

# CONSEJO NACIONAL DE RECTORES

Oficina de Planificación de la Educación Superior

División Académica

## DICTAMEN SOBRE CREACIÓN DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

UCR TEC

Licda. Ana Yanci Alfaro Ramírez

UNA



UNED

UTN  
Universidad  
Técnica Nacional

*OPES; no. 03-2021*

# CONSEJO NACIONAL DE RECTORES

Oficina de Planificación de la Educación Superior

División Académica

## DICTAMEN SOBRE CREACIÓN DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

Licda. Ana Yanci Alfaro Ramírez



*OPES ; no 03-2021*

378.728.6  
AL385d

Alfaro Ramírez, Ana Yanci

Dictamen sobre la solicitud de creación del bachillerato en ciencias del movimiento humano de la Universidad Nacional / Ana Yanci Alfaro Ramírez. -- Datos electrónicos (1 archivo : 700 kb). -- San José, C.R. : CONARE - OPES, 2021.  
(OPES ; no. 03-2021).

ISBN 978-9977-77-376-6  
Formato pdf (131 páginas)

1. CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO. 2. EDUCACIÓN FÍSICA. 3. DEPORTE. 4. BACHILLER UNIVERSITARIO. 5. PLAN DE ESTUDIOS. 6. PERFIL PROFESIONAL. 7. PERSONAL DOCENTE. 8. UNIVERSIDAD NACIONAL. 9. COSTA RICA. I. Título. II. Serie.

EBV



## PRESENTACIÓN

El presente estudio (OPES; no. 03-2021) es el dictamen sobre la solicitud de creación del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano de la Universidad Nacional (UNA).

El dictamen fue realizado por la Licda. Ana Yanci Alfaro Ramírez Investigadora de la División Académica de la Oficina de Planificación de la Educación Superior (OPES), con base en el documento *Resumen Ejecutivo del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano de la Universidad Nacional. (UNA)* elaborado por Braulio Sánchez Ureña, Juan Carlos Gutiérrez-Vargas, Irina Anchía Umaña, Steve Monge Poltronieri, Daniel Rojas-Valverde, Christian Azofeifa Mora y Diego Rodríguez-Méndez funcionarios de la Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida y Viviana Gómez-Barrantes funcionaria de la Vicerrectoría de Docencia de la UNA. La revisión del documento estuvo a cargo de la Licda. Johanna Jiménez Bolaños, Jefe a.i. de la División Académica.

El presente dictamen fue aprobado por el Consejo Nacional de Rectores en la sesión 4-2021, artículo 7, inciso a, celebrada el 9 de febrero de 2021.



Eduardo Sibaja Arias  
Director de OPES

## Tabla de contenido

1. Introducción.....	1
2. Datos generales .....	2
3. Justificación.....	2
4. Propósitos de la carrera .....	4
5. Perfil académico-profesional .....	5
6. Campo de inserción profesional del graduado.....	6
7. Requisitos de ingreso.....	7
8. Requisitos de graduación .....	7
9. Listado de los cursos de la carrera.....	7
10. Descripción de los cursos de la carrera.....	8
11. Correspondencia del equipo docente con los cursos asignados.....	8
12. Conclusiones .....	9
13. Recomendaciones .....	9
Anexo A .....	10
Plan de estudios del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano de la Universidad Nacional.....	10
Anexo B .....	14
Programas de los cursos del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano de la Universidad Nacional.....	14
Anexo C .....	118
Profesores de los cursos del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano .....	118
Anexo D .....	122
Profesores de los cursos del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano y sus grados académicos.....	122

## 1. Introducción

La solicitud de creación del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano fue enviada al Consejo Nacional de Rectores (CONARE) por el señor Rector de la UNA, Mag. Francisco González Alvarado, en nota UNA-R-OFIC-035-2021, del 07 de enero de 2021, recibida en CONARE vía electrónica el 08 de enero de 2021, con el objeto de iniciar los procedimientos establecidos en el documento *Lineamientos para la creación de nuevas carreras o la modificación de carreras ya existentes* <sup>1</sup>.

Cuando se crea un plan de estudios de una carrera de grado, como es este caso, se utiliza lo establecido en los Lineamientos mencionados, los cuales señalan los siguientes temas, que serán la base del estudio realizado por la OPES para crear los programas de grado propuestos:

- Datos generales.
- Justificación.
- Propósitos del posgrado.
- Perfil académico-profesional.
- Campo de Inserción Profesional
- Requisitos de ingreso.
- Requisitos de graduación.
- Listado de los cursos de la carrera.
- Descripción de los cursos de la carrera.
- Correspondencia del equipo docente con los cursos asignados.

A continuación, se analizarán cada uno de estos aspectos.

## **2. Datos generales**

La Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida (CIEMHCAVI) de la Universidad Nacional (UNA), es la unidad académica base de la carrera de Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano. La carrera propuesta tiene como fundamento las carreras de Bachillerato en la Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación (BEEFDR) creada en la UNA en el año 1968 y la carrera de Bachillerato en Promoción de la Salud Física (BPSF); en este último caso se creó el diplomado en 1998 mediante el OPES-19-98 y posteriormente se creó el Bachillerato en el año 2005 comunicado mediante el acuerdo CNR-432-2005.

Actualmente, producto de la revisión y análisis del diseño curricular, esta Escuela solicita al CONARE la aprobación de esta carrera en atención a las demandas y necesidades actuales y propone llamarse Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano. La duración total del Bachillerato es de 141 créditos distribuidos en 8 ciclos semestrales de 17 semanas cada uno, para una duración total de 4 años.

Se otorgará el título en:

Bachiller en Ciencias del Movimiento Humano.

## **3. Justificación**

Sobre la justificación, la UNA envió la siguiente información<sup>2</sup>:

El presente plan de estudio toma en consideración todas aquellas tendencias mundiales, regionales y nacionales que marcan una pauta importante en las ciencias del movimiento humano ajustadas al presente siglo; mismas que dentro del estado del arte concuerdan con iniciativas establecidas en el plan de acción mundial de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que busca incentivar en la sociedad la adopción de estilos de vida más saludables (Consejo Ejecutivo, 2018).

Entendiendo la actual problemática mundial relacionada con la inactividad física, el profesional en ciencias del movimiento humano debe poseer una

preparación enfocada en las distintas áreas del saber que involucran dichas ciencias y que permitan generar un impacto tanto en la formación de futuros profesionales en esta área, así como, en las diferentes etapas de formación educativa de las personas a nivel país. Sin olvidar, el rol fundamental que desempeñan en ámbitos asociados a la salud, el deporte, el entrenamiento de la aptitud física, la promoción de estilos de vida saludables, entre otros.

Ante ello, las corrientes teóricas del pensamiento actual en las ciencias del movimiento humano se ven reflejadas por el incremento en la producción intelectual y académica, mostrando una perspectiva hacia una visión más amplia donde conocimientos asociados como la motricidad, el deporte, la recreación, la calidad de vida, la investigación, la pedagogía y la salud física y mental amplían el espectro de acción en la sociedad (Neto y Ovens, 2019; Soto, José, y Vargas, 2019). Ante ello, una gran mayoría de centros de enseñanza superior en ciencias del movimiento humano tanto a nivel latinoamericano como europeo abogan por una formación base sólida de conocimientos fundamentales en sus futuros profesionales en donde se destacan áreas del conocimiento tales como la actividad física y el deporte, la biológica, la educativa, la recreación, la investigación, la gestión y la educación.

En consecuencia, este plan de estudios constituye la primera propuesta a nivel nacional en ciencias del movimiento humano que se desarrolla bajo una visión donde se combina el abordaje de los cursos bajo una modalidad presencial y virtual, apoyándose en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) vigentes y emergentes, donde por medio de estrategias flexibles de enseñanza permitan innovar en los procesos de aprendizaje para la formación de profesionales en las ciencias del movimiento humano. Con ello, no solo se busca lograr mejores procesos de mediación pedagógica sino también, permite al estudiantado un mejor aprovechamiento de tiempo y un mayor uso de los recursos tecnológicos didácticos existentes, lo cual abre un espectro mayor de posibilidades laborales a los graduados en comparación otros planes de estudio existentes, este nuevo plan emerge de un rediseño de dos bachilleratos, de manera tal que en el perfil profesional se encuentran aspectos tanto de educación física, entrenamiento deportivo, fitness, wellness, recreación y de gestión para ser abordados en diferentes poblaciones y contextos socioeconómicos del país.

Asimismo, se busca con determinación abordar tanto en nichos sociales ya existentes, pero bajo un enfoque más adecuado a las características y necesidades sociales actuales, así como, brindar alternativas novedosas hacia sectores poco atendidos o emergentes. Es por ello, que sectores como la educación tanto en la enseñanza como en la formación de futuros profesionales, seguirá constituyendo uno de los principales ejes que sustentan este plan de estudios, pero con la ventaja de promover estrategias

pedagógicas que den una mejor respuesta a las necesidades del estudiantado.

Aunado a lo anterior, áreas con la promoción de estilos de vida saludable y mejora de la aptitud física en poblaciones con una diversidad de necesidades, constituyen un punto relevante al que se busca responder de forma efectiva en la sociedad a través de la recreación y adopción de estilos de vida más activos.

#### **4. Propósitos de la carrera**

##### **Objetivo General**

Formar profesionales en el campo de las ciencias del movimiento humano, que utilicen como herramienta principal la actividad física, el ejercicio físico, el deporte y la recreación, para promover y estimular el desarrollo físico, psíquico y social en pro de la calidad de vida de los diferentes grupos poblacionales con que interactúe la persona graduada de este plan de estudio.

##### **Objetivos específicos:**

- a. Preparar líderes en las ciencias del movimiento humano con principios morales, éticos y científicos mediante una oferta curricular pertinente y actualizada, para que sean agentes activos en la promoción de estilos de vida saludables en la sociedad costarricense.
- b. Promover la adquisición de criterios técnicos, disciplinarios y científicos, mediante estrategias de mediación pedagógica, para que se atienda con pertinencia y calidad a los cambios y necesidades de la sociedad costarricense.
- c. Facilitar experiencias educativas, mediante vínculos y alianzas estratégicas con diversas instituciones y grupos sociales relacionados con el objeto de estudio, para el intercambio de conocimientos y el enriquecimiento del proceso de enseñanza y de aprendizaje.

## 5. Perfil académico-profesional

La persona graduada del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano mostrará la capacidad de:

- Planear, implementar, evaluar y guiar procesos de didáctica específica aplicada a las Ciencias del Movimiento Humano.
- Implementar diversas estrategias didácticas, adaptando el currículo a las diferentes necesidades de las poblaciones.
- Implementar herramientas didácticas mediante el uso de la tecnología.
- Planificar y ejecutar diversos eventos, actividades, programas y proyectos intra y extramuros.
- Potenciar y guiar el aprendizaje de destrezas básicas para la actividad física, el ejercicio físico, deporte y recreación.
- Evaluar los diversos componentes de la aptitud física relacionados con la salud y el deporte aplicando criterios científicos.
- Prescribir ejercicio físico como medio para mejorar la salud física en personas sanas.
- Desarrollar, implementar y fiscalizar programas de entrenamiento físico y deportivo.
- Manejar diferentes procesos para la detección y desarrollo de talentos deportivos.
- Promover, planificar y ejecutar actividades físico-deportivo-recreativas.
- Empezar, planificar, implementar y gestionar PyMES en educación, salud, deporte y recreación.
- Sistematizar y analizar información de su quehacer profesional.
- Innovar en las estrategias de intervención educativa, físico-deportiva y recreativas.
- Utilizar correctamente su lengua oficial y una lengua extranjera con el dominio requerido para el ejercicio de su profesión. En el área del dominio del idioma.

- Utilizar tecnologías digitales para el manejo e interpretación de datos e información de forma apropiada a su nivel y su profesión. En el área disciplinar de investigación.

La División Académica de la Oficina de Planificación de la Educación Superior considera que el perfil profesional de los graduados del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano, se adecúa de manera general a los resultados de aprendizaje esperados según lo establecido en el Marco Centroamericano de Cualificaciones para la Educación Superior Centroamericana (MCESCA)<sup>3</sup>.

## **6. Campo de inserción profesional del graduado**

La persona graduada del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano podrá desempeñarse en los siguientes puestos: docente, formador deportivo, entrenador deportivo, gestor deportivo y recreativo, promotor de movimiento humano, director de programa o instructor, entrenador personal, gestor de programas y proyectos, gestor de empresa, asesor y consultor.

Adicionalmente, estas funciones podrá desempeñarlas en el Ministerio de Educación Pública, centros educativos privados y educación superior, academias, clubes deportivos, asociaciones y federaciones deportivas, comités cantonales de deportes y recreación, centros de recreo, centros de educación (públicos y privados), escuelas de enseñanza especial, Centros de Atención Integral para Personas Adultas con Discapacidad (CAIPAD), centros diurnos, empresas privada y establecimientos de acondicionamiento físico.

## **7. Requisitos de ingreso**

Los requisitos de ingreso a esta carrera son los siguientes:

- Contar con el título de conclusión Bachiller en Educación Media otorgado por el MEP (o su equivalente debidamente reconocido) (Bachillerato de secundaria).
- Realizar el proceso de admisión a la Universidad Nacional.
- Aprobar la prueba específica de admisión a carrera de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida.

## **8. Requisitos de graduación**

Los requisitos para graduarse de esta carrera son los siguientes:

- Aprobar los cursos y actividades académicas del plan de estudios (141 créditos).
- Cumplir el trámite administrativo correspondiente.
- Aprobar los ocho cursos de inglés ofrecidos por la Unidad Académica de los cuales, dos forman parte de este plan de estudios y los seis restantes constituyen requisitos de graduación.

## **9. Listado de los cursos de la carrera**

El listado de las actividades académicas que desarrollará este programa, se presenta en forma detallada en el Anexo A.

El programa comprende un total de 141 créditos y cumple con lo establecido en la normativa vigente.

## **10. Descripción de los cursos de la carrera**

Los programas de los cursos y demás actividades académicas se muestran en el Anexo B.

## **11. Correspondencia del equipo docente con los cursos asignados.**

En la normativa universitaria establecida en los *Lineamientos para la creación de nuevas carreras o la modificación de carreras ya existentes* se establece que para ser docente en un determinado nivel académico (pregrado, grado) se deberá poseer por lo menos el nivel académico de Licenciatura.

Los nombres de los profesores de cada uno de los cursos del programa propuesto aparecen en el Anexo C. Dichos docentes cuentan al menos con el grado académico de Licenciatura en áreas afines a las asignaturas que impartirán.

En el Anexo D se presentan los nombres y los grados académicos de los profesores del bachillerato propuesto.

Esta Oficina considera que las normativas vigentes sobre el personal docente se cumplen.

## 12. Conclusiones

La propuesta cumple con la normativa aprobada por el CONARE en el *Convenio para crear una nomenclatura de grados y títulos de la Educación Superior Estatal*<sup>4</sup>, en el *Convenio para unificar la definición de crédito en la Educación Superior*<sup>5</sup> y con los procedimientos establecidos por el documento Lineamientos para la creación de nuevas carreras o la modificación de carreras ya existentes.

## 13. Recomendaciones

Con base en las conclusiones del presente estudio, se recomienda lo siguiente:

- Que se autorice a la Universidad Nacional la creación del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano.
- Que la Universidad Nacional realice evaluaciones internas durante el desarrollo de la carrera.

---

<sup>1</sup> Aprobado por el Consejo Nacional de Rectores en la sesión N°27-2013, artículo 3, inciso g) y h), celebrada el 22 de octubre de 2013

<sup>2</sup> Resumen Ejecutivo del Plan de Estudios del Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano

<sup>3</sup> Marco de Cualificaciones para la Educación Superior Centroamericana. Resultados de Aprendizaje para los niveles Técnico Superior Universitario, Bachillerato Universitario, Licenciatura, Maestría y Doctorado, Consejo Superior Universitario Centroamericano, 2018.

<sup>4</sup> Aprobado por el CONARE el 4 de mayo de 2004 y ratificado por los Consejos Universitarios e Institucional

<sup>5</sup> Aprobado por el CONARE el 10 de noviembre de 1976.

**ANEXO A**

**PLAN DE ESTUDIOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO  
HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

## ANEXO A

### PLAN DE ESTUDIOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

CICLO LECTIVO Y CURSO	CRÉDITOS
<b>I CICLO</b>	<b><u>18</u></b>
Teorías y Modelos de aprendizaje	2
Introducción a las Ciencias del Movimiento Humano	3
Atletismo	2
Natación y Deportes acuáticos	2
Estudios Generales I	3
Estudios Generales II	3
Inglés I	3
<b>II CICLO</b>	<b><u>18</u></b>
Neurociencia	3
Gimnasia	2
Actividades con música	2
El juego y su impacto social	2
Estudios Generales III	3
Estudios Generales IV	3
Inglés II	3
<b>III CICLO</b>	<b><u>18</u></b>
Anatomía Funcional	3
Entrenamiento contra resistencia I	3
Metodología de la investigación	3
Sistematización de la información	3
Fundamentos de la recreación	3
Optativo I (libre)	3
<b>IV CICLO</b>	<b><u>18</u></b>
Evaluación de la Aptitud Física	3
Entrenamiento contra resistencia II	3

<b>CICLO LECTIVO Y CURSO</b>	<b>CRÉDITOS</b>
Fisiología del ejercicio I	3
Baloncesto I	2
Balonmano I	2
Voleibol I	2
Estructura del Movimiento Humano	3
<b>V CICLO</b>	<b><u>18</u></b>
Planificación curricular de la Educación Física	3
Kinesiología y biomecánica	3
Fisiología del ejercicio II	3
Baloncesto II	2
Balonmano II	2
Voleibol II	2
Desarrollo motor	3
<b>VI CICLO</b>	<b><u>17</u></b>
Evaluación de los aprendizajes	3
Planificación y prescripción del ejercicio	3
Entrenamiento de las cualidades físicas	3
Futbol I	2
Procesos motrices en la adultez	3
Optativo II (Disciplinario)	3
<b>VII CICLO</b>	<b><u>17</u></b>
Práctica profesional supervisada	4
Campamentos y vida al aire libre	2
Gestión de empresas I	3
Futbol II	2
Aprendizaje motor	3
Optativo III (Disciplinario)	3
<b>VIII CICLO</b>	<b><u>17</u></b>
Lesiones deportivas y primeros auxilios	3

<b>CICLO LECTIVO Y CURSO</b>	<b>CRÉDITOS</b>
Alimentación y ejercicio físico	3
Gestión de empresas II	3
Futsal	2
Actividad física para personas con discapacidad	3
Optativo IV (Disciplinario)	3
<b>Total de créditos del Bachillerato</b>	<b>141</b>

**CURSOS OPTATIVOS DISCIPLARES DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO\***

<b>NOMBRE DEL CURSO:</b>	<b>CRÉDITOS</b>
Deportes Alternativos Individuales	<b>3</b>
Deportes Alternativos Grupales	<b>3</b>
La construcción del cuerpo, prácticas para el autocuidado y la no discriminación	<b>3</b>

## **ANEXO B**

### **PROGRAMAS DE LOS CURSOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL**

## ANEXO B

### PROGRAMAS DE LOS CURSOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL

Nombre del curso: **TEORÍAS Y MODELOS DE APRENDIZAJE**

Créditos: **2**

#### Descripción del curso

En este curso se abordarán las Teorías y los Modelos de Aprendizaje que fundamentan la práctica educativa a nivel teórico y práctico. Lo anterior mediante la modalidad flexible como estrategia educativa que permite originar condiciones que se adapten al estudiantado, para adquirir el conocimiento, la comprensión y la interiorización sobre las que teorías que se basan la aplicación de los modelos de aprendizaje.

#### Objetivo general:

Conocer las teorías y modelos de aprendizaje que sustentan la educación, con el fin de ser aplicados en la planificación y en el diseño de ambientes pedagógicos para el desarrollo de la práctica docente.

#### Objetivos específicos:

1. Identificar las bases filosóficas que subyacen a las teorías y modelos de aprendizaje mediante actividades teóricas y prácticas para la comprensión de las mismas.
2. Reconocer las características principales de las teorías y modelos de aprendizaje mediante actividades teóricas y prácticas que permitan su aplicación en diferentes contextos de aprendizaje.
3. Aplicar una teoría y un modelo de aprendizaje en la creación de un ambiente pedagógico como experiencia, que permita al estudiantado un aprendizaje significativo.

#### Temáticas:

- Teorías de aprendizaje (constructivista, conductista, cognitiva y conectividad):
  - Definición.

- Corrientes filosóficas.
  - Exponentes.
  - Características.
  - Aplicación en el quehacer educativo.
- Modelos de aprendizaje:
    - ✓ Estilos basados en la reproducción:
      - Comando directo.
      - Estilo de la práctica, enseñanza basada en la tarea.
      - Estilo recíproco.
      - Estilo de autoevaluación.
      - Estilo de inclusión.
    - ✓ Estilos basados en el descubrimiento:
      - Descubrimiento guiado.
      - Resolución de problemas.
      - Programa individualizado.
      - Estilo para alumnado iniciado.
      - Estilo de autoenseñanza.
    - ✓ Modelos de enseñanza:
      - Conductuales.
      - Procesamiento de la información.
      - Desarrollo personal.
      - Desarrollo de las relaciones sociales.
    - ✓ Modelos curriculares:
      - Clásicos.
      - Críticos.
      - Socio – políticos.
      - Constructivistas.
    - ✓ Modelos instruccionales:
      - Conductismo en la década de los sesenta.
      - Teoría de sistemas en los setenta.
      - Cognitivismo en los ochenta.
      - Constructivismo y sistemas en los noventa.
      - Conectivismo actualmente.
    - ✓ Modelos de aprendizaje básicos para la educación física:
      - Aprendizaje cooperativo.
      - Educación deportiva.
      - Comprensivo de iniciación deportiva.
      - Responsabilidad personal y social.
      - Características de cada modelo.

- ✓ Modelos de aprendizaje emergentes para la educación física:
  - Educación aventura.
  - Alfabetización motora.
  - Estilo actitudinal.
  - Ludotécnico.
  - Autoconstrucción de materiales.
  - Educación para la salud.
  - Ambientes de aprendizaje.
  - Aprendizaje basado en proyectos.
  - Aprendizaje servicio.
  - Gamificación.
  - Aula invertida.
  - Tecnología y aplicaciones digitales.
  - Hibridación de modelos.
  
- La educación en la clase de educación física:
  - ✓ Organización y criterios de la clase de educación física.
  - ✓ Tiempo de organización y uso del espacio en la clase de educación física.
  - ✓ Uso del material y recursos didácticos en las clases de educación física.
  - ✓ La clase de educación física como elemento de cambio.

Nombre del curso:

**INTRODUCCIÓN A LAS CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO (CMH)**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

En el curso se abordarán conceptos básicos e investigación aplicada de las ciencias del movimiento humano. También, se estimulará el desarrollo de destrezas de redacción de documentos de carácter científico, así como las capacidades para el debate de ideas fundamentadas científicamente.

El desarrollo de estos conocimientos en el estudiantado se promoverá mediante ejercicios de análisis crítico de datos y de documentos científicos, manejo de software para elaborar bases de datos, presentaciones y esquemas, entre otros, así como por medio de proyectos de medición y evaluación de variables pertinentes a las Ciencias del Movimiento Humano.

Estos conocimientos le servirán al estudiantado para que comprenda la naturaleza de la información disponible en distintas fuentes, discriminando según su calidad científica, aquella que sea beneficiosa para apoyar su quehacer profesional. También, estos conocimientos le permitirán obtener y utilizar, con criterios científicos y con principios éticos, datos sobre variables, necesarias para su labor profesional. Además, estos conocimientos le facilitarán el diálogo con colegas, clientes y demás personas con las que pueda interactuar en el contexto de su ejercicio profesional, emitiendo criterios científicamente fundamentados.

