Universidad de Guadalajara

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

CENTRO UNIVERSITARIO

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

DEPARTAMENTO

Psicología Aplicada

ACADEMIA

Psicología y Deportes

NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Recreación Físico Deportiva

Clave de la unidad de aprendizaje:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:	Eje curricular
I8757	24	40	64	6	

Tipo de curso	Modalidad	Nivel en que se ubica	Programa educativo	Prerrequisitos
CT = curso - taller	Presencial / Híbrido	● Licenciatura	LIC. EN CULTURA FÍSICA Y DEPORTES	NA

ÁREA DE FORMACIÓN

Básica Particular Obligatoria

PERFIL DOCENTE

Ser de las Licenciaturas en Psicología y/o Cultura Física y Deportes, preferentemente contar con el grado académico de Maestría en Educación Física y/o Recreación o sus afines, con especialidad y experiencia en programas educativos para el uso del tiempo libre y la Recreación, en sus dimensiones físico-deportiva, Cultural, Salud Integral y Comunitaria.

2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRES

LICENCIATURA EN CULTURA FISICA Y DEPORTES
Profesionales
Implementa programas de recreación física deportiva, con base en una planificación previay una actitud reflexiva, que le permita intervenir en ámbitos comunitario, laboral, turístico, ecológico, educativo y urbano con la finalidad de incidir en la salud integral y en elesparcimiento activo de diversos grupos sociales y etarios.
Socio- Culturales
Mejora la calidad de sus desempeños mediante la profesionalización, el uso de lacreatividad, la búsqueda de la innovación, el trabajo colaborativo y actualización continua,en los diversos escenarios laborales, con la finalidad de emprender, ejercer liderazgo y consolidar sus intervenciones ligadas a la profesión.
Realiza sus intervenciones profesionales con ética y apegadas a los Derechos Humanos,el juego limpio y los marcos normativos aplicables, conforme a los Objetivos para el Desarrollo Sostenible con la finalidad de favorecer la cultura de la paz.
Construye la identidad y comunidad profesional de la cultura física durante su formación ysu práctica laboral para identificarse en los diferentes contextos y reivindicar el rol de los egresados en la sociedad actual y futura.
Técnico- Instrumentales
Utiliza en el ejercicio de su profesión, con sentido crítico y ético, las tecnologías para la información, comunicación y conocimiento para el aprendizaje digital, de acuerdo con las exigencias de sus tareas o roles profesionales específicos para mejorar la calidad en su desempeño y de seguir aprendiendo a lo largo de su trayectoria formativa y laboral.
Emplea métodos y técnicas para el análisis y el conocimiento de los diferentes contextos,las culturas propias de los escenarios y de los grupos sociales en los que ejerce su labor profesional, con el objetivo de tomar decisiones informadas en relación con los problemascotidianos, sociales y laborales.
Utiliza la literatura científica disponible del ámbito de las disciplinas asociadas a la culturafísica para comunicar por escrito o verbalmente y de manera crítica, con claridad y eficaciasus proyectos de intervención profesional o de investigación.

3. PRESENTACIÓN

Recreación Físico-Deportiva es una Unidad de Aprendizaje (UA) que ofrece al estudiante la oportunidad de desarrollar un análisis crítico de los conceptos de ocio, tiempo libre y recreación, desde perspectivas educativas, antropológicas y sociológicas. El objetivo es comprender las diferentes dimensiones de su práctica y expresión en diversos campos, como el educativo, la actividad físico-deportiva, el ámbito laboral, el turismo, la comunidad, el desarrollo humano y el desarrollo sostenible.

El estudiante adquirirá competencias mediante el análisis situacional, lo que le permitirá diseñar y ejecutar programas de intervención para diversos grupos y la población en general. Estos programas se orientan a crear conciencia sobre el valor y la importancia del uso del tiempo libre en el desarrollo social y cultural, así como en el cuidado del medio ambiente. Además, se abordará la práctica de la actividad física, la actualización de formas de juego a través de la tecnología, la convivencia, la ecología, la comunicación humana y la promoción del deporte para todos.

