**Universidad de Guadalajara**

## Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

## 1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

### CENTRO UNIVERSITARIO

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

### DEPARTAMENTO

DEPTO. DE CS. DEL MOV. HUM. EDUC. DEP. RECRE Y DANZA

### ACADEMIA

Actividad Física y Estilo de Vida Saludable

### NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Evaluación de Programas de Actividad Física y Salud

| Clave de la unidad de aprendizaje: | Horas de teoría: | Horas de práctica: | Total de horas: | Valor en créditos: | Eje curricular |
|---|---|---|---|---|---|
| I8766 | 48 | 16 | 64 | 6 | |

| Tipo de curso | Modalidad | Nivel en que se ubica | Programa educativo | Prerrequisitos |
|---|---|---|---|---|
| C=curso<br>CL=curso laboratorio<br>L= laboratorio<br>P=práctica<br>T=taller<br>**CT=curso-taller**<br>N= clínica<br>M=módulo<br>S=seminario | ● **Presencial**<br>● Híbrido<br>● Virtual | ● Técnico Superior Universitario<br>● **Licenciatura**<br>● Especialidad<br>● Maestría<br>● Doctorado | (LCFD) Licenciatura en Cultura Física y Deportes | Ninguno |

### ÁREA DE FORMACIÓN

Básica Particular Selectiva

### PERFIL DOCENTE

Profesional de la salud con experiencia en el trabajo comunitario, implementando programas de actividad física para la salud

## 2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

| **LICENCIATURA EN CULTURA FISICA Y DEPORTES** |
|---|
| **Profesionales** |
| Diseña, aplica, promueve y evalúa programas de actividad física y deporte orientados a la salud, en diferentes poblaciones y contextos, tanto desde el punto de vista de los estilos de vida activos y saludables, como desde la rehabilitación, en colaboración con el profesional de la medicina |

| **Socio-Culturales** |
|---|
| Aplica, en el ejercicio profesional, los aspectos éticos y normativos, con apego a los derechos humanos y con respeto a la diversidad; |
| Asume una actitud reflexiva que le permite examinar, en el ejercicio de la profesión, tanto sus propias ideas como las de los otros, ante el conocimiento de las ciencias de la salud y de las ciencias relacionadas con la actividad física y el deporte |
| Muestra una sólida autoestima profesional, así como actitudes de colaboración, respeto y solidaridad con profesionistas de cualquier área y grupo social. |
| **Técnico-instrumentales** |
| Emplea métodos y técnicas para el análisis y la toma de decisiones, en relación con los problemas cotidianos, sociales, laborales y profesionales; |

## 3. PRESENTACIÓN

La unidad de aprendizaje de Evaluación de Programas de Actividad Física y Salud, forma parte del área de formación básico particular selectiva y su objeto de estudio es el conocimiento de los aspectos básicos para la evaluación de los programas de intervención en actividad física y salud. Esta unidad de aprendizaje se relaciona con aquellas pertenecientes a la orientación de Actividad Física y Estilo de Vida Saludable, principalmente con las Prácticas Supervisadas en Diseño de Programas de Actividad Física y Salud (I8805) y con Prácticas Supervisadas. Implementación de Programas de Actividad Física y Salud (I8806).

## 4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Diseña y Evalúa programas de actividad física y salud, de acuerdo al paradigma abordado de incremento de la actividad física y/o disminución del sedentarismo.
Diseña y Evalúa programas para la prevención o disminución de los factores de riesgo para la salud y la enfermedad, así como en la línea de vida y con capacidades diferentes.
Evalúa programas o servicios de actividades físicas y deportivas en el sector público o privado.
Reconoce y desarrolla los elementos que conforman un programa de intervención en actividad física y salud
Identifica y analiza las problemáticas actuales en materia de salud,
Conoce y aplica el método de REAIM para evaluar programas de intervención.

## 5. SABERES

| Prácticos | Teóricos | Formativos |
|---|---|---|
| Diseña y evalúa programas aplicados a diferentes poblaciones para la realización de actividades físicas encaminadas a la salud.<br>Conoce la pertinencia del equipo y los instrumentos más eficaces en la evaluación de los programas de | Reconoce y aplica los elementos del marco legal y ético de los programas de intervención.<br>Diferencia el impacto de los diferentes modelos de intervención en Actividad Física aplicada a la Salud<br>Reconoce métodos de evaluación para programas de intervención.<br>Tiene conocimiento de los elementos básicos del proceso de evaluación como son evaluación | Trabaja colaborativamente para la resolución de problemas.<br>Sabe trabajar en equipo.<br>Tiene una actitud de constante actualización en el conocimiento de la actividad física para la salud.<br><br>Se desempeña con ética y de profesionalismo en su ejercicio |