Objetivo general:

Dominar los conceptos básicos de las ciencias del movimiento humano, y estrategias de recolección, análisis y discusión de datos científicos, mediante ejercicios de medición y evaluación, debates y análisis críticos, para favorecer el desarrollo de aptitudes relacionadas con el perfil profesional.

Objetivos específicos:

- Definir el concepto de movimiento humano, así como la terminología básica científica y sus características.
- Aplicar distintas estrategias de búsqueda de información científica, medición, evaluación y discusión de datos científicos, así como métodos básicos de análisis de esta información.
- Valorar la importancia del movimiento como un factor evolutivo, antropológico y sociológico, promotor de desarrollo humano integral y las implicaciones éticas de los procesos de generación de conocimiento científico.

Temáticas:

- Conceptos básicos del movimiento humano:
  - ✓ Manifestaciones del movimiento humano como objeto científico (actividad física, ejercicio físico, deporte, recreación).
  - ✓ Rol de los especialistas en movimiento humano.
  - ✓ Impacto social del movimiento humano.

- Conceptos básicos de ciencia y método científico:
  - ✓ Formas de conocimiento no científicas.
  - ✓ Etapas del método científico: paradigmas cualitativo, cuantitativo y mixto.
  - ✓ Criterios de calidad científica de artículos y otros documentos.
  - ✓ Importancia del conocimiento científico para su quehacer profesional.
  - ✓ Concepto de variable.
  - ✓ Método inductivo y deductivo.
  
- Herramientas tecnológicas básicas en ciencias del movimiento humano:
  - ✓ Diferencia entre programas procesadores de texto, hojas de cálculo, de presentación, de búsqueda y de citación.
  
- Formatos, citación y referencias de documentos:
  - ✓ Formatos de artículos científicos y el citado adecuado de las diversas fuentes bibliográficas.
  - ✓ Gestores bibliográficos.
  
- Redacción de reportes:
  - ✓ Partes que componen un reporte científico y un laboratorio.
  - ✓ Diferencias entre redacción de un reporte científico y de un laboratorio.
  
- Fuentes de información académica, científica y popular.
  
- Expresión oral y escrita.

Nombre del curso:

**ATLETISMO**

Créditos:

**2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias del atletismo. Se abarcarán temáticas como: reglamentación, técnicas, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de la disciplina del atletismo. La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por

medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje. De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el atletismo como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Guiar el proceso de enseñanza y aprendizaje en los estudiantes, por medio de la experiencia práctica, corrección y concientización de las diferentes habilidades y destrezas del atletismo, brindando las herramientas necesarias para adquirir el conocimiento y lograr transmitirlo a las diferentes poblaciones.

Objetivos específicos:

1. Desarrollar diversas formas de mediación pedagógica propias del atletismo diferenciando las etapas del desarrollo motor- perceptivo de la población a trabajar, brindando la especificidad necesaria a cada grupo etario.
2. Desarrollar espacios para que la población meta pueda analizar y reflexionar acerca del papel que desempeña el atletismo como un recurso para la promoción de estilos de vida físicamente activos; equidad de género y valores éticos, sociales y ecológicos con la práctica de diferentes niveles de desarrollo de condición física para el mantenimiento de la salud.
3. Desarrollar conocimientos sobre la correcta ejecución de los diferentes fundamentos técnicos del atletismo, potenciando la prevención de lesiones, optimización y aprovechamiento del rendimiento físico, por medio de la práctica continua y corrección de errores técnicos.

Temáticas:

- Generalidades del Atletismo:
  - ✓ Términos básicos y Reglamento de competición estableciendo la ética en el atletismo.
- Atletismo para niños. Atletismo para personas con discapacidad.

- Velocidades:
  - ✓ Cortas.
  - ✓ Largas.
  - ✓ Vallas.
  
- Fondo:
  - ✓ Medio Fondo.
  - ✓ Fondo como alternativa competitiva y segura en poblaciones mayores.
  - ✓ Carreras de campo traviesa.
  - ✓ Obstáculos.
  - ✓ Trail – OffRoad.
  - ✓ Ultradistancia.
  
- Lanzamientos:
  - ✓ Aerodinámicos: Jabalina, Disco.
  - ✓ Pesados: Bala, Martillo.
  
- Saltos:
  - ✓ Verticales: Altura, Garrocha.
  - ✓ Horizontales: Largo, Triple.

Nombre del curso:

**NATACIÓN Y DEPORTES ACUÁTICOS**

Créditos:

**2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias de las actividades acuáticas. Se abarcarán temáticas como la reglamentación, técnicas, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de la disciplina de las actividades acuáticas.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice las actividades acuáticas como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar las actividades acuáticas como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Desarrollar la capacidad de mediación de los estudiantes para facilitar la adquisición y fortalecimiento del conocimiento, habilidades básicas y destrezas de las diferentes actividades y deportes acuáticos, según la etapa de desarrollo perceptivo-motor de la población meta.

Objetivos específicos:

- Hacer uso de diferentes opciones de mediación pedagógica propias de las actividades acuáticas basados en las etapas del desarrollo motor- perceptivo de la población a trabajar.
- Emplear herramientas didácticas que fortalezcan la capacidad de observación, análisis, síntesis, comunicación oral, escrita e investigativa que faciliten las situaciones de enseñanza y aprendizaje de las actividades acuáticas, con base en recursos bibliográficos de diferentes idiomas.
- Desarrollar espacios para que la población meta pueda analizar y reflexionar acerca del papel que desempeñan las actividades acuáticas como un recurso para la promoción de estilos de vida físicamente activos; equidad de género y valores éticos, sociales y ecológicos.

Temáticas:

- Diagnósticos en medios acuáticos:
  - ✓ Elementos del diagnóstico básico: flotación prona y supina, control del cuerpo sobre y bajo el agua, control de la respiración.
  - ✓ Pruebas técnicas de: Libre, dorso, pecho y mariposa.
  - ✓ Pruebas de rendimiento: T15, golf y laboratorio.
- Ambientación al medio acuático:
  - ✓ Miedo al agua, juegos en el medio acuático y actividades de ambientación.
- Aprendizaje y enseñanza de los estilos de supervivencia y de natación:
  - ✓ Supervivencia: Perrito y lado

- ✓ Natación: Libre, Dorso, Pecho, Mariposa, Combinado individual, relevos con sus respectivas vueltas y salidas.
- Deportes acuáticos no tradicionales:
  - ✓ Natación artística, polo acuático.
- Reglamentación en deportes acuáticos:
  - ✓ Reglamento de: Natación, Natación artística y polo acuático, ética deportiva.
- Actividades acuáticas para poblaciones diversas:
  - ✓ Adaptación o modificación de ejercicios de aprendizaje a diferentes poblaciones.
- Planeamiento de la sesión en el ámbito escolar, privado y de rendimiento deportivo:
  - ✓ Diagnósticos, partes, orden y relación de las actividades de la sesión y adaptaciones a diferentes poblaciones e inclusión.
- Normas de seguridad y salvamento acuático básico en instalaciones acuáticas:
  - ✓ Técnicas básicas de salvamento.
  - ✓ Elementos de salvamento.
  - ✓ Reglamento de seguridad en instalaciones acuáticas.

Nombre del curso: **NEUROCIENCIA**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

En este curso-teórico práctico el estudiante conocerá acerca de los principales procesos que se generan en el cerebro cuando se aprende, el estudio del sistema nervioso desde un enfoque multidisciplinar que promueve la explicación funcional que se presentan en la mente del ser humano. Así como la importancia que genera el comprender las emociones como herramienta fundamental en los procesos pedagógicos.

La mediación pedagógica será desarrollada mediante un curso bimodal con un mínimo de 40% de clases virtuales y con apoyo de tecnologías de la información y comunicación (TIC) enmarcado dentro de la modalidad flexible. En congruencia con

esta modalidad flexible el personal académico utilizará los entornos virtuales como medio para desarrollar los contenidos teóricos. Este proceso será acompañado mediante experiencias prácticas como laboratorios, talleres, entre otros, los cuales servirán de plataforma para que el estudiantado tenga un contacto vivencial con el desarrollo de los contenidos del curso.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, comprenda la función de cada estructura cerebral y cómo esto influye en el aprendizaje, para así, desarrollar estrategias pedagógicas innovadoras para el desarrollo de entornos educativos creativos.

Objetivo general:

Comprender los mecanismos neurobiológicos implicados en los procesos del aprendizaje de diferentes disciplinas del movimiento humano, de la educación y el comportamiento.

Objetivos específicos:

1. Analizar las diferentes áreas que componen el cerebro humano y su respectivo funcionamiento relacionado al comportamiento humano.
2. Conocer acerca de los procesos neuroendocrinos que se presentan en el aprendizaje de la mente humana.
3. Aplicar los diferentes principios neuroeducativos en diferentes poblaciones en procesos de aprendizaje.

Temáticas:

- Conceptos básicos:
  - ✓ El cerebro, el músculo más importante del cuerpo: cerebro y movimiento.
  - ✓ Evolución de la neurociencia en Ciencias del Movimiento Humano.
  - ✓ Visión inter y multidisciplinar de la neurociencia.
  - ✓ Neuroeducadores: El rol del profesional en Ciencias del Movimiento Humano en el aprendizaje.
- Fundamentos anatómo-fisiológicos de la neurociencia:
  - ✓ Estructura y función del SNC: El encéfalo como centro de control.
  - ✓ Áreas de la corteza cerebral y su integración.
  - ✓ Funciones del sistema nervioso: percepción, integración y respuesta.
  - ✓ Sinapsis: Despolarización, neuronas, oligodendritas, células gliales.

- ✓ Regulación bioquímica: Genética, hormonas y otros factores que participan en la homeostasis y adaptación.
- ✓ Bases biológicas de la cognición, conducta y emoción.
- Percepción de estímulos:
  - ✓ Circuito neuronal: Cómo captamos la información.
  - ✓ Propiocepción.
  - ✓ Sistema reticular ascendente y descendente: función vestibular y percepción.
  - ✓ Estrategias visuales.
  - ✓ Estrategias auditivas.
  - ✓ Conciencia espacial - Percepción del Espacio-Tiempo-Movimiento.
  - ✓ Sobrecarga neuronal: Importancia del tipo y modo de estímulo.
  - ✓ Aspectos internos y externos que regulan la percepción (procesos neuroendocrinos y emociones).
- Integración de información:
  - ✓ Redes cerebrales para el procesamiento de la información.
  - ✓ Emociones y aprendizaje: Aspectos relacionados al funcionamiento interno y externo.
  - ✓ Enseñanza y funciones ejecutivas.
  - ✓ Métodos y vías de aprendizaje.
  - ✓ Aprendizaje significativo: Aprendizaje consciente e inconsciente.
  - ✓ Experiencias y prácticas como medio de aprendizaje.
  - ✓ Memoria: Engramas cerebrales y programas motores.
  - ✓ Entornos educativos creativos.
  - ✓ Emociones y su influencia en el aprendizaje.
- Respuesta:
  - ✓ Método analítico y global de aprendizaje.
  - ✓ Regulación motora: eficiencia y eficacia.
  - ✓ Influencia del movimiento humano en los procesos cognitivos fundamentales y funciones ejecutivas.
- Adaptación crónica a procesos cognitivos:
  - ✓ Enseñanza de la adaptación a nuevos escenarios como proceso evolutivo y supervivencia.
  - ✓ Neuroplasticidad y etapas sensibles en el aprendizaje.

Nombre del curso: **GIMNASIA**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias de la gimnasia. Se abarcarán temáticas como la reglamentación, técnicas, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de la disciplina de la gimnasia.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al proyectar la gimnasia como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

El curso desarrolla la capacidad de mediación de los estudiantes para facilitar la adquisición y fortalecimiento de habilidades básicas y destrezas deportivas propias de la gimnasia artística y la gimnasia rítmica, según la etapa de desarrollo perceptivo-motor de la población meta. Para lo anterior, se brindarán espacios prácticos que permitan vivencias para la ejecución de las habilidades y destrezas.

Objetivo general:

Capacitar al estudiantado para que desarrolle y aplique diferentes opciones de mediación pedagógica propias de la gimnasia según las etapas del desarrollo motor-perceptivo de la población a trabajar.

Objetivos específicos:

1. Utilizar herramientas didácticas que faciliten el aprendizaje de las diferentes destrezas de la disciplina y dinámica del deporte.
2. Desarrollar espacios necesarios para que la población meta pueda analizar y reflexionar acerca del papel que desempeña la gimnasia como un recurso para

la promuevan de estilos de vida físicamente activos; equidad de género y valores éticos, sociales y ecológicos.

3. Desarrollar ejercicios académicos que fortalezcan la capacidad investigativa en relación con problemas propios de la enseñanza y aprendizaje de la gimnasia, con base en los recursos bibliográficos en los idiomas disponibles.
4. Desarrollar conocimientos sobre la correcta ejecución de los diferentes fundamentos técnicos de la gimnasia, en función de la prevención de lesiones.

Temáticas:

- Historia de la gimnasia:
  - ✓ Delimitación temporal de los momentos relevantes de la gimnasia como actividad y hasta su concepción como deporte.
  - ✓ Gimnasia en el currículo.
  - ✓ Gimnasia como fundamento del movimiento humano.
  - ✓ Gimnasia y género.
  
- Elementos básicos de la gimnasia:
  - ✓ Enseñanza de aspectos básicos de seguridad en la enseñanza de la gimnasia:
    - Control del espacio y equipamiento.
    - Facilitaciones y guías en gimnasia.
    - Principios éticos del contacto humano en la gimnasia.
    - Importancia de la Consciencia corporal.
  - ✓ Elementos básicos del control corporal: locomoción, equilibrios, desequilibrios y postura, puntos de apoyo y transferencias de peso corporal: cargas y descargas corporales.
  - ✓ Elementos intermedios del control corporal: encoger y estirar (stretching and curling), rotar y cambiar de dirección (twisting and turning) y simetrías y asimetrías.
  - ✓ Elementos avanzados del control corporal:
    - Control del peso corporal, tensión y energía.
    - Uso del espacio.
    - Cambios de velocidad.
    - Continuidad del movimiento en acción.
    - Trabajo en parejas.
    - Control del balance corporal en sus tres fases: desbalance, mantenimiento y salida.
    - Control del cuerpo en fase de vuelo.
    - Trabajo en grupo.

- Ejercicios básicos de la gimnasia y progresiones:
  - ✓ Exploración de diferentes posiciones corporales.
  - ✓ Balanceos en piso y con instrumentos.
  - ✓ Pino y paradas de manos.
  - ✓ Rollos adelante y atrás.
  - ✓ Salto del tigre.
  - ✓ Rueda carreta.
  - ✓ Rondada.
  - ✓ Flips adelante y atrás.
  - ✓ Mortal.
  - ✓ Entre otros.
  
- Disciplinas:
  - ✓ Gimnasia para todos.
  - ✓ Gimnasia rítmica.
  - ✓ Gimnasia artística masculina.
  - ✓ Gimnasia artística femenina.
  - ✓ Gimnasia acrobática.
  - ✓ Gimnasia aeróbica.
  - ✓ Gimnasia danesa.
  - ✓ Trampolín.
  - ✓ Parkour.
  
- Didáctica de la enseñanza de las actividades de mediación gimnásticas en el ámbito educativo:
  - ✓ Planeamiento de la sesión en el ámbito escolar.

Nombre del curso:

**ACTIVIDADES CON MÚSICA**

Créditos:

**2**

Descripción del curso:

Es un curso teórico-práctico, en donde el estudiante aprenderá a integrar el sentido cinestésico, con la comprensión de las estructuras del ritmo, adaptando así, los movimientos corporales a diferentes géneros musicales.

Durante el desarrollo del proceso educativo, la ejecución práctica será fundamental, para facilitar y sensibilizar el lenguaje corporal, con los conceptos teóricos abordados. Además, se utilizarán recursos tecnológicos para estimular los sentidos visuales y auditivos; así como también, para facilitar la adquisición teórica de la materia.

Al interiorizar este conocimiento, los estudiantes serán capaces de expresar movimientos creativos, así como, la aplicación de esta herramienta en diferentes clases, en donde, la ejecución rítmica se manifestará tanto en patrones básicos de movimiento como en la ejecución de diferentes secuencias de formaciones y de coreografías.

Objetivo general:

Preparar a los estudiantes para el desarrollo teórico y práctico de la mediación pedagógica en los movimientos corporales con música, por medio del proceso enseñanza y aprendizaje, así como, la puesta en práctica del conocimiento adquirido, para que pueda aplicarlo en diferentes situaciones, según lo demanden las características de la población, del ambiente y de los recursos con los que disponga.

Objetivos específicos:

1. Analizar la estructura y los componentes de la música por medio de su integración con los movimientos expresivos y creativos, para facilitar la ejecución del movimiento rítmico de una forma fluida y natural.
2. Desarrollar la habilidad de construir y desglosar, movimientos creativos, secuenciales y coreográficos, por medio de diferentes tareas teóricas, prácticas e investigativas, para contar herramientas que permita la promoción de estilos de vida activos y saludables.
3. Demostrar el conocimiento adquirido, poniendo en práctica la aplicación de la materia en diferentes escenarios y dirigido a diversas poblaciones para lograr el fortalecimiento de su formación profesional integral.

Temáticas:

- Conceptos básicos de la música:
  - ✓ Musicalización.
  - ✓ Composición del Ritmo musical.
  - ✓ Métrica Musical.
  - ✓ Uso de la música y el ritmo para diferentes poblaciones.

- Expresión corporal y ritmo
  - ✓ Patrones básicos de movimiento, acompañados con música.
  - ✓ Movimientos creativos y de coordinación.
  
- Proceso didáctico en la construcción de secuencias de movimiento y de la estructura de coreografías:
  - ✓ Armonía para realizar secuencias a partir de movimientos básicos.
  - ✓ Coreografías con diferentes ritmos musicales (popular).
  - ✓ Actividades grupales con música (formaciones, utilización de espacio).
  - ✓ Ética en los procesos de enseñanza-aprendizaje del movimiento corporal rítmico.

Nombre del curso: **EL JUEGO Y SU IMPACTO SOCIAL**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso aborda el papel preponderante que el juego ha adquirido a través del tiempo en las culturas, las sociedades, la política, los procesos de enseñanza y de aprendizaje, el rescate de tradiciones y costumbres, la salud y la motricidad de las personas. Mediante metodología flexible que permita al estudiantado sensibilizarse sobre el papel del juego en el ser humano, para crear y dirigir actividades lúdicas en diferentes contextos, poblaciones y necesidades.

Objetivo general:

Comprender la importancia y el rol del juego en la cultura, la sociedad, la política, la pedagogía, el rescate de tradiciones y costumbres, la salud y la motricidad de las personas para la aplicación de actividades lúdicas acorde con las características y necesidades de la población a trabajar.

Objetivos específicos:

1. Vivenciar el rol del juego como un elemento social, emocional, cognitivo y motriz que permite al ser humano conocerse a sí mismo e interactuar con otros y el entorno.

2. Aplicar los conocimientos adquiridos durante el curso mediante la creación y liderazgo de actividades lúdicas en diferentes poblaciones, contextos y necesidades.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos-morales acordes con la población que se trabaja y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- El juego, cultura, sociedad y política: la importancia del juego como instrumento de transformación social a través de la historia:
  - ✓ Epistemología del juego.
  - ✓ Teorías del juego.
  - ✓ Clasificaciones de juego.
  - ✓ Elemento social, emocional, cognitivo y motriz para conocerse a sí mismo, interactuar con otros y el entorno.
- El juego y la pedagogía:
  - ✓ Herramienta pedagógica.
  - ✓ Elemento de formación en valores éticos y morales.
  - ✓ Gamificación en el proceso de enseñanza y de aprendizaje.
  - ✓ Ludotecas y sus tipos.
- Juegos tradicionales:
  - ✓ Tipos de juegos tradicionales.
  - ✓ Aplicación los juegos tradicionales en los diferentes contextos y poblaciones.
- El juego según la población, el entorno y la necesidad:
  - ✓ Estructura metodológica del juego.
  - ✓ Liderazgo de actividades lúdicas.
  - ✓ Actividades lúdicas de acuerdo con la población, el entorno, la necesidad y los intereses.
  - ✓ Adaptaciones del juego según la población.

Nombre del curso:

**ANATOMÍA FUNCIONAL**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con las bases moleculares de la vida, y las estructuras y funciones básicas de los sistemas orgánicos aplicados a las ciencias del movimiento humano.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje de no menos del 40% del total de contenidos, con el personal académico y estudiantil como agentes activos del proceso. La parte presencial se desarrollará mediante actividades prácticas que generen experiencias vivenciales significativas de aprendizaje en las cuales se identifiquen las diferentes estructuras y su funcionamiento en el movimiento humano.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, comprenda qué compone al cuerpo humano y cuáles son sus funciones e integre este conocimiento en la comprensión del movimiento humano en diferentes actividades. Asimismo, se comprenderán las estructuras microscópicas que conforman los sistemas para el pleno entendimiento del funcionamiento de las estructuras y los movimientos corporales.

Objetivo general:

Comprender la localización y función de las diferentes estructuras que comprenden el cuerpo humano, mediante actividades teórico-prácticas que promuevan el entendimiento de cómo se estructura y funciona el cuerpo cuando se encuentra en movimiento.

Objetivos específicos:

1. Localizar las partes del cuerpo humano en estrecho entendimiento de sus funciones mediante laboratorios prácticos para su aplicación en el movimiento humano.

2. Integrar el conocimiento de los diferentes sistemas del ser humano mediante actividades prácticas para la comprensión del movimiento corporal de manera integral.
3. Aplicar los conocimientos adquiridos en el análisis del movimiento humano en diferentes escenarios y actividades.

Temáticas:

- Introducción a la anatomía:
  - ✓ Ética en el contacto físico humano.
  - ✓ Definiciones y conceptos anatomofisiológicos básicos.
  - ✓ Bases moleculares de la vida.
  - ✓ Teorías de envejecimiento y patologías.
  - ✓ Planos de movimiento.
  - ✓ Tipos de tejidos y estructuras del cuerpo humano.
- Estructura y función básica osteoarticular:
  - ✓ Estructura y función básica del sistema osteoarticular: Huesos del esqueleto humano, Formas de los huesos, Referencias óseas, Articulaciones del esqueleto humano, Estructura y función de las articulaciones sinoviales, Movimientos accesorios.
- Estructura y función básica neuromuscular:
  - ✓ Tipos de tejido muscular, Funciones del músculo esquelético, Dirección de las fibras y denominación de los músculos, Propiedades del músculo esquelético, Anatomía del tejido muscular esquelético, Fisiología de la contracción muscular, Tipos de fibras del músculo esquelético, Tipos de contracciones musculares, Relaciones musculares, Músculos del cuerpo humano (origen, inserción, función), Propiocepción.
- Estructura y función básica cardiorrespiratoria:
  - ✓ Estructura y función básica del sistema cardiorrespiratorio: corazón, arterias, venas, sangre. Pulmones y otras partes.
- Estructura y función básica neurológica:
  - ✓ Estructura y función básica del sistema nervioso central y periférico: neurona, célula glial, oligodendrocitos, sinapsis, unión neuromuscular, miosina, célula de Schwann, vías aferentes y eferentes, Pares craneales, arco reflejo, neurotransmisores.

- Estructura y función básica nefrológica:
  - ✓ Estructura y función básica del sistema renal: glomérulo.
- Estructura y función básica endocrinológica:
  - ✓ Estructura y función básica del sistema endocrino: órganos reguladores y de control.
- Estructura y funcionamiento básico en poblaciones con alteraciones anatómicas, congénitas y adquiridas.

