

Universidad Autónoma del Estado de México
Facultad de Ciencias de la Conducta
Licenciatura en Cultura Física y Deporte



Programa de Estudios

Bases psicofisiológicas de la Actividad Física

Elaboró:

Fecha: _____

Fecha de
aprobación

H. Consejo académico
23 abril de 2012

H. Consejo de Gobierno
23 abril de 2012



Índice

	Pág.
I. Datos de identificación	
II. Presentación	
III. Ubicación de la unidad de aprendizaje en el mapa curricular	
IV. Objetivos de la formación profesional	
V. Objetivos de la unidad de aprendizaje	
VI. Contenidos de la unidad de aprendizaje y su organización	
VII. Acervo bibliográfico	



PROGRAMA DE ESTUDIOS

I. Datos de identificación

Espacio educativo donde se imparte	Facultad de Ciencias de la Conducta			
Licenciatura	Cultura Física y Deporte			
Unidad de aprendizaje	Bases Psicofisiológicas de la Actividad Física		Clave	
Carga académica	4	0	4	8
	Horas teóricas	Horas prácticas	Total de horas	Créditos

Período escolar en que se ubica	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Seriación	Ninguna			Ninguna					
	UA Antecedente			UA Consecuente					

Tipo de Unidad de Aprendizaje

Curso	<input checked="" type="checkbox"/>	Curso taller	<input type="checkbox"/>
Seminario	<input type="checkbox"/>	Taller	<input type="checkbox"/>
Laboratorio	<input type="checkbox"/>	Práctica profesional	<input type="checkbox"/>
Otro tipo (especificar)	<input type="text"/>		

Modalidad educativa

Escolarizada. Sistema rígido	<input type="checkbox"/>	No escolarizada. Sistema virtual	<input type="checkbox"/>
Escolarizada. Sistema flexible	<input checked="" type="checkbox"/>	No escolarizada. Sistema a distancia	<input type="checkbox"/>
No escolarizada. Sistema abierto	<input type="checkbox"/>	Mixta (especificar)	<input type="text"/>

Formación común

Educación 2003	<input type="checkbox"/>	Psicología 2003	<input type="checkbox"/>
Trabajo Social 2003	<input type="checkbox"/>		

Formación equivalente

Educación 2003	<input type="text"/>
Psicología 2003	<input type="text"/>
Trabajo Social 2003	<input type="text"/>

Unidad de Aprendizaje



II. Presentación

Esta Unidad de Aprendizaje (UA) se desarrollará analizando los orígenes de la psicofisiología y sus métodos de aplicación en la actividad física. Posterior a esto se reconocerá al sistema nervioso y su papel central en el funcionamiento de los seres humanos; reconociendo su estructura y señalando los distintos órganos que lo conforman así como su función correspondiente.

Es de suma importancia conocer las funciones principales del sistema nervioso ya que esto permitirá identificar las cuestiones conductuales que presenta el ser humano.

Para finalizar resulta aún más evidente si considerar que las actividades psíquicas específicas que caracterizan a los seres humanos se unen a un mayor desarrollo del cerebro en los seres humanos que realizan alguna actividad física.

III. Ubicación de la unidad de aprendizaje en el mapa curricular

Núcleo de formación:	Básico
Área Curricular:	Ciencias Biomédicas
Carácter de la UA:	Obligatoria

IV. Objetivos de la formación profesional.

Objetivos del programa educativo:

Conocer y aplicar los fundamentos teóricos, habilidades y valores de la disciplina basados en las tendencias teórico-metodológicas y el apoyo de nuevas tecnologías.

Diseñar programas integrales de entrenamiento y preparación física, a partir de la metodología del entrenamiento deportivo que permitan optimizar la condición física del deportista.

Diseñar planes y programas de actividad física orientados a la promoción, conservación y atención de la salud en la población.

Aplicar los conocimientos, técnicas y estrategias para el desarrollo de proyectos relacionados con la actividad física.

Desarrollar los principios, métodos, procedimientos de las ciencias del movimiento humano para su aplicación en la actividad física.

Diseñar, organizar y gestionar actividades para el aprovechamiento del tiempo libre y eventos recreativos.

Administrar y gestionar los recursos humanos, materiales y económicos en la promoción de la cultura física y el deporte en los sectores público y privado.



Fomentar hábitos, actitudes y valores positivos en el entorno deportivo y personal.

Contribuir al progreso científico y la investigación de la actividad física, en las esferas de la salud, educación física, deporte, gestión y recreación, para mejorar las prácticas deportivas y la calidad de vida social e individual.

