

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Kinesiología
- 5. Clave:** 39113
- 6. HC:** 02 **HT:** 02 **HL:** 00 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Ninguno



#### Equipo de diseño de PUA

Irma Isaura Garcia  
Cruz Iván Acosta Gutiérrez  
Antonio Pineda Espejel

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja Núñez  
Samuel Nicolas Rodríguez Lucas

**Fecha:** 30 de octubre de 2020

## **II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

La unidad de aprendizaje de Kinesiología brinda el estudio de los sistemas responsables del movimiento del cuerpo humano, permitiendo al alumno analizar e identificar que el desarrollo del movimiento se lleve de manera efectiva en la actividad física y deporte, se encuentra en la etapa básica con carácter obligatoria, y forma parte del área de conocimiento de Biomédica

## **III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE**

Analizar los sistemas responsables del movimiento humano, mediante la identificación de la clasificación, estructura y principal función de los tejidos biológicos, para comprender la anatomía humana durante la ejecución del ejercicio físico, con una actitud crítica, de respeto y de autogestión del conocimiento.

## **IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE**

Elabora material audio-visual sobre tejidos óseos y capsulo-ligamentosos, así como sus respectivos puntos de referencia relacionados con orígenes, inserciones, acciones e inervaciones de los músculos esqueléticos. El cual debe especificar características biomecánicas y de actividad neuro-muscular (EMG) de la anatomía humana durante la ejecución de movimientos activos, pasivos y resistivos.

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Terminología general**

**Competencia:**

Analizar los conceptos básicos de anatomía, mediante la identificación de las características y fundamentos de los mismos, para utilizarlos en la descripción de movimientos y actividades del cuerpo en los distintos deportes, con responsabilidad y respeto.

**Contenido:**

**Duración:** 4 horas

- 1.1. Conceptos generales de la Kinesiología.
- 1.2. Etimologías Grecolatinas.
- 1.3. Movimientos Corporales.

## UNIDAD II. Planimetría

**Competencia:**

Identificar los planos y ejes corporales, mediante el uso de la planimetría, para localizarlos en la práctica real, con respeto y responsabilidad.

**Contenido:**

- 2.1. Planos corporales.
- 2.2. Ejes corporales.

**Duración:** 4 horas

## UNIDAD III. Anatomía ósea

### **Competencia:**

Identificar los huesos que componen el cuerpo humano, mediante modelos anatómicos, para conocer la ubicación de los mismos, con actitud crítica, responsable y respeto.

### **Contenido:**

- 3.1. Generalidades de la anatomía ósea.
- 3.2. Anatomía del esqueleto axial.
- 3.3. Anatomía del esqueleto apendicular.

**Duración:** 6 horas

## UNIDAD IV. Anatomía articular

**Competencia:**

Diferenciar las articulaciones que componen el cuerpo humano, mediante modelos anatómicos, para conocer su función y movimiento, con actitud crítica, responsable y respeto.

**Contenido:****Duración:** 6 horas

- 4.1. Generalidades de la anatomía articular.
- 4.2. Tipos de articulación.

## UNIDAD V. Anatomía Muscular

### **Competencia:**

Identificar los músculos esqueléticos y regiones musculares que mueven al cuerpo humano, mediante modelos anatómicos y la clasificación de grupos o regiones, para comprender su acción, con actitud crítica, responsable y de respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 12 horas