Nombre del curso: **ENTRENAMIENTO CONTRA RESISTENCIA I**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

Este curso aborda las temáticas relacionadas con los beneficios del entrenamiento de contra resistencia para la salud en todas las poblaciones; asimismo, se estudia la técnica de ejecución y errores frecuentes asociados a los principales ejercicios para la estimulación de la musculatura del tren superior, zona central y tren inferior del cuerpo. Además, se abarcarán los principales medios y métodos de evaluación y entrenamiento, así como, la adecuada dosificación de la carga de trabajo asociada con el desarrollo muscular, utilizados en los establecimientos de acondicionamiento físico y contextos afines.

Dichas temáticas serán desarrolladas bajo una lógica de curso bimodal con apoyo de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) dentro de su modalidad flexible en la cual por medio de entornos de aprendizajes virtuales se proporcionará en gran medida el progreso teórico de los contenidos mediando la interacción del estudiante con los mismos, apoyados en las herramientas tecnológicas vigentes y emergentes. Asimismo, las estrategias de enseñanza se complementarán con la participación de los estudiantes en clases de índole presencial donde mediante la práctica en contextos tanto dentro como fuera de la Universidad, se realizarán actividades de mediación grupales e individuales que permitan adquirir los conocimientos pertinentes al entrenamiento de contra resistencia bajo el apoyo y supervisión del docente responsable del curso.

Todas las acciones descritas previamente permitirán adquirir los conocimientos necesarios tanto a nivel cognitivo, procedimental y actitudinal para la adecuada

labor de los profesionales en ciencias del movimiento humano en relación con el entrenamiento de contra resistencia en procura de la mejora de la salud física bajo un enfoque ético y objetivo adecuados a cada contexto.

Objetivo general:

Reconocer la importancia del entrenamiento de contra resistencia por medio del estudio de los principales ejercicios, medios y métodos de entrenamiento para la promoción de estilos de vida saludable en todas las poblaciones.

Objetivos específicos:

1. Analizar la correcta ejecución técnica de los distintos ejercicios de contra resistencia en las principales zonas corporales por medio de tareas de orden teórico y práctico para la adecuada aplicación en el contexto profesional.
2. Aplicar los distintos tipos de métodos de evaluación y entrenamiento asociados al entrenamiento contra resistencia por medio de prácticas de campo y contenidos teóricos para su adecuada aplicación en la promoción de estilos de vida saludable.
3. Conocer la importancia de la ética profesional en el proceso de entrenamiento contra resistencia a través de ejemplificaciones prácticas y contenidos teóricos que permitan el adecuado desarrollo profesional en los distintos contextos de acción laboral.

Temáticas:

- Generalidades del entrenamiento contra resistencia:
  - ✓ Beneficios del entrenamiento contra resistencia.
  - ✓ Medios de entrenamiento contra resistencia.
  - ✓ Tipos de contracciones musculares.
  - ✓ Elementos éticos y profesionales del entrenamiento de contra resistencia
  - ✓ Manual de Normas para la Habilitación de Centros de Acondicionamiento Físico.
- Ejercicios de contra resistencia:
  - ✓ Extremidades superiores.
  - ✓ Zona central Núcleo.
  - ✓ Extremidades Inferiores.

- Evaluación de la fuerza muscular:
  - ✓ Pruebas de percepción del esfuerzo.
  - ✓ Evaluaciones máximas y submáximas.
  
- Diseño de programas de entrenamiento:
  - ✓ Componentes y dinámicas de un programa de entrenamiento contra resistencia.
  - ✓ Métodos de entrenamiento de contra resistencia para el acondicionamiento muscular, desarrollo y fuerza muscular.
  - ✓ Programación del entrenamiento de contra resistencia según el objetivo y características de la población.

Nombre del curso: **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

El curso busca introducir a los estudiantes en la comprensión, análisis y aplicación de los principios de la metodología de la investigación bajo los enfoques cualitativo, cuantitativo y mixto desde la perspectiva del movimiento humano.

Las temáticas por desarrollar tendrán relación con el movimiento humano y la salud, buscando generar propuestas de investigación que intervengan en distintos ámbitos de la sociedad, por medio de la realización de ejercicios de investigación científica y su comunicación.

Estos conocimientos le permitirán al estudiantado poder elaborar propuestas de investigación considerando las características de la muestra o población a intervenir, los instrumentos de evaluación a utilizar, la manera de proceder y gestionar la investigación junto con los distintos factores del ámbito a intervenir, así como los análisis de información apropiados según lo requiera el tipo de estudio.

Objetivo general:

Comprender los diversos tipos de investigación, los elementos que la componen, el proceso de elaboración y la estructura metodológica de un documento científico.

### Objetivos específicos:

1. Introducir al estudiantado en los distintos tipos y procesos de investigación que respondan a las problemáticas propias de las Ciencias del Movimiento Humano como parte de su preparación para su ejercicio profesional futuro.
2. Indagar acerca de los distintos criterios de calidad y componentes que debe reunir una investigación según su ámbito de enfoque.
3. Analizar el proceso que conlleva la elaboración de un documento científico, su aprobación y su posterior publicación, considerando las implicaciones éticas del mismo.

### Temáticas:

- Conceptos de la investigación:
  - ✓ Profundización del método científico, variable, hipótesis, objetivos, problema de investigación, población, muestreo, método, instrumentos de evaluación y medición, procedimientos, análisis de información, discusión, validación, precisión, confiabilidad, entre otros.
- Tipos de investigación:
  - ✓ Taxonomías para la clasificación de los procesos de investigación.
  - ✓ Enfoque cuantitativo, cualitativo y mixto.
  - ✓ Diseños de la investigación: Experimentales, no experimentales y cuasiexperimentales.
- Buenas prácticas clínicas y aspectos bioéticos de investigación en Ciencias del Movimiento Humano:
  - ✓ Artículo científico, sistematización de experiencias, revisión bibliográfica, laboratorios, revisión narrativa, entre otros.
- Reportes de investigación (Producción Escrita).
- Gestión de las ciencias:
  - ✓ Búsqueda y presentación de propuestas, fuentes de financiamiento.
- Divulgación de resultados de investigación.

Nombre del curso:

## **SISTEMATIZACIÓN DE LA INFORMACION**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

En el curso, se estudiará diversas técnicas de análisis estadístico, análisis descriptivo e integración de resultados y decisiones aplicadas al campo de la investigación en las Ciencias del Movimiento Humano.

El desarrollo de estos conocimientos se promoverá mediante el manejo de programas estadísticos e informáticos que facilitarán el análisis y la comprensión de datos relativos a problemas propios de nuestro campo de acción.

Estos conocimientos servirán al estudiantado para fortalecer sus capacidades de análisis, síntesis, toma de decisiones con fundamento empírico, y generación de respuestas a las diversas problemáticas que pueda enfrentar en su quehacer profesional, con dicho fundamento.

Objetivo general:

Dominar estrategias de sistematización y análisis estadístico de datos correspondientes a fenómenos de las ciencias del movimiento humano, mediante el uso de software especializado, para fortalecer aptitudes del perfil profesional.

Objetivos específicos:

1. Conocer métodos de recolección de datos, su sistematización, lectura e interpretación de bases de datos científicos, y estrategias de análisis, representación e interpretación de esa información.
2. Manejar software especializado para confeccionar bases de datos, realizar análisis estadísticos descriptivos e inferenciales, y para elaborar estrategias para representar datos científicos.
3. Aplicar los conocimientos teórico-prácticos del curso, en el ejercicio profesional, teniendo muy en cuenta las implicaciones éticas del manejo de información empírica para fines científicos y laborales.

## Temáticas:

- Estrategias de recolección de datos de fenómenos de las Ciencias del Movimiento Humano:
  - ✓ Criterios de calidad de instrumentos de observación o medición (validez, confiabilidad, objetividad, etc.).
  - ✓ Evaluación y sus criterios.
  - ✓ Estrategias para observar o medir características en los enfoques cualitativo, cuantitativo y mixto.
  
- Estrategias de búsqueda de información científica:
  - ✓ Estrategias de búsqueda en internet, búsqueda booleana de información científica.
  
- Estrategias de elaboración de sistematización de datos:
  - ✓ Manejo de software especializados para construir bases de datos.
  - ✓ Elaboración de bases de datos acorde a la naturaleza del fenómeno de estudio y según su enfoque (cuantitativo o cualitativo).
  
- Estrategias de análisis estadístico descriptivo e inferencial:
  - ✓ Criterios para elegir el método adecuado de análisis, acorde a la naturaleza de los datos y a la finalidad del análisis a efectuar.
  - ✓ Software especializado para realizar análisis estadísticos.
  - ✓ Software especializado para representar análisis estadísticos.
  - ✓ Representaciones de análisis de datos, mediante gráficos, tablas u otros elementos.
  - ✓ Criterios de interpretación de análisis estadísticos descriptivos e inferenciales, acorde a la naturaleza del fenómeno de estudio y según su enfoque (cuantitativo o cualitativo).
  
- Estrategias de análisis de datos cualitativos:
  - ✓ General, axial y particular.
  
- Reporte y conclusión de resultados:
  - ✓ Reporte para comunicar los resultados de un proceso de sistematización y análisis de datos, de un fenómeno enfocado cuantitativa y cualitativamente.

Nombre del curso:

**FUNDAMENTOS DE LA RECREACIÓN**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso aborda los fundamentos de la recreación como área de estudio, además, del liderazgo, el trabajo en equipo y la gestión de eventos recreativos de acuerdo con las diferentes características y necesidades de la población. Mediante la modalidad flexible, se desarrollarán elementos teóricos y prácticos, que permitan el entendimiento de la recreación como filosofía de vida.

Objetivo general:

Comprender los fundamentos de la recreación como área de estudio, mediante la vivencia y la gestión de eventos recreativos en diferentes contextos que permita al estudiantado la adopción de esta como un estilo de vida.

Objetivos específicos:

1. Comprender los conceptos, enfoques, fundamentos, principios, beneficios, función y tipos de la Recreación como área de estudio mediante la vivencia de actividades teóricas y prácticas para fortalecimiento de su quehacer como futuro profesional.
2. Aplicar los conocimientos adquiridos mediante el diagnóstico, planeamiento, organización, ejecución y evaluación de eventos recreativos de acuerdo con las características y necesidades de la población meta para el enriquecimiento de su formación profesional.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos- morales acordes con la población que se trabaje y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Epistemología del ocio, el tiempo libre y la recreación:
  - ✓ Conceptos y fundamentos.
  - ✓ Historia y filosofía.
  - ✓ Teorías.
  - ✓ Beneficios.
  - ✓ Perfil laboral de una persona profesional en recreación.
- Legislación recreativa a nivel nacional como internacional.
- Programación de la Recreación:
  - ✓ Enfoques de actividades recreativas.
  - ✓ Clasificación de actividades recreativas.
  - ✓ Organización de actividades recreativas.

- Tipos de recreación:
  - ✓ Aplicación y experimentación de tipos de recreación.
- Actividades de recreación:
  - ✓ Liderazgo y recreación.
  - ✓ Trabajo en equipo.
  - ✓ Gestión de Eventos recreativos en diferentes contextos y población.
  - ✓ Acertijos.
  - ✓ Rally.

Nombre del curso: **EVALUACIÓN DE LA APTITUD FÍSICA**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

El curso desarrollará el estudio y análisis de los procedimientos utilizados para la evaluación de la aptitud física relacionada con la salud y con el rendimiento deportivo en distintas poblaciones y enfocados desde una perspectiva integral (biológico, psicológico y social).

El proceso de enseñanza y aprendizaje será generado por una modalidad flexible, en donde la parte teórica se desarrollará en gran medida por medio de la utilización de herramientas virtuales, mientras que en la parte presencial se desarrollará mayoritariamente el componente práctico, buscando que los estudiantes generen experiencias vivenciales de aprendizaje por medio de la elaboración de prácticas participativas y aplicación de baterías de pruebas físicas a distintas poblaciones.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos durante el curso permitirá que el estudiantado incorpore al quehacer laboral de su profesión la evaluación de los componentes de la aptitud física y así determinar el estado de salud física de una población específica, establecer la estratificación de riesgo de la persona usuaria, centrar las bases de un programa de entrenamiento o planificación deportiva, generar una realimentación de los programas de entrenamiento generados y demostrar los resultados o alcances de una intervención o tratamiento con movimiento humano.

Objetivo general:

Desarrollar un profesional en Ciencias del Movimiento Humano que sea capaz de liderar procesos de medición y evaluación de los componentes de aptitud física relacionados con la salud y rendimiento deportivo en distintas poblaciones. Así

como, la integración de estos resultados en la aplicación de la prescripción de ejercicio físico y planificación de entrenamiento deportivo.

Objetivos específicos:

- Conocer y aplicar los procedimientos de evaluación física utilizados para valorar la aptitud física de diferentes poblaciones.
- Conocer el manejo, funcionamiento y mantenimiento de los instrumentos utilizados para la evaluación de la aptitud física.
- Aprender a desarrollar ferias de la salud y baterías de pruebas físicas para equipos deportivos, así como la elaboración de los informes de resultados en concordancia con el tipo de valuación realizada.

Temáticas:

- Introducción a la evaluación de la aptitud física:
  - ✓ Conceptos básicos de evaluación y de aptitud física.
  - ✓ Recomendaciones generales de evaluación de la aptitud física.
  - ✓ Contraindicaciones absolutas y relativas para evaluación previa a ejercicio.
  - ✓ Cuestionarios de evaluación antes de iniciar una evaluación.
  - ✓ Diseño de protocolos de evaluación
  - ✓ Reporte de resultados
  - ✓ Ética del evaluador.
- Evaluación de la composición corporal:
  - ✓ Métodos antropométricos.
  - ✓ Densitometría ósea.
  - ✓ Bioimpedancia eléctrica.
  - ✓ Parámetros de la evaluación de la composición corporal.
  - ✓ Determinación del somatotipo corporal.
- Evaluación de la capacidad cardiorrespiratoria:
  - ✓ Evaluación máxima versus evaluación submáxima.
  - ✓ Interpretación y aplicación de los resultados.
  - ✓ Parámetros de la evaluación de la capacidad cardiorrespiratoria.
- Evaluación de la fuerza y resistencia:
  - ✓ Tipos de evaluación de fuerza.
  - ✓ Tipos de evaluación de resistencia muscular.
  - ✓ Interpretación y aplicación de los resultados.
  - ✓ Parámetros de la evaluación de la fuerza y resistencia muscular.
- Evaluación de la flexibilidad:
  - ✓ Conceptos básicos de la flexibilidad.
  - ✓ Tipos de evaluación de la flexibilidad.

- ✓ Interpretación y aplicación de los resultados.
- ✓ Parámetros de la evaluación de la flexibilidad.
- Formas alternativas de evaluación:
  - ✓ Nuevas tecnologías.
  - ✓ Nuevas tendencias en evaluación funcional.
- Evaluación en distintas poblaciones:
  - ✓ Evaluación en niños.
  - ✓ Evaluación en adolescentes.
  - ✓ Evaluación en adultos mayores.
  - ✓ Evaluación en personas con discapacidad.

Nombre del curso:

**ENTRENAMIENTO CONTRA  
RESISTENCIA II**

Créditos:

**3**

#### Descripción del curso

Este curso aborda las temáticas relacionadas con la ejecución, la utilización y los errores más frecuentes de los medios de entrenamiento de contra resistencia contemporáneos; asimismo, se estudian los fundamentos científicos y metodológicos inmersos dentro de los métodos de entrenamiento contra resistencia ligados a la maximización metabólica y el control del peso corporal. Además, se analizan los principios, métodos y la programación del entrenamiento funcional y sus variantes para su aplicación en la promoción de estilos de vida saludables en la sociedad. Por otra parte, se realiza una introducción al entrenamiento de contra resistencia asociado al deporte y su aplicación en las principales disciplinas deportivas a nivel nacional.

Dichas temáticas serán desarrolladas bajo una lógica de curso bimodal con apoyo de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) dentro de su modalidad flexible, en la cual por medio de entornos de aprendizajes virtuales se proporcionará en gran medida el progreso teórico de los contenidos mediando la interacción del estudiante con estos y apoyados en las herramientas tecnológicas vigentes y emergentes. Asimismo, las estrategias de enseñanza se complementarán con la participación de los estudiantes en clases de índole presencial donde mediante la práctica en contextos tanto dentro como fuera de la Universidad, se realizarán actividades de mediación grupales e individuales que permitan adquirir los conocimientos pertinentes a las temáticas del curso bajo el apoyo y supervisión del docente responsable.

Todas las acciones descritas previamente permitirán adquirir los conocimientos necesarios tanto a nivel cognitivo, procedimental y actitudinal para la adecuada labor de los profesionales en ciencias del movimiento humano en relación con el entrenamiento de contra resistencia para la maximización metabólica, el entrenamiento funcional y deportivo en procura de la mejora tanto en el ámbito de la promoción de estilos de vida saludables como en el deporte bajo un enfoque ético y objetivo adecuados a cada contexto.

Objetivo general:

Reconocer la importancia del entrenamiento de contra resistencia por medio del estudio de los principales ejercicios, medios y métodos de entrenamiento contemporáneos para la promoción de estilos de vida saludables en la sociedad y la mejora en el contexto deportivo bajo un enfoque ético y objetivo.

Objetivos específicos:

1. Aplicar los distintos tipos de métodos de entrenamiento contra resistencia por medio de prácticas de campo y contenidos teóricos para su adecuada aplicación en la maximización metabólica y el control del peso corporal en los ámbitos sociales de acción profesional.
2. Analizar la correcta ejecución técnica de los distintos ejercicios y métodos de entrenamiento funcional por medio actividades de orden teórico y práctico para la correcta utilización en el ámbito social y profesional.
3. Conocer la importancia del entrenamiento de contra resistencia en el deporte través de actividades de carácter teórico y práctico para su aplicación en las principales disciplinas deportivas del país.

Temáticas:

- Medios de entrenamiento contemporáneos de contra resistencia
  - ✓ Características.
  - ✓ Campos de aplicación.
  - ✓ Medios de entrenamiento en suspensión.
  - ✓ Medios de entrenamiento en plataformas inestables.
  - ✓ Otros medios de entrenamiento emergentes.
  - ✓ Elementos éticos y profesionales asociados al entrenamiento.
- Diseño de programas de entrenamiento:
  - ✓ Componentes y dinámicas de un programa de entrenamiento contra resistencia para la maximización metabólica.

- ✓ Métodos de entrenamiento de contra resistencia para la maximización metabólica.
- ✓ Programación del entrenamiento de contra resistencia para la maximización metabólica.
  
- Entrenamiento Funcional:
  - ✓ Principios del entrenamiento funcional.
  - ✓ La ética en el entrenamiento funcional.
  - ✓ Ejercicios asociados al entrenamiento funcional.
  - ✓ Entrenamiento funcional de alta intensidad.
  - ✓ Diseño y programación del entrenamiento funcional.
  
- Introducción al entrenamiento de contra resistencia en el deporte:
  - ✓ Importancia del entrenamiento contra resistencia en el deporte.
  - ✓ La ética en el entrenamiento contra resistencia en el deporte.
  - ✓ Selección de ejercicios de contra resistencia acordes a la disciplina deportiva.
  - ✓ Medios y métodos de entrenamiento contra resistencia para deportes individuales.
  - ✓ Medios y métodos de entrenamiento contra resistencia para deportes colectivos.
  - ✓ Entrenamiento de contra resistencia por medio del control de la velocidad de ejecución (VBT).
  - ✓ Entrenamiento de contra resistencia en diferentes poblaciones.

Nombre del curso:

**FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO I**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrollará conocimientos básicos guiados hacia el entendimiento de la función del organismo humano mientras realiza actividad y ejercicio físico, así como las adaptaciones fisiológicas que esto conlleva, tanto en personas sanas, deportistas o con patologías. Se estudiarán los procesos fisiológicos que generan los efectos y respuestas al ejercicio físico en los sistemas bioenergéticos, neuromuscular, cerebral, cardiovascular y respiratorio, así como el efecto fisiológico que tienen estos sistemas al entrenamiento en altura o bajo condiciones de hipoxia.

El proceso de enseñanza y aprendizaje será generado por una modalidad flexible, donde el componente teórico se desarrollará por medio de la combinación de charlas presenciales y la utilización de herramientas virtuales, mientras que el componente práctico tomará un rol protagónico y se desarrollará por medio de prácticas vivenciales acerca de las respuestas y adaptaciones fisiológicas al ejercicio físico.

El aprendizaje de los conocimientos adquiridos durante el curso permitirá a los estudiantes poseer habilidades básicas en el análisis, discusión, interpretación y comprensión de las respuestas y adaptaciones fisiológicas en distintas poblaciones con el ejercicio físico. Además, integrar los conocimientos de anatomía y evaluación de la aptitud física para una formación integral del profesional en Ciencias del Movimiento Humano.

Objetivo general:

Comprender los principales mecanismos fisiológicos involucrados en la respuesta aguda y adaptativa del organismo humano, con el fin de optimizar el rendimiento físico y el estado de salud de distintas poblaciones por medio del ejercicio físico. Así como, incorporar conocimientos adquiridos en los cursos de Anatomía, Neurociencia y Evaluación de la Aptitud Física para contribuir al aprendizaje integral del estudiantado.

Objetivos específicos:

1. Brindar al estudiante experiencias prácticas utilizando equipo tecnológico de última generación, en donde se pueda observar las respuestas fisiológicas desde el punto de vista de la bioenergética, neuromuscular, cerebral, cardiorrespiratoria y metabólica.
2. Desarrollar la capacidad de observación, análisis, síntesis, comunicación escrita y oral por medio de diferentes tareas investigativas relacionadas con la fisiología del ejercicio físico para el fortalecimiento de su formación profesional integral.
3. Mostrar comportamientos éticos, morales y con una conciencia ecológica acorde con el ejercicio de la profesión.

Temática:

- Introducción a la fisiología del ejercicio:
  - ✓ Control de ambiente interno.
  - ✓ Sistemas de control del cuerpo humano.
  - ✓ Retroalimentación negativa y positiva.

- ✓ Respuestas agudas y crónicas a la actividad y ejercicio físico: dirección genética en estos procesos.
- Función cerebral sana y patológica:
  - ✓ Neuroplasticidad y ejercicio físico: neurogénesis y sinaptogénesis.
  - ✓ Adaptaciones cerebrales al ejercicio físico.
  - ✓ Fisiopatología (ejemplo: demencia, alzhéimer, entre otras).
- Metabolismo y bioenergética:
  - ✓ Respuestas metabólicas al ejercicio físico.
  - ✓ Tipos de sustratos energéticos.
  - ✓ Eficiencia de la fosforilación oxidativa.
  - ✓ Sistemas energéticos (anaeróbicos y aeróbicos).
  - ✓ Interacción entre la producción de ATP aeróbico y anaeróbico
- Función neuromuscular sana y patológica:
  - ✓ Respuestas y adaptaciones al ejercicio físico.
  - ✓ Información sensorial y reflejos.
  - ✓ Función motora somática y neuronas motoras.
  - ✓ Teoría del miofilamento deslizante.
  - ✓ Tipos de fibras musculare y su inervación cruzada con el ejercicio físico.
  - ✓ Fisiopatología (ejemplo: distrofia muscular, esclerosis múltiple, rabdomiolisis).
- Función cardiovascular sana y patológica:
  - ✓ Respuestas circulatorias al ejercicio físico.
  - ✓ Respuestas hemodinámicas al ejercicio físico.
  - ✓ Adaptaciones cardiovasculares al ejercicio físico.
  - ✓ Regulación cardiovascular durante el ejercicio físico.
  - ✓ Fisiopatologías (ejemplo: enfermedad arterial coronaria, insuficiencia cardiaca, alteraciones en ritmo o arritmias cardíacas, evento cerebrovascular, hipertensión arterial, entre otras).
- Función respiratoria sana y patológica:
  - ✓ Mecanismos de respiración.
  - ✓ Volúmenes y capacidades pulmonares.
  - ✓ Intercambio de gases pulmonares y arteriales.
  - ✓ Diferencia arteriovenosa de oxígeno.
  - ✓ Respuestas y adaptaciones pulmonares al ejercicio físico.
  - ✓ Fisiopatologías (ejemplo: EPOC, enfisema, asma).
- Adaptaciones metabólicas al ejercicio físico:
  - ✓ Adaptación aeróbica en la función enzimática.
  - ✓ Adaptación aeróbica en la función mitocondrial.
  - ✓ Adaptación aeróbica en la extracción de oxígeno.
  - ✓ Adaptación aeróbica y anaeróbica al tipo de fibra muscular.