Objetivos del núcleo de formación:

Promover en el alumno/a el aprendizaje de las bases contextuales, teóricas y filosóficas de sus estudios, la adquisición de una cultura universitaria en las ciencias y las humanidades, y el desarrollo de las capacidades intelectuales indispensables para la preparación y ejercicio profesional, o para diversas situaciones de la vida personal y social.

Objetivos del área curricular o disciplinaria:

Analizar los conceptos biomédicos para integrarlos en el contexto multidisciplinario de la cultura física y deporte.

V. Objetivos de la unidad de aprendizaje.

Analizar los elementos filogenéticos y ontogenéticos del deportista, así como la relación entre los aspectos estructurales y funcionales en el proceso de la preparación deportiva, para contribuir a un estado óptimo de salud evitando la realización de ejercicios inadecuados que afecten su desarrollo físico y mental.

VI. Contenidos de la unidad de aprendizaje y su organización.

Unidad 1. Orígenes de la psicofisiología.
Objetivo: Distinguir el campo de conocimiento y/o ubicación, además de identificar cada uno de sus métodos en la aplicación de la actividad física.
1.1 Conceptos Básicos de psicofisiología: 1.1.1 Psicología. 1.1.2 Fisiología. 1.1.3 Psicofisiología. 1.2 Elementos básicos de psicofisiología: 1.2.1 Métodos de la psicofisiología. 1.2.2 Mecanismos de regulación homeostática.
Unidad 2. Organización Anatomofuncional del Sistema Nervioso Central.
Objetivo: Analizar la estructura del sistema nervioso señalando los distintos órganos que lo conforman así como su función correspondiente en la actividad física.
2.1 Encéfalo 2.2 Desarrollo y función del encéfalo. 2.3 Desarrollo y función de los hemisferios cerebrales. 2.4 Estructura del tronco encefálico. 2.5 El cerebelo. 2.6 Estructura y funciones de la medula espinal.



Unidad 3. Localización y lateralización de las funciones del sistema nervioso.

Objetivo: Examinar las funciones sensitivas, efectoras e integradoras del sistema nervioso y su relación con la actividad física.

- 3.1 El tejido nervioso.
- 3.2 Impulso nervioso.
- 3.3 Comunicación entre neuronas.
- 3.4 Neurotransmisores.

Unidad 4. Exploración funcional del sistema nervioso periférico.

Objetivo: Distinguir las técnicas de exploración de cada una de las funciones de las regiones anatómico - funcionales del sistema nervioso y su relación con la actividad física.

- 4.1 Sistema nervioso periférico somático.
- 4.2 Sistema nervioso periférico autónomo.
- 4.3 Reflejos.
- 4.4 Pares Craneales.
- 4.5 Dominancia Cerebral.
- 4.6 Lateralidad.
- 4.7 Plasticidad Cerebral.

Unidad 5. Psicoendocrinología.

Objetivo: Analizar las distintas glándulas endócrinas, sus hormonas y su repercusión en la actividad física.

- 5.1 Concepto de hormona.
- 5.2 Función de las hormonas.
- 5.3 Mecanismo de regulación hormonal.
- 5.4 Sistema hipotálamo-neurohipófisis.

VII. Acervo bibliográfico

Básica:

Ardila, R., (1999) *Psicología Fisiología*. México, Trillas.

Butler, David S. (2002). *Movilización Del Sistema Nervioso*. Madrid. Paidotribo.

Gross, D., (2007) *Psicología*. México, Manual Moderno.

Ninomiya, G., (1991) *Fisiología Humana, Neurofisiología*, México, Manual Moderno.

Ostrosky, F., (1996) *Hemisferio derecho y Conducta*. México, Trillas.

Rozsenszareing, M., (1995) *Psicología Fisiológica*. México, Mc. Graw Hill.



Tamorri, S., (2004) *Neurociencias y deporte*. España, Paidotribo.

Complementaria

Carretié, L., (1997) *Psicofisiología: Fundamentos metodológicos*. México, Pirámide.

Leonard, E., (2003) *Fundamentals of psychopharmacology*. USA, Wiley.

Martínez, M., (1998) *Psicofisiología*. México, Síntesis.

Nelson, J., (1996) *Psicoendocrinología*. Barcelona, Ariel.