5.1. Generalidades de la anatomía muscular.

5.2. Origen, inserción y acción.

5.2.1 Grupos musculares del tronco.

5.2.2 Grupos musculares del tren superior.

5.2.3 Grupos musculares del tren inferior.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD III</b>				
1	Anatomía ósea	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Identifica los huesos anatómicos.</li> <li>3. Nombra los huesos anatómicos.</li> <li>4. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>	Esqueletos Huesos	6 horas
<b>UNIDAD IV</b>				
2	Identificación de inserciones muscular	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Identifica en los huesos anatómicos los diferentes sitios de inserción muscular</li> <li>3. Nombra los músculos</li> <li>4. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>	Esqueleto Videos Computadora Proyector Pantalla	9 horas
3	Identificar los diferentes movimientos de los grupos musculares	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Identifica en los huesos anatómicos los diferentes sitios de inserción muscular</li> <li>3. Nombra los músculos</li> <li>4. Con apoyo de un globo parcialmente inflado con extremo colocado en la inserción superior a la inserción inferior supliendo al músculo en estudio</li> </ol>	Esqueleto Globos tamaño mediano (rojos o rosas)	9 horas

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Observa la movilidad articular y la acción muscular</li> <li>6. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>		
4	Videos de acciones musculares	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atiende las orientaciones del profesor para elaborar la práctica.</li> <li>2. Observa el video en el cual se puede ver al individuo realizar una actividad física del grupo muscular estudiado.</li> <li>3. Identifica en los músculos y sus funciones</li> <li>4. Nombra los músculos</li> <li>5. Observa la movilidad articular y la acción muscular</li> <li>6. Realiza el informe sobre la práctica.</li> </ol>	<p>Video Proyector Pantalla</p>	8 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

**Estrategia de enseñanza (docente):** El maestro expondrá de forma ordenada, clara y consistente los conceptos y metodologías de kinesiología, así como orientar el desarrollo de las prácticas de taller, proporciona la retroalimentación de tareas o trabajos de los alumnos y exhortará a la participación en las clases.

**Estrategia de aprendizaje (alumno):** Los alumnos realizarán tareas o trabajos de forma individual o en equipos de trabajo. Deben desarrollar el análisis, comprensión y aplicación de los contenidos declarados en las unidades temáticas y participar efectivamente en las prácticas de taller y en clase.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### **Criterios de acreditación**

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60.

### **Criterios de evaluación**

- Portafolio de evidencias de la práctica....30%
- Exámenes.....40%
- Participación.....05%
- Evidencia de aprendizaje..... 25%
- Total.....100%**

## IX. REFERENCIAS

### Básicas

Ahonen, J. (2001). *Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física (Color)*. España: Paidotribo. [clásica]

Foster, M. A. (2019). *Therapeutic kinesiology: musculoskeletal systems, palpation, and body mechanics*. United State of America: Pearson.

Milanovic, D., Sporis, G. Salaj, S. y Skegro, D. (2017). *8th INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE ON KINESIOLOGY*. Zagreb: Faculty of Kinesiology. Recuperado de [https://bib.irb.hr/datoteka/901498.8\\_International\\_conference\\_kinesiology-2017-USB.pdf](https://bib.irb.hr/datoteka/901498.8_International_conference_kinesiology-2017-USB.pdf)

Parker, L. (1997). *Guía fácil de kinesiología*. España: Robinbook. [clásica]

Tortora, G. J., y Derrickson, B. (2013). *Principios de anatomía y fisiología*. Madrid, Espala: Médica Panamericana. [clásica]

### Complementarias

García-Porrero, J. A., Hurlé, J. M., & Padilla, G. B. (2005). *Anatomía humana* (pp. 138-144). España: McGraw-Hill/Interamericana de. [clásica]

Latarjet, M., y Liard, A. R. (2004). *Anatomía humana*. Buenos Aires: Médica Panamericana. [clásica]

Lippert, L. S., y Minor, M. A. D. (2017). *Laboratory Manual for Clinical Kinesiology and Anatomy*. United State of America: FA Davis.

## X. PERFIL DEL DOCENTE

El docente que imparta la unidad de aprendizaje de Kinesiología debe contar con título de Licenciado en actividad física y deporte o área afín, de preferencia con posgrado en el área de ciencias del movimiento humano, con experiencia profesional en la prescripción del ejercicio y amplio manejo de la nomenclatura anatómica del movimiento humano. Ser proactivo, analítico y fomentar el trabajo en equipo.