- ✓ Adaptación aeróbica y anaeróbica a los mecanismos buffer.
- ✓ Adaptación aeróbica y anaeróbica a la producción, tolerancia y eliminación de ácido láctico.
- Regulación al ambiente en altura y en condiciones de hipoxia:
  - ✓ Respuestas fisiológicas a distintas presiones atmosféricas.
  - ✓ Rendimiento anaeróbico a corto y largo plazo en entrenamiento en altura.
  - ✓ Rendimiento aeróbico a corto y largo plazo en entrenamiento en altura.
  - ✓ Máxima potencia aeróbica y altitud.
  - ✓ Aclimatación a gran altitud.
  - ✓ Consideraciones para el entrenamiento físico para la competencia en altitud.
  - ✓ Adaptaciones fisiológicas al entrenamiento en altura o en condiciones de hipoxia.

Nombre del curso: **BALONCESTO I**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias del baloncesto. Se abarcarán temáticas como la reglamentación, técnicas, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de la disciplina del baloncesto.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar la disciplina del baloncesto como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Desarrollar diferentes opciones teórico - prácticos de mediación pedagógica propias del baloncesto, para el aprendizaje y enseñanza de habilidades y destrezas que puedan ser aplicadas según las etapas del desarrollo motor- perceptivo de la población a trabajar.

Objetivos específicos:

1. Utilizar herramientas didácticas que faciliten el aprendizaje y la enseñanza de las diferentes destrezas de la disciplina y dinámica del deporte, así como el fortalecimiento de la capacidad investigativa en relación con problemas propios del baloncesto.
2. Desarrollar conocimientos sobre la correcta ejecución de los diferentes fundamentos técnicos del baloncesto, en función de la prevención de lesiones.
3. Desarrollar espacios necesarios para que la población meta pueda analizar y reflexionar acerca del papel que desempeña el baloncesto como un recurso para la promoción de estilos de vida físicamente activos; equidad de género y valores éticos, sociales y ecológicos.

Temáticas:

- Metodología y didáctica de la enseñanza del baloncesto:
  - ✓ Elementos y procesos involucrados en la enseñanza y aprendizaje del baloncesto (técnicas, métodos, estrategias, éticos, etc.), tanto en el ámbito de formación como en el rendimiento deportivo.
- Juegos predeportivos:
  - ✓ Juego simple, complejo y predeportivo, como elemento vital para facilitar patrones motrices básicos del baloncesto. Elementos éticos para considerar en la enseñanza del juego.
- Reglamentación:
  - ✓ Reglamento de juego del baloncesto, señalización arbitral, interpretación en diferentes situaciones técnicas y tácticas.
- Fundamentos ofensivos y defensivos:
  - ✓ Fundamentos defensivos y ofensivos, básicos para el aprendizaje y la enseñanza del baloncesto.
- Modalidades emergentes de baloncesto:
  - ✓ 3x3, silla de ruedas, otros.

Nombre del curso:

**BALONMANO I**

Créditos:

**2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias

de balonmano. Se abarcarán temáticas como la reglamentación, técnicas, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de la disciplina.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el balonmano como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Preparar a los y las estudiantes para la aplicación de sus capacidades pedagógicas, técnicas y éticas en el trabajo formativo del balonmano, por medio un proceso de aprendizaje y enseñanza en el que se experimente la vivencia del desarrollo motor-perceptivo desde la niñez hasta la adultez en este deporte; para formar un profesional capaz de resolver las problemáticas y situaciones propias de la formación deportiva en el balonmano.

Objetivos específicos:

1. Conocer herramientas didácticas acordes con la filosofía y la ética de la educación física para el desarrollo de procesos formativos en balonmano, mediante el aprendizaje de conceptos y aplicación de conocimientos a lo largo del curso.
2. Experimentar un proceso investigativo de aprendizaje y enseñanza del balonmano que incluya saberes interdisciplinarios prácticos y teóricos, tanto en español como en inglés; de manera que permita mantener un perfil profesional actualizado y vigente.
3. Abordar las situaciones propias de la enseñanza del balonmano en la inclusión de las diferentes poblaciones a través de la interacción con el medio social, para generar un impacto social positivo.

Temáticas:

- Introducción al balonmano:
  - ✓ Fundamentos del deporte: descripción del juego, terreno de juego, equipamiento y tiempo de juego.
  - ✓ La ética, la filosofía educativa y didáctica del balonmano.

- ✓ Conceptos básicos: direccionalidad u orientación táctica, línea de pase, fases del juego, posición de juego, postura, bandas o zonas de juego, anchura y profundidad, lateralidad, la táctica.
  - ✓ Fases de la conducta táctica: ver (percibir), decidir, ejecutar.
  - ✓ Zonas tácticas del terreno de juego: zonas prohibidas fijas, zonas prohibidas variables, zonas de alto riesgo.
  - ✓ Roles del jugador: jugador con balón, jugador sin balón del equipo de ataque, jugador defensivo, portero.
  - ✓ Nomenclatura de las posiciones básicas de juego.
  - ✓ Sistemas de juego ofensivos: 3:3, variantes del 3:3.
  - ✓ Formas de juego defensivo: defensa hombre a hombre o individual, defensa zonal, defensa mixta, defensas superficiales, defensas profundas.
  - ✓ Los sistemas de juego defensivo: 6:0, 5:1, 4:2, 3:2:1, 3:3, persona a persona.
  - ✓ Modalidades: minibalonmano y balonmano de sala.
- Reglamentación del balonmano:
    - ✓ Reglas del juego.
    - ✓ Arbitraje básico.
  - Didáctica de la formación del balonmano:
    - ✓ Fases de ataque: contraataque y juego posicional sistémico.
    - ✓ Fundamentos técnicos ofensivos: postura ofensiva de base, agarre del balón, manejo del balón, desplazamientos ofensivos con balón, ciclo de pasos, pases, recepción del balón, bote de balón, lanzamientos, fintas, desmarques.
    - ✓ Fases de defensa: repliegue defensivo y posicionamiento sistémico defensivo.
    - ✓ Fundamentos técnicos defensivos: la posición de base defensiva, marcaje, bloqueo.
    - ✓ Balonmano en diferentes poblaciones.

Nombre del curso:

**VOLEIBOL I**

Créditos:

**2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias del voleibol. Se abordarán temáticas como la reglamentación, técnica, métodos de enseñanza, modalidades, así como el contexto de la disciplina del voleibol.

Para desarrollar el curso se utilizarán entornos virtuales y presenciales y a partir de estos lograr la integración de los conocimientos, permitiendo que el estudiantado en el ejercicio de su profesión utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el voleibol como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Propiciar un espacio en el cual el estudiantado pueda adquirir nuevas destrezas y conocimientos, por medio de estrategias de índole presencial o virtual permitiendo a los participantes la construcción de conocimiento sobre elementos básicos en la enseñanza del voleibol y sus variantes en las diferentes poblaciones.

Objetivos específicos:

1. Comprender los conceptos relacionados a los aspectos técnicos del voleibol por medio de estrategias de aprendizaje tanto grupales como individuales, con el fin de interiorizar el conocimiento.
2. Aplicar los gestos técnicos del voleibol por medio de prácticas dirigidas tanto en clases de educación física como en equipos de categoría menor, para el mejoramiento del proceso de enseñanza y de aprendizaje.
3. Promover espacios de interacción educativa mediante una metodología flexible que permita al estudiantado el análisis y la reflexión del papel que desempeña el voleibol como un recurso para la promoción de estilos de vida físicamente activos; equidad de género, valores éticos, sociales y ecológicos.

Temáticas:

- Modelos pedagógicos para la enseñanza y del voleibol:
  - ✓ Modelos de enseñanza en iniciación deportiva.
  - ✓ Juegos predeportivos.
- Reglamentación:
  - ✓ Reglamentación básica relacionada con los fundamentos técnicos, dinámica de juego y medidas de campo de juego.
- Fundamentos técnicos:
  - ✓ Pase de Voleo, Golpe de antebrazos, Saque, Golpe de ataque, Bloqueo.
- Modalidades:
  - ✓ Voleibol de Playa, Voleibol rodado.

Nombre del curso:

## **ESTRUCTURA DEL MOVIMIENTO HUMANO**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

Este curso aborda la estructura, la percepción y los principios básicos del movimiento en el ser humano. Mediante una modalidad flexible, se desarrollarán elementos teóricos y prácticos, para la aplicación de intervenciones perceptual-motora con énfasis en la exploración del movimiento con diversas poblaciones.

Objetivo general:

Comprender los conceptos relacionados con la estructura, la percepción y los principios básicos del movimiento humano mediante intervenciones perceptual-motora acordes con las características y necesidades individuales que permitirán al estudiantado la interiorización y la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Objetivos específicos:

1. Analizar los conceptos de la estructura, la percepción y los principios básicos del movimiento humano por medio de actividades teóricas y prácticas para que propicien el aprendizaje.
2. Aplicar los conceptos de la estructura, la percepción y los principios básicos del movimiento humano mediante la intervención perceptual – motora en diferentes poblaciones para el fortalecimiento de su futuro quehacer profesional.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos- morales acordes con la población que se trabaje y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Movimiento humano en el ser humano.
- Estructura del Movimiento Humano:
  - ✓ Conciencia corporal (esquema corporal, imagen corporal).
  - ✓ Conciencia temporal, la conciencia espacial (ubicación espacial, niveles, patrones, rango, planos, direcciones).
  - ✓ Conciencia del esfuerzo (tiempo, fuerza, fluidez).
  - ✓ Conciencia de las relaciones (entre persona, entre las partes del cuerpo, entre objetos y personas).
  - ✓ Conciencia vestibular.
  - ✓ Conciencia de las direcciones.

- ✓ Lateralidad (conceptual y corporal).
- Percepciones: táctil, visual, auditivo y kinestésico:
  - ✓ Percepción táctil (discriminación y localización táctiles).
  - ✓ Percepción visual (agudeza visual estática y dinámica, Permanencia en el objeto, figura fondo visual, orientación espacial, constancia perceptual, percepción de profundidad, visión periférica, coordinación vista-mano, vista pie y corporal).
  - ✓ Percepción auditiva (discriminación auditiva, percepción figura-tierra, dirección del sonido, memoria auditiva, atención auditiva).
  - ✓ Percepción kinestésica (propiocepción, discriminación y memoria kinestésicas).
- Destrezas locomotoras, manipulativas y no locomotoras y habilidades
  - ✓ Definición, clasificación e identificación.
- Intervenciones perceptual-motora en énfasis de exploración del movimiento en diversas poblaciones.

Nombre del curso:

**PLANIFICACIÓN CURRICULAR DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con el currículo y el planeamiento didáctico de la educación física. Se abordarán temáticas como los conceptos, objetivos, fases, etapas, tipos, niveles, enfoques, adecuaciones, limitantes y ventajas, entre otros aspectos necesarios y propios del ámbito educativo.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente mediante entornos virtuales de aprendizaje, con la ayuda de las herramientas tecnológicas vigentes y emergentes y acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se desarrollará con la ejecución de actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, diseñe el planeamiento didáctico y curricular para la enseñanza de la Educación Física en diferentes contextos.

Objetivo general:

Diseñar el currículo y el planeamiento didáctico de la enseñanza de la Educación Física en función del contexto para el ejercicio efectivo de su quehacer profesional.

Objetivos específicos:

1. Comprender los elementos propios del currículo y el planeamiento didáctico, para el diseño de los procesos de enseñanza y aprendizaje de la educación física, esto mediante procesos teóricos y prácticos.
2. Determinar los aspectos del contexto que interviene en el proceso de planeamiento didáctico y curricular, mediante procesos teóricos y prácticos, que permitan un diseño oportuno.
3. Aplicar el planeamiento didáctico y curricular en actividades de enseñanza de la educación física, por medio de actividades teórico-prácticas, que le permitan al estudiantado un acercamiento vivencial de la materia.

Temáticas:

- Diseño Curricular:
  - ✓ Definición y conceptos.
  - ✓ Elementos (orientadores, generadores, reguladores, activadores, multimedios, otros).
  - ✓ Fuentes (el contexto, las políticas, el alumno, las áreas del saber, otros).
  - ✓ Fundamentos (filosófico, antropológico, sociológico, psicológico, entre otros).
  - ✓ Tipos (explícito, oculto y emergente).
  - ✓ Enfoques (humanista, academicista, tecnológico, constructivista, por competencias, crítico-social, entre otros).
  - ✓ Inclusividad y adecuaciones curriculares (de acceso al currículo, individualizada, en los elementos humanos, en los equipamientos y recursos, del tiempo, en la metodología, las actividades y la evaluación).
  - ✓ Innovación y evaluación curricular (otras propuestas curriculares para la educación física).
- Planeamiento Didáctico:
  - ✓ Definición y objetivos
  - ✓ Características (integral, participativo, permanente, flexible, relevante, entre otros).
  - ✓ Funciones (administrativa, organizativa, previsión y control).
  - ✓ Principios (integración, secuencia, coherencia, gradualidad, entre otros).
  - ✓ Requisitos (realista, concreto, adaptable, creativo, entre otras).
  - ✓ Tipos (por proyecto, unidad didáctica, por objetivos, dosificación anual, plan, minutas, diarios, crónicas, entre otras).

- ✓ Fases (diagnóstica, de diseño, cierre).
- ✓ Niveles (corto, mediano y largo plazo).
- ✓ Ventajas y limitaciones (organización, articulación, orientación, trabajo en equipo, balance de necesidades, análisis y evaluación, continuidad, respaldo, contexto, previsión, adecuación, entre otras).

Nombre del curso:

**KINESIOLOGÍA Y BIOMECÁNICA**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

En el curso se desarrollarán conocimientos, habilidades y destrezas técnico-científicas basadas en el estudio y análisis del movimiento desde la biomecánica como ciencia aplicada. Se abarcarán temáticas sobre la descripción y el análisis de las fuerzas involucradas en el movimiento humano, así como sus causas y consecuencias en términos de la fisionomía, fisiología, rendimiento y salud humana.

La mediación del curso será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras en la parte presencial se efectuarán actividades prácticas de carácter indagatorio por parte de los y las estudiantes, para generar una inmersión en el estudio de la biomecánica aplicada en diferentes ámbitos y que permita al futuro profesional una comprensión integral del fenómeno y su impacto en las Ciencias del Movimiento Humano.

Objetivo general:

Construir conocimientos sobre biomecánica en los y las estudiantes con el fin de interpretar la relación de estas áreas con las ciencias del movimiento humano por medio de un proceso indagatorio guiado hacia el descubrimiento.

Objetivos específicos:

1. Identificar los principales conceptos y términos aplicados a la práctica de la biomecánica en un proceso investigativo, tanto en español como en inglés, en el que se apliquen los conocimientos desarrollados para mantener la vigencia y actualización profesional del científico del movimiento humano.
2. Demostrar la aplicación y comprensión de los procesos propios de la biomecánica para potenciar los procesos de salud y rendimiento deportivo en diferentes grupos etarios por medio de ejercicios de aplicación y experimentación.
3. Emplear los conocimientos sobre biomecánica desde una perspectiva interdisciplinaria en las Ciencias del Movimiento Humano para brindar

soluciones a problemas complejos de la actualidad mediante la reflexión crítica y constructiva durante el progreso del curso.

Temáticas:

- Principios de la biomecánica:
  - ✓ Terminología aplicada a las ciencias del movimiento humano: planos y ejes del movimiento humano; inserciones, orígenes y funciones mecánicas de los músculos, kinesiología articular.
  - ✓ Principios biomecánicos de motricidad y locomoción humana: palancas y poleas en el cuerpo humano, cadenas cinemáticas, equilibrio, rango articulares de movimiento.
  - ✓ Mecánica clásica aplicada al movimiento humano: unidades escalares y vectoriales, movimientos rectilíneos, movimientos en dos dimensiones, movimientos angulares, fuerza, trabajo, energía; colisiones, momentum, torque.
- Evaluación del movimiento humano:
  - ✓ Evaluación kinesiológica: postura humana, alteraciones morfológicas, atención integral interdisciplinaria.
  - ✓ Podología básica: morfología básica, alteraciones del pie, patrones de pisada.
- Intervención biomecánica para la salud y el deporte:
  - ✓ Análisis de la ejecución técnica: compilación e interpretación de datos biomecánicos y kinesiológicos, investigación en biomecánica.
  - ✓ Intervención kinesiológica y biomecánica: trabajo de campo, ética de la intervención kinesiológica, aplicación para el deporte y la salud.
  - ✓ Atención específica: personas adultas mayores, patologías cinético-disfuncionales, personas con discapacidades varias.

Nombre del curso:

**FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO FÍSICO II**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrollará el estudio de las respuestas y adaptaciones fisiológicas que se dan en el organismo saludable o con alguna patología, específicamente en los sistemas renal, inmunológico y hormonal, así como, analizar la genética aplicada al movimiento humano, los efectos y adaptaciones fisiológicos del entrenamiento en

condiciones extremas (frío, calor, alta intensidad, larga duración) y los aspectos fisiológicos del dopaje en el incremento del rendimiento deportivo y los efectos adversos que este pueda traer para la salud.

El proceso de enseñanza y aprendizaje será generado por una modalidad flexible, donde el componente teórico se desarrollará por medio de la combinación de charlas presenciales y la utilización de herramientas virtuales, mientras que el componente práctico tomará un rol protagónico y se desarrollará por medio de prácticas vivenciales las respuestas y adaptaciones fisiológicas al ejercicio físico.

El aprendizaje de los conocimientos adquiridos durante el curso permitirá a los estudiantes poseer habilidades básicas en el análisis, discusión, interpretación y comprensión de las respuestas y adaptaciones fisiológicas en distintas poblaciones con el ejercicio físico e integrar los conocimientos adquiridos en el curso de Fisiología del Ejercicio Físico I para generar una formación integral del profesional en Ciencias del Movimiento Humano.

Objetivo general:

Profundizar en el área de la fisiología del ejercicio físico las principales respuestas y adaptaciones fisiológicas involucrados en mejorar el rendimiento deportivo y el estado de salud de distintas poblaciones por medio del ejercicio físico. Así como, incorporar conocimientos adquirido en el curso de Fisiología del Ejercicio Físico I para contribuir a un aprendizaje integral del estudiantado.

Objetivos específicos:

1. Brindar al estudiante experiencias prácticas utilizando equipo tecnológico de última generación, en donde se pueda observar las respuestas fisiológicas desde el punto de vista del sistema renal, hormonal, inmunológico, termorregulación, deportes extremos, genética y dopaje.
2. Desarrollar la capacidad de observación, análisis, síntesis, comunicación escrita y oral por medio de diferentes tareas investigativas relacionadas con la fisiología del ejercicio físico para el fortalecimiento de su formación profesional integral.
3. Mostrar comportamientos éticos, morales y con una conciencia ecológica acorde con el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Función renal sana y patológica:
  - ✓ Modificaciones de la hemodinamia renal.
  - ✓ Modificaciones del volumen de orina.

- ✓ Respuestas y adaptaciones al ejercicio físico.
- ✓ Fisiopatología (ejemplo: insuficiencia renal, hipertensión arterial, daño renal agudo y crónico).
- Función inmunológica sana y patológica:
  - ✓ Respuestas y adaptaciones al ejercicio físico.
  - ✓ Ejercicio físico durante un resfriado, influenza o gripe.
  - ✓ Fisiopatología (ejemplo: anemia, lupus).
- Función hormonal sana y patológica:
  - ✓ Regulación y acción hormonal.
  - ✓ Control hormonal de la movilización del sustrato durante el ejercicio.
  - ✓ Respuestas y adaptaciones al ejercicio físico.
  - ✓ Fisiopatología (ejemplo: hipertiroidismo, hipotiroidismo).
- Regulación térmica durante el ejercicio físico:
  - ✓ Descripción general del equilibrio térmico durante el ejercicio.
  - ✓ Mecanismos de regulación de la temperatura corporal.
  - ✓ Respuestas fisiológicas al entrenamiento en condiciones de alta temperatura.
  - ✓ Respuestas fisiológicas al entrenamiento en condiciones de baja temperatura.
  - ✓ Aclimatación al ejercicio físico en ambientes calurosos o fríos.
- Efectos y respuestas fisiológicas a entrenamientos y deportes extremos:
  - ✓ Respuestas fisiológicas al entrenamiento de largo duración.
  - ✓ Respuestas fisiológicas al entrenamiento de alta intensidad.
  - ✓ Respuestas fisiológicas al entrenamiento con alto nivel de estrés cognitivo y fisiológico.
  - ✓ Sobre entrenamiento y adaptaciones adversas para la salud.
- Fisiopatología de las enfermedades metabólicas:
  - ✓ Etiología y fisiopatología de la obesidad.
  - ✓ Etiología y fisiopatología de la diabetes mellitus.
  - ✓ Etiología y fisiopatología de la dislipidemia.
- Genética aplicada al movimiento humano:
  - ✓ Términos básicos: genoma humano, cromosomas, gen, herencia, polimorfismos, fenotipo y nomenclatura citogenética
  - ✓ Factores que activan la transcripción de genes en el cuerpo
  - ✓ Mapa genético de la condición física.
  - ✓ Genes que afectan a la estructura muscular.
  - ✓ Genes que afectan a la producción de energía química y a diferentes procesos metabólicos
  - ✓ Genes que afectan la función cardiorrespiratoria.
  - ✓ Métodos para la determinación de componentes genéticos
- Efectos fisiológicos del dopaje:
  - ✓ Tipos de dopaje.

- ✓ Efectos fisiológicos del dopaje en la práctica de ejercicio físico o deporte.
- ✓ Efectos adversos del dopaje para la salud.
- ✓ Bioética y dopaje fisiológico en el deporte: ¿realidad o ficción?

Nombre del curso: **BALONCESTO II**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos teóricos – prácticos relacionados con los elementos técnico-tácticos y sistémicos propios de la disciplina del baloncesto, teniendo como base los conceptos adquiridos en el curso de análisis y enseñanza del baloncesto. Se abarcarán temáticas tales como: el análisis de los sistemas de juego, la dinámica táctica colectiva ofensiva y defensiva de mayor aplicación en la actualidad, la inclusividad por medio de la enseñanza de los deportes adaptados a diferentes poblaciones, entre ellos: niños, jóvenes, adultos y poblaciones con discapacidad.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, para la parte presencial se efectuarán prácticas de campo, aplicación y observación de entrenamientos y partidos, análisis teóricos, organización de torneos específicos en instituciones externas a la universidad, entre otros.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el baloncesto como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Conocer aspectos metodológicos y didácticos básicos para la enseñanza de elementos estratégicos, tácticos y sistémicos, ofensivos y defensivos del baloncesto, con la intención de que puedan adquirir conocimientos para el desarrollo de sesiones de entrenamiento táctico, tanto a nivel individual como grupal y colectivo en diferentes poblaciones.

Objetivos específicos:

1. Conocer elementos didácticos y metodológicos básicos del baloncesto para poder estructurar las sesiones de entrenamiento técnico-táctico individuales, grupales y colectivos, tanto defensivos como ofensivos.