Esta unidad de aprendizaje será a su vez requisito para cursar las unidades siguientes: Recreación y Programas de Ciudad y Metodología de la recreación. Comparte, en el eje curricular al que pertenece, en diferentes niveles del campo de conocimiento el análisis de contenidos aplicados a las bases de la actividad física y las condiciones sociales e individuales apegados al contexto histórico social, con las unidades de aprendizaje: Educación Física, Antropología del Deporte, Psicología de la Actividad Física y del Deporte y Sociología del Deporte.

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Analiza, comprende y caracteriza a la recreación como un proceso y como un fenómeno inherente al desarrollo del ser humano, para delimitar su función e importancia en la actividad físico deportiva en favor de la salud integral y el desarrollo de la personalidad enel marco de un proyecto de vida y el uso positivo del tiempo libre y, fundamentar suficientemente su aplicación, con un alto grado de calidad, en programas de Recreación, de Educación Física, así como participar interdisciplinariamente en programas de educación para la salud Integral, y de impulso a la cultura física con la población en general y sus diferentes grupos (niños, jóvenes, adultos, ancianos y personas con requerimientos especiales) y en los ámbitos: educativo, terapéutico, laboral, turístico, ecológico, sanitario y del cuidado del medio ambiente.

5. SABERES

Prácticos	Teóricos	Formativos
• Analiza y aplica de manera crítica los conocimientos sobre recreación, tiempo libre y ocio, demostrando un entendimiento profundo de estos conceptos en diversos contextos. • Desarrolla, organiza, lidera y evalúa servicios recreacionales dirigidos a individuos, grupos y comunidades, con el objetivo de promover un uso positivo del tiempo libre y fomentar un estilo de vida saludable. • Conoce y evalúa las necesidades de recreación utilizando procedimientos y técnicas adecuadas, adaptadas a diferentes tipos de personas, grupos, comunidades e instituciones que buscan mejorar su oferta de servicios de recreación. • Evalúa el entorno y diseña escenarios que favorezcan la recreación físico deportiva, considerando tanto a la población en general como a	- Analiza e identifica las teorías clave que explican los conceptos de tiempo libre, ocio, recreación y actividad física en su contexto educativo, tanto formal como informal, destacando su impacto en el desarrollo social y cultural del ser humano. - - Comprende la relación integral entre recreación, tiempo libre, ocio, estilo de vida y salud, reconociendo su importancia para el bienestar general. - - Reconoce la recreación como un proceso esencial en el ciclo de vida humano y en su desarrollo histórico y sociocultural,	- Asume responsabilidad en la convivencia grupal y su impacto. - Valora y respeta la diversidad cultural de los participantes. - Actúa con ética y responsabilidad profesional. - Promueve actitudes democráticas en la organización de grupos. - Trabaja en armonía con el entorno social y ecológico.

grupos específicos con necesidades particulares. - Innova en el diseño y ejecución de técnicas y actividades recreativas, creando nuevas oportunidades para el disfrute y aprovechamiento del tiempo libre.	valorando su influencia a lo largo del tiempo. - - Analiza e identifica las condiciones, metodologías y procedimientos que promueven la recreación, asegurando su efectividad en diversos contextos. - - Examina los principios y procedimientos para la planificación de actividades recreativas y el diseño de escenarios adecuados, adaptados a las necesidades específicas de diferentes grupos. - - Comprende las distintas formas de educación—formal, no formal e informal—y su integración al diseñar programas educativos para el uso del tiempo libre, asegurando un enfoque holístico en la enseñanza. - - Identifica los procedimientos fundamentales para evaluar programas recreativos y de recreación física, asegurando su eficacia y relevancia.	

	- - Reconoce los principios de administración y organización social e institucional necesarios para el desarrollo, coordinación y evaluación de programas recreativos y de recreación física, optimizando su gestión y resultados. - - Analiza y desarrolla un conocimiento profundo sobre el juego como un fenómeno intrínseco al ser humano, comprendiendo su influencia en el desarrollo de la personalidad, su valor antropológico en la evolución de la actividad física y el deporte, y las diversas teorías y metodologías asociadas. - - Examina y comprende el concepto de libertad en sus posibilidades reales para el ser humano, explorando su relevancia en el contexto recreativo y personal.	

