

## 0. Nombre de la experiencia educativa

Actividades físico-deportivas como herramientas para favorecer la inclusión.

## 1. Modalidad de aprendizaje

Curso-taller

## Modalidad de impartición

Virtual

## 2. Valores de la experiencia educativa

2.1 Horas de teoría	2.2 Horas de práctica	2.3 Total de horas	2.4 Valor en créditos
30	15	45	5

## 3. Fecha

### 3.1 Elaboración

Enero 2024

### 3.2 Modificación

## 4. Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación.

Mtra. Rosa Maribel Barradas Landa, Mtro. Sergio Blásquez Sánchez, Mtro. Luis Gerardo Cortés Sosa, LED. Enrique Rosales Ronzón, Mtro. Óscar José Campos Segura.

## 5. Descripción

Este curso-taller forma parte del Programa de Formación de Académicos, con una duración de 45 horas, 30 horas teóricas y 15 prácticas, con un valor de 5 créditos. Tiene como objetivo que los académicos de la UV favorezcan procesos inclusivos en su práctica docente por medio de actividades físico-deportivas. Las propuestas metodológicas se relacionan con la construcción y aplicación de propuestas viables y aplicables en el aula de clase, a través de distintas estrategias pedagógicas utilizando los recursos a su alcance, mediante un proceso de análisis crítico de la situación, la contextualización, creatividad y apertura. La evaluación se realiza por medio del cumplimiento de las Evidencias en Eminus 4, entre ellas, la entrega de una propuesta de inclusión pedagógica incorporando de manera transversal alguna modalidad de actividad física que cumpla con los criterios de evaluación.

## 6. Justificación

La inclusión implica procesos de reconstrucción social, así como la transformación de prácticas docentes que favorezcan las competencias y saberes axiológicos en las comunidades educativas.

El acceso a la cultura física y el deporte es considerado un derecho humano, siendo la prerrogativa que tiene toda persona a desarrollar actividades físico-deportivas de manera individual o colectiva, con fines recreativos, saludables o competitivos. Este derecho se ve vulnerado en ocasiones por fenómenos o situaciones de carácter estructural, principalmente en los grupos considerados históricamente con mayor susceptibilidad, así como modelos predominantes con enfoques competitivos del deporte.

La actividad física, además de ser una necesidad para el desarrollo humano de los individuos y su estrecha vinculación con la salud, debe de ser para todos y todas las personas, independientemente su condición personal o social. Representa una herramienta para favorecer los procesos de inclusión a través de la aplicación de estrategias educativas que permiten la interacción igualitaria entre colectivos, la disminución de la discriminación, promover escenarios de respeto, colaboración, empatía, solidaridad, así como relaciones de horizontalidad y un medio para promover la salud social.

La incorporación en el contexto educativo de estrategias para el fomento de la práctica colectiva de actividades físico-deportivas, con enfoque en la inclusión, puede apoyar a la generación de entornos académicos saludables que atiendan a la diversidad.

## 7. Unidad de competencia

El/la académico/a pone en marcha propuestas para el fomento de actividades físico-deportivas dirigidas a la comunidad estudiantil, las cuales generen un ambiente de inclusión promoviendo la empatía, el trabajo en equipo, la comprensión y tolerancia, tomando en consideración la diversidad del alumnado.

## 8. Articulación de los ejes

El/la académico/a identificará los conceptos de actividad físico-deportiva, vulnerabilidad e inclusión (teórico), con los que desarrollará estrategias que favorezcan la participación de estudiantes tomando en cuenta su diversidad (heurístico); la cuales puedan ser aplicadas en el contexto educativo en un ambiente de respeto, empatía, compromiso y colaboración (axiológico).

## 9. Saberes

9.1 Teóricos	9.2 Heurísticos	9.3 Axiológicos
<b>1. Marco conceptual de la actividad física y deporte.</b> 1.1 Actividad Física para todos/as. Concepto, recomendaciones, delineamientos, principios y estrategias para mantener un estilo de vida activo. 1.2 Modelos de actividad física y deporte inclusivos (enfoque competitivo vs inclusivo del deporte). 1.3 Principios y estrategias de actividad física para la inclusión. <b>2. Determinantes de la Actividad Física</b> 2.1 Barreras y motivos de práctica en la actividad física y deporte. 2.2 La actividad física y su relación con la salud mental y social. <b>3. Grupos vulnerables y su inclusión en la actividad física y el deporte.</b> 3.1 Vulnerabilidad en la AF y deporte. 3.2 Grupos vulnerables 3.2.1 Personas con discapacidad	1. Autoaprendizaje 2. Búsqueda y selección de información actualizada, fundamentada y pertinente en el contexto de la actividad física y la inclusión. 3. Comprensión de los principios de la actividad física y su relación con la generación de ambientes inclusivos 4. Identificación de los elementos básicos que facilitan o limitan la práctica de la actividad física en los estudiantes.	1. Apertura ante el cambio. 2. Compromiso para la generación de ambientes saludables e inclusivos. 3. Creatividad para el diseño de estrategias. 4. Colaboración entre el personal y estudiantes universitarios. 5. Empatía ante las condiciones individuales y colectivas. 6. Respeto la diversidad de las y los estudiantes. 7. Solidaridad frente a las barreras percibidas por la comunidad universitaria.

