo en su potencial valoral.
- Atención Estudiantes Universitarios: A través de este programa se brinda una orientación que favorezca el aprendizaje en el alumno, mediante la estimulación de las habilidades del pensamiento y la enseñanza de técnicas y hábitos de estudio. Además de una orientación vocacional, la atención a problemas personales, tanto familiares como de salud, mismos que en un momento dado interfieran en el proceso de aprendizaje del alumno.
- Atención Docente: A través de este programa se brinda atención al personal docente de las diferentes unidades académicas que busquen mejorar su labor a través de los conocimientos, principios y técnicas que se derivan de la psicología.
- Canalización: Alumnos que requieran asesorías académicas son canalizados hacia el área correspondiente y en los casos que se requiera tratamiento psicológico son canalizados al Centro de Salud Mental.

La información también se otorga a través de diferentes medios, ya sea en periódicos murales, conferencias, cursos, talleres o asesoría individualizada sobre temas de educación sexual, desarrollo de habilidades del pensamiento, técnicas y hábitos de estudio, técnicas de manejo del estrés, prevención del uso y abuso de drogas legales e ilegales, orientación sobre depresión, suicidio, abuso sexual, bulimia, anorexia, ansiedad, agresión, violencia, fomento de valores éticos y morales, entre otros.

Las actividades que se reconocen como parte de la orientación profesional del estudiante de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte son:

- Taller y orientación de servicio profesional.
- Taller y orientación de prácticas profesionales.
- Cursos de educación continua.
- Congresos internacionales y nacionales.
- Simposios internacionales y nacionales.
- Proyectos de vinculación con valor en créditos.
- Ayudantías docentes y de investigación.
- Programa de emprendedores.
- Seminarios, foros, talleres, exposiciones y jornadas.
- Cursos de lengua extranjera.

Los Proyectos de vinculación con valor en créditos, ayudantías docentes, ayudantías de investigación y proyectos de emprendedores, no son requisitos, pero benefician al alumno en la adquisición de créditos optativos y formación profesional, se promueven ampliamente en la etapa disciplinaria y profesional del plan de estudios. Actualmente un gran número de alumnos han sido asignados y beneficiados con estas modalidades.

Con base en datos proporcionados por el área responsable, en la actualidad se atiende, de manera individual, por semestre del 24 al 30% de la población. En asesorías grupales y temas preventivos se atiende aproximadamente 79% de la población.

De acuerdo a la encuesta realizada a profesores, el 34% de los docentes considera que las actividades complementarias con valor en créditos siempre contribuyen a la formación profesional del alumno; el 88.8% de alumnos expresan estar satisfechos.

Prácticas profesionales, estancias y visitas en el sector productivo. Las prácticas profesionales (PP) son el conjunto de actividades y quehaceres propios a la formación profesional para la aplicación del conocimiento y la vinculación con el entorno social y productivo, el cual tiene establecida base y lineamientos generales normativos en el

*Reglamento General para la Prestación de Prácticas Profesionales de la UABC (UABC, 2004).*

Con base en la normatividad, las PP en la Facultad de Deportes se realizan cuando el alumno ha cubierto el 70% de créditos del plan de estudios, debiendo cumplir 160 horas, dentro de un periodo escolar. Se otorgan 10 créditos obligatorios para el plan de estudios de la LAFD 2012-2.

Para la atención de los alumnos en esta actividad académica se ha designado a un responsable de prácticas profesionales en cada una de las unidades académicas donde se imparte el PE, mismo tiene como función genérica proporcionar toda la información y asesoría necesaria para que los estudiantes realicen la tramitación, desarrollo y acreditación de sus PP. La Coordinación General de Formación Profesional y Vinculación como responsable a nivel institucional establece la documentación (formatos) requerida para el registro y acreditación de las PP. Para la carga académica del alumno las PP son registradas, por el responsable de la unidad académica, en el sistema implantado por la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar.

La asignación y seguimiento de los alumnos, así como el alta y registro de las unidades receptoras se realizan en el Sistema Integral de Formación Profesional y Vinculación Universitaria (SIFPYVU) disponible en <http://sifpvu.uabc.mx/> creado para otras modalidades de aprendizaje en las cuales está contemplada las PP.

De acuerdo a la encuesta aplicada a los estudiantes, el 90% mencionan estar muy satisfechos con el desarrollo y atención para la realización de sus PP, sin embargo, se considera importante seguir mejorando el proceso y las estrategias del área de prácticas profesionales.

Servicio social. El *Estatuto General de la UABC*, en el Título Quinto, artículo 170, fracción II, inciso g), establece que los estudiantes deben de presentar el servicio social en los términos del reglamento sobre la materia. De igual forma en el Reglamento de Servicio Social, se estipulan los derechos y obligaciones de los prestadores del servicio social universitario, en el Capítulo Octavo, artículo 48. Este reglamento, tiene

como objetivo establecer bases y lineamientos generales para la prestación del servicio social de los estudiantes que cursen estudios de técnico superior universitario y de licenciatura en la UABC, así como en instituciones con programas educativos incorporados (UABC, 2007).

Con base en la normatividad, el servicio social universitario está estructurado en dos etapas. La primera, denominada del servicio social comunitario (SSC), en el que no se requiere un perfil profesional determinado, tiene como propósito el fortalecimiento de la formación de valores en los alumnos y comprende la prestación de un mínimo de 300 horas; la segunda, servicio social profesional (SSP), está encaminada a la aplicación de conocimientos, habilidades, aptitudes y valores que hayan obtenido y desarrollado los alumnos en el proceso de su formación universitaria, comprendiendo un mínimo de 480 horas.

En cada unidad académica funciona una Comisión de Servicio Social, la cual está integrada por el director, subdirector, los encargados de la etapa formación básica y de formación profesional y vinculación universitaria de la unidad académica, el responsable de servicio social y al menos dos académicos de carrera adscritos a la misma, así como dos estudiantes miembros del Consejo Técnico, que serán, en ambos casos, seleccionados por el director. El director de la unidad presidirá la comisión y el responsable de servicio social será el secretario. La Comisión de Servicio Social sesiona, las veces que es necesario, previa convocatoria del director de la unidad académica. Las sesiones serán válidas con la asistencia de la mayoría de quienes la integren y los acuerdos se tomarán por la evaluación de la rúbrica de servicio social. Son funciones de la Comisión de Servicio Social, aprobar y, en su caso, solicitar al departamento respectivo el registro o la cancelación de los programas de servicio social adscritos a la unidad académica.

Existe en la unidad académica un proceso de registro de unidad receptora, la cual solicita su registro por medio del Sistema Institucional de Servicio Social (SISS) <http://serviciosocial.uabc.mx>. El procedimiento inicia con el llenado de un formulario en donde se especifican las características de los alumnos prestadores de servicio social que requieren, así como las actividades que realizarán y el impacto social que el servicio

tiene en la comunidad. El registro es enviado a la unidad académica para que ésta lo someta a dictamen con la Comisión de Servicio Social.

Los responsables de SSC y SSP, en la unidad académica, realizan talleres de servicio social al inicio del semestre en el cual se explica y se dan a conocer el reglamento y lineamientos de servicio social, se describe el proceso que se lleva a cabo para la acreditación y liberación del mismo, las horas mínimas que se requieren y el vínculo con las unidades receptoras; se les proporciona la página oficial del SISS en donde los van a realizar el proceso de asignación, entrega de reportes trimestral y final para la liberación de las horas correspondientes.

Con base en las solicitudes realizadas por los estudiantes se tiene el registro de aquellas unidades receptoras o programas para cumplir con las horas ya sea de SSC o SSP. Para la acreditación de SSC los programas con mayor solicitud por parte de los estudiantes son: Apoyo en eventos deportivos comunitarios, Colecta de Cruz Roja y UABC “cada moneda cuenta” y el programa de educación cívica y formación de valores, Instituto Municipal del Deporte Tijuana, Programa de apoyo a escuelas indígenas y Una mano a la escuela programa de la Sistema Educativo Estatal. Para el SSP las unidades receptoras con mayor solicitud: Colegio de Bachilleres del Estado de Baja California, Instituto Municipal del Deporte y la Cultura Física (IMDECUF), Instituto Municipal del Deporte Tijuana, Instituto del Deporte y la Cultura Física de Baja California, Coordinación de Educación Física de Primarias, Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Baja California y Facultad de Deportes. Dichos programas y unidades receptoras favorecen en los estudiantes al desarrollo de competencias o actitudes inherentes a su carrera profesional.

Las problemáticas detectadas en opinión de los alumnos prestadores de servicio social tanto comunitario como profesional es que todo el trámite se lleva a cabo por el SISS, donde se les dificulta asignarse, enviar reporte de actividades en tiempo y forma, por lo que surgen retrasos en la acreditación y liberación de su servicio.

Se considera que el impacto del servicio social en los alumnos es significativo ya que adquiere conciencia sobre la importancia de la aplicación de conocimientos, valores, habilidades, aptitudes y actitudes en escenarios reales, permitiendo consolidar su

formación integral y, además, en el caso del SSP, la aplicación de elementos de empleabilidad que le permitan una posible incorporación en el mercado laboral. También para las unidades receptoras es significativo, debido a que, al vencimiento del periodo de vigencia del programa, solicitan la reactivación del mismo.

De acuerdo a la encuesta de alumnos, con respecto a la información del servicio social, en la unidad Ensenada el 32.9% de los alumnos dicen que sentirse satisfechos, 31.1% bastante satisfechos y 20.5% muy satisfechos, por lo que el porcentaje dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 84.5. En Mexicali el 19.7% de los alumnos dicen que sentirse satisfechos, 43.4% bastante satisfechos y 28.7% muy satisfechos, por lo que el porcentaje dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 91.8. Por último, en la unidad Tijuana el 32.1% de los alumnos dicen que sentirse satisfechos, 39.1% bastante satisfechos y 20.2% muy satisfechos, por lo que el porcentaje dentro de los distintos niveles de satisfacción es de 91.4. El promedio, entre los distintos niveles de satisfacción de las 3 unidades académicas es de 89.2%. Por lo anterior, se concluye se cumple con el indicador, sin embargo, se debe seguir brindando un servicio de calidad que permita fortalecer esta actividad académica.

Con relación a este apartado COMACAF recomendaciones revisar la política de incremento de nuevo ingreso conjuntamente con la alta tasa de deserción que se presenta en el programa educativo, para identificar alternativas factibles; elaborar colegiadamente, coordinadores de laboratorio con los profesores de asignatura, los manuales de prácticas considerando la capacidad actual y futura de los espacios con relación a la desproporción actual con el número de alumnos por grupo: además de estructurar un programa para atender el rezago en el nivel de dominio de inglés que pretende el programa educativo para mejorar el índice de titulación.

#### **2.3.4 Resultados de los estudiantes**

Resultados en exámenes de egreso externos a la institución. Actualmente no existe un examen de egreso externo para evaluar el desempeño de los egresados de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte a nivel nacional; por lo cual no se cuenta con resultados en este indicador. Sin embargo, la facultad está elaborando, en colaboración

con el Instituto de Investigación y Desarrollo Educativo, el examen de egreso que permita evaluar las competencias profesionales de los egresados del programa educativo.

Participación de estudiantes en concursos, competencias, exhibiciones y presentaciones nacionales e internacionales. Los estudiantes del Plan de Estudios 2012-2, periódicamente participan en competencias deportivas como los torneos Intramuros, inter facultades, así como los equipos representativos de la UABC, en sus diferentes etapas, municipal, estatal, regional y nacional.

En cuanto a las fortalezas de las actividades deportivas, los alumnos cuentan con acceso a los espacios y material necesario para realizar actividad física y deporte, además que, al integrarse a un deporte curricular, tiene valor en créditos, no se limita a nadie por su condición física, ni preferencias deportivas. Dentro de las debilidades que pudieran surgir en esta categoría, es la falta de información para que los alumnos asistan a practicar deporte o integrarse en tiempo y forma en cualquiera de ellas.

Una forma más de representación de los estudiantes es a través de la investigación, presentación de ponencias y la exhibición de carteles en eventos académicos nacional o internacional. Actualmente, los alumnos a través de las asignaturas de estadística descriptiva, investigación aplicada a la disciplina y seminario de divulgación científica, son invitados a participar en convocatorias internas y externas para la divulgación de los estudios de investigación y titulación por tesis, entre otros. A partir del año 2015 se ha tenido representación en coloquios de investigación, congresos, simposios, presentación de tesis; en escenarios como el 1er Simposio Internacional de Tópicos Avanzados en Fisiología del Ejercicio, Congreso Internacional de Actividad Física y Ciencias Aplicadas al Deporte y Certamen Nacional de Investigación en Cultura Física y Deporte. En la siguiente tabla se proporciona información sobre los eventos y participación de los alumnos.

**Tabla 18. Participación de los alumnos en eventos nacionales o internacionales con publicaciones de investigación, competencias deportivas nacionales e internacionales, entre otros certámenes de investigación**

Año	Nombre del evento	No. alumnos	Modalidad:
2015	Universiada Nacional Deportiva	6	Competencia
2016	Universiada Nacional Deportiva	8	Competencia
2016	3er Congreso Internacional de Experiencias Significativas en Educación, Recreación, Deportes y Áreas Afines y 1er Encuentro de Egresados de Licenciatura en Educación Física y Deportes de la Universidad del Quindío, Colombia	3	Ponencia
2016	Congreso Internacional de Cultura Física y X Euro Americano de Motricidad Humana	2	Ponencia
2016	Certamen Nacional de Investigación en Cultura Física y Deporte	4	Concurso
2017	Universiada Nacional Deportiva	11	Competencia
2017	64th Annual Meeting of the American College of Sports Medicine	1	Poster
2017	XIV Congreso Internacional de la Actividad Física y Ciencias Aplicadas al Deporte	1	Cartel
2017	Universiada Mundial TAIPEI	2	Competencia
2017	Certamen Nacional de Investigación en Cultura Física y Deporte	2	Concurso
2017	Simposio de Tópicos Avanzados en Fisiología del Ejercicio	3	Cartel
2017	Simposio Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica	1	Ponencia
2018	Universiada Nacional Deportiva	8	Competencia
2018	Congreso Internacional de Educación Física	2	Ponencia
2018	Congreso Internacional del XXIII Verano de la Investigación Científica y Tecnológica del Pacífico	2	Ponencia
2018	2do. Congreso Internacional Estudiantil de Ciencias del Ejercicio de la Facultad de Organización Deportiva de la UANL	1	Ponencia
2018	Tópicos Avanzados de Fisiología del Ejercicio.	2	Ponencia
2018	XXIV Congreso internacional FOD	4	Ponencia

Fuente: Elaboración propia con registros de Facultad de Deportes.

Otra forma de participación de los estudiantes es a través del programa de emprendedores, el cual tiene como objetivo contribuir al fortalecimiento del estudiante, brindando un esquema de acompañamiento en la creación de proyectos novedosos.

La unidad de aprendizaje Formulación y evaluación de proyectos de la actividad física y el deporte, impartida en la etapa terminal, desarrolla en los alumnos la actitud emprendedora, la voluntad y actitud para poder realizar algo innovador; dejar su huella y marcar la diferencia, mediante el desarrollo de estos proyectos genera oportunidad, conocimiento, responsabilidad personal y capacidad de liderazgo. En el transcurso del semestre, los alumnos, se preparan para participar en el evento Expo Deportes organizado por la facultad, con el propósito de que los estudiantes demuestren lo



aprendido. El proyecto ganador, tiene la oportunidad de participar en la Expo emprendedores, en donde todos los proyectos elaborados por alumnos de diferentes unidades académicas de la UABC ponen a prueba el éxito de sus proyectos, ya que son evaluados por especialistas en el área.

El Programa Integral de Emprendedores dentro de esta Facultad da seguimiento y asesoría a cimarrones emprendedores e incluso, canalizándolos a la Incubadora Cimarrones Emprendedores UABC. En nuestros egresados, el emprendimiento se ha orientado mayormente al área la actividad física enfocada a la salud formalizando empresas sobre entrenamiento funcional, gimnasios, consultas de nutrición, escuelas de formación deportiva y organización de eventos deportivos.

Con base en los resultados obtenidos en este programa, con el desarrollo de prototipo de modelo de negocios, se ha detectado un área de oportunidad en la unidad académica para ofertar la optatividad terminal para aquellos estudiantes que tengan el objetivo de formalizar su creación empresarial.

Cumplimiento del perfil de egreso. De acuerdo a lo expuesto en el plan de estudios 2012-2, el egresado del programa educativo de Licenciado en Actividad Física y Deporte es un profesionista con una formación sólida que aplica los conocimientos científicos, tecnológicos y de administración para solucionar problemáticas de su propia disciplina, mediante las cinco competencias profesionales que comprende esta PE.

En la encuesta aplicada a docentes, en la pregunta sobre la opinión de la secuencia de los programas de unidad de aprendizaje, en el caso específico de un docente quien hizo referencia en que debería mejorar para cumplir con el perfil de egreso. A su vez, en una reunión de profesores, manifestaron la necesidad de revisar las competencias del perfil profesional y evidenciar la congruencia de estas con la disciplina y los PUA.

Es por ello que se pretende trabajar en conjunto para que el perfil de egreso sea congruente con el desarrollo del estudiante en el campo profesional y el cumplimiento de dicho perfil se manifieste.

Se considera que el alumno al egresar cumple con el perfil de egreso bajo las condiciones actuales de operación del programa educativo, de acuerdo con la opinión de los docentes y el organismo acreditador. Sin embargo, se requiere de un seguimiento constante y de la implementación de nuevas estrategias para fortalecer la formación integral de todos los alumnos. COMACAF recomienda, formalizar un programa interno de estímulos y reconocimiento de alumnos destacados.

## **2.4 Evaluación del personal académico, infraestructura y servicios**

### **Objetivo**

Evaluar la suficiencia del personal académico, la infraestructura y los servicios que permiten operar el programa de la Licenciatura de Actividad Física y Deporte.

### **Método**

Se realizó una investigación empírica que incluyó entrevistas, reuniones de grupo, observación, encuestas, reuniones de trabajo con los subdirectores de cada unidad académica para describir y analizar la situación y composición vigente de la planta académica, infraestructura y servicios con los que cuentan las unidades académicas para la operación del programa de la LAFD, además, se realizó una investigación de documentos académicos y administrativos concerniente a inventarios, reglamentos y estatutos institucionales aplicables a los rubros antes mencionados.