2. Integrar elementos tácticos y estratégicos que permitan la comprensión de la dinámica, fortalezas y debilidades, de los sistemas de juego ofensivos y defensivos en el baloncesto.
3. Realizar sesiones de entrenamiento, partidos, organización de eventos deportivos, que permitan la proyección a la comunidad con la finalidad de fomentar valores éticos y actitudes que promuevan estilos de vida saludable.

Temáticas:

- Táctica y estrategia:
  - ✓ Elementos y procesos involucrados en la enseñanza y aprendizaje del componente táctico – estratégico del baloncesto (individuales, grupales, colectivos, defensivos y ofensivos), tanto en formación deportiva como para el rendimiento deportivo.
- Métodos didácticos para el entrenamiento táctico individual y grupal:
  - ✓ Métodos de entrenamiento táctico ofensivo y defensivo, individual y colectivo
- Sistemas de juego:
  - ✓ Sistemas de juego defensivos y ofensivos, según las diferentes situaciones tácticas y estratégicas desarrolladas.
- Perfil y características de las cualidades físicas del jugador de baloncesto:
  - ✓ Aspectos teóricos y prácticos, los perfiles, características y cualidades de los jugadores, según posición de juego tanto a la defensiva como a la ofensiva.
- Dirección de equipo:
  - ✓ Aspectos teóricos y prácticos, los elementos tácticos, estratégicos y éticos que están inmersos en la dirección y manejo de un equipo de baloncesto

Nombre del curso: **BALONMANO II**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos teórico-prácticos relacionados con los elementos tácticos y sistémicos propios de la disciplina del balonmano, teniendo como base los conceptos adquiridos en el curso de aprendizaje y enseñanza. Se abarcarán temáticas tales como: análisis de los sistemas de juego, la dinámica táctica colectiva ofensiva y defensiva de mayor aplicación en la actualidad, modalidades alternativas y abordaje táctico-competitivo.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, para la parte presencial se efectuarán prácticas de campo, aplicación y ejecución de actividades analíticas, así como organizativas tanto dentro como fuera de la institución.

La integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el balonmano como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Desarrollar en los y las estudiantes el discernimiento práctico en los niveles tácticos y estratégicos del trabajo deportivo del balonmano, por medio un proceso de aprendizaje y aplicación de conocimientos en el que se evidencien el dominio de conceptos del curso, para formar un profesional capaz de construir propuestas de desarrollo deportivo en el balonmano.

Objetivos específicos:

1. Reconocer las posibilidades y variaciones propias de la competencia del balonmano para la permitir la aplicación de conocimientos en el ámbito deportivo, mediante el aprendizaje de conceptos y aplicación de conocimientos a lo largo del curso en un ambiente que simule la realidad de la vivencia deportiva.
2. Experimentar un proceso investigativo sobre el abordaje competitivo del balonmano que incluya saberes interdisciplinarios prácticos y teóricos, en español y en inglés; para desarrollar un perfil profesional actualizado y vigente.
3. Solucionar las situaciones propias del entrenamiento del balonmano en la inclusión de los diferentes grupos a través de la interacción con el medio social, para generar el desarrollo de procesos deportivo-formativos de calidad.

Temáticas:

- Profundización del balonmano:
  - ✓ Fases de la conducta táctica: ver (percibir), decidir, ejecutar.
  - ✓ Roles del jugador: jugador con balón, jugador sin balón del equipo de ataque, jugador defensivo, portero.
  - ✓ Especialización de las posiciones básicas de juego.
  - ✓ Sistemas de juego ofensivos: 3:3, variantes del 3:3.

- ✓ Formas de juego defensivo: defensa hombre a hombre o individual, defensa zonal, defensa mixta, defensas superficiales, defensas profundas.
- ✓ Los sistemas de juego defensivo: 6:0, 5:1, 4:2, 3:2:1, 3:3, persona a persona.
- ✓ Modalidades: balonmano de sala, balonmano de playa y balonmano en silla de ruedas y para tercera edad (Inclusividad).
- ✓ Dirección y gestión deportiva del balonmano competitivo: el cuerpo técnico interdisciplinario.
- Reglamentación del balonmano:
  - ✓ Reglas del juego
  - ✓ Arbitraje avanzado
  - ✓ Uso táctico de las reglas
- Métodos de entrenamiento táctico y grupal:
  - ✓ Fases de ataque: contraataque y juego posicional sistémico.
  - ✓ Medios tácticos ofensivos: circulación de balón, circulación de jugadores, penetraciones sucesivas, cruces, “pase y va”, bloqueo, pantalla, cortina, permuta.
  - ✓ Medios tácticos defensivos: basculación, cobertura, doblaje, deslizamiento, cambio de oponente, contrabloqueo.

Nombre del curso:

**VOLEIBOL II**

Créditos:

**2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos técnicos y pedagógicos sobre el entrenamiento de la táctica, estrategia y sistemas de juego propios del voleibol. Las clases se desarrollarán en entornos virtuales y presenciales, las cuales permitirán al estudiantado tener las destrezas básicas para la dirección, el entrenamiento táctico y estratégico de equipos de voleibol en categorías colegiales, infantiles y juveniles, aunado a esto tendrán la posibilidad de utilizar el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el voleibol como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Propiciar un espacio en el cual el estudiantado pueda adquirir conocimientos sobre la táctica, estrategia y sistemas de juego del voleibol por medio de clases presenciales o virtuales las cuales permitirán a los participantes la construcción de conocimiento técnico - táctico del voleibol en diferentes categorías de competición.

Objetivos específicos:

1. Comprender elementos básicos de la táctica individual, táctica grupal y estrategia del juego del voleibol, por medio de experiencias de aprendizaje tanto grupales como individuales, con el fin de que el estudiante interiorice el conocimiento y lo utilice en la preparación y dirección de equipos de voleibol.
2. Conocer los sistemas de juego que se utilizan en el juego del voleibol por medio de clases prácticas, observaciones y trabajos teóricos permitiendo que el estudiantado interiorice el conocimiento y pueda utilizarlo en diferentes situaciones y poblaciones.
3. Fomentar espacios de pensamiento analítico y crítico provocados por la realización de prácticas en equipos de categoría colegial, infantil o juvenil, para la discusión de temas como la especialización deportiva y el abordaje que se le da a la táctica y estrategia según categoría de competición.

Temáticas:

- Táctica y estrategia del voleibol:
  - ✓ Utilización de la táctica y estrategia en diferentes situaciones de juego (torneo y partido).
- Métodos de entrenamiento táctico individual y grupal:
  - ✓ Entrenamiento individual: especialización por posición de juego.
  - ✓ Entrenamiento grupal: entrenamiento de complejos K1 y K2.
- Sistemas de juego:
  - ✓ Sistemas de juego ofensivos.
  - ✓ Formaciones defensivas.
- Perfil y características de las cualidades físicas del voleibol:
  - ✓ Características de cualidades físicas por posición de juego.
- Dirección de equipo:
  - ✓ Introducción del manejo de equipo en un torneo corto.

Nombre del curso:

**DESARROLLO MOTOR**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

Este curso aborda las etapas del desarrollo motor desde el proceso prenatal hasta los 13 años tomando en consideración la integralidad y las características propias de cada ser humano. Mediante modalidad flexible, se desarrollarán elementos

teóricos y prácticos, para la aplicación de intervenciones psicomotrices con énfasis en la exploración del movimiento en diversas poblaciones.

Objetivo general:

Comprender las diferentes etapas del desarrollo motor y sus procesos subyacentes en la infancia y la niñez mediante intervenciones psicomotoras acordes con las características y necesidades individuales que permitirán al estudiantado la interiorización y la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Objetivos específicos:

1. Analizar las etapas del desarrollo motor en la infancia y la niñez mediante actividades teóricas y prácticas que propicien el aprendizaje.
2. Aplicar los conocimientos construidos durante el curso mediante la intervención psico-motrices en diferentes poblaciones para el fortalecimiento de su quehacer profesional.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos- morales acordes con la población que se trabaje y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Introducción e importancia del Desarrollo Humano:
  - ✓ Fundamentos del Desarrollo Humano.
  - ✓ Fundamentos y principios del Desarrollo Motor.
  - ✓ Teorías del Desarrollo Motor.
- Etapas del Desarrollo Humano:
  - ✓ Desarrollo Motor y procesos subyacentes desde la gestación hasta los 4 años.
  - ✓ Crecimiento y maduración (área social, física, cognitiva, motora, emocional).
  - ✓ Factores que afectan estas etapas.
  - ✓ Los cambios sensoriales en estas etapas.
  - ✓ Evaluaciones motrices para esas edades.
  - ✓ Desarrollo Motor y procesos subyacentes desde los 5 años hasta los 12 años.
  - ✓ Crecimiento y maduración (área social, física, cognitiva, motora, emocional).
  - ✓ Factores que afectan estas etapas.
  - ✓ Los cambios sensoriales en estas etapas.
  - ✓ Evaluaciones motrices para esas edades.
- Intervenciones psico-motrices con énfasis de exploración del movimiento en diversas poblaciones.

Nombre del curso:

## **EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la evaluación de los procesos de aprendizaje para la educación física y, además, aborda aspectos vinculados con las características y conceptos, así como los tipos de evaluación tanto cuantitativa como cualitativa, e instrumentos y adecuaciones para la evaluación.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente mediante entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal docente y la parte presencial se desarrollará con actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en su ejercicio profesional, diseñe instrumentos de valoración de desempeño para la enseñanza de la Educación Física en diferentes contextos.

Objetivo General:

Diseñar instrumentos de evaluación del desempeño aplicados en la enseñanza de la Educación Física, que responda oportunamente a las necesidades particulares del contexto en el que se encuentre laborando, con el fin de tomar decisiones que permitan mejorar el proceso de enseñanza y de aprendizaje.

Objetivos específicos:

1. Conocer los elementos que intervienen en la evaluación educativa cuantitativa, mediante procesos teóricos y prácticos, que le permita al estudiantado un proceso fundamentado de evaluación de los aprendizajes de la educación física en diferentes contextos.
2. Conocer los elementos que intervienen en la evaluación educativa cualitativa, mediante procesos teóricos y prácticos, que le permitan al estudiantado un proceso fundamentado de evaluación de los aprendizajes de la educación física en diferentes contextos.
3. Elaborar instrumentos de evaluación de los aprendizajes, mediante actividades teórico-prácticas, que le permitan al estudiantado un acercamiento vivencial en contacto con la realidad.

Temáticas:

- Evaluación de los Aprendizajes:

- ✓ Definición e importancia.
- ✓ Características (dinámica, dialógica, contextual, permanente, democrática, integral, flexible, interactiva, formativa, humanística, entre otras).
- ✓ Tipos (diagnóstica, formativa, sumativa, heteroevaluación, coevaluación, autoevaluación, entre otros).
- ✓ Principios.
- ✓ Funciones.
- ✓ El evaluador y la ética.
- ✓ Inclusividad (adecuación en los procesos de evaluación).
- Evaluación Cuantitativa:
  - ✓ Definición e importancia.
  - ✓ Características (validez, confiabilidad, objetividad, representatividad, adecuación, practicidad, dificultad, discriminación, entre otros).
  - ✓ Instrumentos y técnicas.
- Evaluación Cualitativa:
  - ✓ Definición e importancia.
  - ✓ Características (validez, confiabilidad, objetividad, representatividad, adecuación, practicidad, dificultad, discriminación, entre otros).
  - ✓ Instrumentos y técnicas.

Nombre del curso:

**PLANIFICACIÓN Y PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrollará conocimientos y destrezas básicas acerca de la prescripción y planificación del ejercicio físico para personas sanas y deportistas, así como la intervención, rehabilitación y tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), tales como obesidad, hipertensión arterial, diabetes mellitus, síndrome metabólico y dislipidemias.

El proceso de enseñanza y aprendizaje será generado por una modalidad flexible, donde el componente teórico se desarrollará por medio de la utilización de herramientas virtuales, mientras que el componente presencial priorizará el eje práctico del curso, buscando que los estudiantes generen experiencias vivenciales de aprendizaje por medio de la elaboración de prácticas participativas y elaboración de programas de entrenamiento y casos clínicos a distintas poblaciones.

La integración de los conocimientos adquiridos durante el curso permitirá a los estudiantes poseer habilidades básicas en el desarrollo de una planificación deportiva y la elaboración de programas de entrenamiento a distintas poblaciones. Además, integrar conocimientos acerca de las metodologías de entrenamiento para las distintas cualidades físicas en la prescripción de ejercicio físico de personas sanas o con alguna patología.

Objetivo general:

Desarrollar un profesional en Ciencias del Movimiento Humano que sea capaz de elaborar, ejecutar y supervisar programas de entrenamiento físico y planificaciones deportivas. Así como, incorporar conocimientos adquiridos en los cursos de Evaluación de la Aptitud Física y Entrenamiento de las Cualidades Físicas para construir un aprendizaje integral en los estudiantes.

Objetivos específicos:

1. Conocer los conceptos básicos de la planificación y periodización deportiva en población sana y deportistas.
2. Conocer los fundamentos de la prescripción y programación de sesiones de entrenamiento físico para personas sanas o con alguna patología.
3. Desarrollar experiencias prácticas y vivenciales en materia de prescripción de ejercicio físico y planificación deportiva en distintas poblaciones.

Temáticas:

- Fundamentos básicos de la planificación del entrenamiento físico:
  - ✓ Principios fisiológicos y pedagógicos de la planificación del entrenamiento físico.
  - ✓ Fases de la planificación deportiva.
- Ciclos del entrenamiento físico:
  - ✓ Macro ciclo.
  - ✓ Mesociclo.
  - ✓ Micro ciclo.
  - ✓ Miodiciclo.
  - ✓ Endociclo.
- Fundamentos básicos de prescripción de ejercicio físico:
  - ✓ Impacto del ejercicio físico en la salud y enfermedades crónicas.
  - ✓ Beneficios generales del ejercicio físico.
  - ✓ Evaluación inicial y estratificación de riesgo de distintas poblaciones.
  - ✓ Parámetros de prescripción de ejercicio (FITT-VP).
  - ✓ Dinámica y componentes de la carga de entrenamiento físico.

- Periodización del entrenamiento físico:
  - ✓ Modelo de planificación clásico.
  - ✓ Cálculos metabólicos, fórmulas matemáticas para calcular:
    - -Rangos cardíacos.
    - -Porcentaje de intensidad.
    - -Velocidad, inclinación y potencia.
    - -Gasto energético.
  - ✓ Elaboración del cuadro metabólico.
- Prescripción de ejercicio en personas sanas y deportistas:
  - ✓ Programas de entrenamiento para la mejora de:
    - Capacidad Cardiorrespiratoria y neuromuscular.
    - Composición Corporal (masa grasa, masa magra).
    - Movilidad.
    - Parámetros y metodologías de entrenamiento diferenciados de acuerdo con el nivel (ejemplo: novatos, aficionados, intermedios y avanzados).
    - Análisis de estudios de casos en personas sanas y deportistas.
- Prescripción de ejercicio en personas con obesidad:
  - ✓ Prevalencia de sobrepeso y obesidad a nivel mundial.
  - ✓ Características fisiopatológicas de la obesidad.
  - ✓ Respuesta al ejercicio físico en la persona con obesidad.
  - ✓ Beneficios fisiológicos del ejercicio físico en la persona con obesidad.
  - ✓ Parámetros de prescripción de ejercicio físico en la persona con obesidad.
  - ✓ Consideraciones para la realización de los programas de entrenamiento.
  - ✓ Casos clínicos y prescripciones de ejercicio en personas obesas.

Nombre del curso:

**ENTRENAMIENTO DE LAS  
CUALIDADES FÍSICAS**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la metodología y el entrenamiento de las cualidades físicas, así como los principios técnico-científicos y la dinámica del esfuerzo físicos que la rigen. Se desarrollarán específicamente temáticas como: la ética y principios del entrenamiento, dinámica de las cargas de entrenamiento, entrenamiento de las cualidades físicas neuromusculares y cardiovasculares y sus respectivos métodos de desarrollo, todo ello orientado, tanto, para el ámbito de la salud, como, para el ámbito del rendimiento deportivo.

La mediación pedagógica será desarrollada, en el aspecto teórico en gran medida por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico y apoyados en las herramientas tecnológicas vigentes y emergentes, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos y destrezas adquiridas en el curso permitirá al estudiantado en el ejercicio de su profesión, el planteamiento de actividades que promuevan el desarrollo de las diversas cualidades físicas, no solo, para el rendimiento físico y deportivo, sino también, para la promoción de la salud física del individuo.

Objetivo general:

Desarrollar los conocimientos y destrezas sobre el manejo de los diversos métodos y actividades prácticas de entrenamiento en los estudiantes, mediante experiencias vivenciales en la aplicación de conocimiento relacionado con el mejoramiento de las diversas cualidades físicas de las diferentes poblaciones hacia las cuales va dirigido, para la puesta en práctica en su vida profesional, con orientación tanto hacia la salud física como al rendimiento deportivo.

Objetivos específicos:

1. Conocer y aplicar éticamente en la práctica, la fundamentación teórica sobre el entrenamiento de las cualidades físicas, mediante estrategias pedagógicas diversas, para que pueda implementar de manera básica la metodología de entrenamiento de estas.
2. Elaborar actividades de entrenamiento físico a diversas poblaciones (niños, jóvenes, adultos y adultos mayores), a través de prácticas de campo, observaciones y soluciones de casos para su posterior aplicación tanto, en su ámbito profesional tanto en el área de la salud física como en el rendimiento deportivo.
3. Reconocer los diferentes métodos de entrenamiento de las diversas cualidades físicas por medio de estrategias pedagógicas específicas para su aplicación en las distintas poblaciones del ámbito de la salud y del rendimiento deportivo.

Temáticas:

- Fundamentación sobre la Ética y conceptos básicos del entrenamiento:
  - ✓ Introducción a la ciencia del entrenamiento.
  - ✓ Ética y entrenamiento.
  - ✓ Conceptos básicos: cualidades físicas, entrenamiento, condición física, otros.
- Fundamentación técnico-científica del entrenamiento de las cualidades físicas:

- ✓ Bioenergética de los esfuerzos físicos aplicados a los eventos deportivos y a la salud física.
- Metodología en entrenamiento de las cualidades físicas:
  - ✓ Resistencia Aeróbica (RA):
    - Concepto.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
    - Áreas funcionales de entrenamiento.
    - Métodos y actividades de entrenamiento.
  - ✓ Resistencia anaeróbica Láctica (RAL):
    - Concepto.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
    - Método y actividades de entrenamiento.
  - ✓ Resistencia Anaeróbica Aláctica (RAA):
    - Concepto.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
    - Métodos y actividades de entrenamiento.
  - ✓ Fuerza:
    - Concepto y clasificación.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
  - ✓ Fuerza explosiva (FE):
    - Concepto.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
    - Métodos y actividades de entrenamiento en el deporte.
  - ✓ Resistencia Fuerza (FR):
    - Concepto.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
    - Métodos y actividades de entrenamiento en el deporte.
  - ✓ Velocidad (V):
    - Concepto y clasificación.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
  - ✓ Velocidad Reacción (VR):
    - Concepto.
    - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
    - Métodos y actividades de entrenamiento.
  - ✓ Velocidad Aceleración (VA):
    - Concepto.
    - Métodos y actividades de entrenamiento.
  - ✓ Velocidad traslación o Desplazamiento (VT):
    - Concepto.
    - Métodos y actividades de entrenamiento.
  - ✓ Flexibilidad:
    - Concepto y clasificación.

- Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
- Método y actividades de entrenamiento.
- ✓ Agilidad:
  - Concepto.
  - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
  - Métodos y actividades de entrenamiento.
- ✓ Equilibrio:
  - Concepto y clasificación.
  - Elementos fisiológicos que sustentan la cualidad física.
  - Métodos y actividades de entrenamiento.

Nombre del curso: **FUTBOL I**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría, tanto, del aprendizaje, como, de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias del fútbol. Se abarcarán temáticas como la reglamentación, fundamentos técnicos, medios y métodos de enseñanza, todo ello bajo las perspectivas de aplicación tanto en el ámbito educativo como en el rendimiento deportivo.

La mediación pedagógica permitirá el desarrollo de contenidos teóricos por medio de clases magistrales presenciales y virtuales, mientras que el trabajo práctico proporcionará experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el fútbol como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Promover la adquisición de conocimientos, referentes a la enseñanza y aprendizaje de las diferentes destrezas deportivas y de la dinámica del fútbol, que se llevarán a cabo por medio de espacios de aprendizaje académicos teóricos y prácticos, que los estudiantes aplicarán en su quehacer profesional, al desarrollar y dirigir procesos formativos en las diferentes poblaciones y edades.

### Objetivos específicos:

1. Conocer y aplicar los métodos de enseñanza-aprendizaje de las destrezas deportivas del fútbol, por medio de estrategias pedagógicas teóricas y prácticas, para que los estudiantes tengan la capacidad de diseñar actividades y entrenamientos que faciliten el mejoramiento técnico del juego en diferentes poblaciones.
2. Fomentar ejercicios académicos de investigación en el ámbito del fútbol a través del análisis de partidos o entrenamientos, estudio de artículos técnicos y científicos, con el objeto de que el estudiantado analice y reflexione acerca de las problemáticas asociadas a la enseñanza-aprendizaje del fútbol.
3. Desarrollar espacios prácticos vivenciales, tanto, intraclase (prácticas de campo), como extraclase, por medio del trabajo práctico dentro del contexto comunitario o educativo formal, para que los estudiantes puedan con ello analizar y reflexionar acerca del papel que desempeña el fútbol como actividad deportiva que promueve estilos de vida físicamente activos, valores éticos, sociales y ecológicos.

### Temáticas:

- Metodología y didáctica de la enseñanza del fútbol:
  - ✓ Métodos de enseñanza y aprendizaje del fútbol.
  - ✓ Didáctica del fútbol.
  - ✓ Estructuración de la sesión de entrenamiento.
- Enfoque de enseñanza:
  - ✓ Competitivo.
  - ✓ Recreativo.
- Reglamentación del fútbol:
  - ✓ Reglamento de juego y comportamiento Ético (Fair Play).
- Fundamentos técnicos (jugadores de campo y portero):
  - ✓ Pase.
  - ✓ Recepción.
  - ✓ Regate.
  - ✓ Conducción.
  - ✓ Remate.
  - ✓ Cabeceo.
  - ✓ Técnica de portero.
  - ✓ Comportamientos técnico-tácticos sin balón.
- Perfil del entrenador/formador de fútbol:
  - ✓ Cualidades de un entrenador/formador de fútbol.
  - ✓ Fortalezas del entrenador/formador de fútbol.

- ✓ Responsabilidades de un entrenador/formador de fútbol.
- Competición del fútbol infantil y juvenil:
  - ✓ Formatos de partidos según categoría (edad).
  - ✓ Competición en la etapa escolar y colegial.
  - ✓ Competiciones oficiales a nivel nacional.
  - ✓ Organización de festivales de fútbol.
- Estructuración y manejo de las diversas etapas de formación del futbolista:
  - ✓ Procesos de selección del talento.
  - ✓ La Escuela de Fútbol Base y la Especializada.
  - ✓ Efecto relativo de la edad (RAE).
  - ✓ Establecimiento de categorías.
  - ✓ Seguimiento de rendimiento de los jugadores.
- Modalidades deportivas:
  - ✓ Fútbol playa.
  - ✓ Fútbol para amputados.
  - ✓ Fútbol 5 para no videntes.

