Centro Universitario de Ciencias de la Salud

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

Formato F6 para Unidades de Aprendizaje

PROGRAMA DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS

IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

Departamento

Ciencias del Movimiento Humano Educación, Danza, Deporte y recreación.

Academia:

Transdisciplinar

Unidad de Aprendizaje

Prácticas Supervisadas en Recreación Laboral, terapéutica y turística

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
I8816	20	140	160	12

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
C = Curso CL= Curso Laboratorio L = Laboratorio P = Práctica T = Taller CT = Curso - Taller N = Clínica M = Módulo S = Seminario	Técnico Medio Técnico Superior Universitario Licenciatura Especialidad Maestría Doctorado	Licenciatura en Cultura Física y Deportes	I8779 y I8796

Área de formación:

Especializante Selectiva

Elaborado y actualizado por:

08/07/2026	
César Omar Soltero Valencia	Academia de Educación Física, Recreación y Danza

Aporte al perfil del egreso - COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

El estudiante gestiona de manera eficiente recursos humanos, materiales, tecnológicos y digitales para diseñar, implementar y evaluar programas recreativos laborales, turísticos y terapéuticos dirigidos a poblaciones diversas, promoviendo la inclusión, el bienestar integral y estilos de vida saludables mediante la actividad física, la recreación y estrategias de intervención innovadoras.

Integra herramientas de inteligencia artificial y tecnologías emergentes para la planeación, personalización, seguimiento y evaluación de programas recreativos, optimizando la toma de decisiones, la gestión de información y la generación de propuestas adaptadas a las necesidades físicas, sociales, emocionales y culturales de los participantes, bajo principios éticos y de responsabilidad profesional.

Desarrolla proyectos recreativos y sociales de manera individual y colaborativa, con capacidad de liderazgo, pensamiento crítico, creatividad, adaptación al cambio y orientación hacia la innovación, contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de las personas y comunidades desde una perspectiva sostenible, inclusiva y comprometida con su desarrollo personal y social.

2. PRESENTACIÓN.

La recreación laboral, terapéutica y turística como Unidad de Aprendizaje, se caracteriza por la complejidad de su propia demanda potencial que incluye todos los sectores poblacionales: niños, adolescentes, jóvenes, adultos, senectud, discapacitados, entre otros, con la intención de promover la armonía laboral, integración grupa, mejorar los canales de comunicación, inclusión social y programas y/o eventos en el ramo turístico, respectivamente de acuerdo a su enfoque.

3. UNIDAD DE COMPETENCIA

Pone en práctica de manera pertinente y reflexiva programas recreativos para promover en la población el ocio activo. Esta UDA permite que el estudiante identifique y perciba el contexto laboral, su problemática y las dinámicas y programas que coadyuvarán a generar un ambiente más armonioso. Crear programas y eventos en el contexto turístico a través de la recreación. Desarrollarse en ámbitos principalmente hoteleros, empresariales y población abierta; donde el profesional desarrolla habilidades para la elaboración y aplicación de actividades recreativas que le permiten integrarlas con responsabilidad y compromiso en su quehacer laboral. Como un proceso interactivo de aprendizaje en el que participa un conjunto de diversos agentes o actores: públicos, privados, y comunitarios que interactúan por medio de una variedad de mecanismos y rutinas institucionales y de convenciones sociales

4. ATRIBUTOS Y SABERES

Saberes Prácticos (Saber hacer)	Diseña, implementa y ejecuta proyectos y programas recreativos dirigidos a diversos contextos de intervención: turístico, laboral, comunitario y terapéutico, considerando las características, necesidades e intereses de los participantes. Aplica métodos, técnicas e instrumentos para el diagnóstico de necesidades recreativas, identificando factores sociales, culturales, físicos y emocionales que permitan fundamentar propuestas de intervención pertinentes. Implementa estrategias de seguimiento y evaluación de programas, actividades y servicios recreativos mediante procedimientos e indicadores que permitan valorar su impacto, calidad y pertinencia.