## **Resultados**

### **2.4.1 Personal académico**

Composición actual del cuerpo docente. Para el desarrollo de las actividades académicas, en las tres unidades académicas que imparten el programa de la LAFD, se cuenta con 230 profesores de los cuales el 9% son profesores tiempo completo, 10% técnicos académicos de tiempo completo, 4% técnicos académicos de medio tiempo y 77% profesores de asignatura. Del total de los profesores el 37% cuenta con estudios de

posgrado. A continuación, se muestran tablas que sintetizan la información referida al personal docente por unidad académica:

**Tabla 19. Profesores por unidad académica y tipo de contratación en términos absolutos y relativos**

Contratación		Ensenada		Mexicali		Tijuana		Total	
Profesor	Asignatura	50	75.8%	55	69.6%	71	83.5%	176	77%
	Medio Tiempo	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	Tiempo completo	7	10.6%	8	10.1%	6	7.1%	21	9%
Técnico académico	Medio tiempo	3	4.5%	5	6.3%	2	2.3%	10	4%
	Tiempo completo	6	9.1%	11	14.0%	6	7.1%	23	10%
	<b>TOTAL</b>	<b>66</b>	<b>100%</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>	<b>85</b>	<b>100%</b>	<b>230</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración propia con datos de la subdirección de cada unidad académica de la Facultad de Deportes.

**Tabla 20. Personal académico y grado máximo de estudios por unidad académica**

Grado de estudios	Ensenada		Mexicali		Tijuana		Total	
Media superior	0	0%	0	0%	1	1.2%	1	.44%
Licenciatura	40	60.6%	57	72%	47	55.3%	144	62.60%
Maestría	20	30.3%	12	15%	32	37.6%	64	27.82%
Doctorado	5	7.6%	10	13%	5	5.9%	20	8.70%
Posdoctorado	1	1.5%	0	0%	0	0%	1	.44%
<b>TOTAL</b>	<b>66</b>	<b>100%</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>	<b>85</b>	<b>100%</b>	<b>230</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración propia con datos de la subdirección de cada unidad académica de la Facultad de Deportes.

Con base en las tablas anteriores se presenta la ubicación de los profesores, representada por su perfil, en las áreas del conocimiento del programa. Dicha relación se encuentra compuesta para el campus Ensenada: Administrativa 12%, Técnico – deportiva 46%, Biomédica 22%, Social humanista y pedagógica 20%. Por su parte el campus Mexicali cuenta con una capacidad representada por perfil de áreas de conocimiento: Administrativa 15%, Técnico – deportiva 35%, Biomédica 15% y Social humanista y pedagógica 35%. Finalmente, el campus Tijuana cuenta con una capacidad

académica que está representada por su perfil orientado a las áreas de conocimiento: Administrativa 19%, Técnico – deportiva 34%, Biomédica 13%, Social humanista y pedagógica 34%.

Los profesores de tiempo completo que cuentan con perfil deseable reconocido por el Programa para el Desarrollo Profesional Docente (PRODEP) es de 52.4%. El porcentaje de profesores de tiempo completo miembros del Sistema Nacional de Investigadores (SNI) es del 33.3%.

Con base en la información anterior sobre la composición del cuerpo docente por tipo de contratación y distribución por áreas de conocimiento necesarias del PE, se concluye que es adecuada con los perfiles necesarios para cubrir en las diferentes unidades académicas las competencias y contenidos plasmados en los programas de unidades de aprendizaje. Sin embargo, se deben hacer las gestiones necesarias para aumentar, por unidad académica, el número de profesores de tiempo completo, además de ser una recomendación del organismo acreditador.

Desarrollo disciplinario y habilitación académica. En cuanto a la habilitación de los PTC, la DES cuenta con 45% con grado de Doctor y 55% con grado de maestría, mismos que se encuentran matriculados en programas de Doctorado. Además, respecto a la media nacional que es de 45.31% con grado de Doctor, la DES se encuentra dentro del promedio con el 45% de los PTC con doctorado.

Por otra parte, la DES cuenta en 2018 con el 80% de sus PTC reconocidos por el PRODEP-SEP, y con 40% de sus PTC adscritos al Sistema Nacional de Investigadores (SNI), lo que representa casi el doble de la media nacional que es 20.69%. Además, la planta académica está inmersa en un ciclo constante de mejora de la calidad en busca de lograr obtener que el 100% de sus PTC cuenten con el reconocimiento PRODEP y aumente el porcentaje dentro del SNI.

Con relación a la actualización de los profesores, en 2017, el 61% de los PTC participaron en al menos un curso de actualización pedagógica y/o disciplinaria, ofertados dentro del Programa Flexible de Formación y Desarrollo Docente (PFFDD) que promueve la Facultad de Pedagogía e Innovación Educativa. En la unidad de Ensenada,

los cursos de actualización docente en el área pedagógica fueron: Estrategias didácticas apoyadas en TIC, Flipped classroom: diseño instruccional para cursos semipresenciales, diseño de planeación didáctica y desarrollo de unidades de aprendizaje por competencias. En la unidad de Mexicali, los cursos de actualización pedagógica fueron en los siguientes temas: Estrategias didácticas con enfoque por competencias, competencias docentes para el desarrollo efectivo en el aula (microenseñanza), desarrollo de las inteligencias múltiples para la docencia, incorporación de valores al proceso de enseñanza aprendizaje, evaluación del aprendizaje con enfoque por competencias y el aprendizaje basado en la solución de problemas. En Tijuana fueron en los siguientes temas: Competencias básicas para la docencia universitaria, conducción de cursos en línea, diseño instruccional para cursos en línea, estrategias didácticas apoyadas en TIC, blackboard para el trabajo en línea y elaboración de material didáctico pedagógico digital en video. En opinión de los profesores el 41% considera que la capacitación docente recibida por parte de la UABC es buena, el 28% regular, el 20% muy buena, 5% excelente y el 6% la considera mala.

En cuanto a la actualización docente en área disciplinar los temas que se impartieron fueron los siguientes: Mexicali, primeros auxilios básicos, certificación en reanimación cardiorrespiratoria y certificación ISAK. En Tijuana se impartieron cursos tales como: Kinesiotaping neuromuscular y entrenamiento funcional.

Por lo anterior, se puede responder que la conformación de la planta académica cuenta con el personal adecuado en capacidad y competitividad para atender el programa educativo de la LAFD.

A continuación, se presentan las recomendaciones hechas por el COMACAF, sobre la categoría de Personal académico, que habrán de considerarse tanto por la unidad académica como institucional, para efectos de optimización de recursos y logro de resultados en el programa de la LAFD:

- Realizar el diagnóstico para detectar las necesidades de actualización y superación de la planta docente desde la evaluación del propio docente, de la administración y desde la perspectiva de las necesidades de cada una de las

áreas y orientaciones no sólo pedagógicas, sino disciplinares que impacten en el programa educativo;

- Promover el apoyo con becas institucionales de la UABC para realizar estudios de posgrado, estancias de movilidad y presentación de ponencias en eventos nacionales y extranjeros;
- Incorporar una mayor cantidad de PTC con doctorado y con orientación en el área administrativa del deporte, social-humanista pedagógica y deportiva, ya que la mayoría de los PTC investigadores están orientados al área biomédica;
- Promover la incorporación de al menos un investigador por las otras tres áreas de formación del plan de estudios;
- Promover la organización y desarrollo de las reuniones de las Academias y contar con actas que den cuenta de los acuerdos y asistentes a las reuniones;
- Es necesario hacer una retroalimentación sobre los resultados de la evaluación del desempeño docente para establecer acciones de mejora y compromisos en las áreas en las que no se logra buena evaluación;
- Se recomienda que el número de profesores PTC siga aumentando hasta alcanzar una relación PTC alumnos adecuados.

Producción académica para el programa. La Facultad de Deportes integra una de las Dependencias de Educación Superior (DES) denominada Actividades Físicas y Deportes, con el registro de 843, en la cual participan profesores PTC y TA como colaboradores en líneas de investigación y generación de conocimiento (LGAC).

Actualmente la Facultad de Deportes cuenta con tres cuerpos académicos (CA), un Consolidado y dos en Formación como se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 21. Cuerpos académicos de la Facultad de Deportes**

CA			LGAC	Unidad Académica	Grado
Ciencias de la Actividad Física y Deporte			Motricidad humana	Mexicali	Consolidado
Ejercicio Salud	Físico	y	Evaluación, prescripción y administración del ejercicio físico como elemento generador de salud y calidad de vida en diferentes tipos de población	Ensenada-Tijuana	En formación
Educación Deporte	Física	y	Educación física, desarrollo motor y estilos de vida saludable	Mexicali	En formación

Fuente: Elaboración propia con base en información de la Coordinación General de Investigación y Posgrado.

La evolución en el desarrollo de los CA de la DES es notable, ya que en la corta vida de la DES se cuenta con tres cuerpos académicos que han fortalecido sus niveles de habilitación académica y como resultado la conformación de cuerpos que cultivan las LGAC, para mejorar la calidad educativa de la Facultad.

Es un reto para la DES lograr que los CA “en formación” pasen a “en consolidación”, y los CA en consolidación transiten a la etapa de Consolidado. Otro reto de la DES consiste en incrementar el número y nivel de los PTC en el SNI, así como incremento de PTC con perfil PRODEP y estar en posibilidades de crear otro CA para 2020 con nuevas LGAC.

En cuanto a la productividad académica de los académicos para el programa de la LAFD se extrae la información, que se presenta a continuación del informe de actividades de la Facultad de Deportes 2016-2018.

Los PTC de la FDEP, realizan proyectos de investigación LGAC que cultivan los cuerpos académicos: motricidad humana; educación física, deporte y ciencias aplicadas; así como evaluación, prescripción, administración del ejercicio físico, como elemento generador de salud y calidad de vida en diferentes tipos de población. De esta manera, durante los años que se reportan, los PTC han realizado investigación básica y aplicada, con registro de 10 proyectos distribuidos por campus: seis en Mexicali, uno en Tijuana y tres en Ensenada En estos proyectos han contado con la participación de 21 profesores y 20 alumnos en calidad de becarios en su mayoría y otros como tesistas. Los proyectos

de investigación han beneficiado a deportistas de Baja California, trabajadores de la UABC, deportistas de la UABC, adultos mayores de Tijuana, boxeadores de Mexicali, niños en edad escolar y personas sedentarias:

- Predictores sociales y personales de adherencia deportiva que contrarrestan el sedentarismo.
- Efecto de un programa de actividad física extraescolar sobre la proteína c reactiva ultrasensible, composición corporal y capacidades físicas en niños con sobrepeso y obesidad.
- Efecto de diferentes intensidades de ejercicio sobre la proteína C reactiva ultrasensible en adolescentes con sobrepeso.
- Efecto del programa de actividad física y educación nutricional “AFENAM”
- Adaptaciones agudas de la inmunoglobulina a salival en respuesta al ejercicio físico.
- Innovación en educación física: incorporación de un programa de boxeo recreativo-formativo.
- Reproducibilidad de las pruebas de valoración de la calidad aeróbica en función de su posición en la sesión de valoración.
- Impacto de un programa de actividad física laboral en la promoción de la salud y calidad de vida.
- Estudio del desarrollo de la fuerza muscular en las extremidades superiores e inferiores y espalda de atletas-alumnos de los equipos representativos de la facultad de deportes, unidad Ensenada.

Para la unidad académica, la investigación orientada a la innovación educativa se refiere a la generación de conocimiento al servicio del bienestar de la sociedad. Por lo que se concibieron iniciativas para desarrollar entre los alumnos del PE, conocimiento disciplinar pertinente con proyectos de investigación orientados a generar programas de intervención con aplicación directa en sus prácticas profesionales. Un ejemplo es las estancias académico-investigativas de alumnos de la Facultad de Deportes, en IES nacionales e internacionales, asociadas a proyectos de investigación de la UA. Como parte de las actividades que realizan los CA de la Facultad, se encuentra el 1er. Simposio



Internacional de Tópicos Avanzados de Fisiología del Ejercicio, con sede en Ensenada, que tuvo como objetivo trabajar en la creación de una Red Internacional de Investigación en Ciencias del Ejercicio donde se cuente con investigadores de universidades de Estados Unidos, Brasil, Costa Rica y México. Con esta Red se busca generar y mejorar el trabajo científico para que los académicos de la unidad académica de Ensenada cuenten con una mayor producción académica y científica.

A continuación, se enlistan las publicaciones del personal académicos en revistas Scopus, JCR o Scimago:

- Factores que inciden el daño oxidativo en niños con obesidad: estudio piloto”. En Scopus FDEP cuenta a la fecha con 7 publicaciones realizadas por PTCs internos y en colaboración con otras UA: [Randomized clinical trials on the sugar sweetened beverages on adiposity in olders than 13 y; systematic review] | [Estudios aleatorizados sobre el efecto del consumo de bebidas azucaradas sobre la adiposidad en adolescentes y adultos; revisión sistemática] Gómez-Miranda, L.M. 2013 Nutrición hospitalaria.
- Valores de referencia de colesterol, triglicéridos y glucosa en niños hispanos, de entre 6 a 11 años, en estados de la frontera norte de México y Estados Unidos de América Ever Arenas Berumen, Luis Mario Gómez Miranda, Elías Torres Balcázar, Víctor H. Padilla Alvarado, Iván Rentería Nutrición hospitalaria: Órgano oficial de la Sociedad española de nutrición parenteral y enteral, ISSN 0212- 1611, Vol. 31, Nº. 2, 2015, págs. 704-709.
- Factores que inciden el daño oxidativo en niños con obesidad: estudio piloto. Iván Rentería, Ever Arenas Berumen, Evarista Arellano, Claudia Esther Carrasco Legleu, Lidia Guillermina de León Fierro, Enrique Alejandro Arenas Berumen Nutrición hospitalaria: Órgano oficial de la Sociedad española de nutrición parenteral y enteral, ISSN 0212- 1611, Vol. 31, Nº. 4 (abril), 2015, págs. 1499-1503.
- Sedentarismo y obesidad en niños de edad escolar Javier Arturo Hall López, Paulina Yesica Ochoa Martínez Recursos de investigación aplicados a la

enseñanza en Latinoamérica / coord. por Francisco Santillán Campos, 2015, ISBN 978-607-8435-06-7, págs. 147-160

- Efecto de un programa de ejercicio aeróbico en la composición corporal y somatotipo de un obeso mórbido infantil. Luis Roberto Monreal Ortiz, Alberto Jiménez Maldonado, Juan Manuel Rivera Sosa, Iván Rentería, Pavel Giap Pérez Corral E-motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación, ISSN-e 2341-1473, N°. 6, 2016, págs. 28-39.
- Efecto de un programa de actividad física y educación nutricional para reducir el consumo de bebidas azucaradas y desarrollo de la obesidad en escolares de Tijuana, México. Ricardo Ángel Briones Villalba, Luis Mario Gómez Miranda, Melinna Ortiz Ortiz, Iván Rentería Revista española de nutrición humana y dietética, ISSN 2173-1292, Vol. 22, N°. 3, 2018.
- Sobrepeso y obesidad en edad infantil: Métodos antropométricos de diagnóstico. Ricardo Sánchez León, Javier Arturo Hall López, Erik Manuel Cazares Rodríguez, Luis Gerardo Uriarte Garza, Fernando Meza Correa, Adrián Zamudio Bernal, Rogelio Zapata-Garibay.
- Intensidad, salud, motivación y adherencia en educación física / coord. por Javier Arturo Hall López, Paulina Yesica Ochoa Martínez, Pedro Sáenz-López Buñuel, 2018, ISBN 978-84-17066-68-0, págs. 29-42.
- Duración, intensidad y contexto de la clase de educación física con el modelo educativo por competencias en educación primaria. Javier Arturo Hall López, Paulina Yesica Ochoa Martínez Intensidad, salud, motivación y adherencia en educación física / coord. por Javier Arturo Hall López, Paulina Yesica Ochoa Martínez, Pedro Sáenz-López Buñuel, 2018, ISBN 978-84-17066-68-0, págs. 75-84.

En la encuesta aplicada a los profesores de la facultad, con relación a la satisfacción en cuanto a la productividad académica, el 64% dice que es buena, el 21% que es regular, 13% excelente y el 2% mala.

La satisfacción sobre el tiempo que le dedican a la investigación, el 50% considera que es bueno, 33% regular, 12% malo y 5% excelente.

Referente a la participación en CA, el 44% dicen que la satisfacción es buena, 36% la considera regular, 17% mala y 3% excelente.

#### **2.4.2 Infraestructura académica**

En la Facultad de Deportes, en lo general, se dispone de infraestructura concerniente a edificios para el funcionamiento administrativo y edificios para aulas, cada uno equipados con mobiliarios. Además, por su orientación formativa y práctica dispone de espacios deportivos como canchas de basquetbol, voleibol, gimnasio, fútbol, tenis, béisbol, etc. Sus laboratorios de ciencias están equipados para atender el área médica de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. Así mismo, producto del convenio de UABC con el Gobierno del Estado de Baja California, a través del Instituto del Deporte y Cultura Física de Baja California; se cuenta con módulos de aparatos deportivos en áreas externas de los campus Mexicali, Tijuana y Ensenada.

Aulas y espacios para la docencia y su equipamiento. En la unidad académica del campus Ensenada, se cuenta con cuatro edificios y nueve aulas debidamente equipadas con capacidad para 50 personas. Cada una de ellas tiene instalaciones eléctricas, pizarrón, mesabancos, escritorio y silla para los docentes, video proyector, acceso a internet inalámbrico. Además de los anterior dos de ellas cuentan con ventilador y persianas. En el campus Mexicali, se dispone de tres edificios y nueve aulas debidamente equipadas con capacidad para 50 personas. Cada una de ellas tiene instalaciones eléctricas, pizarrón, mesabancos, escritorio y silla para los docentes, bocina integrada, cañón, video proyector, acceso a internet inalámbrico y aire acondicionado. El campus Tijuana cuenta con cuatro edificios y dispone de 12 aulas, con capacidad para 50 personas. Cada aula está equipada con un pizarrón acrílico, mesabancos, un escritorio, una silla, un video proyector empotrado en el techo del salón, dos ventiladores en pared.

En cuanto a las condiciones de las aulas, audiovisuales, salas de usos múltiples, los profesores opinaron que son buenas el 53%, 37% regulares, 5% excelentes y 5% malas.

Laboratorio y talleres específicos para la realización de prácticas, y su equipamiento. Cada una de las unidades académicas de la Facultad de Deportes cuenta con laboratorios de ciencias para el desarrollo de la actividad física y deporte. Para Ensenada están los laboratorios de fisioterapia, biociencias, psicomotricidad y química sanguínea. La unidad de Mexicali tiene los laboratorios de fisioterapia, biociencias, biomecánica, psicomotricidad y química sanguínea. La unidad de Tijuana tiene laboratorio de biociencias, fisioterapia y rehabilitación, además de química sanguínea.

