

**CARTAS DESCRIPTIVAS**

Datos de identificación				
Unidad Académica		Facultad de Deportes		
Programa		Maestría en Educación Física y Deporte Escolar		
<b>Nombre de la asignatura</b>		<b>Recreación y Bienestar</b>		
Tipo de Asignatura		Optativa		
Clave (Posgrado e Investigación)				
Horas teoría	1	Horas laboratorio	0	Créditos Totales
Horas taller	0	Horas prácticas de campo	3	
Perfil de egreso del programa				
<p>El egresado de la Maestría en Educación Física y Deporte Escolar es un profesional con herramientas teórico- prácticas para elaborar proyectos o programas de intervención en el ámbito de la Educación Física y deporte escolar. En base a las Líneas de Generación y Aplicación de Conocimientos y a las tres áreas fundamentales de desarrollo, contará con las siguientes habilidades, conocimientos y competencias:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Dirigir, analizar y diseñar, a partir de políticas públicas específicas, planes y proyectos de desarrollo en relación a la promoción de la actividad física, el deporte y la salud en ámbito escolar y extraescolar.</li> <li>2.-Identificar necesidades individuales del escolar e implementar programas para desarrollar sus capacidades físicas y habilidades motoras, a través de la educación física y el deporte escolar, para mantenimiento se la salud, con una prospectiva que integre las etapas sensibles del desarrollo humano.</li> <li>3.- Prescribir planes y programas de ejercicio físicos dirigidos a la enseñanza y desarrollo de las capacidades y destrezas físicas, así como evaluar y detectar problemas de tipo psicomotriz en el ámbito escolar y extraescolar.</li> <li>4.- Trabajar en grupos inter y multidisciplinarios orientados a la solución de problemáticas de la salud en la educación física y deporte escolar.</li> <li>5.-Buscar soluciones a los problemas del proceso enseñanza-aprendizaje con respecto a la administración de la docencia en Educación Física y en la Educación Básica.</li> <li>6.-Diagnosticar y atender problemáticas relacionadas con las administración de servicios para la educación física y el deporte escolar mediante la planeación estrategia u evaluación financiera con la utilización de los medios y recursos con lo que interactúan cotidianamente.</li> </ol>				
Definiciones generales de la asignatura				
<b>Aportación de esta materia al perfil de egreso del estudiante.</b>		Proporciona a los estudiantes los conocimientos necesarios para planificar programas recreativos para el ámbito escolar y de tiempo libre.		
<b>Descripción de la orientación de la asignatura en coherencia con el perfil de egreso.</b>		En esta etapa el alumno podrá elegir cursar esta asignatura encaminada al aprendizaje de la planificación de actividades recreativas para el uso activo del tiempo libre en diversos contextos de la vida, las cuales impacten positivamente sobre el bienestar de los individuos mediante la práctica de actividad física.		
<b>Cobertura de la asignatura.</b>		Considerar el diseño de programas recreativos y su aplicación en la educación física y en el tiempo libre.		

**Universidad Autónoma de Baja California**  
 Coordinación de Posgrado e Investigación

<b>Profundidad de la asignatura.</b>		Aplicar y diseñar actividades físicas en la educación física para el tiempo libre y la recreación.	
<b>Temario</b>			
<b>Unidad</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Tema</b>	<b>Producto a evaluar (evidencia de aprendizaje)</b>
1.- Técnicas recreativas en la Educación Física	Aplicar las técnicas recreativas en educación física del nivel básico para afianzar los conocimientos adquiridos.	1.1. Didáctica aplicada a la Recreación. 1.2. Conciencia Corporal. 1.3. Ritmo.	Video  Reporte de experiencias.
2.- El juego predeportivo	Reflexionar sobre la importancia del juego como herramienta de iniciación deportiva.	2.1. Iniciación deportiva a través del juego. 2.2. Actividades acuáticas recreativas	Ensayo.
3. Diseños de actividades físicas recreativas en otros contextos	Identificar diferentes espacios, iniciativas y realidades vinculadas a las prácticas de ocio, analizando sus limitaciones y posibilidades desde una práctica pedagógica y capacitar en el diseño de proyectos de intervención recreativa para el uso activo del tiempo libre.	3.1. Animación Sociocultural  3.2. Recreación turística y naturaleza.  3.3. Actividades físicas de Aventura.  3.4. Actividades Físicas Urbanas.	Mapa conceptual.  Diseño de actividades físicas.  Reporte de experiencias.  Presentación oral.
<b>Estrategias de aprendizaje utilizadas:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videos</li> <li>• Revisión de artículos científicos</li> <li>• Presentaciones orales</li> <li>• Ensayos</li> <li>• Debates</li> </ul>			
<b>Métodos y estrategias de evaluación:</b>			
Investigación documental 20% Presentación oral. 30% Diseño de actividades físicas 30% Reporte de experiencias 20%			

**Bibliografía:**

1. Bernal Ruiz, J. A. (2003). *Juego de calle*. Sevilla: Wanceulen
2. Capllonch, M. (2001). *Fichero de Actividades acuáticas básicas*. Barcelona: INDE.
3. Devereux, G. (2002). *Yoga Dinámico*. Madrid: Tutor
4. Froufe, S. (2005). *Técnicas de grupo en animación comunitaria*. Salamanca: Amarú.
5. Gil, P. (2003). *Animación y dinámica de grupos deportivos. Manual para la enseñanza y animación*. Sevilla: Wanceulen.
6. Gómez Lecumberri, C. (2009). *Deporte e integración social. Guía de intervención educativa a través del deporte*. Barcelona: INDE.
7. González, C., Sebastiani, E. (2000). *Actividades acuáticas recreativas*. Barcelona: INDE.
8. Jardí, C. (2000). *Movernos en el agua*. Barcelona: Paidotribo.
9. Jardí, C. (2001). *Jugar en el agua. Actividades Acuáticas Infantiles*. Barcelona: Paidotribo.
10. Katz, J. (2000). *Ejercicios en el agua para todos*. Madrid: Tutor.
11. Lawrence, D. (2005). *Guía completa de ejercicios en el agua*. Madrid: Tutor.
12. López Franco, A. (2004). *Actividades físico-deportivas con colectivos especiales*. Sevilla: Wanceulen.
13. Martín, O. (1993). *Juegos y recreación deportiva en el agua*. Madrid: Gymnos.
14. Martínez, P., Moreno, R. (2011). *Cuentos motores acuáticos: el modelo fantástico*. Barcelona: INDE.
15. Melas, I. (1995). *El movimiento natural*. Paidotribo.
16. Ortí, J. (2004). *La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos*. Madrid: INDE.
17. Rodomista, K. (2009). *101 juegos de piscina para niños. Diversión y preparación física para nadadores de todos los niveles*. Madrid: Neo Person

Nombre y firma de quién diseñó carta descriptiva:

Dr. Heriberto Antonio Pineda Espejel

Mtro. Carlos Alberto Chávez López

Nombre y firma de quién autorizó carta descriptiva:

Dr. Edgar Ismael Alarcón Meza.

Nombre(s) y firma(s) de quién(es) evaluó/revisó(evaluaron/ revisaron) la carta descriptiva:

Dr. Edgar Ismael Alarcón Meza (líder de CA)

Dr. Javier Arturo Hall López (encargado de investigación y posgrado de la Facultad de Deportes)