Nombre del curso: **PROCESOS MOTRICES EN LA ADULTEZ**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

Este curso aborda las etapas del desarrollo motor en la adolescencia y la adultez tomando en consideración la integralidad y las características propias de cada ser humano. Mediante modalidad flexible, se desarrollarán elementos teóricos y prácticos, para la aplicación de intervenciones psicomotrices con énfasis en la exploración del movimiento en diversas poblaciones.

Objetivo general:

Comprender las diferentes etapas del desarrollo motor y sus procesos subyacentes en la infancia y la niñez mediante intervenciones psicomotoras acordes con las características y necesidades individuales que permitirán al estudiantado la interiorización y la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Objetivos específicos:

1. Analizar las etapas del desarrollo motor en la adolescencia y la adultez mediante actividades teóricas y prácticas que propicien el aprendizaje.

2. Aplicar los conocimientos construidos durante el curso mediante la intervención psico-motrices en diferentes poblaciones para el fortalecimiento de su quehacer profesional.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos- morales acordes con la población que se trabaje y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Fundamentos y Principios del Desarrollo Motor:
  - ✓ Teorías del Desarrollo Motor.
  - ✓ Teorías de la adherencia al ejercicio físico.
- Etapas del Desarrollo Humano:
  - ✓ Desarrollo Motor y procesos subyacentes en la adolescencia y en personas con discapacidad (13 a los 21 años).
    - Crecimiento y maduración (área social, física, cognitiva, motora, emocional).
    - Factores que afectan estas etapas.
    - Los cambios sensoriales en estas etapas.
    - Evaluaciones motrices para esas edades.
  - ✓ Desarrollo Motor y procesos subyacentes en la adultez y en personas con discapacidad (22 años en adelante):
    - Maduración y envejecimiento (área social, física, cognitiva, motora, emocional).
    - Factores que afectan estas etapas.
    - Los cambios sensoriales en estas etapas.
    - Evaluaciones motrices para esas edades.
- Importancia de la actividad física para el afrontamiento de los procesos de envejecimiento.
- Intervenciones psico-motrices con énfasis de exploración del movimiento en diversas poblaciones.

Nombre del curso:

**PRÁCTICA PROFESIONAL  
SUPERVISADA**

Créditos:

**4**

Descripción del curso:

El curso le permite al estudiantado la puesta en práctica de las competencias, conocimientos y destrezas adquiridas en el Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano, por medio de intervenciones en diferentes grupos poblacionales.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente mediante entornos virtuales de aprendizaje, con la ayuda de las herramientas tecnológicas vigentes y emergentes y acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se desarrollará con la ejecución de actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje en el desarrollo de la Práctica Profesional.

De esta manera, la puesta en práctica de los conocimientos adquiridos permitirá que el estudiantado cuente con un acercamiento directo al ejercicio de su profesión.

Objetivo general:

Poner en práctica con diferentes grupos poblacionales, las competencias, conocimientos y destrezas adquiridas por el estudiantado en el Bachillerato en Ciencias del Movimiento Humano.

Objetivos específicos:

1. Propiciar en el estudiantado un acercamiento directo a futuros espacios laborales, esto mediante procesos teóricos y prácticos, para el desarrollo de competencias, conocimientos y destrezas.
2. Comprender los sujetos y los componentes del entorno en el que se desarrolla la práctica profesional, mediante procesos teóricos y prácticos efectuados por una evaluación diagnóstica, que le permitan al estudiantado la formulación de una propuesta de intervención oportuna.
3. Ejecutar una propuesta de intervención en Ciencias del Movimiento Humano, que le permita al estudiantado la puesta en práctica de técnicas, herramientas y destrezas, mediante procesos teóricos y prácticos.

Temáticas:

- Diagnóstico:
  - ✓ Identificación del centro u organización donde se efectuará la práctica.
  - ✓ Caracterización de la población y los elementos del entorno.

- Planificación:
  - ✓ Diseño de la propuesta de intervención.
  - ✓ Determinación de los elementos, materiales, técnicas y herramientas a utilizar.
  - ✓ Programación de las actividades.
- Ejecución:
  - ✓ Puesta en práctica de la propuesta de intervención.
- Evaluación
  - ✓ Seguimiento y control de las actividades de intervención planeadas.
  - ✓ Evaluación del cumplimiento de las actividades.
- Cierre y Presentación:
  - ✓ Sistematización de la intervención.
  - ✓ Realimentación de la propuesta y recomendaciones.

Nombre del curso: **CAMPAMENTOS Y VIDA AL AIRE LIBRE**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso aborda los fundamentos organizacionales y metodológicos de los campamentos, así como los principios y elementos de la vida al aire libre como filosofía de vida. Mediante una modalidad flexible, se desarrollarán elementos teóricos y prácticos, que permitan la sensibilización y la convivencia con la naturaleza de forma armoniosa y sostenible.

Dichas temáticas serán desarrolladas bajo una lógica de curso bimodal con apoyo de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) dentro de su modalidad flexible, en la cual por medio de entornos de aprendizajes virtuales se proporcionará en gran medida el progreso teórico de los contenidos mediando la interacción del estudiante con los mismos y apoyados en las herramientas tecnológicas vigentes y emergentes. Asimismo, las estrategias de enseñanza se complementarán con la participación de los estudiantes en clases de índole presencial donde mediante la práctica en contextos tanto dentro como fuera de la Universidad se realizarán actividades de mediación grupales e individuales que permitan adquirir los conocimientos pertinentes a las temáticas del curso bajo el apoyo y supervisión del docente responsable.

Todas las acciones descritas previamente permitirán adquirir los conocimientos necesarios tanto a nivel cognitivo, procedimental y actitudinal para la adecuada labor de los profesionales en Ciencias del Movimiento Humano en relación con

actividades al aire libre y campismo en procura de la mejora tanto en el ámbito de la promoción de estilos de vida saludables como en el proceso de formación profesional del estudiantado.

Objetivo general:

Comprender la estructura de campamentos, los principios y elementos necesarios para la supervivencia y el campismo en entornos naturales, mediante la vivencia y organización de campamentos y actividades de voluntariado en diferentes contextos que permita al estudiantado la adopción de una filosofía de vida al aire libre armoniosa y sostenible con el ambiente.

Objetivos específicos:

1. Conocer los fundamentos y principios del campismo, la supervivencia y la vida al aire libre mediante la vivencia de actividades teóricas y prácticas para fortalecimiento de su quehacer como futuro profesional.
2. Aplicar los conocimientos adquiridos mediante la programación y evaluación de actividades de voluntariado, técnicas de supervivencia y campamentos, de manera armoniosa y sostenible con el ambiente de acuerdo con las características y necesidades de la población y el contexto para el enriquecimiento de su formación profesional.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos- morales acordes con la población que se trabaje y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Educación al aire libre:
  - ✓ Consideraciones, conceptos y beneficios.
- Vida al aire libre:
  - ✓ Concepto, beneficios, funciones y características.
  - ✓ La vida al aire libre como medio educativo.
- Sostenibilidad ambiental.
- Campamentos:
  - ✓ Filosofía.
  - ✓ Propósito.
  - ✓ Tipos.
  - ✓ Programación de campamentos: metodología, elaboración, ejecución y evaluación.
  - ✓ Actividades en campamentos.
- Voluntariado.
- Destrezas básicas de supervivencia al aire libre:
  - ✓ Cartografía, exploración y orientación al aire libre.

- ✓ Refugios.
- ✓ Nudos.
- ✓ Fogones.
- ✓ Equipaje y equipamientos.
- ✓ Nutrición al aire libre.
- Actividades al aire libre:
  - ✓ Actividades en el agua (bote, snorkeling, kayak, surf, entre otros).
  - ✓ Actividades terrestres (senderismo, escalada, alpinismo, ciclismo de montaña, observación flora y fauna, astronomía, entre otras).
  - ✓ Actividades con cuerdas (cuerdas bajas, altas, entre otras).
  - ✓ Estrategias para el trabajo al aire libre con diferentes poblaciones.

Nombre del curso:

**GESTIÓN DE EMPRESAS I**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso implica la comprensión, desarrollo y aplicación de contenidos relacionados con la gestión de las empresas. El abordaje de las temáticas partirá desde la teoría general de los sistemas que incluyen la vinculación de las organizaciones con el contexto, así como los tipos de empresas y organizaciones y el proceso administrativo de planeación, organización, dirección y control que se efectúa en estas con el fin adaptarse y responder a las necesidades del mercado y cumplir sus objetivos.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, incorpore en su quehacer profesional los aspectos de la administración para mejorar la gestión de organizaciones y empresas relacionadas al deporte, la salud y la educación en las que se encuentre laborando o con las cuales esté vinculado.

Objetivo general:

Analizar los conceptos generales de la teoría general de los sistemas aplicados a las organizaciones y el proceso administrativo que se lleva a cabo en las organizaciones y empresas vinculadas con las Ciencias del Movimiento Humano.

### Objetivos específicos:

1. Establecer la relación entre la administración de empresas y organizaciones y la teoría general de los sistemas, utilizando estrategias pedagógicas teóricas y prácticas para que el estudiantado pueda interiorizar la necesidad de reconocer esta teoría con la administración y gestión.
2. Definir los conceptos del proceso administrativo que se realizan en las organizaciones y empresas vinculadas a las Ciencias del Movimiento Humano mediante estrategias pedagógicas teóricas y prácticas para que el estudiantado pueda valorar la importancia de efectuar estos procesos.
3. Determinar bajo diferentes escenarios la aplicación del proceso administrativo en las organizaciones y empresas en Ciencias del Movimiento Humano a través estrategias pedagógicas para que el estudiante pueda reconocer y mejorar el proceso administrativo.

### Temáticas:

- Teoría general de los sistemas:
  - ✓ Concepto y aplicación.
- Planeamiento:
  - ✓ Concepto y tipos.
  - ✓ Marco filosófico organizacional.
  - ✓ Formulación de objetivos, metas e indicadores.
  - ✓ Análisis FODA.
  - ✓ Estrategias para la planeación.
- Organización:
  - ✓ Estructura.
  - ✓ Centralización y descentralización.
  - ✓ Unidades matriciales.
  - ✓ Departamentalización.
  - ✓ Cultura organizacional.
- Dirección:
  - ✓ Liderazgo y poder.
  - ✓ Motivación.
  - ✓ Toma de decisiones.
  - ✓ Empoderamiento.
  - ✓ Ética y Responsabilidad social organizacional.
- Control:
  - ✓ Estrategias.
  - ✓ Tipos y sistemas de control.
  - ✓ Mejora continua y calidad total.

Nombre del curso: **FUTBOL II**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con las tácticas y estrategias deportivas aplicadas al fútbol. Se abarcarán temáticas como lo son las tácticas; individual, grupal, colectiva y fija, tanto a nivel defensivo, como ofensivo, los sistemas de juego, metodologías para el entrenamiento táctico y dirección de equipo.

La mediación pedagógica permitirá el desarrollo de contenidos teóricos por medio de clases magistrales de manera presencial y virtual, mientras el trabajo práctico proporcionará experiencias prácticas vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, desarrolle trabajos tácticos con equipos de fútbol y a su vez aplique estrategias deportivas en contextos competitivos.

Objetivo general:

Promover la adquisición de conocimientos y destrezas referentes al entrenamiento táctico y sistemas de juego, la estrategia y dirección de equipo aplicadas al fútbol, a través de espacios académicos teóricos y prácticos, que permitirán al estudiantado su implementación en el quehacer profesional, potenciando de esta manera el rendimiento de equipos de fútbol en el ámbito competitivo.

Objetivos específicos:

1. Conocer y aplicar los conceptos tácticos y estratégicos ofensivos y defensivos, tanto individuales, como grupales y colectivos que se aplican en el fútbol, utilizando estrategias pedagógicas teóricas y prácticas, que permitirán que los estudiantes adquieran los conocimientos y destrezas para trabajar, dirigir y maximizar el rendimiento deportivo.
2. Fomentar ejercicios académicos de investigación en el ámbito del fútbol a través de la observación y análisis de partidos, como recursos para obtener información para la toma de decisiones asociadas al rendimiento en contextos competitivos específicos del fútbol.
3. Desarrollar espacios vivenciales por medio de prácticas externas en clubes deportivos, para que los estudiantes analicen y reflexionen sobre la realidad del trabajo táctico y estratégico del fútbol actual costarricense.

## Temáticas:

- Táctica, estrategia y sistemas de juego en el fútbol:
  - ✓ Conceptos de táctica, estrategia y sistemas de juego.
  - ✓ Conceptos básicos de estrategia en el fútbol.
- Dinámica actual del juego:
  - ✓ Características del juego.
  - ✓ Indicadores de rendimiento ofensivos y defensivos.
  - ✓ Factores contextuales y situacionales del juego.
- Métodos de entrenamiento táctico:
  - ✓ Analítico.
  - ✓ Global.
  - ✓ Utilizando apoyos tecnológicos.
- Conceptos tácticos colectivos defensivos:
  - ✓ Juego en zona.
  - ✓ Bloque.
  - ✓ Pressing.
- Conceptos tácticos colectivos ofensivos.
  - ✓ Juego elaborado.
  - ✓ Juego directo.
  - ✓ Contra-ataque.
- Táctica fija:
  - ✓ Defensiva.
  - ✓ Ofensiva.
- Sistemas de juego:
  - ✓ Sistema 4-4-2 y variantes.
  - ✓ Sistema 3-5-2 y variantes.
- Dirección de equipo:
  - ✓ Dinámica del grupo.
  - ✓ Gestión de jugadores titulares y suplentes.
  - ✓ Liderazgo en el fútbol.
  - ✓ La aplicabilidad de los sistemas de juego a diferentes poblaciones.

Nombre del curso:

**APRENDIZAJE MOTOR**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

Este curso aborda los fundamentos del control motriz y el aprendizaje motor que integran procesos de control, aprendizaje, ejecución y mejoramiento de destrezas motoras tomando en consideración la integralidad y las características propias de cada ser humano. Mediante la modalidad flexible, se desarrollarán elementos teóricos y prácticos, para la aplicación del proceso de enseñanza y de aprendizaje de una nueva destreza.

Objetivo general:

Comprender los procesos de aprendizaje motor y control motor mediante la construcción de rutas de aprendizaje de destrezas motoras que permitirán al estudiantado la interiorización y la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Objetivos específicos:

1. Conocer los principios del control, aprendizaje, ejecución y mejoramiento de destrezas motoras mediante actividades teóricas y prácticas que propicien el aprendizaje.
2. Aplicar los conocimientos construidos durante el curso mediante la elaboración de rutas de aprendizaje de una nueva destreza para la exploración de su propia metodología de enseñanza como futuro profesional.
3. Mostrar conciencia ecológica y comportamientos éticos- morales acordes con la población que se trabaje y el ejercicio de la profesión.

Temáticas:

- Introducción al Aprendizaje Motor:
  - ✓ Áreas de estudio del comportamiento motor: desarrollo, aprendizaje y control motor.
  - ✓ Conceptos clave.
  - ✓ ¿Qué influye en el desempeño motor?
  - ✓ Clasificación de destrezas motrices.
  - ✓ Medición de destrezas motrices.
  - ✓ Habilidades motrices – diferencias individuales.
  - ✓ Proceso de adquisición de destrezas.
  - ✓ Evaluación del aprendizaje motor.
- Introducción al Control Motor:
  - ✓ Repaso bases neuromotoras y componentes sensoriales.

- ✓ Teorías y Modelos del Control Motor.
- ✓ Mecanismos y procesos cognitivos en la adquisición de destrezas.
- Principios del Aprendizaje Motor y desempeño motor:
  - ✓ Atención y aprendizaje.
  - ✓ Velocidad de reacción.
  - ✓ Memoria.
  - ✓ Motivación.
  - ✓ Arousal.
  - ✓ Ley de Fitt.
  - ✓ Ley de Hick.
  - ✓ Transferencia del aprendizaje.
  - ✓ El sueño y desempeño.
- Diseño de las prácticas:
  - ✓ Preparar las experiencias de aprendizaje.
  - ✓ Condiciones de la práctica.
  - ✓ Conocimiento de los Resultados (Feedback).
  - ✓ Diagnóstico y corrección de errores.
- Aprendizaje motor y discapacidad.

Nombre del curso:

**LESIONES DEPORTIVAS Y PRIMEROS AUXILIOS**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso abarca los conocimientos básicos de las lesiones deportivas y los primeros auxilios y su relación con procesos de atención y prevención para el mantenimiento de la salud y la optimización del rendimiento físico general. Para tal efecto, se estudian en forma teórica; en forma presencial y virtual a no menos del 40% del total del contenido, las características de las lesiones y su proceso de tratamiento, evaluación, primeros auxilios y protocolos de emergencia en situaciones de actividad física, ejercicio y deporte. Las temáticas teóricas, serán reforzadas con actividades prácticas que se realizarán de forma presencial con el apoyo del docente.

De esta forma se pretende que el profesional colabore en la prevención y atención de lesiones en diferentes puntos del proceso, conozca los principios básicos de primeros auxilios y atención de emergencias físicas para aplicarlas en el día a día de su desempeño laboral.

### Objetivo general:

Guiar en el conocimiento de las lesiones deportivas y primeros auxilios por medio de experiencias prácticas que le permitan la comprensión y abordaje de situaciones adversas durante su práctica profesional de forma ética y responsable.

### Objetivos específicos:

1. Interiorizar el rol del profesional en Ciencias del Movimiento Humano en el abordaje de personas lesionadas para que conozcan su rol dentro del equipo interdisciplinario.
2. Guiar en el conocimiento básico la prevención y atención de lesiones provocadas por el ejercicio físico para sentar las bases de la planificación y programación de la readaptación deportiva
3. Aplicar protocolos básicos de primeros auxilios y atención de emergencias durante su quehacer profesional para atender cualquier emergencia básica.

### Temáticas:

- Introducción a la lesión y procesos de readaptación:
  - ✓ Modelo secuencial del proceso de las lesiones: de la rehabilitación a la inserción al entrenamiento/competición.
  - ✓ Concepto de readaptación físico-deportiva: el rol del readaptador y la ética en el trabajo interdisciplinario.
  - ✓ Proceso de lesión (etapas): postura, coordinación, fuerza y resistencia.
  - ✓ Conceptos Básicos (Alta médica, alta deportiva, peor de los escenarios).
- Evaluación:
  - ✓ Términos básicos: flexibilidad, movilidad, elongación, entre otros.
  - ✓ Exploración física básica.
  - ✓ Principios y cambios fisiológicos de la lesión (proceso de inflamación y curación).
  - ✓ Sintomatología y anamnesis (historia clínica).
  - ✓ Nueva tecnología en el control de la carga interna y externa.
- Prevención de lesiones:
  - ✓ Técnicas de activación y calentamiento.
  - ✓ Clasificación de las lesiones (por ejemplo: Orchard Sports Injury Classification System, FC Barcelona-Aspertar-Duke: MLG-R).
  - ✓ Especialización vs Diversificación deportiva.
  - ✓ Aspectos internos y externos que potencian lesión.
  - ✓ Ratio carga aguda: crónica.
  - ✓ Ratio volumen: intensidad.
  - ✓ Sobre entrenamiento y lesión.

- ✓ Carga óptima y fatiga.
- Primeros auxilios básicos y protocolos de emergencia:
  - ✓ Procedimientos de primeros auxilios básicos: preservar la vida, prevenir deterioro de salud y promover recuperación.
  - ✓ Equipamiento básico de seguridad y botiquín.
  - ✓ Protocolos de emergencia médica.
  - ✓ Manejo de lesiones en campo (tratamiento inmediato).
  - ✓ Rescate y condiciones de seguridad en entorno natural.
  - ✓ Métodos de contención de la lesión (inmovilizadores, ortésicos, vendajes funcionales y cinesiterapia).
  - ✓ Abordaje de personas sin respuesta, por ejemplo: asfixia, choque, lesión cerebral, concusiones, golpe por calor, epilepsia, diabetes, sangrado, entre otros.
- Lesiones en el deporte, ejercicio y actividad física:
  - ✓ Lesiones comunes en la práctica de la actividad física.
  - ✓ Diferencias lesión grupos etáreos (niño, adulto, PAM, Personas con discapacidad).
  - ✓ Diferencias en la atención lesiones deportista vs amateur.

Nombre del curso:

**ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO FÍSICO**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso abarca los conocimientos básicos de la nutrición y la alimentación y su relación con la fisiología humana, el mantenimiento de la salud y la optimización del rendimiento físico general.

Para tal efecto se estudian en forma teórica; en forma presencial y virtual, las funciones generales de los nutrientes, el requerimiento de éstos por cada etapa de la vida; así como las fuentes dietéticas y suplementarias de los mismos.

El curso también brinda herramientas básicas para el manejo e interpretación de la evaluación del estado nutricional, de manera tal que se puedan brindar recomendaciones generales a los sujetos, que le permitan realizar mejoras en su estado de salud. Por último, se pretende brindar un panorama general de la situación nutricional del país, presentando a los estudiantes los principales hallazgos de las investigaciones más recientes desarrolladas en Costa Rica, y las medidas adoptadas por las instituciones públicas del país ante los principales problemas nutricionales.

Las temáticas teóricas, serán reforzadas con actividades prácticas que se realizarán de forma presencial con el apoyo del docente.

De esta forma se pretende que el profesional colabore en la construcción de municipios y ambientes saludables, a través de la promoción de hábitos alimentarios y de vida en general que fomenten el bienestar físico, psicológico y social de la población.

Objetivo general:

Conocer la influencia de la alimentación y la nutrición, en el mantenimiento de la salud y la optimización del rendimiento físico, por medio de la adquisición de conceptos básicos de alimentación y nutrición, a fin de promover hábitos de vida saludables.

Objetivos específicos:

- Conocer las funciones generales de los nutrientes, sus fuentes alimentarias y modo de consumo que aseguren un óptimo estado de salud, bienestar y rendimiento físico.
- Determinar los principales factores influyentes en el estado nutricional para el planteamiento de estrategias que mejoren la situación nutricional según etapa de la vida.
- Desarrollar la capacidad de observación, análisis, síntesis, comunicación oral y escrita, por medio de diferentes tareas investigativas relacionadas con la nutrición, procurando el fortalecimiento de su formación como profesional integral.

Temáticas:

- Alimentación saludable:
  - ✓ Guía práctica y recomendaciones para alimentación saludable y balanceada.
  - ✓ Etiquetado y contenido de alimentos procesados.
  - ✓ Software para el análisis de dietas.
  - ✓ Lista de intercambios de alimentos.
  - ✓ Factores que intervienen en la composición corporal y la alimentación: genética, epigenética, sociedad.
- Digestión y energía:
  - ✓ Digestión y absorción.
  - ✓ Regulación del vaciado gástrico.
  - ✓ Absorción gastrointestinal.
  - ✓ Problemas gastrointestinales durante y después del ejercicio.
  - ✓ Almacén energético: muscular, sanguíneo, hepático, entre otros.
- Macronutrientes y micronutrientes:

- ✓ Rol en el ejercicio, estrategias de consumo (previo, durante y posterior).
- ✓ Macronutrientes: Carbohidratos, proteínas y aminoácidos y grasas.
- ✓ Micronutrientes: Vitaminas hidrosolubles y liposolubles, minerales, oligoelementos, fitonutrientes.
- Requerimientos hídricos, electrolitos y balance de fluidos:
  - ✓ Efectos de la deshidratación en el rendimiento.
  - ✓ Termorregulación y balance hídrico.
  - ✓ Balance diario de agua.
  - ✓ Requerimiento diario de fluidos para atletas.
  - ✓ Rol de electrolitos en ejercicio.
  - ✓ Métodos de evaluación (tasas de sudoración, pérdida de líquido).
- Suplementación alimentaria para el ejercicio:
  - ✓ Sustancias para mejora de funciones orgánicas durante el ejercicio.
  - ✓ Ejemplo: jugo de remolacha (nitratos), cafeína, carnitina, coenzima Q10, creatina, aceite de pescado y omega-3, té verde, sodio, bicarbonato de sodio, entre otros.
- Manejo de composición corporal:
  - ✓ Regulación del apetito, efecto del ejercicio en el apetito, gasto energético y ejercicio, métodos de control de composición corporal, ganancia de masa magra y grasa, ciclo del peso.
- Desórdenes alimenticios:
  - ✓ Tipos, prevalencia, efectos en el rendimiento y la salud, prevención y tratamiento.
- Alimentos y suplementos prohibidos:
  - ✓ Cuidados de ingesta alimentaria para la prevención del dopaje.