**Tabla 22. Laboratorios de ciencias de la actividad física y deporte por unidad académica**

Nombre de laboratorio	Mexicali	Ensenada	Tijuana
Laboratorio de fisioterapia		1	
Biociencias de la motricidad humana	1	1	1
Psicomotricidad		1	
Biomecánica de la actividad física	1		
Educación psicomotriz	1		
Estimulación acuática	1		
Unidad de fisioterapia y rehabilitación	1		1
Química sanguínea	1	1	1
Sala de consulta	1		1
Cubículos de investigadores	4		1

Fuente: Elaboración propia con información del Área de Administración (2018).

En opinión de los profesores sobre las condiciones de los laboratorios y talleres, el 51% opinan que es buena, 36% regular, 6.5% excelente y 6.5% mala.

Otras instalaciones fuera de la sede. La unidad de Ensenada no cuenta con un centro de cómputo, por lo que las actividades relacionadas para cubrir las necesidades del PE se realizan en el Centro Universitario para el Desarrollo de las Tecnologías de la Información. En relación al servicio de cafetería para la comunidad universitaria, las tres unidades académicas de esta facultad no cuentan con servicio exclusivo. Sin embargo, cada campus tiene un edificio de cafetería en la que los estudiantes y docentes tienen acceso a diversidad de productos alimenticios.

Biblioteca. La biblioteca Central de la Universidad Autónoma de Baja California en sus tres campus de Ensenada, Mexicali y Tijuana, es la encargada de brindar servicio de

información a profesores y estudiantes. Cuenta con un acervo documental vasto para materias de áreas de la salud, administrativa, pedagógica y deportiva que se imparten en la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. En la siguiente tabla se especifica el acervo bibliográfico por áreas del campus Mexicali y Tijuana. Con respecto a la disponibilidad de referencias en Ensenada no se expone, ya que no se tiene el reporte oficial y cantidades exactas, sin embargo, todas las áreas de conocimiento cuentan con bibliografía disponible para el PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

**Tabla 23. Acervo bibliográfico por áreas de conocimiento**

<b>SALUD</b>				
<b>ÁREA TEMÁTICA</b>	<b>CAMPUS</b>			
	<b>Mexicali</b>		<b>Tijuana</b>	
	<b>Títulos</b>	<b>Cantidad de libros</b>	<b>Títulos</b>	<b>Cantidad de libros</b>
Morfología	63	98	13	16
Biología	412	625	141	274
Psicología	678	1208	580	620
Kinesiología		137	4	9
Nutrición	90	130	156	180
Bioquímica		12,635	158	174
Fisiología	188	299	180	195
Salud en la actividad física	116	166	7	14
Rehabilitación	32	65	7	19
<b>Total</b>	<b>1579</b>	<b>15363</b>	<b>1246</b>	<b>1501</b>
<b>PEDAGOGÍA</b>				
Historia y filosofía de la actividad física	0	0	0	0
Educación cívica	5	9	2	2
Ética y legislación deportiva	0	0	0	0
Comunicación oral y escrita	2	41	5	15
Técnicas de Investigación deportiva	0	0	0	0
Educación física para escuelas elementales	0	0	0	0
Educación psicomotriz	1	2	1	3
Actividad física en edades tempranas	0	0	1	2
Expresión corporal	5	25	8	11
Planeación de la enseñanza	0	0	8	12
Evaluación de la educación física	2	6	4	6
Estrategias didácticas	3	12	2	3
Modelos de enseñanza	569	1,185	4	10
<b>Total</b>	<b>587</b>	<b>1280</b>	<b>35</b>	<b>64</b>
<b>ADMINISTRACIÓN</b>				
Promoción deportiva	0	0	0	0
Organización y administración de la actividad física	0	0	1	1
Computación aplicada al deporte	1,796	3,190	0	0
Proceso administrativo	126	336	32	62
Administración de recursos	41	312	58	72

Formulación y evaluación de proyectos deportivos	0	0	6	16
Emprendedores	17	54	25	44
Seminario de titulación	0	0	1	1
Total	1980	3892	123	196
<b>DEPORTIVA</b>				
Gimnasia	25	69	26	13
Atletismo	11	40	14	51
Natación	7	13	8	20
Futbol soccer	0	0	22	42
Baloncesto	10	19	21	26
Voleibol	7	35	7	9
Recreación	429	895	57	69
Béisbol	2	2	4	10
Entrenamiento deportivo	13	35	23	34
Acondicionamiento físico	6	13	7	16
Detección de talentos deportivos	0	0	0	0
Actividad física en capacidades diferentes	0	0	6	9
Total	510	1121	195	299

Fuente: Elaboración propia con información de las Bibliotecas centrales en cada campus (2018).

Sobre las condiciones de la biblioteca, el 61% de los profesores opinan que es buena. 20% excelente, el 12% regular y el 7% que es mala.

Espacios destinados a profesores. El 100% de los profesores de tiempo completo cuentan con cubículo, cada uno de los cuales está equipado con escritorio, silla, computadora, acceso a internet, iluminación y ventilación. En Ensenada: 21 escritorios, 12 libreros, 21 sillas ergonómicas, 18 computadoras, siete teléfonos, un ventilador y dos sillas para atención. También se tiene una sala de juntas con mesa de trabajo, 12 sillas ergonómicas, una pantalla plegable, un ventilador y una computadora. Mexicali: 16 escritorios, 9 libreros, 16 sillas ergonómicas, 16 computadoras, 15 teléfonos y aire acondicionado. Se dispone de una sala de maestros con una computadora, dos escritorios, un archivero, una silla y con un espacio para 40 personas que integra una mesa y 40 sillas y aire acondicionado. Tijuana: Tiene 10 cubículos para maestros equipados cada uno con un escritorio, una silla ergonómica, un archivero y una computadora. Así mismo, cuenta con una sala de maestros equipada con tres computadoras, un escritorio, dos archiveros y tres sillas.

Espacios para encuentros académicos y/o culturales. Ensenada dispone con una sala audiovisual con capacidad para 50 personas y un módulo de coordinación deportiva

con 20 escritorios, 20 sillas, dos teléfonos, dos ventiladores, cuatro archiveros, ocho computadoras y un almacén deportivo. Además, se tiene dos gimnasios, uno en la unidad Valle Dorado con capacidad para 1200 personas (un área de recepción, nueve cubículos para profesores y entrenadores, cuatro módulos de baños, dos vestidores, un almacén y un cuarto de servicios) y, otro, en la unidad universitaria de Ensenada con capacidad para 400 personas (una sala de recepción, un área de pesas, dos módulos de baños, dos vestidores, un almacén y un cuarto de servicios).

Mexicali: tiene una sala audiovisual con capacidad para 60 personas, una sala de capacitación con 14 mesas de trabajo y una sala de usos múltiples con seis mesas, una pantalla portátil, un ventilador en pared y aire acondicionado. También, se dispone de un área de coordinación deportiva equipada con ocho escritorios, ocho teléfonos, 12 sillas, cuatro archiveros, ocho computadoras. Una sala de juntas con una mesa y 10 sillas. Además, se cuenta con dos gimnasios, uno con capacidad para 1500 personas y otro para 500; cada uno con baños, vestidores y área de oficinas con recepción; seis cubículos para entrenadores, un almacén y un cuarto de servicios. Asimismo, dispone de una unidad deportiva integrada por tres campos de béisbol, tres campos de fútbol asociación, dos canchas de voleibol de playa, dos de fútbol de bardas, dos de softbol, cuatro canchas de tenis, dos de frontón, cuatro de básquetbol y un circuito recreativo de 1600 m de longitud. Es parte de esta unidad un estadio de atletismo con pista sintética, zona de calentamiento, sala de pesas, sala de deportes de combate, dos oficinas, dos baños vestidores y dos almacenes. Tiene un complejo acuático con alberca olímpica y una sala de gimnasia con aparatos de gimnasia artística para ramas varonil y femenil, recepción, sala de juntas, dos salas de usos múltiples (danza, aerobics, zumba, pilates, yoga), baño vestidor y almacén.

Tijuana: Cuenta con una sala audiovisual equipada con 155 butacas. Se tiene una sala de usos múltiples equipada con una computadora, ocho mesas, un pizarrón electrónico, un video proyector, seis ventiladores de pared, 12 archiveros y 28 sillas de visita sin porta brazo. Esta unidad posee un gimnasio con capacidad para 450 personas, cuatro baños y dos vestidores, un almacén, un cuarto de servicios. También tiene una unidad deportiva compuesta por dos campos de béisbol, dos campos de softbol, dos de

fútbol, una cancha de voleibol de playa en construcción, uno de fútbol de bardas, cuatro canchas externas de basquetbol, un estadio de atletismo con pista de tartán, capacidad para 1 500 personas y campo de fútbol americano con pasto sintético y gradas para 500 personas. El área de coordinación deportiva está equipada con cinco escritorios, seis sillas, tres ventiladores, cinco archiveros, cuatro computadoras, dos teléfonos.

Infraestructura física donde se imparte el programa. En cuanto a estacionamientos y áreas verdes los profesores y alumnos disponen de los servicios que se mencionan en la siguiente tabla.

**Tabla 24. Estacionamientos y áreas verdes de la FD por campus**

<b>Descripción</b>	<b>Mexicali</b>	<b>Ensenada</b>	<b>Tijuana</b>
Áreas verdes (frente a edificios de aulas)	2	0	5
Estacionamientos para alumnos	2	1	1
Estacionamientos para docentes	2	1	1

Fuente: Elaboración propia con información del Área de Administración (2018).

Para el desarrollo de las actividades administrativa en Ensenada se cuenta con un área de recepción equipada con dos escritorios, dos archiveros, una silla ergonómica, una computadora, dos impresoras, una copiadora y un teléfono. En el campus Mexicali, la zona administrativa está integrada por dos áreas de recepción, con dos sillas, dos escritorios, tres archiveros, dos sillas ergonómicas, una cámara de seguridad, dos computadoras, dos impresoras, una copiadora y una sala de juntas con ocho sillas ergonómicas, un gabinete y aire acondicionado. En el campus Tijuana el edificio administrativo consta de tres áreas de recepción (dos escritorios en la recepción de la subdirección; un escritorio en coordinación deportiva; dos escritorios en el laboratorio de biociencias).

Con relación al área de baños, Ensenada cuenta con módulos para personal académico y administrativo (sanitarios, lavamanos, dispensadores de papel, jabón y botes para la basura. Así como los módulos correspondientes a los alumnos los cuales comprenden: 22 sanitarios (14 para mujeres y ocho para hombres), 10 mingitorios, lavamanos (ocho para mujeres y cuatro para hombres) y botes para la basura. Mexicali:



cuenta con módulos de baños para personal académico y administrativo (sanitarios, lavamanos, dispensadores de papel, jabón y botes para la basura). Así como los módulos de alumnos: para mujeres, cuatro lavamanos, seis espacios de regaderas, botes para la basura y seis sanitarios más en complejo acuático universitario. Para hombres se cuenta con dos módulos con sanitarios y mingitorios, cuatro lavamanos y botes para la basura y seis espacios de regaderas y sanitarios en complejo acuático universitario. En Tijuana, el área de sanitarios para docentes cuenta con un cuarto de sanitario de hombres con lavamanos, dispensador de jabón, dispensador de papel para manos y el cuarto de sanitario de mujeres con lavamanos, dispensador de jabón, dispensador de papel para manos y botes para la basura. El área de baño para los estudiantes cuenta con 10 baños, de los cuales cinco son utilizados por mujeres y los cinco restantes por los hombres contando estos con 10 mingitorios; también se cuenta con cuatro regaderas siendo dos para mujeres y dos para hombres.

En conclusión, sobre la suficiencia, funcionalidad y actualización de la infraestructura y el equipamiento tecnológico para apoyar las actividades académicas del programa educativo, podemos decir que en Mexicali el PE cuenta con las necesidades de infraestructura tecnológica adecuada para su funcionamiento, sin embargo en lo que se refiere a laboratorios de práctica del PE, se cuenta con equipo tecnológico limitado a la cantidad de estudiantes por grupo, esto hace que la funcionalidad de los laboratorios sea limitada o insuficiente para el desarrollo de prácticas y ralentice dichas actividades con las clases. Tijuana cuenta con los espacios necesarios para impartir las clases, cuenta con tecnología en cada una de las aulas, así como un laboratorio de cómputo y un laboratorio de investigación para así generar las competencias necesarias en nuestro alumnado; pero la conexión a internet inalámbrica no es eficiente. En Ensenada la infraestructura en equipo tecnológico es actualizado, pero no suficiente en los laboratorios. Los accesos a internet inalámbrico en aulas y espacios comunes son insuficientes e ineficientes.

En lo que se refiere a suficiencia y efectividad en el uso de las TIC por parte de los profesores y los estudiantes, en el caso de Mexicali, la mayoría de profesores de la unidad académica, cuentan con cursos de uso de herramientas tecnológicas y hacen uso

constante de la infraestructura, ya que todas las aulas cuentan con computadora, proyector y sistema de audio como apoyo de TIC, por lo que también directamente hace que los estudiantes participen del uso de TIC para el desarrollo académico y de actividades extracurriculares. Por ello se reconoce en este sentido como alta la eficiencia y suficiencia del uso de TIC entre profesores y estudiantes. En el caso de los campus Ensenada y Tijuana se observa insuficiencia de computadoras y sistema de audio en las aulas, para ello se cuenta con el servicio de préstamo de computadoras portátiles y bocinas.

En lo que se refiere a Bibliotecas, habrán de ser consideradas las oportunas y convenientes recomendaciones hechas por COMACAF como son: Que todos los libros de la bibliografía básica de todos los programas o unidades de aprendizaje deben estar en la biblioteca y promover la participación de cuerpos colegiados en la adquisición del acervo bibliográfico.

### 2.4.3 Infraestructura física

Seguridad de personas y bienes. En las instalaciones de la facultad en el estado, existen estacionamientos con espacios designados y señalados para uso de personas con discapacidad, cuya ubicación se encuentra lo más cercana a los edificios. Se cuenta, además, con rampas de acceso para facilitar su tránsito dentro de las instalaciones de las tres unidades académicas.

Áreas deportivas, de recreación y convivencia. Por las características del programa educativo, en los tres campus se encuentra una amplia infraestructura deportiva, misma que se describe en la siguiente tabla por campus.

**Tabla 25. Infraestructura deportiva por campus**

<b>Espacios deportivos</b>	<b>Mexicali</b>	<b>Ensenada</b>	<b>Tijuana</b>
Canchas para básquetbol	4	0	4
Canchas para voleibol	2	0	1
Gimnasio	2	2	1
Cancha de fútbol rápido	2	1	1
Otras canchas (especificar)	2 pesas, 2 de frontón	0	0

Campos para fútbol	2 fútbol asociación	0	3
Campos para fútbol americano	1 (en interior de pista de atletismo)	0	1
Campos para tenis	4	0	0
Campos para béisbol	3	0	2
Campos de softbol	2	0	2
Estadio de atletismo (con áreas oficiales de competencia para pruebas de pista y campo, gradas)	1	0	1

Fuente: Elaboración propia con información del Área de Administración (2018).

En opinión de los profesores, las condiciones de las instalaciones deportivas son buenas 44%, son regulares el 37%, malas 12% y 7% que son excelentes.

También se cuenta con instalaciones para servicios a la comunidad. Dada la concurrencia de personas externas a la institución, la Facultad de Deportes, a través de sus unidades académicas (Ensenada, Mexicali y Tijuana), facilita las áreas de canchas deportivas, el gimnasio deportivo y centros de actividad física.

**Tabla 26. Instalaciones para servicios a la comunidad**

Descripción	Mexicali	Ensenada	Tijuana
Gimnasio universitario	2	2	1
Centros de actividad física	2	2	1
Canchas deportivas	3	3	1

Fuente: Elaboración propia con información del Área de Administración (2018).

**Conectividad.** Las tres unidades académicas cuentan con servicio de internet. Es una red de banda ancha, con acceso para todos los estudiantes de la facultad de forma libre. El acceso a internet es con velocidad de 181.93 Mbps. Las unidades de Mexicali y Tijuana están equipadas de un centro de cómputo para fortalecer su acceso a las tecnologías de información. La unidad de Ensenada no cuenta con un centro de cómputo, pero se encuentra a su disposición en el Centro Universitario para el Desarrollo de las Tecnologías de la Información el cual cubre las necesidades del PE. En la siguiente tabla se especifica el equipo de cómputo de las unidades académicas de Mexicali y Tijuana.

**Tabla 27. Inventario sala de cómputo: equipos, materiales, internet (velocidad de internet) y servicio (estudiantes y maestros)**

Descripción	Mexicali	Tijuana
Laboratorio de cómputo con:	1	1
Sala audiovisual	1	1
Pizarrón	1	2
Mobiliario (mesas)	14	8
Sillas	30	22
Área de recepción	2	1
Sillas maestros	2	1
Computadoras maestros	2	1
Archiveros	3	1
Impresoras (servicio para alumnos)	1	1
Internet	Velocidad de 181.93 Mbps	Acceso de internet de 100 Mb

Fuente: Elaboración propia con información del Área de Administración (2018).

Las instalaciones de la Facultad, en sus tres unidades académicas, son suficientes, adecuadas y funcionales, tanto para las actividades, deportivas, académicas y administrativas como de apoyo para los servicios externos que ofrece a la comunidad; mismos que se encuentran en óptimas condiciones de uso para el funcionamiento de acuerdo a los requerimientos del programa. El estado y conservación de instalaciones deportivas, aulas, talleres y laboratorios es el adecuado para las actividades orientadas a la promoción del aprendizaje de nuestros estudiantes. También, se cumple en cuanto a los espacios para el personal académico y administrativo, ya que éstos son adecuados tanto en cantidad como en equipamiento y condiciones para el óptimo desarrollo de sus funciones y de las necesidades del programa educativo. En cuanto a la funcionalidad de la Biblioteca, se considera es adecuada debido a que cuenta con personal capacitado para atender y brindar asesoría. Los espacios físicos en el interior de la biblioteca son adecuados a las necesidades de la comunidad universitaria de la Facultad de Deportes.

En cuanto a las instalaciones, material y equipos actualmente se cumple con suficiencia con lo requerido por el programa de la LAFD en cada una de las unidades académicas, pero se cuenta, en lo general, con diferente infraestructura por lo que resulta conveniente y necesario homologarlo para ofrecer con la misma calidad las actividades orientadas a la generación y adquisición y aplicación del conocimiento.

