



**CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS**

Ficha de Identificación de Cursos

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Nombre de la materia:
Cultura Deportiva

Carrera:	Ingeniería en Teleinformática
Academia:	Academia de Fundamentos del Turismo

AVAL DE LA ACADEMIA:

Nombre			
Lic. VALERIA GUADALUPE GARCIA ZAMORA	Presidente	Julio de 2024	
Lic.	Secretario		

Nombre completo de el/los profesores
Lic. Alexis Fabian Hernández Mejía

Clave	Horas Teoría	Horas Práctica	Horas Totales	Créditos	Tipo de curso
TU172	0	40	40	3	p

Tipo de Curso:				
C=Curso	P=Práctica	CT= Curso-Taller	CL= Curso-Laboratorio	S=Seminario

Nivel en que se ubica:	LICENCIATURA, TECNICO SUPERIOR
Área de formación:	Básica Particular Obligatoria (BPO)

Áreas de Formación:			
Básica Común	Básica Particular	Especializante	Optativa Abierta



CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS

Obligatoria (BCO)			Obligatoria (BPO)	Selectiva (ES)	(OA)
Nivel	Clave	Descripción			
	I	AE1	Aplica los conocimientos de matemáticas, informática y fundamentos de ingeniería, así como conceptos avanzados en sistemas de información y comunicación digital, para identificar, analizar y resolver problemas específicos en el ámbito de la Ingeniería Teleinformática.		
	M				
	A				
	I	AE2	Identifica, analiza y resuelve problemas complejos de las áreas de sistemas de información y comunicación digital, aplicando conocimientos de ingeniería, matemática y ciencias básicas, además formula conclusiones fundamentadas en investigaciones y bibliografía especializada, considerando los principios integrales que promuevan el desarrollo sostenible.		
	M				
	A				
	I	AE3	Diseña, desarrolla y administra sistemas de información y comunicación digital resolviendo problemas complejos de ingeniería a partir de la integración de soluciones creativas para satisfacer las necesidades identificadas, considerando cuando sea necesario aspectos clave como la salud y la seguridad pública, la eficiencia en el costo del ciclo de vida, la sostenibilidad ambiental, así como los impactos culturales, sociales y ambientales asociados al uso y gestión de las tecnologías de la información.		
	M				
	A				
	I	AE4	Reproduce ambientes simulados que facilitan la investigación de problemas complejos en las áreas de sistemas de información y comunicación digital utilizando métodos de investigación, diseño de experimentos y análisis e interpretación de datos, integrando conocimiento especializado para sintetizar información y obtener conclusiones fundamentadas y válidas.		
	M				
	A				
	I	AE5	Crea, selecciona y aplica sistemas de información y comunicación digital reconociendo las limitaciones de estos recursos al aplicar métodos de predicción y modelización para abordar problemas complejos del área de la Ingeniería Teleinformática.		
	M				
	A				
	I	AE6	Desarrolla ambientes simulados que permiten analizar e interpretar datos en sistemas de información y comunicación digital, evaluando los impactos sociales, económicos, legales, ambientales y de sostenibilidad, para proponer soluciones integrales a problemas complejos en el área de la Ingeniería Teleinformática.		
	M				
	A				
	I	AE7	Practica su responsabilidad ética y profesional en los diferentes ámbitos de la Ingeniería en Teleinformática, considerando el impacto económico, social y ambiental de sus decisiones y cumpliendo con las leyes nacionales e internacionales pertinentes.		
	M				
	A				
X	I	AE8	Se desempeña y trabaja efectivamente como individuo, miembro o líder en equipos diversos, inclusivos y multidisciplinarios, estableciendo metas, planeando tareas, y analizando riesgos e incertidumbres en entornos presenciales, remotos o distribuidos.		
	M				
	A				
X	I	AE9	Se comunica de manera efectiva e inclusiva, tanto de manera oral como escrita, adaptándose al tipo de audiencia. Además, tiene la capacidad de redactar informes y documentación técnica de manera clara y comprensible.		
	M				
	A				
	I	AE10	Aplica los conocimientos y principios de la gestión y la toma de decisiones al desarrollar y/o gestionar proyectos de manera individual o como líder de un equipo en entornos multidisciplinarios.		
	M				
	A				
X	I	AE11	Reconoce la necesidad de aprendizaje continuo e independiente durante toda la vida, demostrando capacidad para localizar, evaluar, integrar y aplicar conocimiento de su área		
	M				



**CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS**

	A		profesional de manera adecuada, así como para adaptarse a las tecnologías nuevas y emergentes.
--	---	--	--

2. PRESENTACIÓN

Descripción:

La materia promueve la aplicación y difusión de los principios básicos de la cultura deportiva, su aplicación en la profesión así como su aplicación en la vida cotidiana como estilo de vida que influye en la calidad de vida.