	Ejecuta protocolos y procedimientos de seguridad, prevención de riesgos y atención oportuna para favorecer el bienestar, la integridad y la participación segura de los usuarios durante las actividades recreativas. Gestiona y supervisa la operación de recursos humanos, materiales, espacios e infraestructura recreativa, aplicando criterios de organización, mantenimiento, accesibilidad y aprovechamiento adecuado de los entornos de intervención. Adapta actividades y programas recreativos con base en principios de inclusión, participación activa y atención a la diversidad, favoreciendo experiencias significativas en ámbitos turísticos, laborales y terapéuticos.
Saberes Teóricos (Saber pensar)	Comprende los fundamentos teóricos del juego, la recreación y el ocio como fenómenos sociales, culturales, educativos y terapéuticos, reconociendo su importancia en el desarrollo integral de las personas durante las diferentes etapas del ciclo de vida, así como su influencia en la formación de actitudes, valores, comportamientos, bienestar y aprovechamiento de recursos personales y comunitarios. Analiza las características biopsicosociales, necesidades, intereses y particularidades de diversos grupos poblacionales, considerando contextos turísticos, laborales, educativos, comunitarios y terapéuticos, con el propósito de identificar estrategias recreativas pertinentes, inclusivas y adaptadas a cada población. Comprende los principios teóricos, metodológicos y técnicos para la planificación, organización, implementación y evaluación de programas y actividades recreativas, considerando objetivos, recursos disponibles, características del grupo, seguridad, accesibilidad e impacto esperado. Desarrolla conocimientos relacionados con el diseño, fundamentación y elaboración de proyectos de recreación con impacto social, turístico, laboral y terapéutico, integrando herramientas de diagnóstico, intervención y evaluación que favorezcan la calidad de vida, la participación activa y el bienestar de las personas y comunidades. Reconoce la recreación como una estrategia de intervención interdisciplinaria orientada a promover la salud integral, la inclusión social, el desarrollo humano, la convivencia y el fortalecimiento de habilidades individuales y colectivas en diversos escenarios de aplicación.
Saberes Formativos (Saber ser)	Desarrolla una actitud empática y sensible ante las necesidades, intereses y características individuales de los participantes, favoreciendo ambientes de respeto, confianza e inclusión. Reconoce y valora la diversidad cultural, social y personal de los individuos y grupos con los que interviene, promoviendo prácticas recreativas equitativas y respetuosas. Manifiesta compromiso, entusiasmo y vocación profesional como agente promotor del bienestar, la salud integral y la calidad de vida mediante la recreación en contextos turísticos, terapéuticos y laborales. Demuestra disposición para el trabajo colaborativo, la comunicación efectiva y la convivencia profesional con sus compañeros y equipos interdisciplinarios. Actúa con ética, responsabilidad y respeto hacia todas las personas con las que participa, reconociendo sus capacidades, necesidades y derechos, independientemente de su condición personal, social o funcional. Diseña y desarrolla proyectos de recreación con criterios de calidad, pertinencia, creatividad y responsabilidad profesional, considerando las características del contexto y las necesidades de la población atendida.

5. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

Unidad 1. Recreación turística y animación sociocultural

Contenidos teóricos

- Principios de la recreación turística.
- Diseño de experiencias recreativas en hoteles, comunidades, espacios naturales y atractivos culturales.
- Cultura de vida al aire libre y educación ambiental.
- Organización y gestión de servicios recreativos turísticos.

Aplicación práctica

- Diseño de programas de animación turística.
- Elaboración de rutas recreativas y experiencias de ocio activo.
- Aplicación de técnicas recreativas en ambientes naturales y culturales.
- Evaluación de la calidad del servicio recreativo.

Unidad 2. Recreación laboral y bienestar organizacional

Contenidos teóricos

- Importancia de la recreación en ambientes laborales.
- Recreación como estrategia para mejorar clima organizacional, motivación y productividad.
- Pausas activas, acondicionamiento físico laboral y promoción de estilos de vida saludables.
- Programas recreativos dirigidos a trabajadores y ejecutivos.

Aplicación práctica

- Diseño de planes recreativos empresariales.
- Programación de actividades físicas y lúdicas para grupos laborales.
- Implementación de estrategias de bienestar corporativo.
- Evaluación del impacto de programas recreativos en organizaciones.

Unidad 3. Recreación terapéutica e inclusión social

Contenidos teóricos

- Recreación como herramienta de intervención terapéutica y desarrollo integral.
- Discapacidad: diferencia entre condición y situación de discapacidad.
- Principios de inclusión, accesibilidad y adaptación recreativa.
- Beneficios de la recreación en poblaciones vulnerables.

Aplicación práctica

- Diseño de actividades recreativas adaptadas.
- Aplicación de juegos inclusivos y estrategias de participación.
- Intervención recreativa con personas con discapacidad y grupos vulnerables.
- Evaluación de resultados sociales, emocionales y funcionales

6. MODALIDADES DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Modalidad	Actividad
6.1 Clases teóricas	Si aplica, en la sesiones de aula y fuera del aula donde se podrán aprender y enseñar los contenidos de la UDA.
6.2 Seminarios	No aplica
6.3 Talleres	No aplica
6.4 Clases prácticas	Sí aplica, las prácticas aplicadas por los alumnos y serán supervisadas fuera del Centro Universitario
6.5 Tutorías	Sí aplica, asesorías individuales y por equipos durante el diseño y dentro de la aplicación de prácticas supervisadas si así se requiere.
6.6 Prácticas externas al Centro Universitario	Sí aplica, las prácticas aplicadas por los alumnos y serán supervisadas fuera del Centro Universitario en los lugares asignados.
6.7 Actividades no presenciales: Conferencias	Si el programa educativo lo requiere.
6.8 Actividades no presenciales: Estudio y trabajo en grupo	En el diseño y/o ajustes de los programas de recreación laboral, terapéutica y turística.
6.9 Actividades no presenciales: Estudio y trabajo autodirigido del alumno	En el diseño y/o ajustes de los programas de recreación laboral, terapéutica y turística, búsqueda de espacios, búsqueda de población practicante, elaboración de recursos didácticos y búsqueda de información,

