

Plan de Estudio Maestría
en Actividad Física para la
Salud

Scam



Universidad Nacional Autónoma de Honduras

Ciudad Universitaria

SECRETARIA GENERAL

Tegucigalpa, M. D. C., Honduras, C. A.

15 de julio de 2002

Oficio No. 217-2002

Doctora
MARGARITA OSEGUERA DE OCHOA
Directora del Sistema de
Estudios de Postgrados.
PRESENTE.

Estimada Lic. Oseguera:

Adjunto el Plan de Estudios de **MAESTRIA EN ACTIVIDAD FISICA PARA LA SALUD**, inscrito en el número QUINCE (15) Tomo Número I del libro de Registro de Planes de Estudios que lleva esta Secretaría General consta de treinta y cuatro (34) folios aprobado en Acuerdo No.60 del Acta No. 733 del Consejo Universitario Sesión Ordinaria del Consejo Universitario de fecha 31 de mayo de 2001.



Atentamente,

JUAN PABLO VALLADARES SALINAS
SECRETARIO GENERAL

CC: Sra. Mirian Cerrato, Encargada Matrícula
CC: Dra. Alicia Geraldina Rivera, Coordinadora Carrera
CC: Dirección de Docencia
CC: Archivo

"La Educación es la Primera Necesidad de la República"

2

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE HONDURAS

CENTRO UNIVERSITARIO DE ESTUDIOS GENERALES

DEPARTAMENTO DE CULTURA FISICA Y DEPORTE



PLAN DE ESTUDIOS DE LA CARRERA :

MAESTRIA EN
ACTIVIDAD FISICA PARA LA SALUD

TEGUCIGALPA, M.D.C.

HONDURAS, C.A.

CIUDAD UNIVERSITARIA, OCTUBRE 2000

Scam



Universidad Nacional Autónoma de Honduras

Ciudad Universitaria

SECRETARIA GENERAL

Tegucigalpa, M. D. C., Honduras, C. A.

SG- No. 112

1 de junio de 2001

DRA. MARGARITA OSEGUERA
Dirección de Estudios
de Postgrado
CIUDAD

Estimada Doctora:

Para su conocimiento y demás efectos legales, me permito transcribirle el ACUERDO No. 060-2001-CUO, adoptado por el Consejo Universitario en su sesión ordinaria celebrada el día 31 de mayo de 2001, según consta en el Acta No. 733 y que literalmente dice:

"ACUERDO No. 060-2001-CUO. Aprobar el Plan de Estudios de la Maestría en actividad física para la salud, con dictamen favorable del Consejo de Administración, Asesoría Legal, la Dirección de Estudios de Postgrado y la Dirección de Docencia. COMUNIQUESE. Ana Belén Castillo de Rodríguez, Presidenta. Julio César Valladares Salinas, Secretario".

Atentamente,



Julio César Valladares Salinas
JULIO CÉSAR VALLADARES SALINAS
Secretario General

cc: Depto. Educación Física
" Oficina de Registro
" Dirección de Docencia
" Rectoría
" CUEG
" Archivo
RSA/mgo.

"La Educación es la Primera Necesidad de la República"



Universidad Nacional Autónoma de Honduras
Ciudad Universitaria

Dirección del Sistema de Estudios de Postgrados

Tegucigalpa, M. D. C., Honduras, C. A.

OFICIO: PLATS/137/02.
16 de Mayo de 2002.

Licenciado
JULIO CESAR VALLADARES SALINAS
Secretario General de la UNAH
Presente.

Estimado Licenciado Valladares:

Reciba un atento y cordial saludo de la Dirección del Sistema de Estudios de Postgrado.

Adjunto a la presente le estoy devolviendo 5 ejemplares del Plan de Estudios de la Maestría en Actividad Física para la Salud, revisado de acuerdo al documento que se encuentra en el archivo de esta Dirección.

Con muestras de mi consideración.

Atentamente,


DRA. MARGARITA OSEGUERA DE OCHOA
DIRECTORA DEL SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSTGRADO

DIRECCION ESTUDIOS P.
DIRECCION O.

cc. Arch.
MOO/ambg.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE HONDURAS
CIUDAD UNIVERSITARIA

Tegucigalpa, Honduras, C.A.