3. OBJETIVO

Que el alumno conozca los fundamentos Culturales, teórico-prácticos básicos de la cultura general del deporte y su importancia en la carrera

4. OBJETIVOS

- 1.- Que el estudiante se introduzca en el contexto general del deporte, sobre todo en el ámbito de los conceptos
- 2.- Que el alumno conozca los deportes y su clasificación y todo el entorno cultural que la rodea
- 3.- Que el estudiante aprenda a potenciar el deporte en su vida personal y profesional.



CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS

5. CONTENIDO

Unidad 1: Introducción al Deporte y Cultura Deportiva

- **Objetivo:** Presentar la importancia del deporte en la vida diaria y los valores asociados a la cultura deportiva.
- **Contenidos:**
 - Conceptos básicos de cultura deportiva.
 - Historia y evolución de los deportes más populares.
 - El deporte como medio para la socialización y el bienestar.
- **Actividades:**
 - **Dinámica práctica de integración:** juegos de equipo para romper el hielo.
 - **Debate en grupo:** ¿Cómo impacta el deporte en la vida universitaria?

Unidad 2: Calentamiento y Prevención de Lesiones

- **Objetivo:** Enseñar la importancia del calentamiento adecuado y la prevención de lesiones durante la actividad física.
- **Contenidos:**
 - Tipos de calentamiento (general y específico).
 - Técnicas de estiramiento y movilidad.
 - Prevención de lesiones comunes en el deporte.
- **Actividades:**
 - **Sesión práctica de calentamiento:** ejercicios de movilidad articular y estiramientos dinámicos.
 - **Ejercicios prácticos:** simulación de lesiones comunes y cómo evitarlas

Unidad 3: Atletismo y Juegos de Velocidad

- **Objetivo:** Desarrollar habilidades en pruebas de atletismo y juegos que trabajen la velocidad y resistencia.
- **Contenidos:**
 - Técnicas de carrera: velocidad, resistencia y sprint.
 - Juegos de velocidad: carreras de relevos y competencias de velocidad.
 - Mejora de la capacidad aeróbica.
- **Actividades:**
 - **Carrera de relevos:** practicar pases de testigo y estrategias de equipo.
 - **Pruebas de sprints** y evaluaciones del tiempo individual y por equipo.
 - **Competencia de obstáculos:** mejorar la agilidad y el trabajo en equipo.



CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS

Unidad 4: Fútbol

- **Objetivo:** Mejorar las habilidades técnicas y tácticas en el fútbol.
- **Contenidos:**
 - Técnicas de pase, recepción, control y tiro.
 - Posicionamiento en el campo y tácticas básicas.
 - Juego colectivo y trabajo en equipo.
- **Actividades:**
 - **Prácticas técnicas:** ejercicios de pase, regate y tiros al arco.
 - **Partidos de fútbol:** en equipos pequeños, con enfoque en estrategias y trabajo en equipo.
 - **Torneo interno:** mini-torneo de fútbol en equipos.

Unidad 5: Baloncesto

- **Objetivo:** Desarrollar habilidades en el baloncesto, tanto individuales como colectivas.
- **Contenidos:**
 - Dribbling, pase, tiro y defensa.
 - Estrategias y tácticas en baloncesto.
 - La importancia de la comunicación y trabajo en equipo.
- **Actividades:**
 - **Entrenamiento técnico:** dribbling, pase y tiro a canasta.
 - **Partidos de baloncesto:** aplicar las técnicas aprendidas en un ambiente competitivo.
 - **Evaluación práctica:** mini partidos y análisis de desempeño.

Unidad 6: Voleibol

- **Objetivo:** Mejorar las habilidades en voleibol y promover la interacción y comunicación en el campo.
- **Contenidos:**
 - Técnicas de pase, recepción, saque y remate.
 - Organización en el campo y trabajo en equipo.
 - Juegos de equipo y estrategias.
- **Actividades:**
 - **Ejercicios técnicos:** trabajo de pases y saques.
 - **Partidos de voleibol:** centrados en la coordinación y el trabajo de equipo.
 - **Torneo interno de voleibol:** con equipos de la clase.