| | | |
|---|---|---|
| actividad física encaminados a la salud.<br>Identifica la prescripción los ejercicios adecuados a las necesidades de cada población que atiende.<br>Conoce métodos de evaluación de la actividad física bajo el precepto de validación y confiabilidad.<br>Conoce su huella ecológica a través de una aplicación móvil. | formativa, de proceso y resultados e impacto.<br>Evalúa la validez de programas en base las recomendaciones de actividad física para los diferentes grupos de personas validadas.<br>Cuenta con conocimientos de revaluación de programas basados en evidencia científica.<br>Identifica el impacto de la huella ecológica y como la actividad física puede contribuir a disminuirla.<br>Analiza programas en base a los lineamientos, recomendaciones, guías y normatividad en materia de actividad física. | profesional.<br><br>Promueve el transporte activo con el fin de reducir el uso de combustibles fósiles y la mitigación del cambio climático.<br><br>Es sensible hacia las necesidades y trato que se les da en los programas a las personas involucradas en los programas o usuarios. |

## 6. CONTENIDO TEÓRICO-PRÁCTICO

| | |
|---|---|
| **Introducción, encuadre y decálogo** | |
| **Conceptos básicos para la unidad de aprendizaje** | a. Actividad física, ejercicio, deporte, educación física, recreación, aptitud física para el ejercicio y la salud.<br>b. Investigación y evaluación.<br>c. Aprendizaje por proyectos.<br>d. Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030 y Declaración de Bangkok en Actividad Física para la Salud Global y Desarrollo Sustentable 2016.<br>e. Que es la huella ecológica, huella de carbono y huella hídrica. |
| **Generalidades de un proyecto enfocado a la planeación de un programa de actividad física y salud** | a. Conceptos clave<br>i.Proyecto<br>ii.Programa<br>iii. Estrategia<br>iv. Políticas<br>v. Lineamientos<br>b. Planificación de un programa de intervención (según CDC)<br>i. Definir la etapa de desarrollo del programa.<br>ii. Planteamiento del problema<br>iii. Modelo lógico |
| **Manual de evaluación de programas de actividad física y salud (CDC)** | a. Comprometer a los interesados principales.<br>b. Describir o planificar el programa. c. Enfocarse en la evaluación. |

| | |
|---|---|
| | d. Reunir evidencia fehaciente.<br>e. Fundamentar las conclusiones.<br>f. Asegurar el uso y el intercambio de las lecciones aprendidas. |
| **Componentes estructurales de un programa de intervención en salud** | a. Título, lema/slogan, logo/mascota<br>b. Introducción<br>c. Definición del problema<br>d. Antecedentes y Justificación<br>e. Contexto situacional<br>f. Actividades y Recursos<br>g. Modelo lógico<br>h. Marco Normativo<br>i. Cronograma y Planeación didáctica<br>j. Resultados<br>k. Conclusiones<br>l. Anexos y Bibliografía |
| **Evaluación del impacto de un programa de intervención** | a. Marco RE-AIM<br>i. ¿Qué es?<br>ii. Características de Reach (Alcance), Effectiviness (Eficacia), Adoption (Adopción), Implementation (Implementación), Manteintenance (Mantenimiento)<br>iii. Limitaciones de RE-AIM |
| **Lineamientos básicos para entrega de un proyecto** | a. Diseño (forma) de un programa de intervención<br>b. Presentación frente a grupo<br>c. Reglas APA (7ma edición)<br>d. Algunos consejos prácticos de redacción |

## 7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

| |
|---|
| Aprendizaje basado en evidencias.<br>Aprendizaje por proyectos<br>Aprendizaje colaborativo y autoaprendizaje<br>Uso de tecnología de la información<br>Aula invertida<br>Revisión y gestión de información.<br>Resolución de problemas y toma de decisiones. |

## 8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

| **Evidencias de aprendizaje que corresponden a los saberes prácticos** | **Criterios de desempeño** | **Contexto de aplicación** | **Calificación** |
|---|---|---|---|
| Evaluación de proceso | Asistencia y participación activa en las reuniones<br>Actitud. | Aula, internet, equipo de computo | 25 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Entrega de avances en tiempo y forma. Comunicación clara | | |
| Fichas de lectura | Cada evidencia debe contener introducción, desarrollo, conclusiones y referencias (según sea el caso se adaptarán dichas condiciones y se especificarán en la rúbrica de evaluación en la plataforma educativa virtual). La extensión máxima de las mismas será de no más de 2 cuartillas. | Salón de clases, biblioteca, internet, equipo de computo | 15 |
| Diseño de programa por escrito | Cumplir con los criterios de fondo y forma establecidos por el profesor. Atender a las observaciones y recomendaciones de las sesiones de entrega de avances. | Salón de clases, biblioteca, internet, equipo de computo | 30 |
| Presentación de su programa de intervención | Dominio de tema, información y presentación clara. | Aula, proyector | 30 |