14 de Mayo de 2002

LIC.
JULIO CESAR VALLADARES S.
SECRETARIO GENERAL
UNAH
PRESENTE

Estimado Licenciado Valladares:

Estoy enviando a Ud. de nuevo cinco ejemplares del **PLAN DE ESTUDIOS DE LA MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD**, para que a estos documentos se le realice la foliación correspondiente, ya que es necesario para realizar trámites ante otras dependencias de la UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE HONDURAS, sobre todo para registrar y acreditar la existencia de esta Maestría, que inició su primera promoción a partir de Marzo del presente año con 24 alumnos.

Muy respetuosamente solicito a Usted que este procedimiento se realice con la mayor brevedad posible para lograr que este Postgrado se desarrolle con todo el éxito esperado, y evitar así contratiempos innecesarios.

De Usted, Atentamente



Alicia Geraldina Rivera
DRA. ALICIA GERALDINA RIVERA
COORDINADORA DE LA
MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD

cc. archivo

scam



ACTA No.733
CONSEJO UNIVERSITARIO
SESION ORDINARIA

31 DE MAYO 2001-06-01

EN LA CIUDAD UNIVERSITARIA, 'JOSE TRINIDAD REYES', MUNICIPIO DEL DISTRITO CENTRAL, EL DIA JUEVES TREINTA Y UNO DE MAYO DEL AÑO 2001, SE DIO INICIO A LA SESION ORDINARIA DEL CONSEJO UNIVERSITARIO, EN LA SALA DE CONFERENCIAS "DOCTOR HERNAN CORRALES PADILLA", SIENDO LAS 10:50 A.M., CON LA ASISTENCIA DE LOS SIGUIENTES MIEMBROS: AUTORIDADES UNIVERSITARIAS: DRA. ANA BELEN CASTILLO DE RODRIGUEZ, PRESIDENTA, LIC. JULIO CESAR VALLADARES, SECRETARIO, P.M. VIRGILIO LOPEZ MEJIA, TESORERO GENERAL. CENTRO UNIVERSITARIO DE ESTUDIOS GENERALES (CUEG): LIC. RAQUEL ANGULO BARAHONA, DIRECTORA, BR. MARLEN RODRIGUEZ, PROPIETARIA AECUEG. CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DEL LITORAL ATLANTICO: (CURLA): ING. JORGE ISIDRO SOTO MONICO, DIRECTOR, BR. URI SEQUEIRA ESCOTO, PROPIETARIO AECURLA. CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DEL NORTE (CURN): LIC. IRMA MARINA ESCOBAR, DIRECTORA INTERINA POR LEY, BR. JOSE MAURICIO VILLEDA, PROPIETARIO POR LEY AECURN. CENTRO UNIVERSITARIO DE LA ZONA CENTRAL: DR. MARIO RENE PINEDA VALLE, DIRECTOR, BR. WALTER RENE MEJIA, PROPIETARIO AECURC. CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DE OCCIDENTE (CUROC): ING. MARIBEL MEDINA BARAHONA, DIRECTORA, BR. CLAUDIA GUERRA DUBON, PROPIETARIA AECUROC. CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DE LA ZONA NOR-ORIENTAL (CURNO): ING. ROLANDO CALIX LOBO, DIRECTOR INTERINO, BR. JOSE RIGOBERTO MERCADO, PROPIETARIO AECURNO. CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DEL LITORAL PACIFICO (CURLP): LIC. OSCAR CORDOVA GUEVARA, DIRECTOR, BR. LUIS HERNAN FLORES RODAS,