Unidad 7: Deportes Alternativos

- **Objetivo:** Explorar deportes menos tradicionales para fomentar la creatividad y la diversión en la práctica deportiva.
- **Contenidos:**



CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS

- **Ultimate Frisbee:** reglas, técnicas de lanzamiento y trabajo en equipo.
- **Fútbol-tenis:** reglas y habilidades necesarias para el juego.
- **Kickball:** juegos de campo y reglas.
- **Actividades:**
 - **Juego de Ultimate Frisbee:** trabajo en equipo y estrategias de pase.
 - **Partidos de fútbol-tenis:** desarrollando habilidades de control y coordinación.
 - **Torneo de kickball:** enfoque en la diversión y el trabajo colaborativo.

Unidad 8: Actividades Recreativas y Juegos de Integración

- **Objetivo:** Fomentar la cohesión grupal y la diversión a través de juegos recreativos y de integración.
- **Contenidos:**
 - **Juegos cooperativos:** actividades que promuevan la cooperación en lugar de la competencia.
 - **Juegos de equipo:** fútbol, carreras de relevos, "captura la bandera", entre otros.
 - **Dinámicas de integración:** promover el trabajo en equipo y la comunicación.
- **Actividades:**
 - **Juegos recreativos:** como carreras de relevos y juegos cooperativos.
 - **Competencia de equipo:** dinámicas de resolución de problemas y desafíos físicos.
 - **Reflexión y análisis** sobre la importancia de la cooperación en los deportes.

Unidad 9: Evaluación Final y Reflexión

- **Objetivo:** Evaluar el progreso de los estudiantes en cuanto a las habilidades deportivas adquiridas y fomentar la reflexión sobre el aprendizaje.
- **Contenidos:**
 - Evaluación de desempeño en los deportes practicados.
 - Reflexión sobre la importancia del deporte y los valores adquiridos.
 - Planificación de actividades físicas a largo plazo para mantenerse activo después del curso.
- **Actividades:**
 - **Torneo final:** de fútbol, baloncesto o voleibol, según lo aprendido.
 - **Evaluación individual:** en la que cada estudiante reciba retroalimentación sobre su progreso.
 - **Reflexión grupal:** sobre lo aprendido, cómo el deporte influye en su vida y sus hábitos saludables.
 - **Plan de continuidad:** sugerencias de actividades deportivas que pueden continuar practicando después del curso.



**CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS**

6. TAREAS, ACCIONES Y/O PRÁCTICAS DE LABORATORIO

1. Técnica Expositiva.
2. Discusión Colectiva.
3. Trabajo en Grupos.
4. Análisis de video.
5. Prácticas de inducción
6. Practica de aproximación
7. Prácticas de simulación

7. CRITERIOS Y MECANISMOS PARA LA ACREDITACIÓN DEL CURSO

Acreditación: Para tener derecho a examen ordinario el alumno deberá cumplir con un 80% de las asistencias y para tener derecho a examen extraordinario el alumno deberá cumplir con el 65% de las asistencias.

Además, esta asignatura puede ser acreditada por competencias para lo cual el alumno deberá registrar su solicitud en el departamento al cual pertenece la materia, de acuerdo con el calendario escolar vigente. Esta materia también puede ser sujeta a revalidación, acreditación o convalidación de acuerdo con la normatividad vigente.

De conformidad a lo que establece el Capítulo IV en los artículos 19 al 22 y Capítulo V en los artículos 23 al 29 del Reglamento General de Evaluación y Promoción de la Universidad de Guadalajara.

8. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

CRITERIO	PORCENTAJE
Test	10
Investigación/ exposiciones	40
Prácticas	50
Total	100%



CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA SUR
DIVISIÓN DE DESARROLLO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍAS

9. BIBLIOGRAFÍA

Básica				
Autores	Título	Editorial	Año	Clasificación de Biblioteca
R. Mora J. G. Pallarés J.F. Ortega	Fisiología del deporte y el ejercicio	Panamericana		
Barney Le Veau	Biomecánica del movimiento Humano	Trillas		
Dawn Gulick	Guía de bolsillo del deporte	Panamericana		
Congreso de la Unión	Ley General de Cultura Física y Deporte (México)	Paraceso		