



**Universidad Autónoma de Zacatecas**  
**“Francisco García Salinas”**  
 Unidad Académica de Cultura

<b>Programa Académico:</b> Licenciatura en Cultura Física y Deporte	<b>Plan de estudios</b> 2018
<b>Unidad Didáctica:</b> Recreación físico deportiva	<b>Clave de la UDI:</b> 7REFID
<b>Créditos:</b> 5	<b>Eje curricular:</b> Técnico deportivo
<b>Semestre:</b> Tercero	<b>Responsables:</b> Dr. José Guadalupe Menchaca Fajardo M.E.F. Eduardo Alberto Cabrera Castro M.E.F. Edgar Manuel Lumbreras Sánchez M.E.F. Pedro Armando Díaz Hernández
<b>Horas semana teoría:</b> 1	<b>Horas semana práctica:</b> 3
<b>UDI's precedentes:</b>	<b>UDI's subsecuentes:</b>

<b>Competencia de la UDI:</b>	<b>Adquirir y aplica</b> los de actividades lúdicas y físico - recreativas antes, durante y después de la implementación de un deporte en específico.
-------------------------------	---

<b>Unidades de competencia</b>	<b>1. Conceptos básicos de la recreación</b> 1.1. Tipos de recreación activa y pasiva 1.2. Característica de cada una de ellas 1.3. Definición de recreación físico – deportiva 1.3.1. Objetivos 1.3.2. Nivel a quien se puede aplicar 1.3.3. Características y necesidades para su ejecución
	<b>2. Propuesta de actividades físicas, juegos y dinámicas que pueden ser aplicables antes, durante y después de la implementación de un deporte específico en cualquier edad</b> 2.1. Juegos y actividades recreativas como parte del calentamiento previo al deporte en mención 2.2. Actividades recreativas específicas durante la ejecución de un deporte para la consecución del objetivo planteado 2.3. Actividades físico–deportivas al término de algún deporte específico para retroalimentar, relajar o volver a la calma a los participantes cumpliendo con un fin 2.4. Deportes sugeridos 2.4.1. Atletismo 2.4.2. Baloncesto 2.4.3. Fútbol 2.4.4. Voleibol 2.4.5. Beisbol

	2.4.6. Handball
	<p><b>3. Sugerencia de actividades físicas dentro de cada tipo de recreación específicamente las que involucran acción y movimiento cumpliendo con objetivos específicos en diferentes etapas o niveles</b></p> <p>3.1. Lúdica 3.2. Motriz 3.3. Social (individual o colectiva) 3.4. Físico – deportiva 3.5. Al aire libre 3.6. Turística 3.7. Empresarial</p>
	<p><b>4. Elaboración y aplicación de Rally's físico-deportivos con enfoque recreativo de acuerdo a su orientación y ejecución en etapas superiores o adulta</b></p>
	<p><b>5. Dinámicas de grupos</b></p> <p>5.1. Grupos menores hasta numerosos 5.2. Estrategias didácticas aplicables a las actividades físico-recreativas 5.3. Con objetivos específicos 5.4. Actividades rompe hielo</p>
	<p><b>6. Logística y organización de cursos recreativos y deportivos de verano o invierno dentro y fuera de instituciones públicas o privadas</b></p> <p>6.1. Planeación 6.2. Organización 6.3. Ejecución 6.4. Control 6.5. Evaluación</p>
	<p><b>7. Otras actividades alternativas</b></p> <p>7.1. Paseo ciclista 7.2. Caminatas guiadas al aire libre 7.3. Planeación de un campamento físico-recreativo</p>

<b>Estrategias de enseñanza y aprendizaje</b>	• Analizar temas
	• Elaborar fichas o evidencias de lectura (mapas conceptuales, preguntas o actividades libre diseñadas por los estudiantes)
	• Exponer información o temáticas asignadas a alumnos y apoyo docente.
	• Realizar actividades generales de aprendizaje- enseñanza: análisis, trabajo individual o grupal

<b>Recursos y materiales empleados</b>	• Pintarrón presentaciones PowerPoint, Proyección de imágenes
	• Libros, revistas.
	• Videos
	• Uso de aulas virtuales o espacios en físico.
	• Plataformas o herramientas online ( Classroom, Moodle genially, canvas, etc)

### **Bibliografía:**

- Córdova, Jesús,, Manual de Recreación Física, ed. Limusa México 1998
- Méndez, Antonio,, los juegos en el curriculum de la Educación Física, paidotribo, 2000
- Del pozo, Hugo,, Recreación Escolar, ed. Avante, México 1998
- Morales Córdova, Jesús,, Manual de Recreación Física, Limusa, México 1984
- Brito, Luis,, Recreación Escolar, ed. Limusa, México 1998
- Programa Nacional de activación Física. CONADE 2003
- Baratti, Abel. Del juego al predeporte I. Ed. Troqvel. 1991.