6. CONTENIDO TEÓRICO-PRÁCTICO

Temas	Detalles del tema
1. **Fundamentos, contexto y marco normativo de los eventos deportivos** • Concepto, características y clasificación de los eventos deportivos. • Eventos recreativos, escolares, universitarios, comunitarios, federados, masivos y de alto rendimiento. • Aplicación del método científico en el diagnóstico, planeación y evaluación de eventos. • Administración aplicada al deporte: planeación, organización, dirección, control y evaluación. • Marco normativo e institucional del deporte en México. • Responsabilidad ética, social y legal del organizador deportivo. • Transparencia, protección de datos, trato digno e inclusión en la gestión deportiva.	En este tema introductorio, las y los alumnos serán guiados en comprender los aspectos generales a nivel nacional, entorno a la organización de eventos, las principales características y acciones necesarias para el desarrollo de estos.
Planeación estratégica y gestión previa del evento deportivo Diagnóstico del entorno y análisis de viabilidad. 2. Planteamiento de objetivos, metas, población objetivo y alcance del evento. - Diseño del modelo general del evento: nombre, concepto, convocatoria, reglamento y programa. - Estructura del comité organizador y asignación de comisiones. - Gestión de recursos humanos, materiales, financieros, tecnológicos e institucionales. - Elaboración de cronograma, ruta crítica y manual de organización. - Presupuesto, financiamiento, patrocinios y alianzas estratégicas. - Comunicación previa, difusión, imagen institucional y marketing deportivo.	Se desarrolla una evaluación de las comunidades, a partir de la integración de los datos visualizados previamente, en donde se conoce el contexto, la estructura, el orden y los trámites necesarios para un evento deportivo.

Operación, seguridad y ejecución técnica del evento -Sistemas de competencia: eliminación sencilla, doble eliminación, round robin, grupos, finales y criterios de desempate. - Junta técnica, acreditación, roles de juego, arbitraje, jueceo y control de resultados. - Montaje de instalaciones, señalética, accesos, zonas de competencia y áreas de servicio. - Coordinación de comisiones durante el evento. - Ceremonias de inauguración, premiación y clausura. - Elaboración de programas y guiones protocolarios. - Gestión de riesgos, protección civil y protocolos de emergencia. - Servicios médicos, hidratación, seguridad, control de aforo y atención a incidencias. - Uso de tecnologías: inscripción digital, cronometraje, resultados, códigos QR, redes sociales y transmisión en vivo.	En esta sección el estudiante tendrá el enfoque de ver desde dentro cuáles son los puntos clave, posterior a tener un equipo con el capital humano, para con ello y el organigrama poder llevar a cabo cada paso en tiempo y forma. Así como la estructura y las terceras personas que trabajarán para poder tener un evento exitoso.

Sostenibilidad e impacto del evento deportivo • Desmontaje, entrega de instalaciones y verificación del estado de recursos. • Cierre de compromisos con proveedores, patrocinadores, autoridades y participantes. • Publicación de resultados, memoria fotográfica, boletines y agradecimientos. • Evaluación técnica, logística, financiera, comunicacional y de satisfacción. • Indicadores de participación, impacto social, institucional, económico y ambiental. • Inclusión, accesibilidad y sostenibilidad como criterios de mejora continua. • Elaboración del informe final del evento. • Retroalimentación, identificación de áreas de oportunidad y construcción del legado del evento deportivo.	A partir de los ODS, se comprenderá y valorará una proyección de los eventos ayudando al medio ambiente, teniendo en cuenta los aspectos y las metas englobados en este documento internacional.

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

Análisis Crítico y Reflexivo: Los estudiantes realizarán un análisis crítico y reflexivo de los conceptos clave en recreación y uso del tiempo libre, así como de los escenarios actuales y teóricos que enmarcan la práctica formal.

Trabajo Grupal y Conclusiones: Abordarán los contenidos del curso de manera grupal, elaborando conclusiones que resalten aspectos significativos de su perfil como recreador y les ayuden a aplicar estrategias adecuadas en su futura práctica profesional.

