



Centro Universitario de Ciencias de la Salud

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:

PRACTICAS SUPERVISADAS. DISEÑO DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FISICA Y SALUD

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
I8805	20	140	160	12

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
P = práctica	Licenciatura	(LCFD) LICENCIATURA EN CULTURA FISICA Y DEPORTES / De 7o a 8o	CISA I8794 CISA I8767

Área de formación:

AREA ESPECIALIZANTE SELECTIVA

Perfil docente:

Profesional de la salud con experiencia en el diseño y aplicación de programas de actividad física para la salud en la comunidad. Deberá contar con competencias docentes.

Elaborado por:

Juan R. López y Taylor.
Juan Antonio Jiménez Alvarado

Evaluated and updated by:

Juan R. López y Taylor
Sandra María del Rosario Martínez Cárdenas
Academia de Actividad Física y Estilo de Vida Saludable

Fecha de elaboración:

20/06/2017

Fecha de última actualización aprobada por la Academia

03/09/2020

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;
Gestiona recursos humanos y materiales para desarrollar proyectos y programas de actividad física y deporte en organizaciones, instituciones y dependencias de los sectores público y privado en los ámbitos de la salud, la educación física, la recreación y el deporte;
Socio- Culturales
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
Técnico- Instrumentales
Utiliza literatura científica del ámbito de la actividad física y del deporte y ejerce habilidades de comunicación oral y escrita con sentido crítico, reflexivo y con respeto a la diversidad cultural en los contextos profesionales y sociales;

3. PRESENTACIÓN

La Unidad de aprendizaje "Prácticas Supervisadas. Diseño de programas de actividad física y salud", forma parte de área especializante selectiva de la carrera de cultura física y deportes y se sitúa en la orientación en actividad física y estilo de vida saludable. En ella se establece la fundamentación teórica del diseño de programas de actividad física y salud en la comunidad y su aplicación en un escenario real. Se relaciona con otras unidades de aprendizaje de la licenciatura en cultura física y deportes, como "Evaluación del desempeño físico", "Promoción y consejería de la actividad física", "Evaluación de programas de actividad física y salud" y "Prácticas supervisadas. Implementación de programas de actividad y salud".

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Diseña programas de actividad física salud, mediante el uso de actividades físicas y deportivas para el incremento de la actividad física y disminución del sedentarismo.

Diseña programas para la prevención o disminución de los factores de riesgo para la salud y la enfermedad.

Elabora programas de actividades físicas y deportivas orientados a la salud, para personas y/o grupos con características específicas como jóvenes, adultos, adultos mayores y personas con capacidades diferentes, entre otros.

Comprende de los factores o determinantes personales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte en diferentes poblaciones de practicantes.

Diseña el monitoreo y supervisión de los programas de actividad física.

Diseña programas o servicios de actividades físicas y deportivas en el sector público o privado.

5. SABERES

Prácticos	Diseña programas aplicados a diferentes poblaciones para la realización de actividades físicas encaminadas a la salud. Utiliza el equipo y los instrumentos más eficaces de actividad física encaminados a la salud. Prescribe los ejercicios adecuados a las necesidades de cada población que atiende.
------------------	---

Teóricos	Conoce los diferentes modelos de intervención en Actividad Física aplicada a la Salud. Tiene conocimiento de las recomendaciones de actividad física para los diferentes grupos de personas, así como de las actividades físicas recomendadas a grupos de personas con alguna enfermedad crónico-degenerativa o con alguna alteración muscular esquelética. Conoce programas y experiencias basados en evidencia. Cuenta con los conocimientos básicos de teorías de cambios de comportamientos. Cuenta con conocimientos de los lineamientos, recomendaciones, guías y normatividad en materia de actividad física. Tiene conocimientos educativos didácticos para la aplicación de programas de acuerdo a los diferentes grupos.
Formativos	Trabaja colaborativamente para la resolución de problemas. Sabe trabajar en equipo. Tiene una actitud de constante actualización en el conocimiento de la actividad física para la salud. Se desempeña con ética y de profesionalismo en su ejercicio profesional. Es sensible hacia las necesidades de las personas que acuden a sus servicios adaptando los programas para tener mejores resultados, siempre cuidando la integridad de los usuarios.