Scam

PROPIETARIO AECURLP. FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS: LIC. RODIMIRO MEJIA, DECANO. FACULTAD DE CIENCIAS JURIDICAS Y SOCIALES: ABOG. OLVIN MEJIA SANTOS, DECANO, BR. CESAR ANTONIO GARRIDO, PROPIETARIO AED. FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS: DR. GUSTAVO VALLEJO, DECANO, BR. DONALDO VILLALOBOS, PROPIETARIO AEMCH. FACULTAD DE INGENIERIA: ING. ADOLFO RAQUEL QUAN, DECANO. FACULTAD DE CIENCIAS QUIMICAS Y FARMACIA: DR. GODOFREDO CRUZ GOMEZ, DECANO, BR. GUSTAVO FLORES, PROPIETARIO AECQFH. FACULTAD DE ODONTOLOGIA: DR. RAUL ANTONIO SANTOS, DECANO, BR. LUIS ENRIQUE CARTAGENA, PROPIETARIO AEOH. FEDERACION DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE HONDURAS (FEUH): BR. GUSTAVO ROBERTO CACERES, PROPIETARIO, BR. ERICK RENE CERRATO, PROPIETARIO, PROF. RODOLFO MONTALVAN TOSCANO, PROPIETARIO. INVITADOS: LIC. RAUL FLORES AUCEDA, SECRETARIO CONSEJO DE ADMINISTRACION, LIC. RAFAEL SUAZO MARADIAGA, PROPIETARIO CONSEJO DE ADMINISTRACION, LIC. ALBA LUZ TREJO, PROPIETARIA CONSEJO DE ADMINISTRACION, DRA. GILMA AGURCIA DE HERNANDEZ, DIRECTORA RECURSOS HUMANOS, DRA. SAGRA CANO DE CACERES, DIRECTORA DE CARRERA DOCENTE, DRA. ESTELA CARDONA PADILLA, ASESORA DE LA RECTORIA, LIC. TERESA LARIOS DE MONDRAGON, DIRECTORA DE DOCENCIA, LIC. MARGARITA OSEGUERA, DIRECTORA DE POSTGRADOS, LIC. ABRAHAM ARITA LEON, DIRECTOR DESARROLLO INSTITUCIONAL, LIC. CARLOS DAVID TORRES, DIRECTOR SUED, LIC. FILADELFO MOHAUDEAU, COORDINADOR CARRERAS CORTAS, LIC. JUAN CARLOS COLE, JEFE DE REGISTRO, LIC. FERMIN QUAN BULNES, JEFE OFICINA DE PERSONAL, LIC. MARTA QUINTANILLA, JEFE RELACIONES PUBLICAS, ING. RENE ANDINO ALVARENGA, PRESIDENTE SITRAUNAH, LIC. JUAN RAMON RODRIGUEZ, AUDITOR INTERNO, LIC. NELLY RODRIGUEZ, DIRECTORA SISTEMA BIBLIOTECARIO, LIC. ANGEL VALENTIN AGUILAR, COORDINADOR CURVA, LIC. ARMANDO VALLADARES, DIRECTOR DE CULTURA.



AL MOMENTO DE INICIAR LA PRESENTE SESION, LA SEÑORA RECTORA, DRA. ANA BELEN CASTILLO DE RODRIGUEZ, EXPRESO:

DAMOS INICIO A LA SESION DEL DIA DE HOY 31 DE MAYO. LA SECRETARIA NOS HA DADO UNA NOTA EN DONDE NOS INFORMAN QUE A TRAVES DEL FORO CIUDADANO SE HA DECIDIDO NOMBRAR UNA COMISION DE OBSERVADORES PARA QUE ESTE PRESENTE EN LA SESION DEL CONSEJO UNIVERSITARIO Y ELLOS SON: BERTA OLIVA DEL COFADE, DORIS MARGHOT GUTIERREZ, DEL CONSEJO CIUDADANO DEL MINISTERIO PUBLICO, FELICITO MONTALVAN, DEL COLEGIO MEDICO, MARVIN PONCE DE FACACH Y JOSE MARTINEZ DE INTERFORO; LA REMITE LETICIA SALOMON POR EL FORO CIUDADANO, QUERIA UBICARLOS PARA DARLES LA BIENVENIDA A LA SESION NUESTRA, DEL CONSEJO UNIVERSITARIO, ANTES DE QUE DIERAMOS INICIO A LA SESION.

PUNTO NUMERO 1

COMPROBACION DEL QUORUM

EL SEÑOR SECRETARIO GENERAL, COMPROBO EL QUORUM REGLAMENTARIO.

PUNTO NUMERO 2

LECTURA, DISCUSION Y APROBACION DE LA AGENDA

1. COMPROBACION DEL QUORUM.
2. LECTURA, DISCUSION Y APROBACION DE LA AGENDA.
3. LECTURA, DISCUSION Y APROBACION DEL ACTA No.732.