#### **2.4.4 Servicios de apoyo**

Becas y apoyos estudiantiles. La UABC, cuenta con 24 diferentes tipos de becas, en las que se diversifican áreas específicas para atender necesidades de los estudiantes; desde becas económicas, alimenticias, de servicio social, ejercicio investigativo, prórroga de pago, intercambio estudiantil, artístico, deportivo, entre otras. La facultad, con base en la normativa institucional y el personal administrativo correspondiente al área orientación educativa y psicopedagógica, promueve ampliamente la información de becas durante cada periodo escolar, misma que es utilizada por los estudiantes para solicitar la beca a través del portal de alumnos.uabc.mx.

La proporción de alumnos que han accedido a becas, de acuerdo a estadísticas emitida por la Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar en 2017, nuestros estudiantes a nivel Estatal han hecho uso de un total de 1,072 becas, distribuidas por campus de la siguiente forma:

- Ensenada con 265 becas, con una proporción con base en su población estudiantil del 47%, que han accedido algún tipo de beca.
- Mexicali, la cantidad de becas otorgadas son de 473, mismas que representan el 75% con respecto a su población estudiantil.
- Tijuana los estudiantes han recibido algún tipo de otorgamiento de beca con una cantidad 334, misma que representan proporcionalmente a su población un 42%.

Con base en lo anterior se puede afirmar que al menos unos de cada dos estudiantes del PE han tenido acceso algún tipo de beca, como apoyo a su formación educativa; por tanto, podemos concluir que existen acciones fortalecidas para que los estudiantes puedan continuar con su actividad estudiantil y formación académica e integral, e impactar significativamente en lo referido a retención dentro del programa.

Tránsito a la vida profesional. El programa educativo de la LAFD, para promover acciones que permitan orientar al alumno en su inserción al ámbito profesional, difunde a través del personal de la Coordinación de Formación Profesional y Vinculación de las unidades académicas (Responsable de titulación, seguimiento de egresados, prácticas profesionales) diversas acciones y apoyos que se realizan en programas institucionales

como: bolsa de trabajo e incubadora de negocios. Internamente se ofrece asesoría en trámites de egreso y vinculación con empresas, entre otras.

Bolsa de trabajo. Es un programa institucional que se promueve a través de la Coordinación General de Formación Profesional y Vinculación Universitaria la cual, de acuerdo al Estatuto Escolar, tiene por objetivo facilitar a los alumnos y egresados de la universidad su incorporación al mercado laboral, para poner en práctica sus aptitudes, conocimientos, aptitudes, conocimientos y habilidades profesionales en la solución de problemas de la comunidad. La bolsa de trabajo está a cargo de los departamentos de Formación Profesional y Vinculación Universitaria de cada campus, con las siguientes funciones:

- Promover y establecer vínculos con organizaciones del sector público, privado y social que puedan apoyar el tránsito de los alumnos y egresados al mercado laboral.
- Facilitar, sin costo alguno, información relevante sobre una amplia variedad de profesionistas,
- Promover la pertinencia de los planes y programas de estudio a través de la obtención y análisis de la información relevante sobre los perfiles profesionales que están demandando las empresas.
- Realizar periódicamente la difusión de este servicio entre los sectores público, privado y social y la comunidad universitaria.
- Establecer criterios operativos para el adecuado funcionamiento de este servicio.

Dentro de las conclusiones del presente apartado es válido retomar las recomendaciones hechas por el COMACAF siendo éstas las siguientes: Formalizar el programa de vinculación de la unidad académica; mejorar la base de datos de seguimiento de egresados para medir la eficiencia y eficacia del programa en cada generación; ampliar y diversificar las opciones de bolsas de empleo para los alumnos y egresados; formalizar el programa de educación continua de la unidad académica y

ofertar opciones de educación continua en modalidad a distancia y online que amplíen la cobertura de este rubro.

## Conclusiones

Con base en el análisis de la información recabada, a partir de la evaluación externa e interna del PE de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte, así como en la reflexión realizada (ver tabla 28), al dar respuesta a la Lista de verificación de preguntas de evaluación para determinar la modificación o actualizar programas educativos, presentada en la tabla 24 de la Metodología de los estudios de fundamentación para la creación, modificación y actualización de programas educativos de licenciatura, se expone lo siguiente:

El programa educativo responde a las necesidades de formación del recurso humano que atienda problemáticas de salud por inactividad física y a poblaciones específicas que se encuentran vulnerables a padecer enfermedades asociadas al sedentarismo, sobrepeso, obesidad, nutrición, entre otros. La formación profesional del egresado, basada en la pertinencia social, le permite desempeñarse en la investigación, gestión deportiva, emprendedor de su propio negocio y la promoción de la salud.

En opinión de los empleadores, el perfil de egreso responde a los requerimientos del mercado laboral. Sin embargo, los empleadores del sector educativo, observan que para que su institución u organización subsista, es preciso contar con elementos que mejoren el servicio, como son los relacionados con el área pedagógica y la didáctica. Con respecto a la competencia de egreso, referida a esta área, la recomendación de los empleadores es reforzar las acciones que permitan disminuir la brecha entre la teoría y la práctica a nivel pedagógico.

El segundo punto expuesto por los empleadores se relaciona con la competencia de egreso del área administrativa, en la cual se señala que se deben desarrollar las habilidades empresariales en especial la gerencia, la competitividad, el emprendimiento, la comunicación efectiva y la inteligencia emocional, de tal manera que los egresados se conviertan en aquellas personas que pueden ocupar los puestos en las organizaciones relacionados con el perfil, dentro del mercado tan dinámico y cambiante en la vida productiva de cualquier sociedad, sin dejar de poner atención a la prescripción de la



actividad física como esencia primordial del quehacer profesional de los egresados del programa educativo.

Por otro lado, en el sector empresarial es imperante el desarrollo de las habilidades como son el uso eficiente de las TIC, el trabajo en equipo, el liderazgo, la comunicación efectiva, la inteligencia emocional, etc.

Lo anterior, coincide con lo expuesto en el Objetivo de Desarrollo Sostenible 4 de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), que plantea, entre sus metas, aspectos de la educación como las “habilidades adecuadas para un trabajo decente”. Para el año 2030, se pretende aumentar el número de jóvenes y adultos con las competencias técnicas y profesionales necesarias para acceder al empleo, el trabajo docente y el emprendimiento. Se hace hincapié en el desarrollo de capacidades tanto cognitivas como no cognitivas, entre las que encontramos la resolución de problemas, el pensamiento crítico, la creatividad, el trabajo en equipo, las habilidades comunicativas y la resolución de conflictos, que pueden aplicarse en el ámbito profesional (UNESCO, 2017). Por consiguiente, todo esto recae en las competencias que forman parte del perfil de egreso del plan de estudios del programa educativo de la LAFD.

La demanda del programa educativo se ha mantenido en todo momento, por encima de la capacidad máxima de su oferta en todo el Estado, aunque existen diversos PE afines en la región, el PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte es la referencia para los demás, esto se debe a la infraestructura, tanto deportiva, como de laboratorios, de investigación (profesores con nivel SNI) y una planta docente con el perfil deseable.

Cada uno de los programas educativos en ciencias del deporte analizados en el apartado de referentes, responden a un contexto internacional, nacional, regional y local, para la formación académica de los estudiantes, ya que las instituciones de educación superior también cuentan con un perfil de egreso diferenciado, que se puede alcanzar con unidades de aprendizaje de ciencia aplicada, técnico-deportivas, pedagógicas, en el área social humanista y fortalecimiento curricular a través de certificaciones nacionales e internacionales. Por otra parte, los egresados de la Licenciatura en Actividad Física y

Deporte pueden encontrar amplias oportunidades de empleabilidad en actividades que orienten el tiempo de ocio, promuevan la recreación y deporte en el medio natural, con sustento científico, para contrarrestar las problemáticas del bienestar y calidad de vida que afectan en la actualidad a la población, así como en el área de rendimiento deportivo.

La evolución de la profesión ha pasado por la de Técnico en Educación Física, posteriormente Licenciado en Educación Física, y más recientemente en licenciaturas más amplias que incluyen conocimientos en educación física, deporte, salud y gestión, incluso la profesión ya incluye estudios de posgrado. Una prospectiva a nivel nacional e internacional de esta disciplina es el emprendimiento, que va desde la promoción de la salud, a través de la actividad física, el desarrollo de eventos en el área deportiva, hasta el entrenamiento de alto rendimiento; otra prospectiva es el dominio de los avances tecnológicos en el área de la salud, la prescripción del ejercicio y entrenamiento deportivo y por último el conocimiento de deportes en el medio natural como el senderismo, surf, escalada, entre otros; esto debido a que la sociedad demanda personal capacitado para recibir estos servicios con mayor calidad.

Se identifica congruencia entre el PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte y el Modelo Educativo de la UABC, en cuanto a las competencias profesionales del actual perfil de egreso se concluye que son pertinentes con las necesidades y problemáticas sociales. Sin embargo, como resultado de la prospectiva, mencionada en este diagnóstico, se hace necesario incorporar tres competencias relacionadas con el diseño e implementación de programas para la promoción y mantenimiento de la salud y para el desarrollo humano, así como evaluar el funcionamiento y adaptabilidad a estímulos mediante la aplicación de las ciencias de la salud (biológicas, físicas y químicas). También se identifica que el PE es idóneo con respecto a los indicadores institucionales de la UABC. En cuanto a la distribución de los programas de unidad de aprendizaje en el plan de estudios, se identifica la necesidad de modificar la secuencia en los contenidos temáticos y referencias para el logro de las competencias a nivel transversal. Con base a la seriación se requiere establecer, dentro del PUA, las competencias previas y necesarias para lograr el éxito en la asignatura.

Las actividades de formación integral (culturales, artísticas, idiomas, etc.) se identifican como actividades que fortalecen la formación de los estudiantes y crean profesionales integrales.

Los programas de unidad de aprendizaje con mayor porcentaje de reprobación son mínimos y coinciden en el área de conocimiento técnico deportivo (Actividades Deportivas Básica, Intermedia y Avanzada I y II); otros son Educación para la salud y Tecnologías de la información y la comunicación que se imparten en el segundo semestre. Por parte de los docentes se plantea la necesidad de actualizarlos en bibliografía y modificar en contenidos temáticos (ver tabla 10).

La Facultad de Deportes está conformada por 230 académicos para la atención de 1 929 estudiantes. Se tiene 21 PTC de los cuales 5% tiene posdoctorado, 38% tienen el grado de Doctor y el 57% grado de maestría, mismos que se encuentran matriculados en programas de Doctorado. Con base en lo anterior se plantea como principio para la formación con calidad de los estudiantes, la sólida formación académica del profesorado por lo anterior, se puede concluir que la conformación de la planta académica cuenta con la capacidad y competitividad para atender el programa educativo de la LAFD.

El PE de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte, ha cubierto ampliamente las necesidades de sus distintos programas de unidades de aprendizaje. Para el caso de los campus que no cuentan físicamente con áreas deportivas específicas, se tienen establecidos convenios de cooperación con diferentes instituciones estatales y municipales para satisfacer las demandas académicas y educativas del programa de estudios. Con base en lo anterior, se puede decir que son suficientes los insumos e instalaciones para cubrir el PE en los diferentes campus.

Las instituciones, que a través de sus unidades académicas ofertan PE afines al de Licenciatura en Actividad Física y Deporte de la Facultad de Deportes de la UABC, tienen una similitud importante en esencia (contenidos, perfil de ingreso y egreso), sin embargo, es viable la implementación de distintas modificaciones para impulsar el desarrollo de los estudiantes e incrementar la calidad educativa del PE, las cuales son:

- Especificar y describir a profundidad las competencias por etapa: básica, disciplinar y terminal del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.
- Actualizar los contenidos temáticos y material bibliográfico de los Programas de Unidad de Aprendizaje que se mencionan en la evaluación interna del PE de Licenciatura en Actividad Física y Deporte.
- Con base en el índice de reprobación de los programas de unidad de aprendizaje, en opinión del docente y con respecto a los programas educativos afines a nivel nacional e internacional del PE, se propone modificar los programas de unidad de aprendizaje denominados Actividad Deportiva Básica, Intermedia y Avanzada I y II con la finalidad de especificar competencias, contenidos, deportes y actualizar bibliografía.
- Ofertar programas de unidad de aprendizaje en las cuatro áreas de conocimiento (técnico deportiva, administrativa, social-humanista, pedagógica) que permitan reforzar el área de conocimiento en la que de manera particular el alumno esté interesado en especializarse en la etapa terminal del PE.
- Reforzar el área biomédica incluyendo programas de unidad de aprendizaje del área médica como prescripción del ejercicio, dopaje y ergogenia.
- Los programas de unidad de aprendizaje en el área pedagógica, se deben actualizar en los nuevos contenidos de esta área que presenta la Secretaría de Educación Pública a través de sus programas, que le permita a los egresados obtener las nuevas competencias para poder desempeñarse en el futuro campo laboral y la sociedad de manera satisfactoria.
- Dar opciones para cursar un mayor número de PUAS en la modalidad de aprendizaje semipresencial.
- Establecer una mayor y mejor vinculación con los sectores de la sociedad, que le permita al futuro profesionista la integración inmediata y pertinente al mercado laboral.
- Fortalecer el Modelo DUAL y la modalidad de Proyectos de Vinculación con valor en créditos (PVVC); a fin de atender las observaciones de los empleadores con respecto a la experiencia profesional del egresado.

- Potencializar la acreditación del nivel de inglés para disminuir el rezago en la titulación de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte.
- Ofertar diversos cursos de educación continua que le permitan a los egresados regresar a la institución, para continuar su proceso de actualización preferentemente en temas relacionados en las áreas biomédica, de entrenamiento deportivo, de organización deportiva y pedagógica.
- Fortalecer las competencias a través de los programas de unidad de aprendizaje en el área tecnológica para la prescripción del ejercicio y entrenamiento deportivo, deportes en el medio natural y el emprendimiento debido a que estos son campos emergentes de acción del egresado.
- Procurar los estudios posteriores de egresados ya que son una herramienta que ayuda a fortalecer y retroalimentar los procesos educativos.

Es por esto que los esfuerzos de las universidades que ofertan estas carreras es preparar al estudiante no sólo en conocimientos de la disciplina, sino también en saber generar un servicio de calidad y ofertarlo a la sociedad.

Con base en los resultados de las evaluaciones externa e interna realizadas al Programa de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte y tomando en cuenta las recomendaciones hechas por el Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física (COMACAF), se detecta la necesidad de realizar cambios en los objetivos del programa, así como la inclusión de nuevas competencias en el perfil de egreso, modificaciones en el mapa curricular, actualización de diferentes elementos de los PUAS por lo que se concluye que se hace necesario proceder a una modificación curricular.

**Tabla 28. Lista de verificación de preguntas de evaluación para determinar la modificación o actualizar programas educativos**

Pregunta de evaluación	Si	No	Fundamentación
<b>Evaluación externa</b>			
<b>Pertinencia social</b>			
¿El programa educativo atiende a las necesidades y problemáticas sociales estatales, regionales, nacionales y globales inherentes a la profesión?	X		El programa educativo de la LAFD, en los ámbitos estatales, regionales y nacionales, atiende problemáticas de salud por inactividad física y a poblaciones específicas que se encuentran vulnerables a padecer enfermedades asociadas al sedentarismo, sobrepeso, obesidad, nutrición; así como la prevención de conductas antisociales, entre otros. La formación profesional del egresado, basada en la pertinencia social, le permite desempeñarse en la investigación, gestión deportiva, emprendedor de su propio negocio y la promoción de la salud.
¿El perfil de egreso, en términos de competencias, es pertinente de acuerdo con las necesidades y problemáticas sociales?	X		Las competencias del actual perfil de egreso son pertinentes con las necesidades y problemáticas sociales, sin embargo, se hace necesario incorporar tres competencias relacionadas con el diseño e implementación de programas para la promoción y mantenimiento de la salud y para el desarrollo humano, así como evaluar el funcionamiento y adaptabilidad a estímulos mediante la aplicación de las ciencias de la salud.
¿El perfil profesional del egresado, en términos de competencias, responde a los requerimientos del mercado laboral?	X		Sí, en términos generales. En opinión de los empleadores, el perfil de egreso responde a los requerimientos del mercado laboral. Sin embargo, para efectos de la modificación del plan de estudios se deben considerar las sugerencias que realizaron para mejorar la formación de este perfil como es la de fortalecer las prácticas profesionales que favorezca la experiencia previa a la inserción de los egresados al mercado laboral.
<b>Referentes</b>			
¿Existe congruencia entre el plan de estudios con el avance científico y tecnológico de la profesión?		X	En la actualidad existe congruencia, pero la prospectiva de la profesión es el dominio de los avances tecnológicos en el área de la salud, la prescripción del ejercicio y entrenamiento deportivo, por lo que deben fortalecerse las PUAS en el área tecnológica.
¿Se toman en cuenta las consideraciones que organismos nacionales e internacionales proponen a la profesión y que permitan enriquecer el plan de estudios del programa educativo?	X		Tomando en cuenta las recomendaciones de la COMACAF, se detecta la necesidad de realizar cambios en los objetivos del programa, así como la inclusión de nuevas competencias en el perfil de egreso,

Pregunta de evaluación	Si	No	Fundamentación
			modificaciones en el mapa curricular y actualización de diferentes elementos de los PUAS.
<b>Evaluación interna</b>			
<b>Evaluación del currículo</b>			
¿Existe congruencia entre el plan de estudios vigente y los requerimientos actuales de la profesión?		X	De acuerdo a los avances tecnológicos y científicos es necesario actualizar el PE para cumplir con los requerimientos actuales de la profesión.
¿Las competencias del perfil de egreso son congruentes con los requerimientos actuales de la profesión?	X		Sí, pero se considera pertinente, con base al análisis y a la prospectiva de la profesión integrar tres nuevas competencias a fin de mejorar la congruencia con las necesidades sociales y avances científicos y tecnológicos.
Existe idoneidad en la distribución y seriación de las asignaturas en el plan de estudios		X	Se han detectado áreas de oportunidad con base a la secuencia de las asignaturas, en la actualización de los contenidos temáticos y referencias para el logro de la competencia a nivel transversal del programa educativo. Con base a la seriación de las asignaturas se identifica la necesidad de establecer dentro del programa de unidad de aprendizaje las competencias previas y necesarias para lograr el éxito en la asignatura.
¿Existe congruencia y suficiencia de asignaturas teóricas y prácticas por etapas de formación?		X	Con el fin de fortalecer las competencias de egreso de los alumnos, se requiere reforzar el área biomédica incluyendo programas de unidad de aprendizaje del área médica como prescripción del ejercicio, dopaje y ergogenia. Así mismos, en el área tecnológica, para la prescripción del ejercicio y entrenamiento deportivo, deportes en el medio natural y el emprendimiento debido a que estos son campos emergentes de acción del egresado.
¿Existe congruencia en la distribución de las asignaturas de acuerdo a los propósitos y competencias por etapa de formación —vertical— y por áreas de conocimiento —horizontal—?		X	Se considera que es necesario modificar la seriación de las asignaturas y la introducción de algunas para el cumplimiento del perfil de egreso.
¿El dominio de otros idiomas es pertinente y suficiente en relación con su aplicación a la profesión?	X		Actualmente se exige el nivel dos de inglés, sin embargo, es importante proponer elevar el nivel ya que en la profesión la mayoría de bibliografía actualizada se encuentra en este idioma.
¿Las competencias generales de los programas de unidades de aprendizaje contribuyen al cumplimiento del perfil de egreso?	X		Las competencias generales contribuyen al cumplimiento del perfil de egreso del plan de estudios vigente pero, considerando la prospectiva de la profesión y la incorporación de tres nuevas