Universidad Autónoma del Estado de México FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CONDUCTA

Licenciatura en Cultura Física y Deporte



MAPA CURRICULAR DE LA LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA Y DEPORTE 2012

PERIODO I	PERIODO II	PERIODO III	PERIODO IV	PERIODO V	PERIODO VI	PERIODO VII	PERIODO VIII	PERIODO IX
Fundamentos de anatomía humana 4 0 4 8	Fisiología humana 4 0 4 8	Fisiología del ejercicio 4 0 4 8	Métodos de la actividad física y salud I 4 0 4 8	Dinámica constitucional 2 2 4 4	Métodos de la actividad física y salud II 2 2 4 4	Antropometría deportiva 2 2 4 4	Bases fisiológicas aplicadas a la actividad física y deportiva 2 2 4 4	Monitoreo deportivo 2 2 4 4
Psicología del desarrollo del niño, adolescente y adulto 4 0 4 8	Mostrador I 2 2 4 4	Mostrador II 2 2 4 4	Mostrador III 2 2 4 4	Mostrador IV 2 2 4 4	Teoría del entrenamiento deportivo 2 2 4 4	Metodología del entrenamiento I 2 2 4 4	Metodología del entrenamiento II 2 2 4 4	Monitoreo deportivo 2 2 4 4
Epistemología 4 0 4 8	Biología de la actividad física y deportiva 4 0 4 8	Estadística 4 0 4 8	Estadística aplicada 4 0 4 8	Investigación cualitativa en la actividad física 2 2 4 4	Investigación cuantitativa en la actividad física 2 2 4 4	Temas ligeros de la fisiología y metabolismo en la actividad física 2 2 4 4	Evaluación profesional I 2 2 4 4	Evaluación profesional II 2 2 4 4
Didáctica y pedagogía 4 0 4 8	Técnicas del juego 2 2 4 4	Introducción a la educación física 4 0 4 8	Inglés C1 2 2 4 4	Inglés C2 2 2 4 4	Normas en actividades físicas y deportivas 4 0 4 8	Fisiología de la actividad física 4 0 4 8	Fundamentos de psicología del deporte 4 0 4 8	Psicología del deporte 2 2 4 4
Geología e identidad de la profesión 2 2 4 4	Áreas de desarrollo de la actividad física y deportiva 4 0 4 8	Higiene de la actividad física 4 0 4 8	Clases básicas y técnicas 4 0 4 8	Legislación deportiva 2 2 4 4	Metodología deportiva 2 2 4 4	Métodos de comunicación y deportes 2 2 4 4	Información financiera para la gestión deportiva 4 0 4 8	
Optimización internet 2 2 4 4	Comunicación en la actividad física 4 0 4 8	Deportes individuales 2 2 4 4	Deportes de equipo 2 2 4 4	Deportes de participación comunitaria 2 2 4 4	Deportes de equipo 2 2 4 4	Comunicación en la actividad física 4 0 4 8		
		Áreas de desarrollo de la actividad física y deportiva 4 0 4 8		Equipamiento e instalaciones deportivas 2 2 4 4		Áreas de desarrollo de la actividad física 4 0 4 8		
						Optativa 1 núcleo integral 10-00 10-00 10-00	Optativa 2 núcleo integral 10-00 10-00 10-00	Optativa 3 núcleo integral 10-00 10-00 10-00
							Optativa 4 núcleo integral 10-00 10-00 10-00	Optativa 5 núcleo integral 10-00 10-00 10-00

HT	28
HT*	46
TH	36
CH	48

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	28
HT*	46
TH	36
CH	48

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	38
HT*	56
TH	46
CH	58

HT	-
HT*	-
TH	-
CH	38

BOLSA	
Unidad de aprendizaje	HT: Horas Teóricas HT*: Horas Prácticas TH: Horas de Horas CH: Créditos

6 Líneas de selección Actividades de selección Selección a considerar por parte de la escuela: Módulo 21 y Módulo 22 Selección de la actividad física: Básico Selección de la actividad física: Intermedio Selección de la actividad física: Avanzado Optativa de la actividad física
--

PARAMETROS DEL PLAN DE ESTUDIOS	
Núcleo Básico Unidad de aprendizaje 20 UA 142	Total del Módulo 8 horas: académico 20 UA, para cubrir 142 créditos
Módulo 5 unidades con un y académico 25 UA 115	Total del Módulo 35 UA, para cubrir 250 créditos
Núcleo Integral Unidad de aprendizaje 2 UA 142	Total del Módulo Integral académico 10 UA + 1 UA para cubrir 142 créditos
Núcleo Integral Unidad de aprendizaje 2 UA 142	Total del Módulo Integral académico 10 UA + 1 UA para cubrir 142 créditos
TOTAL DEL PLAN DE ESTUDIOS	TOTAL DEL PLAN DE ESTUDIOS
UA: Obligatorias UA: Obligatorias UA: Obligatorias UA: Obligatorias	UA: Obligatorias UA: Obligatorias UA: Obligatorias UA: Obligatorias