2/ scam

4. INFORME INPREUNAH.
5. CONOCER Y RESOLVER SOBRE EL PLANTEAMIENTO DE LA ASAMBLEA DE LA ADUNAH DE FECHA LUNES 28 DE MAYO DE 2001.
6. APROBACION DEL PLAN DE ESTUDIOS DE LA MAESTRIA ACTIVIDAD FISICA PARA LA SALUD.
7. APROBACION DE LA MAESTRIA EN GESTION DE EMPRESAS COOPERATIVAS.
8. CONOCER Y RESOLVER SOBRE EL DICTAMEN DE LA DIRECCION DE ESTUDIOS DE POSTGRADO, EN RELACION AL TITULO QUE DEBE DE OTORGARSE EN EL POSTGRADO DE DERECHO MERCANTIL.
9. SOLICITUD DE LA DIRECCION DE ESTUDIOS DE POSTGRADO DE IMPONER MEDIDAS DISCIPLINARIAS AL DR. JOSE ROBERTO GONZALEZ, DEL II AÑO DEL POSTGRADO DE ORTOPEDIA.
10. APROBACION DEL PLAN DE ESTUDIOS ESPECIAL PARA PROFESIONALIZAR A LA PROFESORA DAYSI SABALLOS, DOCENTE DEL CURLA.
11. SOLICITUD DE TITULO POST-MORTEN PARA LORENA DEL CARMEN CALIX GARCIA (Q.D.D.G.), PRESENTADA POR CARLA PATRICIA CALIX GARCIA.
12. APROBACION CARRERA DE PERIODISMO EN EL CURC.
13. APROBACION DE LA FECHA DE GRADUACION DE LA PRIMERA PROMOCION DEL CURC.
14. INFORME SOBRE AVANCES DE LA IV REFORMA UNIVERSITARIA.

102

NECESARIOS EN BASE A LA DISPONIBILIDAD FINANCIERA DE LA INSTITUCION Y DE ACUERDO AL CUMPLIMIENTO PARA REALIZAR DICHA PROPUESTA. B) 1. QUE SE HAGA UNA REVISION A LOS ESTATUTOS DE LA FUNDACION PARA ADECUAR SU FUNCIONAMIENTO, EVITANDO LA DUALIDAD DE FUNCIONES Y RECURSOS CON LAS UNIDADES ACADEMICAS DE LA UNAH. 2. QUE SE FACULTE AL CONSEJO DE ADMINISTRACION PARA QUE CONVOQUE CON LAS AUTORIDADES ADMINISTRATIVAS DE LA FUNDACION REVISEN LOS ACUERDOS, CONVENIOS Y OBLIGACIONES ADQUIRIDAS POR LA FUNDACION, A EFECTO DE LLEVAR A NUEVOS CONVENIOS EQUITATIVOS QUE SIN LESIONAR A NINGUNA DE LAS PARTES EVITEN CONFLICTOS LEGALES FUTUROS, PERMITIENDO UNA MAYOR INDEPENDENCIA FINANCIERA A LA FUNDATEC Y A LA UNAH, NO SE VEA OBLIGADA A ASIGNARLE FONDOS DE SU PRESUPUESTO GENERAL. 3. QUE LOS FONDOS ASIGNADOS A LA FUNDATEC DEL PRESUPUESTO GENERAL DE LA UNAH QUEDEN COMO CAPITAL SEMILLA, LOS QUE DEBERAN SER AUDITADOS Y FINIQUITADOS PARA FINAL DE AÑO Y QUE EN EL NUEVO PRESUPUESTO GENERAL DE LA UNAH NO SE INCLUYA PARTIDA PRESUPUESTARIA PARA LA FUNDATEC-UNAH. 4. EL CONSEJO DE ADMINISTRACION CONGELARA LOS TRASLADOS DE FONDOS A FUNDATEC, DEBIENDO REVISAR CON LA ADMINISTRACION DE LA FUNDACION LOS COMPROMISOS ADQUIRIDOS CON TERCEROS. 5. QUE RINDA CUENTAS EN UN PLAZO DE 60 DIAS. COMUNIQUESE. ANA BELEN CASTILLO DE RODRIGUEZ, PRESIDENTA. JULIO CESAR VALLADARES SALINAS, SECRETARIO.

PUNTO NUMERO 6

APROBACION DEL PLAN DE ESTUDIOS DE LA MAESTRIA EN ACTIVIDAD FISICA PARA LA SALUD.