Nombre del curso:

**GESTIÓN DE EMPRESAS II**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso implica la comprensión, desarrollo y aplicación de contenidos relacionados con las áreas funcionales de la organización: recursos humanos, financiero, materiales, tecnológico y el desarrollo de procesos, así como la gestión de estos. Además de los aspectos claves en la generación, desarrollo y evaluación de emprendimientos en Ciencias del Movimiento Humano que respondan a las necesidades del mercado.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, incorpore en su quehacer profesional los aspectos de la administración, para mejorar la gestión de organizaciones y empresas relacionadas con el deporte, la salud y la educación en las que se encuentre laborando o con las cuales esté vinculado.

Objetivo general:

Analizar los conceptos generales relacionados con las áreas funcionales de la organización para la generación, desarrollo y evaluación de emprendimientos vinculadas con las Ciencias del Movimiento Humano.

Objetivos específicos

1. Definir los conceptos de las áreas funcionales de la gestión por medio de estrategias pedagógicas teóricas y prácticas para que los estudiantes las puedan identificar en las organizaciones vinculadas a las Ciencias del Movimiento Humano.
2. Determinar los procesos vinculados a la generación, desarrollo y evaluación de emprendimientos en Ciencias del Movimiento Humano, por medio de estrategias de mediación pedagógica para que los estudiantes puedan valorar las implicaciones que estos conllevan.
3. Establecer el proceso para el desarrollo de un emprendimiento en Ciencias del Movimiento Humano, por medio de estrategias pedagógicas prácticas para que el estudiantado tenga un acercamiento a la creación de estos.

Temáticas:

- Áreas funcionales de la organización:
  - ✓ Gestión de los recursos humanos.
  - ✓ Gestión de los recursos financieros.
  - ✓ Gestión de los recursos materiales.
  - ✓ Gestión de los recursos tecnológicos.
  - ✓ Gestión y desarrollo de procesos.
- Gestión de emprendimientos:
  - ✓ Plan de negocios.

- ✓ Plan estratégico.
- ✓ Plan técnico organizacional.
- ✓ Plan jurídico legal.
- ✓ Plan financiero.
- ✓ Plan de mercado.
- ✓ Presumen ejecutivo.

Nombre del curso: **FUTSAL**

Créditos: **2**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la didáctica y la teoría tanto del aprendizaje como de la enseñanza de habilidades y destrezas deportivas propias del fútbol. Se abarcarán temáticas como la reglamentación, técnicas, medios, métodos, modalidades, tácticas y estrategias, así como el contexto de la disciplina del fútbol.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice el deporte como un medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar el fútbol como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Desarrollar diversas situaciones de aprendizaje teórico prácticas para que el estudiantado adquiera la técnica específica, interprete la reglamentación, posea conocimiento de sus diferentes posiciones y sistemas de juego, además del pensamiento táctico y estratégico, el proceso de iniciación y desarrollo del fútbol, así como su aplicación a distintas poblaciones.

Objetivos específicos:

1. Conocer e interpretar la historia y reglamentación del fútbol tanto a nivel nacional como internacional con el fin de desenvolverse en el medio deportivo, por medio de diferentes actividades en el curso.

2. Demostrar conocimiento de los procesos de formación deportiva del fútbol, su técnica y el manejo de diferentes posiciones efectuando diferentes escenarios de aprendizaje, para una adecuada aplicación en diversos grupos deportivos.
3. Resolver diferentes tácticas y estrategias del deporte del fútbol utilizando variadas situaciones de juego tanto prácticas como con ayuda tecnológica, para la enseñanza de este a distintas poblaciones.

Temáticas:

- Historia:
  - ✓ Historia a nivel internacional y nacional del fútbol.
- Reglamentación:
  - ✓ Reglas de juego del fútbol y Análisis de las diferentes situaciones de juego con el manejo del reglamento de competición.
- Metodología y enseñanza de la técnica:
  - ✓ Fundamentos Técnicos: Pase, Recepción, Conducción, Regate, Amague/engaño/ finta, Remate.
- Entrenamiento táctico:
  - ✓ Lado fuerte, lado débil.
  - ✓ Principios Defensivos.
  - ✓ Repliegue, Temporización, Vigilancia, Cobertura, Permuta, Marcaje, Anticipar.
  - ✓ Principios Ofensivos.
  - ✓ Ataque, Contraataque, Bloqueo, Aclarado, Rotaciones, Espacios Libres, Paralela.
- Táctica y Estrategia (Sistemas de juego):
  - ✓ Posiciones: Portero, cierre, ala o extremo, pivot.
  - ✓ Acciones a balón detenido: saque banda, Tiro de esquina, Tiro libre.
  - ✓ Sistema defensivo 1-2-1, 2:2, 1-1-2.
  - ✓ Sistema ofensivo 1-2-1, 2-2, 4-0.
  - ✓ Situaciones 5 vrs 4, 4 vrs 3.
- Modalidades emergentes:
  - ✓ Fútbol sala para ciegos, sordos.

Nombre del curso:

**ACTIVIDAD FÍSICA PARA PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso permite adquirir conocimientos sobre la discapacidad desde un enfoque de los Derechos Humanos; analizando la evolución de los paradigmas desde la antigüedad hasta la actualidad. Para este análisis se incluirá la legislación como un proceso que se ha transformado a través del tiempo hasta llegar a la legislación vigente. Se estudiará el desarrollo motor atípico desde la niñez hasta la adultez por medio de herramientas tecnológicas, para determinar el impacto de éste en el desempeño motriz para la actividad física y el deporte. Los componentes de la aptitud física y salud serán evaluados considerando las características de la discapacidad que así lo requiera. Se abordará el concepto de actividad física adaptada como un constructo emergente para las personas con discapacidad. En la parte vivencial el estudiante podrá desarrollar programas de salud con miras a la inclusión social y el desarrollo de los deportes adaptados desde un paradigma inclusivo.

Objetivo general:

Comprender la importancia de la actividad física adaptada en la vida de la persona con discapacidad mediante experiencias tanto teóricas como prácticas para la promoción de estilos de vida saludables.

Objetivos específicos:

1. Analizar el desarrollo histórico de la legislación en el reconocimiento de los derechos de las personas con discapacidad, por medio de análisis de contenido de las leyes asociadas para la inclusión social en el contexto de la actividad física adaptada.
2. Aplicar evaluaciones de la aptitud física en las personas con discapacidad mediante actividades teórico-prácticas para la guía de los procesos de intervención tanto en el campo de la salud como en el rendimiento deportivo.
3. Conocer los procesos de desarrollo motor atípico y los deportes adaptados de acuerdo con la discapacidad, mediante actividades teórico-prácticas para su formación como gestores de procesos inclusivos.

Temáticas:

- Evolución histórica de la concepción de discapacidad.
- Legislación sobre discapacidad en el ámbito nacional e internacional.

- Inclusión social, de las personas con discapacidad en sus diferentes ámbitos.
- Discapacidades:
  - ✓ Etiología.
  - ✓ Clasificación.
  - ✓ Desarrollo motor atípico relacionado con las diferentes discapacidades.
- Metodología de la enseñanza de la actividad física adaptada:
  - ✓ Educación física adaptada.
  - ✓ Actividad física adaptada.
- Deporte adaptado como proceso inclusivo en el ámbito deportivo.
- Evaluación de los componentes de la aptitud física con fines competitivos y de salud.

## CURSOS OPTATIVOS DISCIPLINARES

Nombre del curso: **DEPORTES ALTERNATIVOS INDIVIDUALES**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la práctica de deportes y disciplinas alternativas individuales y la forma en cómo estos pueden servir como medio para el desarrollo de habilidades y destrezas deportivas. Se abarcarán temáticas como contexto histórico, reglamentación básica, fundamentos técnicos, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de las disciplinas en el país.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice estas disciplinas deportivas alternativas individuales como medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar estas modalidades deportivas como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral

Objetivo general:

Guiar al estudiantado en el conocimiento y práctica de sus capacidades pedagógicas, técnicas y éticas en el trabajo formativo de diferentes disciplinas

alternativas individuales, esto se realizaría por medio de un proceso de aprendizaje y enseñanza en el que se experimente la vivencia de cada disciplina; para formar un profesional capaz de resolver las problemáticas y situaciones propias de cada disciplina y sean capaces de incentivar su práctica en el país.

Objetivos específicos:

1. Promover espacios de conocimiento y práctica de disciplinas alternativas individuales con el fin de incentivar su práctica y promoción en el país.
2. Utilizar los deportes alternativos individuales como forma de incentivar las habilidades de comunicación, liderazgo, trabajo en equipo, sentido de comunidad y gestión del tiempo.

Temáticas:

- Deportes de Combate:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina (ej. Boxeo, TKD, Karate, Judo, entre otros).
- Deportes de Raqueta:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina (ej. Tenis, Tenis de mesa, Ráquetbol, Badminton, entre otros).
- Deportes de Resistencia:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Condiciones para su práctica y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina (ej. MTB, Trail Running, Triatlón, Duatlón, entre otros).
- Deportes extremos:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Condiciones para su práctica y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina (ej. Surf, Down Hill, Rafting, Kayaking, Rappel/Escalada, entre otros).
- Deportes Electrónicos:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Condiciones de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina (ej. eCycling, eRunning, deportes de realidad simulada y realidad virtual, entre otros).

Nombre del curso:

**DEPORTES ALTERNATIVOS  
GRUPALES**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con la práctica de deportes y disciplinas alternativas grupales y la forma en cómo estos pueden servir como medio para el desarrollo de habilidades y destrezas deportivas. Se abarcarán temáticas como contexto histórico, reglamentación básica, fundamentos técnicos, medios, métodos, modalidades, así como el contexto de las disciplinas en el país.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión, utilice estas disciplinas deportivas alternativas como medio para el desarrollo socioafectivo, físico-motor y cognitivo de diversas poblaciones, al integrar estas modalidades deportivas como un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Guiar al estudiantado en el conocimiento y práctica de sus capacidades pedagógicas, técnicas y éticas en el trabajo formativo de diferentes disciplinas alternativas grupales, esto se realizaría por medio de un proceso de aprendizaje y enseñanza en el que se experimente la vivencia de cada disciplina; para formar un profesional capaz de resolver las problemáticas y situaciones propias de cada disciplina y sean capaces de incentivar su práctica en el país.

Objetivos específicos:

1. Promover espacios de conocimiento y práctica de disciplinas alternativas grupales con el fin de incentivar su práctica y promoción en el país.
2. Utilizar los deportes alternativos grupales como forma de incentivar las habilidades de comunicación, liderazgo, trabajo en equipo, sentido de comunidad y gestión del tiempo.

Temáticas:

- Beisbol y softbol:

- ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
- ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
- ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.
- Rugby:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.
- Fútbol Americano:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.
- Hockey Césped/Campo:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.
- Criquet:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.
- Lacrosse:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.
- Porrismo:
  - ✓ Fundamentos técnicos del deporte.
  - ✓ Reglamentación básica: Terreno de juego y equipamiento.
  - ✓ Aplicación práctica de cada disciplina.

Nombre del curso:

**LA CONSTRUCCIÓN DEL CUERPO:  
PRÁCTICAS PARA EL AUTOCUIDADO  
Y LA NO DISCRIMINACIÓN**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso desarrolla contenidos relacionados con el cuerpo como espacio de convivencia en el cual se asientan múltiples experiencias sociales, culturales, físicas y emocionales que condicionan la vida de las personas.

La mediación pedagógica será desarrollada en el aspecto teórico principalmente por medio de entornos virtuales de aprendizaje, acompañados por el personal académico, mientras la parte presencial se efectuarán actividades prácticas que generen experiencias vivenciales de aprendizaje.

De esta manera, la integración de los conocimientos adquiridos en el curso permitirá que el estudiantado, en el ejercicio de su profesión y su vida personal, utilice estos conocimientos para promover un hábito para el mantenimiento y el desarrollo de la salud integral.

Objetivo general:

Guiar al estudiantado en el conocimiento y práctica de los principales constructos sobre el cuerpo y cómo estos intervienen en la capacidad de las personas, por medio de un proceso de enseñanza y aprendizaje vivencial, con el propósito de fomentar el autocuidado y la no discriminación.

Objetivos específicos:

1. Conocer la constitución ideal de cuerpo humano, a través de estrategias teóricas y prácticas que evidencien los elementos del espacio cultural, social y económico, para mejorar las condiciones de salud de las personas.
2. Comprender las formas de discriminación que subyacen de la interpretación sociocultural del cuerpo, a través de estrategias teóricas y prácticas, que permitan al estudiantado erradicar cualquier tipo de estas manifestaciones de discriminación en su quehacer profesional.
3. Promover el desarrollo del conocimiento con relación a la construcción del cuerpo, para que este sea entendido en forma individual, creativa, holística, integradora y diferenciadora, a través de estrategias teóricas y prácticas.

Temáticas:

- Aspectos contextualización del cuerpo:
  - ✓ Elementos históricos sobre la interpretación del cuerpo humano.
  - ✓ Representaciones sociales, culturales y económicas del cuerpo.
  - ✓ Cuerpo físico y cuerpo social desde la perspectiva de género.
  - ✓ Cuerpo y ciencia, investigación para el perfeccionamiento del ser humano.
- Elementos transversales al cuerpo:
  - ✓ Cuerpo y emociones.
  - ✓ Cuerpo y movimiento.
  - ✓ Cuerpo y ambiente.
  - ✓ Cuerpo y salud.
  - ✓ Cuerpo y territorio.

- ✓ Cuerpo como depositario de discriminación.
- ✓ Violencias e impacto sobre el cuerpo.
- Acciones para el cambio:
  - ✓ Prácticas alternativas para la autoidentificación de nuestros cuerpos.
  - ✓ Prácticas para el respeto y la deconstrucción de estereotipos y prejuicios sobre el cuerpo.
  - ✓ Ética y autonomía del cuerpo humano.
  - ✓ Normativa de derechos humanos vinculada al autocuidado y la no discriminación.
  - ✓ Prácticas de autocuidado.
  - ✓ Calidad de vida.
  - ✓ Cuerpo y futuro.

## CURSOS DE IDIOMA

Nombre del curso: **INGLÉS I CIEMHCAVI**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

Este curso, dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, provee las bases del aprendizaje del idioma inglés mediante la integración activa de dos habilidades de la lengua, la comprensión de lectura y la expresión oral. Además, de manera pasiva, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante horas dedicadas al estudio independiente. Es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctica de nivel universitario, en el cual se introducen temas gramaticales, de vocabulario y otras funciones del lenguaje para que los estudiantes alcancen el nivel de competencia A1.1 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral a nivel principiante, en donde se incorporan además los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel de competencia mencionado que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Iniciar en el estudiante el desarrollo de la expresión oral y la capacidad de lectura en lengua inglesa mediante el desarrollo de un repertorio de estructuras gramaticales básicas y simples que permitan al estudiante comunicarse adecuadamente en situaciones cotidianas y familiares.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Obtener los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales introductorios al idioma inglés mediante la interacción constante en el aula para desenvolverse oralmente en situaciones simples y familiares.
2. Integrar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales adquiridos para extraer información básica de textos cortos, escritos en inglés, mediante la técnica de escaneo.
3. Emplear el conocimiento adquirido en la producción de oraciones escritas simples que permitan al estudiantado describirse asimismo y a personas cercanas.

Temática:

- Saludos y despedidas.
- Presentaciones e información personal.
- Gustos y preferencias.
- La familia y la comunidad.
- Gente de nuestro entorno (profesionales en salud, deportistas, atletas, celebridades, etc.).
- Ejercicios y tipos de deporte.
- El cuerpo humano.
- Salud y alimentación.
- El clima y temporadas deportivas.
- Habilidades y destrezas.

Funciones discursivas:

- Saludar y despedirse.
- Presentarse a sí mismo y a otros.
- Intercambiar información personal.
- Hablar acerca de gustos, preferencias y habilidades.
- Describir apariencia y personalidad.

- Intercambiar opiniones e información.
- Describir actividades cotidianas.
- Dar y recibir instrucciones.
- Hablar acerca de deportes y ejercicio.
- Mencionar la frecuencia de actividades.
- Hablar acerca del clima y las temporadas deportivas.
- Expresar acuerdo y desacuerdo.
- Hablar acerca de planes, cambios y expectativas.

#### Contenidos gramaticales:

- Presente simple verbo be.
- Presente simple, verbos regulares.
- Oraciones negativas.
- Preguntas de corroboración (yes/no).
- Preguntas de información (pasado, presente y futuro simple).
- Pronombres.
- Demostrativos (this, that, these, those, one, ones).
- Expresiones de tiempo básicas.
- Preposiciones de lugar.
- Cuantificadores.
- Adverbios de frecuencia.
- Sustantivos contables y no contables.
- Adjetivos calificativos.
- Conjunciones (and, or, but, so).
- Pasado simple.

#### Contenidos fonológicos:

- Sistema fonológico.
- Alfabeto fonético internacional (IPA).
- Articulación.

Nombre del curso:

**INGLÉS II CIEMHCAVI**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

Este curso, dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, fortalece las bases del aprendizaje del idioma inglés mediante la integración activa de dos habilidades de la lengua, la comprensión de lectura y la expresión oral. Además, de manera pasiva, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante horas dedicadas al estudio independiente. Es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctica de nivel universitario, en el cual se integran temas gramaticales, de vocabulario y otras funciones del lenguaje para que los estudiantes alcancen el nivel de competencia A1.2 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral a nivel principiante intermedio, en donde se incluyen otros componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel de competencia mencionado que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Fortalecer la expresión oral y la capacidad de lectura a nivel básico utilizando nuevas estructuras gramaticales que faciliten y permitan al estudiante comunicarse efectivamente en situaciones tanto cotidianas como en algunas situaciones sociales.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Fortalecer los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales básicos del idioma inglés mediante la interacción constante en el aula para desenvolverse oralmente en situaciones simples, familiares y sociales.
2. Enlazar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales básicos adquiridos para extraer información básica de textos cortos, escritos en inglés, mediante técnicas de escaneo y rastreo.

3. Utilizar el conocimiento adquirido en la producción y conexión de oraciones escritas simples que permitan al estudiantado describir lugares y situaciones familiares pasadas y presentes.

Temática:

- Información personal.
- Bienes y servicios en mi comunidad.
- Deporte, salud y hábitos alimenticios.
- Países y nacionalidades.
- Vacaciones, viajes y planes.
- Celebraciones, días festivos y eventos deportivos.
- Libros y películas.
- Deseos y aspiraciones.
- Juegos recreativos en el pasado.
- Actividades cotidianas y de ocio.
- Música y expresión corporal.

Funciones discursivas:

- Describir lugares, personas, eventos, situaciones.
- Comparar lugares, personas, eventos, situaciones en el pasado y el presente.
- Expresar opiniones.
- Hacer solicitudes.
- Dar y seguir instrucciones.
- Pedir favores.
- Pedir y dar permisos.
- Hacer, aceptar y rechazar invitaciones.
- Solicitar y dar sugerencias.
- Referirse a eventos y experiencias pasadas.
- Hablar sobre tipos de música y expresiones corporales.

#### Contenidos gramaticales:

- Presente y pasado simple del verbo “to be”.
- Presente simple, verbos regulares e irregulares.
- Pasado simple, verbos regulares e irregulares.
- Futuro (will y be going to).
- Oraciones negativas.
- Preguntas de corroboración (yes/no).
- Preguntas de información (pasado, presente y futuro).
- Expresiones de tiempo.
- Preposiciones de lugar.
- Cuantificadores.
- Demostrativos.
- Adverbios de frecuencia y tiempo.
- Sustantivos contables y no contables.
- Verbos modales (can, could, may, should, would, will).

#### Contenidos fonológicos:

- Sonidos vocálicos simples.
- Sonidos consonánticos.
- Prosodia: acentuación silábica.

Nombre del curso:

**INGLÉS III CIEMHCAVI**

Créditos:

**3**

#### Descripción del curso:

Este tercer curso, dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, consolida las bases del aprendizaje del idioma inglés mediante la integración activa de dos habilidades de la lengua, la comprensión de lectura y la expresión oral. Además, de manera pasiva, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante horas dedicadas al estudio independiente. Es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctica de nivel universitario, en el cual se fortalecen temas gramaticales, de vocabulario y otras funciones del lenguaje para que los estudiantes alcancen el nivel de competencia A2.1 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral a nivel de principiante - consolidado, en donde se retoman además los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos fundamentales para el aprendizaje de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel de competencia mencionado que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Consolidar las habilidades lingüísticas de la expresión oral y la capacidad de lectura en el nivel básico permitiendo al estudiante comunicarse efectivamente en situaciones tanto cotidianas, sociales y académicas.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Consolidar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales del idioma inglés a nivel básico mediante la interacción constante en el aula para desenvolverse oralmente en situaciones simples, familiares y sociales.
2. Incorporar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales básicos adquiridos para extraer información de textos de mediana extensión, escritos en inglés, mediante técnicas de escaneo, rastreo e identificación de ideas centrales y secundarias.
3. Aplicar el conocimiento adquirido en la producción de párrafos simples que permitan al estudiantado describir y comparar personas, lugares, situaciones y etapas de la vida.

Temática:

- La vida universitaria: actividades académicas, sociales y deportivas.
- Anatomía básica para el deportista.
- Hitos deportivos.
- La cultura deportiva.
- Implementos, equipo y prendas deportivas.
- Deportes extremos y de aventura.
- Enfermedades y riesgos ocupacionales.
- Cuidado personal.
- Quejas, peticiones, disculpas y excusas.
- Predicciones y especulaciones.

#### Funciones discursivas:

- Describir lugares y actividades o servicios del campus universitario.
- Describir partes básicas del esqueleto humano, sus formas y articulaciones.
- Referirse a estructura y funciones básicas de sistemas (cardio respiratorio, nervioso, renal y endocrino).
- Referirse a hitos deportivos.
- Referirse a gustos, preferencias referentes a implementos, equipo y prendas deportivas.
- Intercambiar información sobre deportes extremos y de aventura.
- Nombrar enfermedades y riesgos ocupacionales.
- Solicitar y recibir recomendaciones para el cuidado personal.
- Expresar quejas, peticiones y disculpas acordes al contexto.
- Expresar asertivamente excusas o justificaciones ante un incumplimiento.
- Hacer predicciones o especular.

#### Contenidos gramaticales:

- Adverbios de modo.
- Presente simple y presente progresivo.
- Pasado simple.
- Preguntas de información con verbos irregulares (pasado, presente y futuro).
- Participios y preposiciones para describir personas (subject +\_ing clause, subject + prepositional phrase).
- Oraciones comparativas y superlativas con adverbios.
- ¿Preguntas con How +adjective...?
- Verbos modales (can, could, may, might, should, would, will).
- Imperativos.
- Sugerencias con “Let’s” o “What about /How about + verb + ing”.
- Predicciones con “will + verb” y “going to + verb”.

#### Contenidos fonológicos:

- Sonidos vocálicos complejos.
- Sonidos consonánticos.
- Prosodia: ritmo.