Pregunta de evaluación	Si	No	Fundamentación
			competencias, se requiere una actualización de los PUAS.
¿Los contenidos de los programas de unidades de aprendizaje son pertinentes, suficientes y actuales?		X	Existen 31 PUAS que, en opinión de los profesores, deben mejoradas en toda su estructura (ver tabla 9).
¿Las referencias bibliográficas de los programas de unidades de aprendizaje son pertinentes, suficientes y actuales?		X	En opinión de los profesores, existen 58% de PUAS que deben ser actualizados en sus referencias (ver tabla 9).
¿La metodología de trabajo descrita en los programas de unidades de aprendizaje es pertinente de acuerdo al Modelo Educativo de la UABC?	X		Si, en su mayoría. Pero es necesario fortalecer la metodología de trabajo de acuerdo a la actualización de contenidos, referencias y competencias.
¿Los criterios de evaluación descritos en los programas de unidades de aprendizaje atienden a una evaluación integral por competencias?	X		Si, en su mayoría. Pero es necesario mejorar los criterios de evaluación de acuerdo a la actualización de contenidos, referencias y competencias.
¿Las evidencias de desempeño son congruentes con la competencia y contenidos de los programas de unidades de aprendizaje?	X		Si, en su mayoría. Pero es necesario mejorar las evidencias de desempeño de acuerdo a la actualización de contenidos, referencias y competencias.
¿El perfil docente declarado en los programas de unidades de aprendizaje es idóneo para su impartición?	X		Los docentes que imparten los programas de unidad de aprendizaje cumplen con el perfil del área de conocimiento al que pertenecen. Para ello se solicita probatorios de la preparación en el área (de acuerdo a la competencia) ya sea títulos, certificaciones o constancias. Es importante mencionar que en los PUAS del plan de estudios vigentes no se encuentra declarado el perfil del docente, ya que en el momento de su diseño no se solicitaba como elemento en los programas



# Referencias

- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2018). *Anuario estadístico de Educación Superior. Ciclo Escolar 2017-2018*. Recuperado de <http://www.anui.es/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2007). Recuperado de [http://publicaciones.anui.es/pdfs/revista/Revista131\\_S2A3ES.pdf](http://publicaciones.anui.es/pdfs/revista/Revista131_S2A3ES.pdf)
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2007). Acuerdos de Tepic Asociación Nacional de Universidades e Institutos de Enseñanza Superior Recuperado de [http://publicaciones.anui.es/pdfs/revista/Revista4\\_S2A2ES.pdf](http://publicaciones.anui.es/pdfs/revista/Revista4_S2A2ES.pdf)
- Barquera, S., Campos, I., Hernández, S., Pedroza, A., Rivera, J. (2013) *Prevalencia de obesidad en adultos mexicanos, 2000-2012*. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342013000800012](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000800012)
- Carratalá, V., Mayorga, J., Mestre, J., Montesinos, J.M., Rubio, S. (2004). *Estudio del mercado laboral y de las competencias profesionales del titulado*. Recuperado de <http://www.unex.es/ccdeporte/convergencia/PDF/mercadolab>
- Casáis, L. (2011) *El binomio formación-empleo en el ámbito de las actividades físico-deportivas: Reflexiones de cara al futuro*. *Móvete, Revista profesional da actividade física e o deporte*, 4:4-11.
- COMACAF (2018). Quiénes somos. Recuperado de <http://www.comacaf.org.mx/quienes-somos.html>
- Consejo de Europa (1992). Carta Europea del Deporte. 7ª Conferencia de Ministros. Recuperado de <http://femp.femp.es/files/566-69-archivo/CARTA%20EUROPEA%20DEL%20DEPORTE.pdf>
- De Andrés, B., Aznar, P. (1996). *Actividad Física. Deporte y Salud: Factores motivacionales y axiológicos*. Apuntes. Educación Física y Deporte, 46, 12-18.
- Diario Oficial de la Federación 5 de febrero de 1917 Última reforma DOF 29 de enero de 2016. Recuperado de <https://www.ordenjuridico.gob.mx/Constitucion/cn16.pdf>
- Diario Oficial de la Federación el 7 de junio de 2013 TEXTO VIGENTE Última reforma publicada DOF 19-01-2018. Recuperado de [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGCFD\\_190118.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGCFD_190118.pdf)
- elEconomista.es. (2019). Recuperado de <https://www.economista.es/economia/noticias/9841167/04/19/Las-megatendencias-que-dominan-el-mercado-laboral-amenazan-con-mas-desigualdad-polarizacion-e-incertidumbre.html>

- Educaedu México. (2018). *Carreras universitarias deportes y educación física*. Recuperado de <https://www.educaedu.com.mx/carreras-universitarias/deportes-educacion-fisica/baja-california>
- Eisele, A., Schagg, D., Krämer, L.V., Bengel, J., & Göhner, W. (2018). *Behaviour change techniques applied in interventions to enhance physical activity adherence in patients with chronic musculoskeletal conditions: A systematic review and meta-analysis*. *Patient Education Counseling*, En prensa.
- ENSANUT. (2012). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012*. Recuperado de <https://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>
- Engel, F.A., Ackermann, A., Chtourou, H., & Sperlich, B. (2018). *High-Intensity Interval Training Performed by Young Athletes: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Frontiers in Physiology*, 9: 1-18.
- Escuela Superior de Educación Física, s.f., *Antecedentes de la Escuela Superior de Educación Física*. Recuperado de <https://estudiantes-esef.wixsite.com/esef/historia>
- European Observatoire of Sport Employment (EOSE, 2018). Recuperado de <https://eose.org/>
- FAO Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2018). Recuperado de <http://www.fao.org/news/archive/news-by-date/2018/es/>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2015). *Encuesta Intercensal 2015*. Recuperado de [www.beta.inegi.org.mx/proyectos/echoqtaires/especialistasintercensal](http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/echoqtaires/especialistasintercensal)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017). *Anuario Estadístico y Geográfico de Baja California 2017*. Recuperado de [https://www.datatur.sectur.gob.mx/ITxEF\\_Docs/BCN\\_ANUARIO\\_PDF.pdf](https://www.datatur.sectur.gob.mx/ITxEF_Docs/BCN_ANUARIO_PDF.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Resultados de la encuesta nacional de ocupación y empleo cifras durante el segundo trimestre de 2018*. Recuperado de [http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/enoe\\_ie/enoe\\_ie\\_2018\\_08.pdf](http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/enoe_ie/enoe_ie_2018_08.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2018). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, IV Trimestre de 2018*. Recuperado de <https://www.inegi.org.mx/400.html?aspxerrorpath=/est/contenidos/proyectos/encuestas/hogares/regulares/enoe/default.aspx>
- Instituto Mexicano para la Competitividad A.C., s.f. *Quilos de más, pesos de menos "Los costos de la obesidad en México"*. Recuperado de [http://imco.org.mx/wp-content/uploads/2015/01/20150311\\_ObesidadEnMexico\\_DocumentoCompleto.pdf](http://imco.org.mx/wp-content/uploads/2015/01/20150311_ObesidadEnMexico_DocumentoCompleto.pdf)
- Jiménez Sáez, F., & Arroyo Vázquez, M. (2009). *El fomento del emprendedurismo universitario a través de un modelo integrador*.

- Libro Blanco sobre el deporte. UNION EUROPEA. (2007). Recuperado de [http://fundacionuscdeportiva.org/fileadmin/archivos/pdfs\\_non\\_publicos/Libro\\_Blanco\\_sobre\\_el\\_deporte.pdf](http://fundacionuscdeportiva.org/fileadmin/archivos/pdfs_non_publicos/Libro_Blanco_sobre_el_deporte.pdf)
- López, M. (2002). ¿Qué significa la globalización para la tecnología de la información y la Educación Física? Perspectiva latinoamericana. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 2 (7) pp. 212-220. ISSN: 1577-0354 Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista7/globalizacion.htm>
- Moncada J. (2005). 2005: *Año Internacional del Deporte y la Educación Física*. *Revista Educación* (en línea) 2005, Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44029215>> ISSN 0379-7082
- Observatorio Laboral Mexicano (2018). Estadísticas de carreras profesionales por área. Educación. Recuperado de: <https://www.observatoriolaboral.gob.mx/static/estudios-publicaciones/Educacion.html>
- Organización Mundial de la Salud. (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. ISBN: 9789241599979. Recuperado de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977\\_spa.pdf?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf?sequence=1)
- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. (2018). *Obesidad una precursora de la Diabetes*. Washington, D.C. United States of America. Recuperado de [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6718:2012-obesity-as-precursor-diabetes&Itemid=39448&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=6718:2012-obesity-as-precursor-diabetes&Itemid=39448&lang=es)
- Plan Estatal de Desarrollo de Baja California 2013-2019. Recuperado de <http://www.copladebc.gob.mx/PED/documentos/Actualizacion%20del%20Plan%20Estatal%20de%20Desarrollo%202014-2019.pdf>
- Plan nacional de desarrollo 2013-2018. Recuperado de [https://www.snieq.mx/contenidos/espanol/normatividad/MarcoJuridico/PND\\_2013-2018.pdf](https://www.snieq.mx/contenidos/espanol/normatividad/MarcoJuridico/PND_2013-2018.pdf)
- Programa Sectorial de Educación 2013-2018. Secretaría de Educación Pública. Recuperado de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/11908/PROGRAMA\\_SECTORIAL\\_DE\\_EDUCACION\\_2013\\_2018\\_WEB.compressed.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/11908/PROGRAMA_SECTORIAL_DE_EDUCACION_2013_2018_WEB.compressed.pdf)
- Sánchez, A y Rebollo, S. (2000). Situación del mercado laboral actual en el ámbito de la actividad física y deportiva. *Motricidad*. *European Journal of Human Movement*, 2000:6. pp 141-154. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/ejhm/article/view/56156/34004>
- Secretaría de Educación Pública (2015). Perfil, Parámetros e Indicadores para los Docentes de Educación Física, México. SEP. Recuperado de: [http://servicioprofesionaldocente.sep.gob.mx/content/ba/docs/2015/parametros\\_indicadores/PERFILES\\_INGRESO\\_FEBRERO%202015.pdf](http://servicioprofesionaldocente.sep.gob.mx/content/ba/docs/2015/parametros_indicadores/PERFILES_INGRESO_FEBRERO%202015.pdf)

- Toril, J. U., & Valenciano, J. D. P. (2011). Revisando el emprendedurismo. *Boletín Económico de ICE*, 3021.
- Tünnermann, C. (1999). *La Universidad Necesaria para el Siglo XXI*. Ed. Hispamer, Managua.
- UNESCO (1998). Declaración Mundial sobre la Educación Superior en el siglo xxi: visión y acción. UNESCO (9 de octubre de 1998). Recuperado de <http://bit.ly/1blr26L>
- UNESCO (2017). Desglosar el objetivo de desarrollo sustentable 4. Educación 2030. Guía. Recuperado de [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246300\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246300_spa)
- Universidad Autónoma de Baja California (2018). Centro de Educación Abierta y a Distancia. Recuperado de <http://cead.mx1.uabc.mx/cual>
- Universidad Autónoma de Baja California (2018). Coordinación General de Servicios Estudiantiles y Gestión Escolar. Recuperado de <http://cgsege.uabc.mx/web/csege1/estadisticas1>
- Universidad Autónoma de Baja California (2018). *Estatuto Escolar de la UABC*. Gaceta Universitaria. Anexo No. 408. Recuperado de [http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/Estatutos/03\\_EstatutoEscolarUABC\\_ReformasDic032018.pdf](http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/Estatutos/03_EstatutoEscolarUABC_ReformasDic032018.pdf)
- Universidad Autónoma de Baja California (2017). *Estatuto General de la UABC*. Gaceta universitaria. Anexo 389. Recuperado de [http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/Estatutos/02\\_EstatutoGeneralUABC\\_15-11-2017.pdf](http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/Estatutos/02_EstatutoGeneralUABC_15-11-2017.pdf)
- Universidad Autónoma de Baja California (2015). *Estudio de Factibilidad de la Carrera Licenciatura en Docencia de las Ciencias, realizado para La Facultad de Pedagogía e Innovación Educativa*.
- Universidad Autónoma de Baja California (2018). Facultad de Deportes. *Informe de actividades de la Facultad de Deportes 2016-2018*. Recuperado de <http://deportes.uabc.mx/images/Actividades-Informes/INF-2018DIRCT-FD.pdf>
- Universidad Autónoma de Baja California. (2017). Facultad de Deportes. *Manual de Funciones*. <http://deportes.uabc.mx/images/UABC/DocumentosG/ManualFuncionesFD2017.pdf>
- Universidad Autónoma de Baja California. (2017). Facultad de Deportes. *Manual de Operación del Programa de Tutorías de la Escuela de Deportes*. 2012.
- Universidad Autónoma de Baja California. (2012). Facultad de Deportes. *Plan de Estudios del Programa Educativo: Licenciado en Actividad Física y Deporte 2012-2*.
- Universidad Autónoma de Baja California (2015). *Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023*. Recuperado de [http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI\\_2019-2023.pdf](http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI_2019-2023.pdf)

- Universidad Autónoma de Baja California (2016). *Plan de Desarrollo de la Facultad de Deportes de la UABC 2016-2020*. Recuperado de [http://deportes.uabc.mx/images/UABC/DocumentosG/PDUAFD16\\_20.pdf](http://deportes.uabc.mx/images/UABC/DocumentosG/PDUAFD16_20.pdf)
- Universidad Autónoma de Baja California, Facultad de Deportes. (S/F). *Perfil de egreso*. Mexicali. México. Recuperado de <http://deportes.uabc.mx/index.php/programas-educativos/licenciatura-en-actividad-fisica/egreso>
- Universidad Autónoma de Baja California. (2013). *Modelo Educativo de la UABC*. Cuaderno de Planeación y Desarrollo Institucional. México. Recuperado de: <http://www.uabc.mx/planeacion/cuadernos/ModeloEducativodelaUABC2014.pdf>
- Universidad Autónoma Baja California (2007). Reglamento de Servicio Social de la UABC. Gaceta Universitaria número 189 de fecha 2 de junio de 2007. Recuperado de [http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/ReglamentosInstitucionales/09\\_REGL\\_SERV\\_SOC.pdf](http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/ReglamentosInstitucionales/09_REGL_SERV_SOC.pdf)
- Universidad Autónoma Baja California (2004). Reglamento General para la Prestación de Prácticas Profesionales. Recuperado de [http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/ReglamentosInstitucionales/13\\_REGL\\_PRACTICAS\\_PROF.pdf](http://sriagral.uabc.mx/Externos/AbogadoGeneral/Reglamentos/ReglamentosInstitucionales/13_REGL_PRACTICAS_PROF.pdf)
- Universidad Autónoma de Baja California. (2018). *Sistema Institucional de Indicadores de la UABC*. Recuperado de <http://www.uabc.mx/planeacion/sii/>
- Universidad Autónoma de Chihuahua. (2015) Facultad de Ciencias de la Cultura Física. *Historia de la FCCF*. Recuperado de <http://www.fccf.uach.mx/institucion/2012/02/03/historia/>
- Universidad Autónoma de Chihuahua. Facultad de Ciencias de la Cultura Física, UACH. (2017). *Reglamento FCCF*. Recuperado de <http://www.fccf.uach.mx/informacion/2017/06/06/>
- Universidad Autónoma de Chihuahua. Facultad de Ciencias de la Cultura Física (2018). *Plan de estudios Licenciatura en Motricidad Humana*. México: Recuperado de [http://www.fccf.uach.mx/informacion/2013/10/14/plan\\_lmh/](http://www.fccf.uach.mx/informacion/2013/10/14/plan_lmh/)
- Universidad Autónoma de Chihuahua. Facultad de Ciencias de la Cultura Física (2018). Plan de estudios Licenciatura en Educación Física. Recuperado de: [http://www.fccf.uach.mx/institucion/2013/10/09/plan\\_estudios\\_lef/](http://www.fccf.uach.mx/institucion/2013/10/09/plan_estudios_lef/)
- Universidad Autónoma de Chihuahua (2014) Facultad de Filosofía y Humanidades. *Pedagogía en Educación Física, Deporte y Recreación*. Recuperado de <http://humanidades.uach.cl/carreras/pedagogia-en-educacion-fisica-deportes-y-recreacion/>
- Universidad de Guadalajara (2016). *Guía de Carreras*. Licenciatura en cultura física y deportes. Recuperado de <http://guiadecarreras.udg.mx/licenciatura-en-cultura-fisica-y-deportes/>
- Universidad Autónoma de Nayarit. (2011). *Licenciatura en Cultura Física y Deporte*. Nayarit. México. Recuperado de <http://www.uan.edu.mx/es/licenciatura-en-cultura-fisica-y-deporte>

- Universidad Autónoma de Nuevo León, (2018). Facultad de Organización Deportiva. Antecedentes. Recuperado de <http://www.fod.uanl.mx/la-facultad/conocenos/historia/>
- Universidad Autónoma de Nuevo León (2018) Facultad de Organización Deportiva, *Licenciado en Ciencias del Ejercicio*. Recuperado de [http://www.uanl.mx/content/licenciado-en-ciencias-del-ejercicio-0http://168.255.251.96/ses/dgp/?page\\_id=1509](http://www.uanl.mx/content/licenciado-en-ciencias-del-ejercicio-0http://168.255.251.96/ses/dgp/?page_id=1509)
- Universidad de Alicante, (2018). *Licenciado en Ciencias de la actividad Física y el Deporte*. España. Recuperado de <https://web.ua.es/es/oia/documentos/publicaciones/grados-folleto/grado-ciencias-deporte.pdf>
- Universidad de Antioquia, Colombia (2019). *Licenciado en Educación Física*. Recuperado de <http://www.udea.edu.co/wps/portal/udea/web/inicio/go?goid=programas&id=1694>
- Universidad de Guadalajara (2016). Facultad de Ciencias de la Salud. *Licenciatura en Cultura Física y Deportes*. México: Recuperado de <http://guiadecarreras.udg.mx/licenciatura-en-cultura-fisica-y-deportes/>
- Universidad de las Flores (2018). *Licenciatura en Actividad Física y Deportes*. Recuperado de <http://www.universia.com.ar/estudios/universidad-flores/licenciatura-actividad-fisica-deporte/st/83138>
- Universidad de Santiago de Chile. USACH (2012a). Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Ciencias de la actividad física, el deporte y la salud. Recuperado de <http://www.fcm.usach.cl/escuela-de-ciencias-de-la-actividad-fisica-el-deporte-y-la-salud>
- Universidad de Santiago de Chile (2017b) Facultad de Ciencias Médicas. *Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física/entrenador deportivo*. Recuperado de <https://admission.usach.cl/carreras/licenciatura-en-ciencias-de-la-actividad-fisica-entrenador-deportivo>
- Universidad Austral de Chile (2018) Facultad de Filosofía y Humanidades. Pedagogía en Educación Física, Deporte y Recreación. Recuperado de <https://humanidades.uach.cl/carreras/pedagogia-en-educacion-fisica-deportes-y-recreacion/>
- Wormgoor, S. G., Dalleck, L., Zinn, C., Borotkanics, R., & Harris, N. (2018). *High-intensity Interval Training is Equivalent to Moderate-intensity Continuous Training for Short-and Medium-term Outcomes of Macro-and Microvascular Complication Markers in Men with Type 2 Diabetes*. *Frontiers in endocrinology*, 9, 475.