## 9. ACREDITACIÓN

Los resultados de las evaluaciones se expresarán en una escala de 0 a 100, utilizando números enteros, y la calificación mínima aprobatoria será de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

## 10. REFERENCIAS Y RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

## REFERENCIAS BÁSICAS

CDC. (2006) Manual de evaluación de la actividad física. Atlanta, USA: CDC. http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa

Estabrooks, P., Carron, A. Hausenblas, H. (2002). RE-AIMing Physical Activity Interventions. En: https://www.re-aim.hnfe.vt.edu/files/Estabrooks_2002.pdf

ISPHA (2016) Declaración de Bangkok sobre la Actividad Física para la Salud Mundial y el Desarrollo Sostenible. Recuperado de: https://ispah.org/wpcontent/uploads/2019/08/BKK_Declaration_Spanish.pdf

Jáuregui, E., Pacheco, A., Soltero, E. (2015). Using the RE-AIM framework to evaluate physical activity public health programs in México. En: http://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-015-1474-2

OMS (2018). Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030. Más personas activas para un mundo sano. Versión oficial en español, Organización Panamericana de la Salud (2019) ISBN: 978-92-75-32060-0. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50904/9789275320600_spa.pdf?sequence=6&isAllo wed=y

Public Health Ontario. (2016). Evaluating health promotion programs: introductory workbook. En http://www.publichealthontario.ca/en/eRepository/Evaluating_health_promotion_programs_workboo k_2016.pdf

## REFERENCIAS COMPLEMENTARIAS

Ascanio-Sandoval, C., Jauregui-Ulloa, E. E., Jimenez-Alvarado, J. A., Palafox-Renteria, A. R., Villegas-Balcazar, M., & Lopez-Taylor, J. R. (2019). Outcomes on physical activity levels by minimal contact intervention at a university setting: Preliminary results. Medicine and Science in Sports and Exercise, 51(Suppl 6S F56), 843–844. https://doi.org/10.1249/01.mss.0000563019.40146.db

CDC (2011). Introduction to program evaluation for public health programs: A self-study guide. En: https://www.cdc.gov/eval/guide/cdcevalmanual.pdf

CDC (2017). The community guide. En: https://www.thecommunityguide.org/

Instituto Nacional de Salud Pública. (2018). Hacia una Estrategia Nacional para la Prestación de Educación Física de Calidad en el Nivel Básico del Sistema Educativo Mexicano. INSP: Cuernavaca, Morelos. http://unesdoc.unesco.org/images/0026/002640/264037s.pdf

Lee, R. E., Galavíz, K. I., Soltero, E. G., Rosales Chavez, J., Jauregui, E., Lévesque, L., Hernández, L. O., Lopez y Taylor, J., & Estabrooks, P. A. (2017). Applying the RE-AIM conceptual framework for the promotion of physical activity in low- and middle-income countries. Revista Latino-Americana de Enfermagem, 25(1), E2923. https://doi.org/10.1590/1518-8345.1894.2923

Reynaga-Estrada, P., Suárez, R. T., Preciado, M. d. L., y Bautista, J. L. (2017). Capítulo 5. Actividad física y salud en el trabajo, gimnasia laboral y pausa laboral activa. Un acercamiento conceptual, pp. 93 (ISBN: 978-84-17290-09-2). En V. T. Muñoz

(Ed.), Actualidades de Educación Física y Deporte (pp. 180). Guadalajara, México: Universidad de Guadalajara. Centro Universitario de Ciencias de la Salud.

Sparling, PB., Owen, N., Lambert, EV., Haskell, WL. (200). Promoting physical activity: the new imperative for public health. Health Education Research, 15 (3): 367-376.

## RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

OMS. (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para salud. Atlanta, USA: CDC. En: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44441/1/9789243599977_spa.pdf

| **Elaborado por:** | **Evaluado y actualizado por:** |
|---|---|
| López y Taylor Juan Ricardo<br>Jiménez Alvarado Juan Antonio<br>Jáuregui Ulloa Edtna Elvira | Ortiz Angel Alondra Guadalupe<br><br>Palafox Rentería Aldo René |
| **Fecha de elaboración** | **Fecha de última actualización aprobada por la academia** |
| 30/11/2016 | 13/08/2026 |