6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

1.	Introducción, Encuadre y presentación del contenido de la clase
2.	Generalidades y conceptos básicos para la unidad de aprendizaje
a)	Proyecto de investigación
b)	Programa de intervención
c)	Estrategia
d)	Promoción
e)	Acciones
f)	Evaluación
g)	Política pública
3.	Elaboración del diseño de intervención del programa para un estilo de vida saludable
a)	Definición del problema/población blanco
1)	Tipos de modelos de salud
2)	Contexto, ambientes culturales y educativos
b)	Esquema del Modelo Lógico
1)	Nombre del proyecto
2)	Líneas de acción: Objetivos, tipo de intervención
3)	Actividades: Definición paso por paso, Normatividad, Esquema
4)	Evaluación inicial, de proceso, sumativa final o de impacto
c)	Estrategias de gestión de la intervención
1)	Cronograma (ordenar el proceso de ejecución)
2)	Identificar y organizar los recursos (Humano, material, financieros)
3)	Difusión del plan
4)	Evaluación del impacto de programas de intervención
a)	Evaluación – RE-AIM
b)	Checklist (uso de ésta herramienta)
5)	Presentación de programas de intervención
a)	Modelo lógico
b)	Cronograma
6)	Asesorías por tema o proyecto en relación al diseño e implementación del programa
7)	Pilotaje del programa de actividad Física (De lograr contactar a comunidad)
8)	Retroalimentación, adaptaciones al programa

9)	Seminario de presentación de avances
----	--------------------------------------

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

Aprendizaje vivencial (aprender haciendo)
Aprendizaje orientado en proyectos
Aprendizaje basado en evidencias
Aprendizaje basado en resolución de problemas

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

8.1. Evidencias de aprendizaje	8.2. Criterios de desempeño	8.3. Contexto de aplicación
Mapas conceptuales	Se presentará un mapa conceptual por cada lectura recomendada o solicitada. Se entregará de acuerdo al formato establecido para el curso.	Computadora, internet, classroom o similar
Bitácoras de proceso	Se presentará una bitácora por cada sesión llevada a cabo. Se entregará de acuerdo al formato.	Computadora, internet, classroom o similar
Presentación del intervención	Se presentará en power point, 5 diapositivas como máximo, debe contener Nombre del programa, Modelo Lógico (esquema) y cronograma de la intervención.	Salón de clases o sala de juntas, presentación powerpoint o google presentaciones
Asesorías, retroalimentación sobre diseño de intervención	Se tendrán 2 a 3 asesorías por equipo o persona, los días lunes en horario de clase. Se citará a los equipos previa programación. Esta podrá ser de manera virtual.	Sala de juntas ICAAFYD
Presentación formal del diseño de intervención	Se realizará un video con presentando el programa, así como el avance tanto de la gestión como de la intervención del programa de Actividad Física	Internet, cámara de video o celular, classroom o similar

9. CALIFICACIÓN

Ensayo de lectura:	20 %
Bitácora de proceso:	20 %
Presentación del proyecto de intervención:	15 %
Programa de intervención:	30 %
Asesorías/Retroalimentación:	15 %

10. ACREDITACIÓN

El resultado de las evaluaciones será expresado en escala de 0 a 100, en números enteros, considerando como mínima aprobatoria la calificación 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.

11. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Bañuelos, F. S. (2020). La Actividad Física Orientada Hacia La Salud (Deportes) (Sánchez, F. ed.). Biblioteca Nueva.

Bouchard, C., Blair, S., Haskell, W. (2012). Physical activity and health. 2da. Ed. Champaign, USA: Human Kinetics.

CDC (2006) Manual de la Evaluación de la Actividad Física: Departamento De Salud Para La Asistencia Pública, Centros Para El Control Y La Prevención De Enfermedades.

Jauregui, E. (2017). Guía de investigación en actividad física (López Y Taylor, A. ed.). Universidad de Guadalajara.

Jauregui, E. (2019) Outcomes on physical activity levels by minimal contact intervention at a university setting: Preliminary results. Medicine and Science in Sports and Exercise (Jimenez, A. ed) <https://doi.org/10.1249/01.mss.0000563019.40146.db>

Kohl, H.W., Murray, T. (2012). Foundations of physical activity and public health. Champaign, USA: Human Kinetics.

Pate, R., Buchner, D. (2014). Implementing physical activity strategies. Champaign, USA: Human Kinetics.

Quintana, Y., & García, O. (2018). Serious games for health: Mejora tu salud jugando (1.a ed.). Gedisa Mexicana.

Universidad de Antioquia. Facultad Nacional de Salud Pública, Arias, R. D. G., Villa, J. L., Velez, W. V., Ospina, F. L. R., Ruiz, A. O. M., Jaramillo, P. R., Peña, G. S. V., & Universidad de Antioquia. Facultad Nacional de Salud Pública. (2009). Manual de gestión de proyectos [Libro electrónico]. Universidad de Antioquia, Facultad Nacional de Salud Pública. http://saludpublicavirtual.udea.edu.co/eva/pluginfile.php/6117/mod_resource/content/2/Manual%20de%20gestión%20de%20proyectos.pdf

World Health Organization. (2019). Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030: More Active People for a Healthier World. World Health Organization. <https://www.cdc.gov/eval/guide/cdcevalmanual.pdf>

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Edlin, G., Golanty, E., McCormack-Brown, K. (1997). Essentials for health and wellness. Boston, USA: Library Congress.