7 EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	8 CRITERIOS DE DESEMPEÑO	9 CAMPO DE APLICACIÓN
1- Autocontrol 2- Elaboración de prácticas. (Aprendizaje por proyecto)	1- Individual, contiene todas las actividades programadas por el profesor (fichas reflexivas, bitácoras reflexivas, reporte de prácticas, videos, galerías de fotografías, entre otras estrategias de aprendizaje que necesiten la revisión por el docente. 2- En equipo, aplicación de prácticas recreativas con el enfoque laboral, turístico y terapéutico, que cubran las 120 horas en el transcurso del semestre. (el lugar elegido así como la población a trabajar, serán puestos a valoración del docente) Entrega del programa en la herramienta digital WebQuest, con descripción metodológica de aplicación)	1- Durante las sesiones clase y las prácticas supervisadas. 2- Espacio público, privado y población seleccionada, utilización de TICS. *Cada actividad deberá ser entregada en los tiempos establecidos por el profesor.*

10. EVALUACIÓN (CON ENFOQUE EN COMPETENCIAS)

Autocontrol (el alumno podrá auto gestionar su aprendizaje)
Aprendizaje por proyectos (el alumno analizará las situaciones reales, para desarrollar y aplicar prácticas supervisadas que fomenten la recreación laboral, terapéutica y laboral, tomando en cuenta las diferentes características demográficas y poblacionales)

11. ACREDITACIÓN

El estudiante tiene la obligación de cumplir con el 80 % de asistencia y obtener 60 de calificación para periodo ordinario y 65% de asistencia y obtener 60 de calificación para periodo extraordinario.

12. CALIFICACIÓN

Propuesta y aprobación del lugar de vinculación, así como de aplicación 5%

Proyecto del programa de prácticas 10%

Participación en clases virtuales 15%

Prácticas supervisadas 70%

13. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

World Health Organization. (2020). *Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*. Geneva: WHO.

World Leisure Organization. (2021). *International Journal of the Sociology of Leisure*. Springer. (Diversos artículos sobre recreación, ocio y bienestar).

United Nations. (2021). *World Social Report 2021: Reconsidering Rural Development*. New York: United Nations. (Capítulos relacionados con bienestar, inclusión y participación social).

Ziernicka-Wojtaszek, A., & Lisiak, M. (2020). Evaluation of the tourism and recreational space of Lubaczowski County, Poland. *Journal of Water and Land Development, 44*(I–III), 165–172.

World Tourism Organization. (2021). *Inclusive Recovery Guide – Sociocultural Impacts of COVID-19*. Madrid.

World Tourism Organization. (2023). *Tourism for Rural Development*. Madrid.

American Therapeutic Recreation Association. (2021). *Standards of Practice for Recreational Therapy*. Alexandria, VA.

National Recreation and Park Association. (2022). *The Health and Wellness Benefits of Parks and Recreation*. Ashburn, VA.

International Labour Organization. (2022). *Working Time and Work-Life Balance Around the World*. Geneva.

World Health Organization. (2022). *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. Geneva.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Vargas, P. C., & Castro, K. C. (2015). Recreación como estrategia para el afrontamiento del estrés en ambientes laborales. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*, (36), 43–55.

Olivera, J. (2016). La posmodernidad: el deporte y las prácticas físicas alternativas y el ocio activo. *Apunts. Educación Física y Deportes*.

Obando Mejía, I. A., Calero Morales, S., Carpio Orellana, P., & Fernández Lorenzo, A. (2017). Efecto de las actividades físicas en la disminución del estrés laboral. *Revista Cubana de Medicina General Integral*.

Muñoz Miranda, L. M. (2018). Derechos humanos para las personas mayores: un desafío a la academia y a la sociedad civil. En O. Suárez Landazábal & M. Silva Pertuz (Eds.), *Envejecimiento y vejez: visión interdisciplinaria desde la funcionalidad*.

Zolodziejczak, O., & Sinclair, S. J. (2018). Barriers and facilitators to effective mental health care in correctional settings. *Journal of Correctional Health Care, 24*(3), 253–263.
San Salvador del Valle Doistua, R. (2000). *Políticas de ocio: cultura, turismo, deporte y recreación*. Universidad de Deusto.
Casals, N., & Olivares, G. (1999). Percepción y selección del espacio recreativo. *Gestión Turística*, (4), 51–57.

16. PERFÍL DEL DOCENTE

Licenciado en cultura física y deportes o Licenciado en Educación Física con una visión de educación superior universitaria y que posea profundos conocimientos de la recreación laboral, terapéutica y turística y sus campos de aplicación.

Dr. Juan Ricardo López y Taylor **JEFE DEL DEPARTAMENTO**	**DIRECTOR DE LA DIVISIÓN**	**Dr. Martín González Villalobos** **PRESIDENTE DE LA ACADEMIA: Nombre de la Academia**