AL RESPECTO, EL LIC. JULIO CESAR VALLADARES, EXPLICO:



15. PLANTEAMIENTO DEL SITRAUNAH.

16. AUTORIZACION AL CONSEJO DE ADMINISTRACION PARA QUE RECIBA DONACION DE EQUIPO DENTAL PARA LA FACULTAD DE ODONTOLOGIA, HECHA POR ONISHI MASATOHI, DE LA UNIVERSIDAD DEL JAPON.

17. APROBACION REFORMAS PARCIALES A PLANES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS.

PUNTO NUMERO 3

LECTURA, DISCUSION Y APROBACION DEL ACTA 732.

FUE APROBADA, Y AL NO EXISTIR NINGUNA RECONSIDERACION FUE DECLARA EN FIRME.

PUNTO NUMERO 4

INFORME SOBRE EL INPREUNAH

LA SEÑORA Rectora, Dra. Ana Belen Castillo de Rodriguez, presento el siguiente informe:

SEÑORES MIEMBROS DEL CONSEJO UNIVERSITARIO, DESPUES DE LOS SALUDOS, EL INFORME DICE: A LOS CATORCE DIAS DEL MES DE MARZO DEL AÑO 2001, REUNIDOS EN LA RECTORIA CON EL PRESIDENTE DE LA JUNTA DIRECTIVA DEL SITRAUNAH, ING. RENE ANDINO, CON LA PRESENCIA DEL DR. JUAN ALMENDAREZ BONILLA, SU SERVIDORA LE EXPRESO A LA ORGANIZACION SINDICAL LA CONVENIENCIA DE CONSTITUIR UNA COMISION INTEGRADA POR DOS REPRESENTANTES DEL SITRAUNAH, DO S

Sc om

103

EN SESION DEL DIA 29 DE MARZO DEL PRESENTE AÑO, SE EMITIO EL ACUERDO No.021-2001-CUO, EN EL CUAL DICE LO SIGUIENTE: TRASLADAR AL CONSEJO DIRECTIVO DEL CENTRO UNIVERSITARIO DE ESTUDIOS GENERALES, LA PROPUESTA DEL PLAN DE ESTUDIOS DE LA MAESTRIA EN ACTIVIDAD FISICA PARA LA SALUD, CON EL PROPOSITO DE QUE SE PRONUNCIE AL RESPECTO Y SIGA CON EL PROCEDIMIENTO ESTABLECIDO EN LA LEY ORGANICA DE LA UNIVERSIDAD, PARA SU APROBACION DEFINITIVA. ESTE PROYECTO FUE PRESENTADO INICIALMENTE POR LA DIRECCION DE POSTGRADO, PERO EN AQUELLA OPORTUNIDAD NO SE HABIA LA DIRECCION DE ESTUDIOS GENERALES, PERO TENEMOS YA EN NUESTRO PODER EL DICTAMEN FAVORABLE PARA QUE SEA APROBADO.

ACTO SEGUIDO, EL CONSEJO UNIVERSITARIO, RESOLVIO:

ACUERDO No.060-2001-CUO

APROBAR EL PLAN DE ESTUDIOS DE LA MAESTRIA EN ACTIVIDAD FISICA EN SALUD, CON DICTAMEN FAVORABLE DEL CONSEJO DE ADMINISTRACION, ASESORIA LEGAL, DIRECCION DE ESTUDIOS DE POSTGRADO Y LA DIRECCION DE DOCENCIA. COMUNIQUESE. ANA BELEN CASTILLO DE RODRIGUEZ, PRESIDENTA. JULIO CESAR VALLADARES SALINAS, SECRETARIO.

PUNTO NUMERO 7

APROBACION DE LA MAESTRIA EN GESTION DE EMPRESAS COOPERATIVAS.