Prácticas por tema: Los estudiantes llevarán a cabo prácticas al final de cada tema para consolidar el aprendizaje y aplicar los conceptos en situaciones reales.

Práctica Interdisciplinaria: Experimentarán en una práctica que refleje el carácter interdisciplinario del rol del recreador, integrando conocimientos y habilidades de diversas áreas.

Evaluación del Proceso de Recreación: Evaluarán el proceso de recreación a nivel micro y establecerán criterios para medir el avance de una sesión de clase, así como programas a corto, mediano y largo plazo.

Fomento de la Creatividad: Realizarán actividades que promuevan la comprensión, evaluación y fomento de la creatividad en su trabajo recreacional.

Desarrollo del Pensamiento Complejo: Vivenciarán niveles lógicos del aprendizaje y desarrollarán el pensamiento complejo para abordar desafíos de manera efectiva.

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

Evidencias de aprendizaje	Criterios de desempeño	Contexto de aplicación	Calificación
Realizará las tareas correspondientes a cada tema con mapas conceptuales y reportes analíticos.	La presentación de su cuadro sinóptico o mapa conceptual deberá incluir a los conceptos clave y a una apreciación jerarquizada y funcional.	Se llevarán a cabo de las diferentes herramientas digiitlas accesibles para el estudiantado.	Cada actividad tendrá establecida de forma sumativa la evaluación, en la medida que transcurre el ciclo. Tareas: 30% Exposición, dinámica y práctica: 30% Actividad
Realizará una reporte sobre el tema asignado y aplicado, integrando tanto los aspectos teóricos como los dinámicos y prácticos.	Mostrar respeto a sus compañeros y participar activa y responsablemente durante el ciclo escolar. Realizar el 90 % de las actividades tanto practicas como teoriacas.	Los espacios designados para llevar a cabo esta actividad incluyen el aula de clase, las canchas de usos múltiples y las áreas de práctica del complejo deportivo universitario.	
Reporte de su experiencia en la Práctica extramuros. (Campamento y/o actividad local).	Su reporte conclusivo será de una cuartilla y debe agregar sugerencias y comentarios a la practica extramuro.	El Centro Universitario de la Costa ofrece, principalmente, espacios como montañas, playas y ambientes ecológicos. También es posible aplicar estas actividades en la zona metropolitana de	

		Guadalajara, aprovechando espacios destinados al disfrute del tiempo libre.	extramuros: 30% Participación: 10%

9. ACREDITACIÓN

Tareas: 30%

Exposición, dinámica y práctica: 30%

Actividad extramuros: 30%

Participación: 10%

Lo anterior de conformidad con los criterios señalados en el Reglamento General de Evaluación y Promoción de Alumnos de la Universidad de Guadalajara. Cfr. http://www.secgral.udg.mx/sites/archivos/normatividad/general/ReglamentoGralEPAlumnos.pdf

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

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

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

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

10. REFERENCIAS Y RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

REFERENCIAS BÁSICAS

1. - Elkonin, D. B. (2003). *Psicología del Juego*. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
2. González, F., & Temprano, R. (2018). *Actividades de ocio y tiempo libre* (1ª ed.). España: Paraninfo.
3. Lavega, B. P., & Olaso, C. S. (2011). *1000 Juegos y Deportes Populares y Tradicionales*. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
4. Ley, C., & Rato Barrio, M. (2011). *Deporte, juego y técnicas participativas como herramientas terapéuticas. Diseño y evaluación de un programa con mujeres*

víctimas/supervivientes de violencia. Saarbrücken, Alemania: Editorial Académica Española.