# ANEXOS

## **ANEXO 1. Recomendaciones del Consejo Mexicano para la Acreditación de la Enseñanza de la Cultura de la Actividad Física, A.C.**

### **CAMPUS ENSENADA**

#### 1. Personal académico

No. 1 Establecer un diagnóstico de las necesidades de actualización docente y disciplinar del personal académico, derivado de la evaluación institucional, evaluación por parte de la coordinación académica y valoraciones de mejora observadas en el trabajo de academia.

No. 2 Diseñar un programa de actualización docente, disciplinar y actitudinal para los miembros del plantel a partir del diagnóstico y la constante retroalimentación de pares y asesores pedagógicos.

No. 3 Generar estrategias para la colaboración o co-dirección de actividades académicas, de investigación entre los profesores docentes y profesores investigadores de la unidad académica.

No. 4 Los PTC deberán generar productos de calidad (artículos de revista, capítulos de libro, libros y patentes) para ingresar al menos el 50% de los integrantes del CA al SIN.

No. 5 Todos los PTC deberán contar con el perfil deseable.

No. 6 Contar con un mayor número de PTC preferentemente con doctorado para favorecer la profesionalización de la enseñanza y elevar la calidad del PE.

No. 7 Equilibrar las funciones de los PTC de la unidad académica ponderando docencia e investigación.

No. 8 Ampliar las estrategias de apoyo al profesorado basadas en el diagnóstico de necesidades de la unidad académica.

#### 2. Estudiantes

No. 9 Continuar trabajando en el desarrollo de investigaciones educativas que puedan detectar puntualmente las causas de reprobación y deserción escolar, ya que actualmente no existe.

No. 10 Incrementar el número de docentes a cargo del desarrollo de prácticas para lograr la relación 1 a 10 o en su momento dividir los grupos por áreas de práctica o competencias a desarrollar.

No. 12 Incrementar el desarrollo de tesis ya que hasta la fecha solo existen dos completas y 5 en desarrollo, esto con el fin de fortalecer la tasa de titulación.

No. 13 Identificar a través de la investigación educativa los factores que afectan las tasas de reprobación para lograr incrementar/mejorar este indicador ya que en la actualidad es de un 48%.

No. 14 Actualizarlos datos de la eficiencia terminal ya que la mostrada es de 2006 al 2009.

No. 15 Desarrollar estrategias que logren mejorar las tasas de titulación generacional la cual se encuentra por debajo de la institucional en los siguientes periodos 2011-2 al 2015-2.

No.16 Aplicar un examen reconocido con validez nacional o internacional con el fin de determinar fortalezas y debilidades del PE.

No. 17 Consolidar investigación educativa para científicamente detectar factores que impacten de manera negativa el rendimiento escolar.

### 3. Plan de estudios

No. 18 Trabajar en forma colegiada y tomar decisiones para construir la fundamentación del PE, desde sus diferentes planos, así como aprovechar el ejercicio del trabajo colegiado para definir el objeto del PE y citarlo en el perfil profesional.

No. 19 Formular de forma colegiada la misión, visión y objetivos del programa.

No. 20 Considerar en la redacción del perfil de egreso los diferentes contextos laborales donde se tiene considerado puede desempeñarse el egresado.

No. 21 Prestar interés principal a los aspectos de planeación docente en el proceso próximo de reforma curricular.

No. 22 Tener identificado un Comité de reforma curricular, se sugiere mínimo dos ejercicios al año de monitoreo del desarrollo del PE.

No. 23 Describir en cada unidad de aprendizaje los criterios de desempeño que el alumno deberá atender para la demostración de su aprendizaje sean teóricos, prácticos, de laboratorio, etc.

No. 24 Hacer un ejercicio de trabajo de academia y considerar de qué forma se están promoviendo las competencias instrumentales en la formación de los alumnos.

### 4. Evaluación de los aprendizajes

No. 25 Considerar en la planeación del programa, evidencias integradoras y concretar las demostraciones de desempeño del estudiante.

No. 26 Realizar reuniones académicas en donde los docentes intercambien experiencias en cuanto a las evaluaciones.

### 5. Formación integral

No. 27 Incrementar la participación en convocatorias de organismos externos. Gubernamentales y no gubernamentales.

No. 28 Integrar en un programa interno de la unidad académica las actividades culturales, deportivas, de orientación profesional, de atención a la salud, así como las con la participación de los padres de familia que se realizan

### 6. Servicios institucionales para el aprendizaje (sin recomendaciones).

### 7. Vinculación y extensión

No. 29 Aglutinar de manera pertinente en proyectos específicos las actividades de vinculación y colaboración entre la UA y sus egresados.

### 8. Investigación



No 30 La investigación derivada de la LGAC debe impactar directamente en las necesidades académicas del PE y en el desarrollo de la innovación tecnológica de la cultura física.

No. 31 Desarrollar protocolos de investigación educativa que impacten el PE e indicadores del programa.

No. 32 Desarrollar talleres sobre investigación educativa y coloquios docentes para la presentación de experiencias áulicas.

#### 9. Infraestructura y Equipamiento (No hay recomendaciones)

#### 10. Gestión administrativa y financiamiento

No. 33 Diseñar y operar en el corto plazo un programa de inversión para adecuar la infraestructura a los requerimientos de desarrollo de las actividades educativas de la UA que complementen a las otras fuentes de recursos.

No. 34 Elaborar el manual de uso de las instalaciones.

No. 35 Documentar el programa de capacitación del personal administrativo y de servicio.

No. 36 Conformar, reglamentar y operar una Comisión de presupuesto de la UA para fortalecer el SIPPP.

### **CAMPUS MEXICALI**

#### 1. Personal académico

No. 1 Realizar el diagnóstico para detectar las necesidades de actualización y superación de la planta docente desde la evaluación del propio docente, de la administración y desde la perspectiva de las necesidades de cada una de las áreas y orientaciones no sólo pedagógicas, sino disciplinares que impacten en el programa educativo.

No. 2 Promover el apoyo con becas institucionales de la UABC para realizar estudios de posgrado, estancias de movilidad y presentación de ponencias en eventos nacionales y extranjeros.

No. 3 Incorporar una mayor cantidad de PTC con Doctorado y con orientación en el área administrativa del deporte, social-humanista pedagógica y deportiva, ya que la mayoría de los PTC investigadores están orientados al área biomédica.

No. 4 Establecer en los nombramientos o contratos que las actividades asignadas deben corresponder con las actividades realizadas.

No. 5 Promover la incorporación de al menos un investigador por las otras tres áreas de formación del plan de estudios.

No. 6. Los PTC deben entregar los planes e informes de trabajo semestral o anual de acuerdo con las obligaciones que se mencionan en la Normatividad de la UABC.

No. 7 Promover la organización y desarrollo de las reuniones de las Academias y contar con actas que den cuenta de los acuerdos y asistentes a las reuniones.

No. 8 Es necesario hacer una retroalimentación sobre los resultados de la evaluación del desempeño docente para establecer acciones de mejora y compromisos en las áreas en las que no se logra buena evaluación.

## 2. Estudiantes

No. 9 Revisar la política de incremento del Nuevo Ingreso conjuntamente con la alta tasa de deserción que se presenta en el programa educativo, para identificar alternativas factibles.

No. 10 Elaborar colegiadamente coordinadores de laboratorio con los profesores de asignatura, los manuales de prácticas considerando la capacidad actual y futura de los espacios con relación a la desproporción actual con el número de alumnos por grupo.

No. 11 Estructurar un programa para atender el rezago en el nivel de dominio de inglés que pretende el programa educativo para mejorar el índice de titulación.

## 3. Plan de estudios

No. 12 Se sugiere actualizar en forma colegiada la visión de la FAFYD, ya que está al 2014 y la UABC presenta su visión al 2020.

No. 13 En la información general se presenta una relación de 57 objetivos del programa, se recomienda analizar la información en el sentido de objetivos viables, medibles y alcanzables.

No. 14 Se hace necesario elaborar la fundamentación específica de los planos (epistemológico, pedagógico, psicológico, axiológico y filosófico) que integran la estructura curricular, ya que la fundamentación que presentan como evidencia corresponde a la del Modelo Educativo general universitario.

No. 15 Se recomienda fortalecer el trabajo de Academia colegiado.

No. 16 Fortalecer y formalizar la actividad de un Comité Permanente de Análisis Curricular y presentar resultados de su intervención con los docentes que participan en el programa educativo.

No. 17 Se recomienda hacer ejercicios por academia para analizar la planeación de la tarea docente (programas asignatura) intercambio de experiencias y dar seguimiento a la realidad en la promoción de aprendizajes en los estudiantes.

No. 18 Es muy importantes socializar con la comunidad (directivos, docentes y estudiantes) el plan de estudios, desde su fundamentación, formas de organización hasta su operación y evaluación.

No. 19 Según información analizada (documental, encuestas y entrevistas) se pudo observar un nivel importante de desinformación en cuanto al Modelo Educativo Institucional en estudiantes y profesores.

## 4. Evaluación de los aprendizajes

No. 20 Mejorar el formato de las unidades de aprendizaje incorporando las competencias del plan de estudios a la cual contribuye.

No. 21 Fortalecer la actividad de las academias documentando sus procesos.

No. 22 Formalizar el programa interno de estímulos y reconocimiento de alumnos destacados.

## 5. Formación integral

No. 23 Crear, organizar una unidad de orientación profesional, para apoyar a estudiantes en su inserción al ámbito laboral, así como desarrollar un programa permanente desde la

perspectiva científica y tecnológica con la participación de expertos afines al campo de la cultura física y expertos con el abordaje de temas vanguardistas de cultura general.

## 6. Servicios institucionales para el aprendizaje

No. 24 Contar con todas las evidencias del programa de tutorías en forma accesible para mejorar los procesos de intervención tutorial y que en los reportes o bitácoras se escriban las fechas de la intervención, así como las firmas de los tutores, no solo de los tutorados.

No 25 Realizar una evaluación o retroalimentación del impacto del programa de tutorías y ligarla como un proyecto de investigación educativa.

No. 26 Aprovechar los cursos de formación docente en el uso de las TIC para que estos impacten en el uso de estos recursos en línea, ya que en la UABC tiene la formación, pero en la Facultad de Deportes solo un reducido número de docentes utiliza las TIC como apoyo educativo para los cursos. Es importante extender la práctica del uso de Google Classroom, redes sociales y otros recursos en línea para uso educativo de apoyo a las unidades de aprendizaje.

No. 27 Que todos los libros de la bibliografía básica de todos los programas o unidades de aprendizaje deben estar en la biblioteca.

No. 28 Se debe promover la participación de cuerpos colegiados en la adquisición del acervo bibliográfico.

## 7. Vinculación y extensión

No. 29 Formalizar el programa de Vinculación de la Unidad Académica.

No. 30 Mejorar la base de datos de seguimiento de egresados para medir la eficiencia y eficacia del programa en cada generación.

No. 31 Ampliar y diversificar las opciones de bolsas de empleo para los alumnos y egresados.

No. 32 Formalizar el programa de Educación Continua de la Unidad Académica.

No. 33 Ofertar opciones de Educación Continua en modalidad a distancia y online que amplíen la cobertura de este rubro.

No. 34 Diseñar y operar un programa de Servicio Profesional en el corto plazo.

## 8. Investigación

No. 35 Considerar acciones de cooperación y colaboración entre los dos CA.

No. 36 Se recomienda crear otro y otros CA que incluya LGAC relacionadas con las orientaciones del plan de estudios en las áreas administrativas del deporte, social-humanista pedagógicas y deportivas.

No. 37 El CA registrado evidencia que la LGAC "Motricidad Humana" en lo cual se han publicado artículos, libros, capítulos a nivel internacional, esta impacta en el área de formación de Ciencias Biomédicas, pero en las otras áreas del plan de estudios, se recomienda la generación de proyectos y publicaciones.

No. 38 Se recomienda crear otro u otros CA que incluya LGAC relacionadas con las orientaciones del plan de estudios en las áreas administrativas del deporte, social-humanista pedagógicas y deportivas.

No. 39 Es recomendable que los dos CA realicen acciones de colaboración y proyectos conjuntos para aprovechar el potencial de todos los académicos.

No. 40 Se recomienda fortalecer o iniciar LGAC que realicen proyectos de investigación en el área educativa e innovación educativa.

No. 41 Se recomienda realizar proyectos de investigación educativa y de innovación educativa que sirvan para el diseño y actualización del plan de estudios, que los resultados puedan servir para introducir mejoras en los programas de las unidades de aprendizaje y que se utilicen para la evaluación y actualización de los docentes y su mejoramiento en la práctica educativa.

9.- Infraestructura y Equipamiento (No hay recomendaciones)

10.- Gestión administrativa y financiamiento (No hay recomendaciones)

## **CAMPUS TIJUANA**

### **1. Personal Académico**

No. 1 Se recomienda que el número de profesores PTC. Siga aumentando hasta alcanzar una relación PTC. Alumnos adecuados.

No. 2 Desarrollar un programa estratégico para actualización profesional del profesorado con la oportunidad de acceder a programas formales de maestría y doctorado

No. 4 En el rubro de becas para estudios de posgrado no es nada claro el número de becarios que han sido beneficiados por lo tanto se propone una mayor difusión y claridad en qué consisten los apoyos.

No. 5 Respecto a la categorización del personal académico se determina que el Número de profesores que participan en el programa académico (PA), siendo de 64, de los cuales profesores: TC (5) que representa el 8%, del total de docente esto hace insuficiente el trabajo realizado por los PTC ya que al contar con carga máxima no se realizan las tareas sustantivas. Se hace su necesario solicitar un mayor número de profesores PTC para atender las demandas de la licenciatura y hace falta una base datos.

No. 6 Apoyar a los docentes que tienen acceso a becas de estímulos al desempeño o al programa de beneficiarios PRODEP, para motivar y reconocer su desempeño

No. 7 Recomendamos planear a mediano plazo para que los docentes tengan sus propios espacios físicos para atender alumnos y desarrollar actividades propias de su actividad docente

No. 8 Crear o en su caso asignar un espacio cómodo con servicio de cafetería para el personal docente

### **2.- Estudiantes**

No.9 Crear por la unidad académica un programa de estímulos y reconocimientos a los estudiantes destacados,

No. 10 Formalizar el programa interno de estímulos y reconocimiento de alumnos destacados

No. 11 Esta recomendación se ha ido cumpliendo ya que de las últimas ocho generaciones el porcentaje fluctúa al 64% siendo la más alta la generación 2010-2/2014-1 al 79.5% y la más baja la primera del 2015 al 53.77%.

No. 12 Esta recomendación no se ha cumplido ya que la evidencia que se presenta nos muestra que la situación sigue igual ya que el porcentaje de deserción se ha mantenido en las últimas siete generaciones.

No. 13 Esta recomendación no se ha llevado a cabo ya que en la evidencia presentada en los rubros de titulados en relación a los egresados se ha mantenido al 64% en promedio, aunque en las últimas cuatro generaciones anda al 47%. En relación a la titulación con el número de alumnos que ingresa el porcentaje es menor ya que el porcentaje está al 35% y en promedio en generaciones esta baja al 30%.

No. 14 Existen evidencias de que se han llevado a solventar esta recomendación con la puesta informativo de trámites de egreso y titulación, evidencia del impacto de dicho taller por lo que análisis del mismo o la puesta en marcha de que los índices de titulación siguen igual y en unos casos a la baja.

No. 15 Esta recomendación se ha cumplido únicamente en obtener estadística sistematizada en donde generan un reporte de alumnos reprobados y un reporte estadístico en relación a la deserción en los últimos años, en lo referente a bajo rendimiento no existe algo en lo que hayan trabajado. Sobre los programas remediales existen unos que están puestos en práctica como el de tutorías, el de focalización de alumnos por el docente, asesorías individuales por el departamento de psicopedagogía, pero no existe evidencia porque estos programas no están dando resultados ya que siguen los mismos porcentajes y a veces incrementando en los rubros.

No. 16 No existe evidencia que sustente que se haya trabajado sobre esta recomendación.

### 3.- Plan de Estudios

No. 17 Se sugiere actualizar en forma colegiada la visión de la FAFYD, ya que está al 2014 y la UABC presenta su visión al 2020. Se recomienda elaborar en forma colegiada la misión/visión de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte.

No. 18 Se hace necesario elaborar la fundamentación específica de los planos (epistemológico, pedagógico, psicológico, axiológico y filosófico) que integran la estructura curricular, ya que la fundamentación que presentan como evidencia corresponde a la del modelo educativo general universitario.

No. 19 En la información general se presenta una relación de cincuenta y siete objetivos del programa, algunos de los cuales no fue posible cotejar evidencias de ello. Se recomienda analizar la información en el sentido de objetivos viables, medibles alcanzables.

No. 20 Fortalecer y formalizar la actividad de un comité permanente de análisis curricular y presentar resultados de su intervención con los docentes que participan en el programa educativo.

No. 21 Se recomienda analizar el formato institucional de asignaturas y hacer sugerencias a su planeación, con aspectos que se conversaron al detalle con los responsables de la unidad educativa y de administración central (diseño y planeación curricular).

No. 22 Se recomienda hacer trabajo de academia pertinente para analizar la planeación de la tarea docente (programas asignatura) intercambio de experiencias y dar seguimiento a la realidad en la promoción de aprendizajes en los estudiantes.