Nombre del curso:

**INGLÉS IV CIEMHCAVI**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

Este cuarto curso, dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, provee una plataforma para avanzar en el aprendizaje del idioma inglés mediante la integración activa de dos habilidades de la lengua, la comprensión de lectura y la expresión oral. Además, de manera pasiva, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante horas dedicadas al estudio independiente. Es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctico de nivel universitario, en el cual se modelan nuevos temas gramaticales, de vocabulario y otras funciones del lenguaje para que los estudiantes alcancen el nivel de competencia A2.2 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral a nivel pre-intermedio – bajo, en donde se incorporan además los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel de competencia mencionado que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Desarrollar las habilidades lingüísticas de la expresión oral y la capacidad de lectura en el nivel pre-intermedio permitiendo al estudiante comunicarse apropiada y efectivamente en situaciones tanto cotidianas y sociales como académicas.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Adquirir los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales del idioma inglés a un nivel pre-intermedio mediante la interacción constante en el aula para comunicarse efectivamente de manera oral en contextos familiares y sociales.
2. Incorporar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales adquiridos para la extracción de datos en textos de mediana extensión, escritos en inglés, mediante la esquematización.

3. Emplear el conocimiento adquirido en la producción de párrafos de mediana extensión que permitan al estudiantado opinar acerca de contextos familiares y sociales.

Temática:

- Beneficios de la actividad física y el deporte.
- Movimientos corporales (flexión, extensión, aducción, entre otros).
- Características físicas en el deporte (grasa corporal, altura, talla, dimensiones del cuerpo, entre otros).
- Disciplinas deportivas.
- Deportes individuales, grupales y estacionales.
- Grandes figuras del deporte y eventos deportivos.
- Actividades en espacios cerrados y en espacios abiertos.
- Situaciones desafortunadas.
- Medicina y terapias alternativas.
- Predicciones y decisiones.

Funciones discursivas:

- Referirse a beneficios de la actividad física y el deporte.
- Organizar y describir instrucciones básicas para realizar ejercicios o movimientos corporales.
- Describir técnicamente características físicas: grasa corporal, altura, talla entre otros.
- Hablar acerca de gustos y preferencias referentes a disciplinas deportivas
- Intercambiar información sobre deportes individuales, grupales y estacionales.
- Comparar grandes figuras del deporte.
- Solicitar y recibir información sobre actividades realizadas en espacios cerrados y abiertos.
- Expresar situaciones desafortunadas.
- Hablar sobre ventajas y desventajas de tratamientos básicos de medicina y terapias alternativas.
- Justificar decisiones con base en predicciones.

Contenidos gramaticales:

- Formas verbales en presente, pasado y futuro.
- Pasado progresivo.

- Presente perfecto.
- Presente perfecto progresivo.
- Formas comparativas y superlativas.
- Perífrasis verbales (phrasal verbs).
- Verbos modales (can, could, may, might, should, would, will).
- Voz pasiva.
- Preguntas de información con verbos irregulares (pasado, presente y futuro).
- Oraciones con “just.”
- Discurso indirecto (“reported speech”).
- Uso de frases preposicionales: in spite of, apart from, because of, according to, contrary to, instead of, in regard to, along with.

Contenidos fonológicos:

- Reducción vocálica.
- Grupos consonánticos.
- Prosodia: entonación.

Nombre del curso:

**INGLÉS V CIEMHCAVI**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso Inglés V, dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, afianza la adquisición del idioma inglés mediante la integración activa de dos habilidades de la lengua, la comprensión de lectura y la expresión oral. Además, de manera pasiva, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante horas dedicadas al estudio independiente. Es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctico de nivel universitario, en el cual se refuerzan temas gramaticales, de vocabulario y otras funciones del lenguaje para que los estudiantes alcancen el nivel de competencia B1.1 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral a nivel pre-intermedio – consolidado, en donde se incluyen además los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel

de competencia mencionado que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Fortalecer el uso del idioma meta en actividades de expresión oral y la comprensión de lectura mediante la consolidación del nivel pre-intermedio permitiendo al estudiante comunicarse apropiada y efectivamente en situaciones de mediana complejidad y de diversa índole.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Consolidar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales del idioma inglés a nivel pre-intermedio mediante la interacción constante en el aula para desenvolverse oralmente en contextos familiares, sociales y académicos.
2. Implementar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales adquiridos para extraer información de textos de mediana extensión, escritos en inglés, mediante la esquematización y el resumen.
3. Utilizar el conocimiento adquirido en la producción de párrafos de mediana extensión que permitan al estudiantado fundamentar opiniones relacionadas con contextos familiares, sociales y académicos.

Temática:

- Generalidades de las etapas del desarrollo humano.
- Características físicas durante la infancia y niñez.
- Alimentación en la infancia y niñez.
- El juego en la infancia y niñez.
- Ciencia, tecnología y deporte.
- Preparación para el ejercicio físico.
- Beneficios del ejercicio físico en la salud.
- Características del baloncesto, balonmano y voleibol.
- Eventos deportivos (competencias, campeonatos, olimpiadas).

Funciones discursivas:

- Caracterizar las etapas del desarrollo humano.
- Contrastar características físicas durante las etapas de la infancia y niñez.
- Hablar de la importancia del juego en la infancia y niñez.
- Referirse a las consecuencias de una mala alimentación en la infancia y niñez.

- Exponer acerca de actividades sociales durante las etapas de la infancia y adolescencia.
- Opinar acerca de invenciones y descubrimientos tecnológicos y científicos a nivel deportivo.
- Guiar en el proceso de preparación para el ejercicio físico.
- Discutir acerca de los beneficios del ejercicio en la salud.
- Describir las características básicas del baloncesto, balonmano y voleibol.
- Comparar eventos deportivos.

#### Contenidos gramaticales:

- Adverbios vs. Adjetivos.
- Infinitivo y participio como sujeto en la oración.
- Presente perfecto y pasado simple.
- Pasado simple y pasado progresivo.
- Presente perfecto progresivo.
- Formas comparativas y superlativas.
- Comparaciones con “as ... as” y “not as...as”.
- Verbos Let, Make, Help, Have, Get, Want, Ask, Tell.
- Futuro con will going to, presente continuo y presente simple.
- Uso de Had Better, Ought to, Might.
- Uso de Would Rather.
- Formas pasivas: “Get + past participle” vs. “be + pasas participle”.
- Condicional tipo 1.
- Frases idiomáticas.

#### Contenidos fonológicos:

- Sonidos vocálicos: laxos y tensos.
- Sonidos consonánticos: sonoridad.
- Prosodia: contracciones.

Nombre del curso:

**INGLÉS VI CIEMHCAVI**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

El curso Inglés VI, dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, favorece el uso del idioma inglés mediante la integración activa de dos habilidades de la lengua, la comprensión de lectura y la expresión oral. Además, de manera pasiva, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante horas dedicadas al estudio independiente. Es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctico de nivel universitario, en el cual se incorporan temas gramaticales, de vocabulario y otras funciones del lenguaje para que los estudiantes alcancen el nivel de competencia B1.2 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral a nivel intermedio – bajo, en donde se integran además los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel de competencia mencionado que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Propiciar el uso continuo y efectivo del idioma meta en actividades de expresión oral y la comprensión de lectura permitiendo al estudiante comunicarse con cierta fluidez en situaciones de mediana complejidad y de diversa índole.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Establecer los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales del idioma inglés a un nivel intermedio mediante la interacción constante en el aula para comunicarse efectivamente de manera oral en contextos sociales y académicos.
2. Integrar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales adquiridos para diferenciar hechos y opiniones en textos de mediana extensión, escritos en inglés.

3. Emplear el conocimiento adquirido en la producción de textos cortos que permitan al estudiantado narrar experiencias, eventos y sucesos en el ámbito social y académico.

Temática:

- Características físicas durante la adolescencia.
- Alimentación en la adolescencia.
- El juego en la adolescencia.
- Actividades sociales durante la adolescencia.
- Actividad física y el proceso de envejecimiento.
- Aspectos básicos del fútbol y sus modalidades.
- Entrenamiento físico.
- Ética profesional.
- Contextos socioculturales relacionados con disciplinas deportivas.

Funciones discursivas:

- Hablar acerca de las características físicas en la etapa de la adolescencia.
- Opinar acerca de la alimentación en la adolescencia.
- Caracterizar el juego en la adolescencia.
- Hablar acerca de las actividades sociales en la etapa de la adolescencia.
- Explicar actividades físicas que beneficien el proceso de envejecimiento.
- Describir aspectos básicos de modalidades del fútbol.
- Describir características del entrenamiento físico.
- Discutir acerca de prácticas éticas en la carrera profesional.
- Exponer acerca de los contextos socioculturales en diferentes ámbitos deportivos.

Contenidos gramaticales:

- Verbos frasales.
- Cláusulas relativas de sujeto y objeto.
- Uso de wish + pasado.
- Preguntas en oraciones.
- Verbos frasales con objetos.
- Presente perfecto continuo vs presente perfecto.
- Use de “in”, “since” y “for” para duración.
- Uso de “already”, “still” y “yet” para presente perfecto.
- Modales must, may, might, can’t, could para especulaciones.

- Adjetivos terminados en -ed vs -ing.
- Pasado perfecto pasivo.
- Voz pasiva con complemento agente.
- Condicional tipo 2.

Contenidos fonológicos:

- Sonidos vocálicos: laxitud y tensión.
- Sonidos consonánticos: sonoridad.
- Prosodia: unión de sonidos.

Nombre del curso: **INGLÉS VII CIEMHCAVI**

Créditos: **3**

Descripción del curso:

Este es el penúltimo curso de inglés dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, y se enfoca en el uso activo y constante de las habilidades lingüísticas de la expresión oral y la comprensión de lectura a nivel intermedio. Adicionalmente, se integran las habilidades de la comprensión auditiva y la expresión escrita mediante trabajos dedicados al estudio independiente. Este es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctico de nivel universitario en el cual se presenta vocabulario, temas gramaticales y funciones del lenguaje de mayor complejidad al nivel de competencia B2.1 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización constante de ejercicios de comprensión auditiva y producción oral en donde se complementa con los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje y uso efectivo de la lengua. Adicionalmente, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura y producción escrita en el nivel de competencia descrito que sirvan de apoyo tanto para la adquisición del idioma meta como para el desarrollo de conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Brindar al estudiantado mecanismos elocutivos que le permitan comunicarse efectiva y fluidamente en el idioma inglés en diversos contextos propios de áreas disciplinares.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Reforzar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales del idioma inglés a nivel intermedio mediante la interacción y práctica constante con el idioma para desenvolverse oralmente en contextos académicos y profesionales.
2. Implementar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales adquiridos para extraer información de textos escritos de mayor complejidad mediante diferentes técnicas de lectura.
3. Utilizar el conocimiento adquirido en la producción de párrafos de textos cortos que permitan al estudiantado expresar diversas relaciones sintácticas.

Temática:

- Características físicas durante la adultez.
- El juego en la adultez.
- Actividades sociales durante la adultez.
- Alimentación en la adultez.
- Ambientes y situaciones laborales y académicos.
- Naturaleza y actividades al aire libre (senderismo, campismo, montañismo, otros).
- Negocios en el área del deporte.
- Diversidad cultural en contextos deportivos.

Funciones discursivas:

- Presentar las características físicas durante la adultez.
- Justificar el uso del juego en la adultez.
- Argumentar acerca de la importancia de la actividad social durante la adultez.
- Discutir las implicaciones de una alimentación sana en la adultez.
- Comparar ambientes y situaciones laborales y académicas.
- Explicar planes y actividades deportivas al aire libre.
- Describir opciones de negocios y emprendimiento en el campo deportivo.
- Expresar puntos de vista relacionados con las características culturales en ambientes deportivos.

Contenidos gramaticales:

- Repaso de formas verbales simples y continuas.
- Formas verbales: infinitivos y gerundios.
- Repaso de formas comparativas y superlativas.
- Voz pasiva en presente simple y pasado simple.
- Discurso indirecto.
- Conjunciones subordinantes (although, because, when, while...).
- Oraciones compuestas.
- Condicional tipo 3.

Contenidos fonológicos:

- Sonidos vocálicos: Repaso General.
- Sonidos consonánticos: Repaso General.
- Prosodia: Repaso General.

Nombre del curso:

**INGLÉS VIII CIEMHCAVI**

Créditos:

**3**

Descripción del curso:

Este es el último curso de inglés dirigido al estudiantado de la Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, y se enfoca en el uso activo y constante de la expresión oral y la comprensión auditiva. Este es un curso bimodal de naturaleza teórico – práctico de nivel universitario en el cual se proveen los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y fonéticos desarrollados a lo largo del proceso y permitiendo al estudiante consolidar el nivel de competencia B2.2 según el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER).

La mediación pedagógica consiste en la realización constante de ejercicios de producción oral de carácter elocutivo y comprensión auditiva en donde se incorporan además los componentes culturales, gramaticales y fonéticos como elementos relevantes en el aprendizaje y uso efectivo de la lengua. De manera complementaria, se realizarán ejercicios de comprensión de lectura, comprensión auditiva y producción oral en el nivel descrito que sirvan de apoyo tanto a la adquisición del idioma meta como a desarrollar conocimientos propios de la disciplina.

Objetivo general:

Extender el uso efectivo del idioma inglés en actividades de expresión oral y de comprensión de lectura en diversas situaciones de mayor complejidad.

Objetivos específicos:

Quienes finalicen el curso estarán en condiciones de:

1. Desarrollar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales del idioma inglés a nivel intermedio consolidado mediante la interacción y práctica constante de estrategias elocutivas con el idioma para desenvolverse oralmente en contextos reales e hipotéticos.
2. Incorporar los conocimientos léxicos, sintácticos, gramaticales y culturales adquiridos para analizar información de textos escritos de mayor complejidad mediante diversas técnicas de lectura.
3. Aplicar el conocimiento adquirido en la producción de textos cortos que permitan al estudiantado argumentar sobre temas reales e hipotéticos.

Temática:

- Factores psicológicos y emocionales.
- Relaciones sociales.
- Lesiones deportivas.
- Prevención y atención de emergencias.
- Alimentación y nutrición para deportistas.
- Estilos de vida saludables.
- Deporte para todos.
- Voluntariado.
- Competencias culturales en contextos deportivos.

Funciones discursivas:

- Argumentar acerca de los factores psicológicos y emocionales que influyen en el desarrollo humano.
- Especular acerca de relaciones sociales.
- Explicar las causas y consecuencias de algunas lesiones deportivas.
- Intercambiar información de procedimientos de atención de emergencias.
- Sugerir planes alimenticios y elementos nutricionales.
- Contrastar estilos de vida.

- Debatir acerca de los estereotipos, la diversidad y la inclusión en el ámbito deportivo.
- Persuadir para participar en voluntariados.
- Discutir acerca de competencias culturales en contextos deportivos.

#### Contenidos gramaticales:

- Repaso de verbos modales en presente.
- Verbos modales en pasado.
- Oraciones condicionales.
- Repaso de formas verbales en futuro.
- Tiempos narrativos.
- Frases verbales.
- Prefijos y Sufijos.
- Palabras compuestas.
- Conjunciones adverbiales (transitions).
- Oraciones complejas.

#### Contenidos fonológicos:

- Sonidos vocálicos: Enfoque en debilidades.
- Sonidos consonánticos: Enfoque en debilidades.
- Prosodia: Enfoque en debilidades.

**ANEXO C**

**PROFESORES DE LOS CURSOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL  
MOVIMIENTO HUMANO**

## ANEXO C

### PROFESORES DE LOS CURSOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO

<b>CURSO</b>	<b>DOCENTE O ESCUELA RESPONSABLE</b>
Teorías y Modelos de Aprendizaje	Irina Anchía Umaña Christian Azofeifa Mora
Introducción a las CMH (principios generales de pensamiento científico)	Gerardo Araya Vargas Irina Anchía Umaña
Atletismo	Luis Rojas Campos Randall Gutiérrez Vargas
Natación y Deportes acuáticos	Fabián Víquez Ulate Irina Anchía Umaña
Neurociencia	Jorge Salas Cabrera Randall Gutiérrez Vargas
Gimnasia	Magally Márquez Barquero Antonieta Corrales Araya
Actividades con música	Antonieta Corrales Araya Carolina Alemán Ramírez
El juego y su impacto social	María Morera Castro Diego Rodríguez Méndez
Anatomía Funcional	Daniel Rojas Valverde Juan Carlos Gutiérrez Vargas
Entrenamiento contra resistencia I	Christian Azofeifa Mora Juan Carlos Gutiérrez Vargas
Metodología de la investigación	Luis Solano Mora Pedro Ureña Bonilla
Sistematización de la información	Gerardo Araya Vargas Pedro Ureña Bonilla
Fundamentos de la recreación	María Morera Castro Diego Rodríguez Méndez
Evaluación Aptitud Física	Andrés Trejos Montoya Braulio Sánchez Ureña
Entrenamiento contra resistencia II	Christian Azofeifa Mora Juan Carlos Gutiérrez Vargas
Fisiología del ejercicio I	Daniel Rojas Valverde Andrés Trejos Montoya
Baloncesto I	Luis Blanco Romero Fabián Víquez Ulate

<b>CURSO</b>	<b>DOCENTE O ESCUELA RESPONSABLE</b>
Balonmano I	Juan Carlos Gutiérrez Vargas Immanuel Cruz Fuentes
Voleibol I	Emmanuel Herrera González
Estructura del Movimiento Humano	María Morera Castro Emmanuel Herrera González
Planificación curricular de la Educación Física	Harry González Barrantes Magally Márquez Barquero
Kinesiología y biomecánica	Juan Carlos Gutiérrez Vargas Immanuel Cruz Fuentes
Fisiología del ejercicio II	Braulio Sánchez Ureña Felipe Araya Ramírez
Baloncesto II	Luis Blanco Romero Antonietta Ozols Rosales
Balonmano II	Juan Carlos Gutiérrez Vargas Immanuel Cruz Fuentes
Voleibol II	Emmanuel Herrera González
Desarrollo motor	María Morera Castro Emmanuel Herrera González
Evaluación de los aprendizajes	Harry González Barrantes Magally Márquez Barquero
Planificación y prescripción del ejercicio	Braulio Sánchez Ureña Luis Rojas Campos
Entrenamiento de las cualidades físicas	Luis Blanco Romero Milton Rivas Borbón
Futbol I	Milton Rivas Borbón Harry González Barrantes
Procesos motrices en la adultez	María Morera Castro Emmanuel Herrera González
Práctica profesional supervisada	Daniel Rojas Valverde Irina Anchía Umaña
Campamentos y vida al aire libre	María Morera Castro Diego Rodríguez Méndez
Gestión de Empresas I	Inés Revuelta Sánchez Harry González Barrantes Steve Monge Poltronieri
Futbol II	Milton Rivas Borbón Harry González Barrantes
Aprendizaje motor	María Morera Castro Emmanuel Herrera González
Lesiones deportivas y primeros auxilios	Edgar Murillo Campos

<b>CURSO</b>	<b>DOCENTE O ESCUELA RESPONSABLE</b>
	Daniel Rojas Valverde
Alimentación y ejercicio físico	Gabriela Soto Ocampo Braulio Sánchez Ureña
Gestión de Empresas II	Inés Revuelta Sánchez Harry González Barrantes Steve Monge Poltronieri
Futsal	Diego Rodríguez Méndez Milton Rivas Borbón
Actividad física para personas con discapacidad	Antonieta Ozols Rosales Fabián Víquez Ulate
<b><u>CURSOS OPTATIVOS</u></b>	
Deportes Alternativos Individuales	Daniel Rojas Valverde
Deportes Alternativos Grupales	Cristian Azofeifa Mora
La construcción del cuerpo, prácticas para el autocuidado y la no discriminación	Inés Sánchez Revuelta

**ANEXO D**

**PROFESORES DE LOS CURSOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL  
MOVIMIENTO HUMANO Y SUS GRADOS ACADÉMICOS**

## **ANEXO D**

### **PROFESORES DE LOS CURSOS DEL BACHILLERATO EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y SUS GRADOS ACADÉMICOS**

#### **ANTONIETA CORRALES ARAYA**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

#### **ANTONIETA OZOLS ROSALES**

Doctorado en Educación con especialidad en Mediación Pedagógica, Universidad De la Salle, Costa Rica.

#### **ANDRÉS TREJOS MONTOYA**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

#### **BRAULIO SÁNCHEZ UREÑA**

Doctorado en Ciencias del Movimiento Humano, Universidad Nacional y Universidad de Costa Rica.

#### **CARLOS ÁLVAREZ BOGANTES**

Doctorado en Educación, Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica.

#### **CAROLINA ALEMÁN RAMÍREZ**

Maestría en Ciencias del Movimiento Humano, Universidad de Costa Rica.

#### **CHRISTIAN AZOFEIFA MORA**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

#### **DANIEL ROJAS VALVERDE**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

### **DIEGO RODRÍGUEZ MÉNDEZ**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

### **EDGAR MURILLO CAMPOS**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

### **EMMANUEL HERRERA GONZÁLEZ**

Maestría en Psicopedagogía, Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica.  
Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

### **FABIÁN VÍQUEZ ULATE**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Rendimiento Deportivo, Universidad Nacional, Costa Rica.

### **FELIPE ARAYA RAMÍREZ**

Doctorado en Filosofía, Kinesiología, Universidad de Auburn, Alabama, Estados Unidos. Equiparado al grado de Doctorado Académico de la Universidad de Costa Rica.

### **GABRIELA SOTO OCAMPO**

Maestría en Nutrición Humana, Universidad de Costa Rica.

### **GERARDO ARAYA VARGAS**

Maestría en Ciencias del Movimiento Humano, Universidad de Costa Rica.

### **HARRY GONZÁLEZ BARRANTES**

Maestría en Ciencias de la Educación con énfasis en Administración Educativa, Universidad Latina de Costa Rica.

### **HÉCTOR FONSECA SCHMITH**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

**INÉS REVUELTA SÁNCHEZ**

Maestría en Administración de Empresas con mención en Alta Gerencia, Universidad de San José, Costa Rica.

**IMMANUEL CRUZ FUENTES**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

**IRINA ANCHÍA UMAÑA**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

**JORGE SALAS CABRERA**

Doctorado en Educación, Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica.

**JUAN CARLOS GUTIÉRREZ VARGAS**

Maestría en Artes en Educación Física de la Universidad Interamericana de Puerto Rico. Reconocida y Equiparada a la Maestría Profesional de la Universidad de Costa Rica.

**LUIS BLANCO ROMERO**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

**LUIS ROJAS CAMPOS**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud, Universidad Nacional, Costa Rica.

**LUIS SOLANO MORA**

Doctorado en Ciencias del Movimiento Humano, Universidad Nacional y Universidad de Costa Rica.

### **MAGALLY MÁRQUEZ BARQUERO**

Maestría en Ciencias del Movimiento Humano, Universidad de Costa Rica.

### **MARÍA MORERA CASTRO**

Doctorado en Filosofía, Universidad de Auburn, Alabama, Estados Unidos.  
Equiparado al grado de Doctorado Académico de la Universidad de Costa Rica.

### **MILTON RIVAS BORBÓN**

Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Rendimiento Deportivo, Universidad Nacional, Costa Rica.

### **PEDRO UREÑA BONILLA**

Doctorado en Ciencias del Deporte, Escuela Alemana Superior de Deportes Colonia de Alemania Federal. Reconocido y Equiparado con el grado académico de Doctorado, Universidad Nacional.

### **RANDALL GUTIÉRREZ VARGAS**

Maestría en Artes en Educación Física de la Universidad Interamericana de Puerto Rico. Reconocida y Equiparada a la Maestría Académica de la Universidad de Costa Rica.

### **STEVE MONGE POLTRONIERI**

Maestría en Gerencia de Proyectos, Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología, Costa Rica.



UCR

TEC

UNA

UNED

UTN  
Universidad  
Técnica Nacional