5. Ley, C., & Rato Barrio, M. (2012). A narrative review of research on the effects of physical activity on people living with HIV and opportunities for health promotion.
6. Ley, C., Leach, L., Rato Barrio, M., & Bassett, S. (2014). Effects of a 10-week physical activity programme on fatigue, weight and strength in people living with HIV in a disadvantaged community. *African Journal of AIDS Research* (En prensa).
7. Maza Gutiérrez, G., Balibrea, K., et al. (2011). *Deporte, Actividad Física e Inclusión Social. Una guía para la intervención social a través de las actividades deportivas*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
8. Martínez Olmos, J. J. (2011). *Animación y Recreación*. Barcelona, España: INDE.
9. Munne, F. (2010). *Psicosociología del Tiempo Libre*. México: Editorial Trillas.
10. Pacheco, R. P., Guerra, J. A., Galarza, M. Z., & Mejía, A. B. (2020). Aproximación fenomenológica y hermenéutica de los expertos en recreación sobre las teorías del ocio y el tiempo libre en el proceso de socialización en las instituciones educativas. *OLIMPIA. Revista de La Facultad de Cultura Física de La Universidad de Granma*, 17, 78–91.
11. Piaget, J. (2019). *La formación del símbolo en el niño: Imitación, juego y sueño* (1ª reimpresión). México: Fondo de Cultura Económica.
12. Rodríguez, A., Carreño, J., & Díaz, A. (2016). *Recreación, enseñanza y escuela*. Kinesis.
13. Sánchez Tovar, L., Jurado, L., & Simões Brasileiro, M. D. (2013). Después del trabajo: ¿qué significado tiene el ocio, el tiempo libre y la salud? *Paradígma, 34*(1), 31–51.
14. Vopel, W. Klaus. (2010). *Juegos de Interacción para Adolescentes y Jóvenes*. Madrid: Editorial CCS.
15. Vygotsky, L. S. (2009). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores* (3ª ed.). Barcelona: Crítica.
16. Waisburd, G., & Sefchovich, G. (2011). *Hacia Una Pedagogía de la Creatividad*. México: Editorial Trillas.

Lema, R., & Menteagudo, M. (2016). *Espacios de ocio y recreación para la construcción de ciudadanía*. Bilbao: DeustoDigital.

RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

1. Aron, R. (1990). *Ensayo sobre las libertades*. Madrid: Editorial Alianza.
2. Bruner, J. (1986). *El habla del niño*. Barcelona: Paidós.
3. Bruner, J. (1989). *Acción, pensamiento y lenguaje*. Madrid: Alianza Editorial.
4. Bustelo, E. (2007). *El recreo de la infancia*. Argentina: Siglo XXI Editores.
5. Elias, N. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. México: Fondo de Cultura Económica.
6. Espinoza, R. A., & Gimeno, M. A. et al. (1995). *Iguales pero diferentes: Un modelo de integración en el tiempo libre*. Comunidad de Madrid: Editorial Popular.
7. Gobierno Federal de México. SEP. (2008). *Guía de activación física: Educación básica primaria*. Dirección Federal de Educación Física del Distrito Federal, CONADE.
8. Heller, A. (1987). *Sociología de la vida cotidiana* (2ª ed.). Barcelona: Península.
9. Maslow, A. (1982). *La amplitud natural de la naturaleza humana*. México: Editorial Trillas.
10. Muñoz Rojas, D., & Hughes Cartigny, J. (2011). Uso del tiempo libre de las personas adultas mayores residentes en albergues. *Revista de Ciencias Sociales*, I–II(131–132), 57–74.
11. Ponce de León, E. A. (1998). *Tiempo libre y rendimiento académico*. España: Editorial de la Universidad de la Laja.
12. Ureta, X. (2015). Estilos de vida y prácticas de ocio en estudiantes de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte del IUACJ. *Revista Universitaria de la Educación Física y el Deporte, 8*(8), 49–58.

Elaborado por:	**Evaluado y actualizado por:**
Mtro. Trinidad Gerardo Martínez Cárdenas Dr. Baudelio Lara García Dr. Jaime Quintero Ruiz; Mtro. Anthony Gabriel Alonso.	Mtro. Anthony Gabriel Alonso García Mtro. Luis Armando Quintana Flores Lic. Brian Adrian Sánchez Solis Mtra. Rosario Alejandra Jiménez López Dr. Pedro Reynaga Estrada
Fecha de elaboración:	**Fecha de última actualización aprobada por la Academia:**
15/ 08/ 2015	15/08/2026