No. 23 Es muy importante socializar con la comunidad (directivos, docentes y estudiantes) el plan de estudios, desde su fundamentación, formas de organización hasta su operación y evaluación.

No. 24 Según información analizada (documental, encuestas, entrevistas) se pudo observar un nivel importante de desinformación en cuanto al modelo educativo institucional en estudiantes y profesores, por lo que se recomienda: atender a procesos de capacitación y actualización pedagógica con características de curso/taller, que de oportunidad al profesor(a) de construir y reconstruir en su actividad docente, es decir trabajar por ejemplo con la planeación de programas analíticos (asignaturas) que indique evidencias de desempeño por unidades de aprendizaje y correlacionadas con competencias, estrategias didácticas e instrumentos y criterios de evaluación, en el marco de referencia de la educación basada en competencias.

No. 25 Se sugiere al finalizar cada semestre programar cursos de capacitación a profesores, y si inicio de cada semestre antes del inicio de clases programar un periodo de academias de profesores para actualización de sus asignaturas.

No. 26 En concreto es imprescindible actualización y capacitación a profesores en: Educación basada en competencias (EBC); socialización del modelo educativo universitario desde su fundamentación, hasta su evaluación y todo lo que esto implica: Planeación de programas analíticos, Estrategias didácticas innovadoras; evidencias de aprendizaje afines a la EBC; Evaluación por competencias entre otros.

#### 4.- Evaluación de los Aprendizajes

No. 27 Tener a la mano los documentos normativos oficializados, pues rigen la vida de la institución (Estatuto Escolar, etc.).

No. 28 Determinar si los documentos son proyectos o son una realidad, de ser así obtener los documentos ya oficializados (Propuesta de modificación del Programa educativo de Licenciatura en No. Actividad Física y Deporte, Propuesta /239/ Modificación del Plan de Estudios Licenciatura en Actividad Física y Deporte, etc.).

No. 29 Establecer la coherencia entre los temas-competencias y forma de evaluación.

No. 30 Determinar la fundamentación (legal, normativa) de la utilización de planes de clase por sesión, así como de política de evaluación, pues serán de gran apoyo para futuras evaluaciones, procurando que estos respondan a cronogramas de trabajo en las asignaturas.

No. 31 Se encuentran diferentes instrumentos de evaluación, ¿son colegiadas? No lo dice. Recapacitar sí es una forma de evaluación de una competencia.

#### 5.- Formación integral

No. 32 Formalizar el programa de atención psicológica a estudiantes.

No. 33 Formalizar el programa de orientación profesional para la inserción laboral de los estudiantes.

No. 34 Fortalecer la comunicación de la facultad con los padres de familia de los estudiantes.

## 6.- Servicios Institucionales para el Aprendizaje

No. 35 En el otorgamiento de becas a estudiantes por instituciones privadas, explorar Telmex, PRONAVES, Televisa, etc.

No. 36 En los reconocimientos a estudiantes, no olvidar los otorgamientos de viáticos, viajes, entrega de materiales (tabletas, materiales escolares, etc.) estancias en instituciones locales o foráneas.

No. 37 Los documentos que se entregan como los de solicitud de patrocinio, deben ser sellados por la dependencia que recibe, pues de no hacerlo carecen de valor.

No. 38 Se recomienda elaborar un cronograma que permita identificar la periodicidad del proceso tutorial.

No. 39 Fortalecer el programa de tutorías se registran 809 alumnos inscritos en el PE, los 5 PTC, atienden a 150 alumnos, es insuficiente. Los demás alumnos reciben la tutoría irregularmente.

No. 40 Se recomienda elaborar un reporte de la actividad tutorial en la UA.

No. 41 Establecer por escrito la práctica la función del tutor.

No. 42 La Asesoría Académica, no está presente en la legislación universitaria.

No. 43 La Facultad requiere de una biblioteca, su matrícula lo justifica.

No. 44 Incrementar el acervo bibliográfico actualizado de acuerdo al campo disciplinar.

No. 45 Se recomienda contar con un programa de adquisiciones de libros y revistas nacionales e internacionales, que responda a las necesidades de la comunidad educativa y cuerpos colegiados,

No. 46 Se sugiere asignar un comité de biblioteca de la UA.

## 7.- Vinculación y Extensión

No. 47 Atender el rubro de movilidad de los docentes, aunque hay programa de movilidad no pueden salir por el tipo de contratación.

No. 48 Se recomienda atender el rubro de la comunicación de la facultad con egresados.

No. 49 Formalizar registros que den evidencia de la actividad de servicio social y de prácticas profesionales.

No. 50 Atender con más eficiencia la implementación de una bolsa de trabajo para vincular a los estudiantes con el campo profesional.

## 8.- Investigación

No. 51 Favorecer la obtención de grados académicos de Maestros o Doctores. Se recomienda especial atención a procesos de selección para la incorporación de nuevos maestros, esto es privilegiar perfiles que puedan abonar a les actividades de investigación de la facultad.

No. 52 Incrementar las temáticas e investigación, pues se aprecia un limitado número de proyectos de investigación.

No. 53 Favorecer la formación de grupos de investigación y después a cuerpos académicos.

No. 54 Continuar con el esquema de trabajo en los proyectos de investigación.

No. 55 Se recomienda incentivar a los maestros investigadores para que publiquen en revistas indexadas y apoyar Publicar en revistas de alto impacto.

#### 9.- Infraestructura y Equipamiento

No. 56 Se recomienda ir planeando la construcción de nuevos espacios de cubículos ya que el aumento en la inscripción de los alumnos hará necesaria la creación de nuevos espacios para los maestros.

No. 57 Se recomienda la ampliación del centro de cómputo, así como la ubicación de la biblioteca en un área propia.

No. 58 Se recomienda contar con más extintores e hidrantes, anuncios sobre rutas de evacuación y puntos de reunión.

No. 59 Se recomienda implementar programas calendarizados de limpieza, pero sobre todo mantenimiento preventivo y no correctivo.

No. 60 Se recomienda plantear y llevar a cabo planes y programas de mantenimiento para estos puntos ya que no se presentaron evidencias de estarlo llevando a cabo. Se recomienda ir previendo la compra de más equipo de cómputo y ampliación del centro de cómputo ya que el incremento de la matrícula hará necesario el crecimiento del laboratorio.

#### 10. Gestión Administrativa y Financiamiento

No. 61 La recomendación que se hace es que se realicen las evaluaciones periódicas del impacto social del programa académico.

No. 62 Otra recomendación sería obtener los resultados de las evaluaciones periódicas o de consulta colegiada que permiten establecer programas de mejora a mediano y largo plazo.

No. 63 La recomendación sería que el programa educativo tenga la figura de Comisión de Presupuestos, que proyecte y verifique el uso del gasto en las funciones sustantiva ejercicio de transparencia.



## **ANEXO 2. Percepción de los estudiantes sobre infraestructura, su equipamiento, los servicios que brinda la facultad de deportes, las condiciones de seguridad, la consideración de su situación económica y la seguridad personal.**

La metodología para obtener información de los estudiantes fue la aplicación de 162 encuestas a estudiantes de la Unidad Ensenada, 122 alumnos en la Unidad de Mexicali y 433 encuestas aplicadas a estudiantes de la Unidad de Tijuana. La percepción de los estudiantes se centra sobre la infraestructura, su equipamiento, los servicios que brinda la facultad, las condiciones de seguridad, la consideración de su situación económica y la seguridad personal.

En resumen, se presenta algunos de los resultados destacados. En la Unidad de Ensenada la percepción de las instalaciones sanitarias y los espacios para el descanso son las que tienen baja calificación con el 16.7% y 13.7% respectivamente como totalmente insatisfecho y de 35.8% y de 22.4% como poco satisfecho. Asimismo, destaca con el 33.5% el totalmente insatisfecho y poco satisfecho con el laboratorio de biomecánica. Mientras en otras infraestructuras, equipamiento y de servicios, consideran estar bastante satisfechos y muy satisfechos.

Para el caso de la Unidad de Mexicali presenta un 27.5% de totalmente insatisfecho para las instalaciones del comedor. En lo concerniente a las instalaciones de la biblioteca, el 30.8% de alumnos se encuentran entre totalmente insatisfecho y poco satisfechos. El 26.2% de alumnos están poco satisfecho con el aislamiento de ruidos y sobre las actividades complementarias de formación integral, de servicio de asistencia y asesoramiento, el 30.6% de estudiantes se encuentran poco satisfecho.

La unidad de Tijuana en un 41.9% están entre totalmente insatisfecho y poco satisfecho con las instalaciones sanitarias, el 20% de alumnos están totalmente insatisfecho con el laboratorio de biomecánica. Sin embargo, destaca como bastante satisfecho y muy satisfecho en la infraestructura, equipamiento y servicios que dispone y brinda las Facultad de Deportes en la Unidad Tijuana.

## Unidad Enseñada

### Condiciones básicas de infraestructura y equipamiento (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
1. Limpieza de las instalaciones	6.2	21.0	30.9	29.6	12.3	100
2. Ventilación en las aulas	6.8	26.5	41.4	18.5	6.8	100
3. Aislamiento de los ruidos	8.7	24.2	39.1	18.0	9.9	100
4. Comodidad del mobiliario	2.5	25.3	42.6	24.1	5.6	100
5. Espacios para la enseñanza	2.5	10.5	36.4	41.4	9.3	100
6. Espacios para el estudio	2.5	13.0	34.8	31.7	18.0	100
7. Instalaciones sanitarias	16.7	35.8	30.9	12.3	4.3	100
8. Disponibilidad de agua potable	3.1	15.4	33.3	34.0	14.2	100
9. Espacios para el descanso	13.7	22.4	33.5	18.6	11.8	100
10. Espacios para la recreación	7.5	21.7	33.5	25.5	11.8	100
11. Instalaciones de la biblioteca	2.5	3.1	27.0	39.0	28.3	100
12. Instalaciones del comedor	4.3	13.0	34.2	35.4	13.0	100
13. Instalaciones deportivas	8.0	16.0	26.5	35.2	14.2	100

### Servicios de la institución (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
14. Servicio bibliotecario (atención al usuario)	1.9	6.2	32.1	31.5	28.4	100
15. Dotación de la biblioteca (cantidad y vigencia de los libros y re	1.9	7.5	41.0	32.3	17.4	100
16. Proceso de admisión e inscripción	4.3	13.0	46.0	26.1	10.6	100
17. Acceso a computadoras para realizar trabajos académicos	2.5	8.0	32.1	32.7	24.7	100
18. Acceso a Internet y correo electrónico	14.8	21.6	22.2	24.1	17.3	100
19. Satisfacción con los servicios de la facultad	3.1	16.0	40.1	24.7	16.0	100
20. Evaluación de los laboratorios en apoyo a las asignaturas	7.5	15.5	44.1	23.0	9.9	100
A. Laboratorio de biociencias	12.7	14.6	39.9	23.4	9.5	100
B. Laboratorio de biomecánica.	21.1	12.4	36.6	19.9	9.9	100
C. Área de rehabilitación física.	9.3	17.3	40.7	21.6	11.1	100
21. Servicio médico de la Facultad	12.4	14.3	42.9	20.5	9.9	100
22. Distancia de traslado en actividades deportivas curriculares	10.5	19.8	32.7	27.2	9.9	100

### Condiciones de seguridad (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
23. Del edificio (salidas de emergencia, existencia de extintores)	8.1	19.3	33.5	24.8	14.3	100
24. Del mobiliario (Sin aristas peligrosas, materiales rompibles o inflamables)	3.1	11.7	38.9	34.6	11.7	100
25. Del transporte (Del vehículo, de la ruta)	11.1	17.9	40.1	23.5	7.4	100
26. De las zonas de esparcimiento	2.5	19.4	38.8	28.8	10.6	100
27. De las instalaciones deportivas	5.6	15.5	37.3	32.3	9.3	100
28. De los alrededores de la institución	4.3	13.0	37.0	31.5	14.2	100

**Consideración a su situación económica (en %).**

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
29. Las actividades académicas	3.7	13.0	42.2	29.2	11.8	100
30. Las actividades extra-clase	6.2	14.8	42.6	24.7	11.7	100
31. El servicio de comedor	7.5	20.5	42.2	21.7	8.1	100
32. El servicio de transporte	8.7	23.0	37.9	20.5	9.9	100
33. Los servicios médico-asistenciales	6.8	21.6	40.7	21.6	9.3	100
34. La asignación de becas	13.2	19.5	38.4	19.5	9.4	100
35. La adquisición de materiales de estudio y uniformes	13.0	16.8	40.4	19.9	9.9	100

**Seguridad personal por el trato respetuoso (en %).**

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
36. Sus profesores	3.1	8.6	25.9	36.4	25.9	100
37. Sus compañeros de grupo	3.7	7.4	35.2	28.4	25.3	100
38. Los otros alumnos de la universidad	3.1	5.6	39.5	30.9	21.0	100
39. Las autoridades de la universidad	4.3	8.0	32.7	29.0	25.9	100
40. El personal administrativo	3.7	11.7	31.5	32.1	21.0	100
41. El personal de la biblioteca	3.7	4.3	28.6	36.0	27.3	100
42. El personal del comedor	3.2	10.8	25.9	36.1	24.1	100
43. El personal del servicio médico	4.9	8.0	32.1	32.7	22.2	100

**Pertinencia a la institución y al grupo de clase (en %).**

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
48. Las autoridades	4.3	6.8	37.7	29.0	22.2	100
49. Los coordinadores de la Escuela	5.6	8.6	33.3	30.9	21.6	100
50. Los profesores	3.7	7.4	29.0	35.8	24.1	100
51. El personal administrativo	4.9	12.3	32.1	30.2	20.4	100
52. El personal de servicios	5.6	6.2	34.6	33.3	20.4	100
53. Los compañeros de clase	4.9	4.9	32.7	32.1	25.3	100
54. El contexto social por ser estudiante de la institución	1.9	4.3	34.2	32.3	27.3	100
55. Consideración y respeto a sus ideas y propuestas en el aula	4.3	5.0	32.9	32.9	24.8	100
56. Representación en las diversas instancias de la institución	2.5	8.0	35.8	33.3	20.4	100
57. Participación en las políticas y proyectos institucionales	4.3	9.3	36.6	30.4	19.3	100

**Proceso de enseñanza y aprendizaje (en %).**

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
58. El plan de estudios de la Carrera	8.0	16.0	27.2	29.0	19.8	100
59. El contenido de las asignaturas (Unidades de aprendizaje)	4.9	15.4	26.5	36.4	16.7	100
A. Utilidad en la practica	3.1	11.1	32.7	34.6	18.5	100
B. Afinidad a la carrera	6.8	8.6	31.5	33.3	19.8	100
C. Temática de actualidad	4.4	10.7	35.2	32.1	17.6	100
60. El régimen de estudios (semestral/inter-semestral)	4.3	11.2	32.3	32.9	19.3	100
61. Proceso de tutorías e inscripción	7.4	11.1	30.2	32.1	19.1	100
62. Los materiales impresos y audiovisuales disponibles	3.7	13.0	38.3	30.2	14.8	100
63. Dominio de los contenidos y actualización de los profesores	2.5	7.5	33.8	35.0	21.3	100
64. El nivel de exigencia	3.8	8.8	35.8	33.3	18.2	100
65. El sistema de evaluación	5.0	10.6	30.6	35.6	18.1	100
66. La orientación y apoyo de los profesores en las horas de consulta	3.7	9.3	31.5	33.3	22.2	100
67. La metodología de enseñanza	3.1	9.3	34.0	30.9	22.8	100
68. La comunicación con los profesores en el aula	3.1	4.9	32.7	35.2	24.1	100
69. La formación de servicio social profesional y prácticas profesionales	5.0	10.6	32.9	31.1	20.5	100
70. La vinculación con los futuros centros de trabajo	8.7	12.4	34.2	32.3	12.4	100
71. La vinculación con el contexto nacional y regional	6.8	14.3	34.2	32.3	12.4	100
72. La asistencia a clase de los profesores	2.5	1.9	29.8	33.5	32.3	100
73. El acceso a las diversas manifestaciones culturales (teatro, cine, conciertos)	8.1	14.3	31.1	30.4	16.1	100
74. Los cursos extra-clase para optimizar su formación	7.4	17.3	30.2	27.8	17.3	100
75. Actividades complementarias de formación integral.	5.6	15.5	30.4	34.8	13.7	100
76. El servicio de asistencia y asesoramiento	5.0	14.4	33.8	31.9	15.0	100

**Logros personales (en %).**

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
77. Con los resultados o calificaciones obtenidas	1.9	11.7	31.5	35.8	19.1	100
78. Con los conocimientos adquiridos	1.9	10.5	29.6	35.2	22.8	100
79. Con el dominio de técnicas de estudio y trabajo intelectual alcanzadas	1.9	7.5	35.6	35.6	19.4	100
80. Con la formación ciudadana obtenida (valores desarrollados)	1.9	3.1	34.0	34.6	26.5	100
81. Con las habilidades y destrezas para el trabajo docente desarrolladas	3.1	3.7	35.4	30.4	27.3	100

### Reconocimiento del éxito personal (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
83. La Institución y sus autoridades	4.3	9.3	38.3	32.7	15.4	100
84. Los profesores	2.5	6.8	36.0	34.2	20.5	100
85. Los alumnos de su grupo	5.6	8.0	35.2	30.9	20.4	100
86. Los demás alumnos de la universidad	6.2	7.5	38.5	30.4	17.4	100
87. El contexto social	3.8	8.1	32.5	35.6	20.0	100

### Autorrealización (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
88. Poder hacer lo que verdaderamente quiere y está en capacidad de hacer	3.7	4.3	35.8	37.7	18.5	100
89. Saber que cada día va adquiriendo mayores conocimientos y destrezas	1.9	4.9	33.3	38.3	21.6	100
90. La libertad de que goza en la institución	2.5	4.4	35.0	38.8	19.4	100
91. La autonomía de que goza en la realización de sus trabajos	1.2	6.2	36.4	37.7	18.5	100
92. El desarrollo de su creatividad	2.5	6.2	30.4	38.5	22.4	100
93. Su futuro profesional	2.5	7.5	34.4	31.9	23.8	100

Fuente: Elaboración propia con base en encuesta de 162 alumnos del campus Ensenada.