3.2.2 Personas en situación de pobreza 3.2.3 Personas en condición de discriminación por motivos de género 3.2.4 Personas indígenas <b>4. Actividad Física y sus beneficios para la salud e inclusión</b> 4.1 Promoción de la AF en la educación superior 4.2 Seguridad en la práctica de la AF 4.3 Actividades físico-deportivas para la salud e inclusión social. 4.4 Estrategias para favorecer la inclusión a través de las actividades físico-deportivas.	5. Reconocimiento de la diversidad en la población estudiantil. 6. Adaptación a las necesidades de cada grupo de estudiantes. 7. Diseña y planea estrategias para la promoción de actividades físico-deportivas con un enfoque inclusivo. 8. Capacidad para proponer los ajustes razonables necesarios para un ambiente inclusivo.	
---	---	--

## 10. Estrategias metodológicas

10.1 De aprendizaje:	10.2 De enseñanza:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Búsqueda de fuentes de información.</li> <li>- Lecturas.</li> <li>- Revisión de videos.</li> <li>- Ejercicios de planeación didáctica y diseño curricular</li> <li>- Elaboración de propuestas para favorecer la inclusión a través de la AF.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación de temas</li> <li>- Estrategias participativas</li> <li>- Orientación y seguimiento</li> <li>- Debate y ejercicios de análisis y reflexión</li> <li>- Evaluación formativa</li> </ul>

## 11. Apoyos educativos

11.1 Recursos	11.2 Materiales
• Computadora	• Manuales de actividades
• Páginas web	• Lecturas complementarias
• Plataforma EMINUS 4	• Presentaciones virtuales
	• Videos relacionados con el tema

## 12. Evaluación del desempeño

12.1 Evidencia(s) de desempeño	12.2 Criterios de desempeño	12.3 Ámbito(s) de aplicación	12.4 Porcentaje
Formulario diagnóstico	Entrega oportuna	EMINUS 4	10%
Evidencias/productos escritos: Bitácoras, Ejercicios, etc.	Entrega oportuna Suficiencia	Plataforma EMINUS 4	40%
Propuesta de actividad físico-deportiva con	Pertinencia Sensibilidad/aplicabilidad Coherencia	Plataforma EMINUS 4	50%

enfoque inclusivo en el ambiente universitario.	Cumplimiento a criterios de evaluación (rúbrica).		
			Total: <b>100%</b>

### 13. Acreditación

Para acreditar esta EE. el académico deberá haber presentado con suficiencia cada evidencia de desempeño, es decir, que en cada una de ellas haya obtenido cuando menos el 70%.

### 14. Fuentes de información

#### 14.1 Básicas

- Bailey R, Sweeney R. (2022). Principles and strategies of inclusive physical activity: a European Delphi study. *Z Gesundh Wiss.* Nov 12:1-8. doi: 10.1007/s10389-022-01770-8. Epub ahead of print. PMID: 36404931; PMCID: PMC9660158.
- Comisión Nacional de Derechos Humanos (2015). Grupos en situación de vulnerabilidad. [https://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/archivos/pdfs/fas\\_CTDH\\_GruposVulnerabilidad1aReimpr.pdf](https://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/archivos/pdfs/fas_CTDH_GruposVulnerabilidad1aReimpr.pdf)
- García J. (2020). Barriers to the practice of physical exercise in Mexican students. *Sinergias educativas*, 2020, 5(2), Julio-Diciembre, ISSN: 2661-6661
- Organización Mundial de la Salud (2021). Directrices de la OMS Sobre Actividad Física y Comportamientos Sedentarios. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2021.nRECOMENDACIONES. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581973/>
- Organización Mundial de la Salud (2022). Actividad Física. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Rodríguez Guajardo, Raymundo Cruz, Salazar Cantú, José de Jesús, & Cruz Ramos, Ariel Alfonso. (2013). Determinantes de la actividad física en México. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 21(41), 185-209. Recuperado en 01 de febrero de 2024, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-45572013000100008&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572013000100008&lng=es&tlng=es).

#### 14.2 Complementarias

- Allison, T. (2019). Inclusive Physical Activity Strategies for Youth. Sr. Project Coordinator, NCHPAD. <https://asphn.org/wp-content/uploads/2019/01/Slides-Physical-Activity-Workstream.pdf>
- Ceballos, O., Medina, R., Ochoa, F & Carranza, L. (2010). Barreras para la práctica de actividades físico-deportivas en escolares. *ArgenMex*. <http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar/5.-discapacidad-e-inclusion/19.-barreras-para-la-practica-de-actividades-fisico-deportivas-en-escolares>
- Espada-Mateos, María, & Galán, Sofía. (2017). Evaluación de las barreras para la práctica de actividad física y deportiva en los adolescentes españoles. *Revista de Salud Pública*, 19 (6), 739-743. <https://doi.org/10.15446/rsap.v19n6.66078>