## Unidad Mexicali

### Condiciones básicas de infraestructura y equipamiento (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
1. Limpieza de las instalaciones	0.8	4.9	18.9	44.3	31.1	100
2. Ventilación en las aulas	5.7	26.2	33.6	23.8	10.7	100
3. Aislamiento de los ruidos	6.6	26.2	41.0	17.2	9.0	100
4. Comodidad del mobiliario	5.7	9.8	35.2	36.9	12.3	100
5. Espacios para la enseñanza	2.5	9.0	30.3	33.6	24.6	100
6. Espacios para el estudio	5.8	12.4	20.7	40.5	20.7	100
7. Instalaciones sanitarias	4.1	13.9	23.8	41.8	16.4	100
8. Disponibilidad de agua potable	4.9	18.0	19.7	32.8	24.6	100
9. Espacios para el descanso	14.8	25.4	25.4	15.6	18.9	100
10. Espacios para la recreación	10.7	15.7	24.8	26.4	22.3	100
11. Instalaciones de la biblioteca	15.0	15.8	31.7	20.0	17.5	100
12. Instalaciones del comedor	27.5	12.5	27.5	20.8	11.7	100
13. Instalaciones deportivas	3.3	5.7	20.5	23.8	46.7	100

### Servicios de la Institución (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
14. Servicio bibliotecario (atención al usuario)	9.0	16.4	27.0	27.9	19.7	100
15. Dotación de la biblioteca (cantidad y vigencia de los libros y revistas)	14.8	15.6	32.8	23.0	13.9	100
16. Proceso de admisión e inscripción	0.8	11.5	27.0	38.5	22.1	100
17. Acceso a computadoras para realizar trabajos académicos	1.6	4.1	18.9	31.1	44.3	100
18. Acceso a Internet y correo electrónico	0.8	13.1	24.6	22.1	39.3	100
19. Satisfacción con los servicios de la facultad	1.7	7.4	24.8	33.1	33.1	100
20. Evaluación de los laboratorios en apoyo a las asignaturas	3.3	9.1	23.1	40.5	24.0	100
A. Laboratorio de biociencias	4.9	10.7	27.0	27.9	29.5	100
B. Laboratorio de biomecánica.	6.6	8.2	29.5	24.6	31.1	100
C. Área de rehabilitación física.	4.1	7.4	23.0	24.6	41.0	100
21. Servicio médico de la Facultad	6.6	14.9	28.9	24.0	25.6	100
22. Distancia de traslado en actividades deportivas curriculares	4.1	8.2	29.5	32.0	26.2	100

Condiciones de seguridad (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
23. Del edificio (salidas de emergencia, existencia de extintores)	5.7	13.1	33.6	27.0	20.5	100
24. Del mobiliario (Sin aristas peligrosas, materiales rompibles o inflamables)	0.8	10.7	27.0	31.1	30.3	100
25. Del transporte (Del vehículo, de la ruta)	3.3	12.3	32.8	28.7	23.0	100
26. De las zonas de esparcimiento	9.8	36.9	33.6	19.7	0.0	100
27. De las instalaciones deportivas	8.2	23.0	28.7	40.2	0.0	100
28. De los alrededores de la institución	12.4	28.1	35.5	24.0	0.0	100

Consideración de su situación económica. (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
29. Las actividades académicas	1.6	7.4	31.1	41.0	18.9	100
30. Las actividades extra-clase	2.5	10.7	36.9	32.8	17.2	100
31. El servicio de comedor	8.2	23.0	34.4	21.3	13.1	100
32. El servicio de transporte	6.6	21.3	34.4	26.2	11.5	100
33. Los servicios médico-asistenciales	5.7	11.5	41.0	29.5	12.3	100
34. La asignación de becas	10.7	18.0	29.5	27.0	14.8	100
35. La adquisición de materiales de estudio y uniformes	4.9	16.4	34.4	32.0	12.3	100

Seguridad personal por el trato respetuoso (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
36. Sus profesores	0.8	2.5	23.8	36.9	36.1	100
37. Sus compañeros de grupo	3.3	2.5	13.1	43.4	37.7	100
38. Los otros alumnos de la universidad	3.3	20.5	45.1	31.1	0.0	100
39. Las autoridades de la universidad	0.8	3.3	21.3	40.2	34.4	100
40. El personal administrativo	2.5	2.5	22.1	43.4	29.5	100
41. El personal de la biblioteca	7.4	5.7	21.3	32.0	33.6	100
42. El personal del comedor	11.5	9.0	31.1	25.4	23.0	100
43. El personal del servicio médico	8.2	8.2	20.5	34.4	28.7	100

Pertinencia a la institución y al grupo de clase (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
48. Las autoridades	2.5	1.6	27.0	41.0	27.9	100
49. Los coordinadores de la Escuela	1.6	2.5	27.0	38.5	30.3	100
50. Los profesores	1.6	2.5	27.0	38.5	30.3	100
51. El personal administrativo	1.6	5.7	28.7	32.8	31.1	100
52. El personal de servicios	1.6	3.3	23.8	39.3	32.0	100
53. Los compañeros de clase	0.8	4.9	15.6	39.3	39.3	100
54. El contexto social por ser estudiante de la institución	3.3	20.5	41.8	34.4	0.0	100
55. Consideración y respeto a sus ideas y propuestas en el aula	3.3	23.8	37.7	35.2	0.0	100
56. Representación en las diversas instancias de la institución	3.3	22.1	42.6	32.0	0.0	100
57. Participación en las políticas y proyectos institucionales	1.7	6.6	28.1	39.7	24.0	100

Tabla 17. Proceso de enseñanza y aprendizaje (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
58. El plan de estudios de la Carrera	3.3	10.7	25.4	32.0	28.7	100
59. El contenido de las asignaturas (Unidades de aprendizaje)	3.3	12.3	20.5	36.1	27.9	100
A. Utilidad en la practica	1.6	6.6	23.0	34.4	34.4	100
B. Afinidad a la carrera	2.5	4.1	24.6	36.9	32.0	100
C. Temática de actualidad	0.8	9.0	24.6	36.9	28.7	100
60. El régimen de estudios (semestral/inter-semestral)	2.5	5.7	21.3	41.0	29.5	100
61. Proceso de tutorías e inscripción	3.3	7.4	21.5	37.2	30.6	100
62. Los materiales impresos y audiovisuales disponibles	2.5	6.6	25.4	34.4	31.1	100
63. Dominio de los contenidos y actualización de los profesores	3.3	7.4	22.3	38.0	28.9	100
64. El nivel de exigencia	2.5	7.4	24.6	41.8	23.8	100
65. El sistema de evaluación	5.7	7.4	27.0	37.7	22.1	100
66. La orientación y apoyo de los profesores en las horas de consulta	1.7	5.8	24.8	38.0	29.8	100
67. La metodología de enseñanza	1.7	10.7	20.7	42.1	24.8	100
68. La comunicación con los profesores en el aula	3.3	21.3	43.4	32.0	0.0	100
69. La formación de servicio social profesional y prácticas profesionales	4.1	4.1	19.7	43.4	28.7	100
70. La vinculación con los futuros centros de trabajo	2.5	10.7	25.4	37.7	23.8	100
71. La vinculación con el contexto nacional y regional	0.8	8.3	28.9	39.7	22.3	100
72. La asistencia a clase de los profesores	1.6	2.5	21.3	41.0	33.6	100
73. El acceso a las diversas manifestaciones culturales (teatro, cine, conciertos)	4.1	5.7	30.3	34.4	25.4	100
74. Los cursos extra-clase para optimizar su formación	3.3	9.8	23.8	36.9	26.2	100
75. Actividades complementarias de formación integral.	5.8	30.6	37.2	26.4	0.0	100
76. El servicio de asistencia y asesoramiento	9.1	30.6	33.1	27.3	0.0	100

#### Logros personales (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
77. Con los resultados o calificaciones obtenidas	4.1	17.2	45.9	32.8	0.0	100
78. Con los conocimientos adquiridos	4.1	22.1	41.8	32.0	0.0	100
79. Con el dominio de técnicas de estudio y trabajo intelectual alcanzadas	0.8	3.3	23.8	44.3	27.9	100
80. Con la formación ciudadana obtenida (valores desarrollados)	2.5	23.0	41.0	33.6	0.0	100
81. Con las habilidades y destrezas para el trabajo docente desarrolladas	0.8	1.6	21.3	45.1	31.1	100

#### Reconocimiento del éxito personal (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
83. La Institución y sus autoridades	0.8	3.3	18.9	39.3	37.7	100
84. Los profesores	0.8	3.3	23.0	41.0	32.0	100
85. Los alumnos de su grupo	0.8	6.6	18.9	46.7	27.0	100
86. Los demás alumnos de la universidad	1.6	8.2	23.0	41.8	25.4	100
87. El contexto social	2.5	4.1	23.1	43.8	26.4	100

#### Tabla 20. Autorrealización (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
88. Poder hacer lo que verdaderamente quiere y está en capacidad de hacer	0.8	3.3	18.9	39.3	37.7	100
89. Saber que cada día va adquiriendo mayores conocimientos y destrezas	0.8	3.3	15.6	41.8	38.5	100
90. La libertad de que goza en la institución	0.8	2.5	18.2	42.1	36.4	100
91. La autonomía de que goza en la realización de sus trabajos	0.8	1.6	20.5	40.2	36.9	100
92. El desarrollo de su creatividad	0.8	2.5	17.2	37.7	41.8	100
93. Su futuro profesional	1.7	16.5	34.7	47.1	0.0	100

Fuente: Elaboración propia con base en encuesta de 122 alumnos del campus Mexicali.

## Unidad Tijuana

### Condiciones básicas de infraestructura y equipamiento (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
1. Limpieza de las instalaciones	6.5	18.0	39.7	29.8	6.0	100
2. Ventilación en las aulas	9.5	25.2	37.0	21.8	6.5	100
3. Aislamiento de los ruidos	5.3	26.7	43.5	19.5	4.9	100
4. Comodidad del mobiliario	2.3	17.6	46.3	27.3	6.5	100
5. Espacios para la enseñanza	1.2	11.3	32.8	39.7	15.0	100
6. Espacios para el estudio	3.0	11.3	36.6	33.8	15.3	100
7. Instalaciones sanitarias	14.8	27.1	36.6	18.1	3.5	100
8. Disponibilidad de agua potable	9.3	16.2	30.8	28.7	15.0	100
9. Espacios para el descanso	8.8	17.8	31.0	26.6	15.7	100
10. Espacios para la recreación	3.0	6.9	27.8	27.1	35.2	100
11. Instalaciones de la biblioteca	5.5	3.7	20.6	29.6	40.6	100
12. Instalaciones del comedor	7.7	9.8	23.3	34.4	24.9	100
13. Instalaciones deportivas	2.6	10.9	21.6	34.4	30.5	100

### Servicios de la Institución (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
14. Servicio bibliotecario (atención al usuario)	3.0	5.8	34.8	35.3	21.1	100
15. Dotación de la biblioteca (cantidad y vigencia de los libros y revistas)	3.5	7.4	30.2	35.0	23.9	100
16. Proceso de admisión e inscripción	3.0	7.9	30.5	39.5	19.2	100
17. Acceso a computadoras para realizar trabajos académicos	4.4	8.8	29.6	30.0	27.3	100
18. Acceso a Internet y correo electrónico	4.6	14.3	29.8	29.1	22.2	100
19. Satisfacción con los servicios de la facultad	2.5	10.2	32.4	38.4	16.4	100
20. Evaluación de los laboratorios en apoyo a las asignaturas	5.8	11.4	39.4	31.9	11.4	100
A. Laboratorio de biociencias	16.9	14.5	37.7	22.5	8.4	100
B. Laboratorio de biomecánica.	20.0	13.8	37.8	20.0	8.4	100
C. Área de rehabilitación física.	4.9	10.2	34.5	32.9	17.6	100
21. Servicio médico de la Facultad	3.5	6.9	27.1	37.0	25.5	100
22. Distancia de traslado en actividades deportivas curriculares	4.2	8.8	37.5	34.3	15.3	100



Condiciones de seguridad (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
23. Del edificio (salidas de emergencia, existencia de extintores)	6.7	15.1	38.1	29.9	10.2	100
24. Del mobiliario (Sin aristas peligrosas, materiales rompibles o inflamables)	2.3	9.8	44.0	32.8	11.2	100
25. Del transporte (Del vehículo, de la ruta)	4.7	12.1	44.0	27.7	11.6	100
26. De las zonas de esparcimiento	2.8	9.0	45.2	31.3	11.6	100
27. De las instalaciones deportivas	1.8	10.2	31.2	35.6	21.2	100
28. De los alrededores de la institución	3.0	8.4	36.2	34.6	17.9	100

Consideración a su situación económica (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
29. Las actividades académicas	2.3	6.7	41.9	37.7	11.3	100
30. Las actividades extra-clase	3.2	9.5	43.6	35.0	8.6	100
31. El servicio de comedor	8.1	12.2	36.3	34.4	9.0	100
32. El servicio de transporte	6.3	14.2	41.6	30.0	7.9	100
33. Los servicios médico-asistenciales	3.7	7.9	41.4	35.2	11.8	100
34. La asignación de becas	6.0	15.0	39.1	28.2	11.6	100
35. La adquisición de materiales de estudio y uniformes	6.5	15.0	42.8	27.1	8.6	100

Seguridad personal por el trato respetuoso (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
36. Sus profesores	1.6	4.6	21.1	43.9	28.8	100
37. Sus compañeros de grupo	2.3	5.8	24.3	37.5	30.1	100
38. Los otros alumnos de la universidad	2.1	4.2	31.2	41.3	21.2	100
39. Las autoridades de la universidad	2.6	7.2	32.6	34.4	23.3	100
40. El personal administrativo	3.5	8.8	33.0	34.7	20.0	100
41. El personal de la biblioteca	3.0	5.4	31.7	38.9	21.0	100
42. El personal del comedor	5.3	6.9	27.5	36.3	23.8	100
43. El personal del servicio médico	1.9	6.7	24.3	37.0	30.1	100

Pertinencia a la institución y al grupo de clase (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
48. Las autoridades	2.8	7.9	35.6	35.0	18.8	100
49. Los coordinadores de la Escuela	2.1	6.9	34.4	35.8	20.8	100
50. Los profesores	2.1	4.4	25.5	41.7	26.4	100
51. El personal administrativo	3.7	8.1	31.6	35.3	21.2	100
52. El personal de servicios	2.6	6.5	34.3	34.1	22.5	100
53. Los compañeros de clase	1.9	4.2	28.2	36.8	28.9	100
54. El contexto social por ser estudiante de la institución	2.3	3.7	28.1	40.4	25.5	100
55. Consideración y respeto a sus ideas y propuestas en el aula	2.1	4.2	32.6	38.0	23.1	100
56. Representación en las diversas instancias de la institución	2.3	5.1	32.6	39.1	20.9	100
57. Participación en las políticas y proyectos institucionales	2.8	7.4	39.2	34.1	16.5	100

Proceso de enseñanza y aprendizaje (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
58. El plan de estudios de la Carrera	1.9	6.9	29.9	38.9	22.5	100
59. El contenido de las asignaturas (Unidades de aprendizaje)	1.9	8.4	30.2	38.3	21.3	100
A. Utilidad en la practica	1.6	5.3	27.8	41.8	23.4	100
B. Afinidad a la carrera	1.9	4.2	26.9	42.1	25.0	100
C. Temática de actualidad	1.6	7.0	29.1	40.2	22.1	100
60. El régimen de estudios (semestral/inter-semestral)	1.9	5.8	28.0	41.1	23.1	100
61. Proceso de tutorías e inscripción	2.6	9.3	30.8	36.1	21.2	100
62. Los materiales impresos y audiovisuales disponibles	2.8	10.0	31.3	37.8	18.1	100
63. Dominio de los contenidos y actualización de los profesores	1.6	6.0	28.5	41.7	22.2	100
64. El nivel de exigencia	1.6	8.3	27.3	42.1	20.6	100
65. El sistema de evaluación	2.3	8.8	31.3	40.4	17.2	100
66. La orientación y apoyo de los profesores en las horas de consulta	2.1	6.0	28.5	41.5	21.8	100
67. La metodología de enseñanza	0.9	7.9	28.3	43.9	19.0	100
68. La comunicación con los profesores en el aula	1.6	4.9	26.0	42.2	25.3	100
69. La formación de servicio social profesional y prácticas profesionales	2.3	6.3	32.1	39.1	20.2	100
70. La vinculación con los futuros centros de trabajo	2.6	10.2	30.0	40.2	17.0	100
71. La vinculación con el contexto nacional y regional	2.1	10.2	35.0	35.6	17.1	100
72. La asistencia a clase de los profesores	1.6	5.3	26.7	38.3	28.1	100
73. El acceso a las diversas manifestaciones culturales (teatro, cine, conciertos)	3.2	9.0	35.0	36.3	16.4	100
74. Los cursos extra-clase para optimizar su formación	1.9	9.1	35.4	36.1	17.5	100
75. Actividades complementarias de formación integral.	2.1	6.8	37.5	34.9	18.7	100
76. El servicio de asistencia y asesoramiento	2.1	7.0	33.6	38.1	19.3	100

#### Logros personales (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
77. Con los resultados o calificaciones obtenidas	2.5	8.1	29.2	41.2	19.0	100
78. Con los conocimientos adquiridos	2.1	5.3	27.1	42.6	22.9	100
79. Con el dominio de técnicas de estudio y trabajo intelectual alcanzadas	1.9	5.6	29.1	45.9	17.5	100
80. Con la formación ciudadana obtenida (valores desarrollados)	1.9	4.7	25.3	41.9	26.3	100
81. Con las habilidades y destrezas para el trabajo docente desarrolladas	2.1	4.4	24.8	45.0	23.7	100

#### Reconocimiento del éxito personal (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
83. La Institución y sus autoridades	3.0	7.4	32.8	38.4	18.4	100
84. Los profesores	2.8	4.7	28.4	42.1	22.1	100
85. Los alumnos de su grupo	2.8	5.3	33.0	36.7	22.1	100
86. Los demás alumnos de la universidad	3.5	6.3	35.6	39.1	15.6	100
87. El contexto social	1.9	7.0	31.1	41.1	18.9	100

#### Autorrealización (en %).

	Totalmente Insatisfecho	Poco satisfecho	Satisfecho	Bastante satisfecho	Muy satisfecho	Total
88. Poder hacer lo que verdaderamente quiere y está en capacidad de hacer	2.6	3.7	24.9	46.4	22.4	100
89. Saber que cada día va adquiriendo mayores conocimientos y destrezas	1.4	4.9	23.0	45.8	24.9	100
90. La libertad de que goza en la institución	1.2	5.6	22.8	43.5	27.0	100
91. La autonomía de que goza en la realización de sus trabajos	1.2	4.2	22.5	46.5	25.7	100
92. El desarrollo de su creatividad	0.9	4.9	22.5	44.3	27.4	100
93. Su futuro profesional	1.9	3.7	19.5	41.3	33.6	100

Fuente: Elaboración propia con base en encuesta de 433 alumnos del campus Tijuana.