104 Scam

AL RESPECTO, EL LIC. JULIO CESAR VALLADARES, EXPRESO:

ES EL MISMO CASO Y LA MISMA FECHA 29 DE MARZO DEL PRESENTE AÑO, MEDIANTE ACUERDO 023-2001-CUO, TAMBIEN SE DIO TRASLADO A LA JUNTA DIRECTIVA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS LA PROPUESTA DE LA CREACION DE LA MAESTRIA EN GESTION DE EMPRESAS COOPERATIVAS, A FIN DE QUE SE PRONUNCIE AL RESPECTO Y SIGA EL PROCEDIMIENTO ESTABLECIDO EN LA LEY ORGNICA PARA SOLICITAR SU APROBACION EN EL CONSEJO UNIVERSITARIO EN FORMA DEFINITIVA. O SEA, QUE EN AQUELLA OPORTUNIDAD TAMBIEN SE CONOCIO DE ESTE PROYECTO Y FALTABA EL DICTAMEN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS, Y LO TENEMOS AQUÍ MEDIANTE UNA CERTIFICACION EXTENDIDA EL 20 DEL MES DE ABRIL DEL 2001, QUE TAMBIEN ES POSITIVA Y POR UNANIMIDAD DE VOTOS LA MAESTRIA EN GESTION DE COOPERATIVAS FUE APROBADA EN JUNTA DIRECTIVA, POR LO QUE ES PROCEDENTE SU APROBACION.

SOBRE ESTO, EL CONSEJO UNIVERSITARIO, RESOLVIO:

ACUERDO No.061-2001-CUO

APROBAR LA CREACION DE LA MAESTRIA EN GESTION DE EMPRESAS COOPERATIVAS, CON DICTAMEN FAVORABLE DEL CONSEJO DE ADMINISTRACION, ASESORIA LEGAL, DIRECCION DE ESTUDIOS DE POSTGRADO Y DIRECCION DE DOCENCIA. COMUNIQUESE. ANA BELEN CASTILLO DE RODRIGUEZ, PRESIDENTA. JULIO CESAR VALLADARES SALINAS, SECRETARIO.

INDICE



| | |
|--|----|
| 1.- Datos Generales | 4 |
| 1.1.- Información General | 4 |
| 1.2.- Requisitos de Ingreso | 4 |
| 2.- Introducción | 5 |
| 3.- Justificación de la Carrera | 6 |
| 4.- Marco Teórico | 9 |
| 5.- Perfil Profesional | 11 |
| 5.1.- Roles y Competencias | 11 |
| 5.2.- Conocimientos | 12 |
| 5.3.- Habilidades | 12 |
| 5.4.- Actitudes y Valores | 13 |
| 6.- Estructura del Plan de Estudios | 14 |
| 6.1.- Objetivos | 14 |
| 6.2.- Listado de Asignaturas/Módulos | 14 |
| 6.3.- Distribución Temporal de los Módulos | 15 |
| 6.4.- Flujograma | 17 |
| 7.- Descripción Mínima de Asignaturas/Módulos | 18 |
| 8.- Aspectos Metodológicos | 24 |
| 9.- Requisitos de Graduación | 25 |
| 10.- Recursos para la Ejecución del Plan de Estudios | 25 |
| 10.1.- Ingresos | 25 |
| 10.2.- Egresos | 26 |
| 10.3.- Recursos Humanos | 27 |
| 10.4.- Equipo y Materiales Necesarios para el Funcionamiento de la Maestría | 27 |
| 10.5.- Instalaciones | 27 |
| 11.- Anexos | |

RESPONSABLES DEL PROYECTO



DEPARTAMENTO DE CULTURA FISICA Y DEPORTES UNAH

LIC. EDELTRAUD MINAR (COORDINADORA)
LIC. MARIA DEL CARMEN COELLO

ASESORES:

DR. THOMAS KETTELKAMP (HOUGHTON COLLEGE, U.S.A.)
DR. JESUS JAVIER ROJO GONZALEZ (DIRECTOR DE POSTGRADOS,
INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACION FISICA, MADRID)
MAGISTER ESTHER SERRANO (ESPECIALISTA EN MOTOLOGIA;
UNIVERSIDAD DE MARBURGO/ALEMANIA)
DR. CESAR ANTONIO HERRERA (ESPECIALISTA EN TERAPIA
FUNCIONAL; TEGUCIGALPA)
DR. HERNAN ENAMORADO (ESPECIALISTA EN MEDICINA DEL
DEPORTE Y ACTIVIDAD FISICA; SAN PEDRO SULA)

1.- DATOS GENERALES



1.1.- INFORMACION GENERAL

Código:
Nombre: Maestría en Actividad Física para la Salud.
Duración: dos años
Unidades valorativas: 47
Número de asignaturas/módulos: 7
Grado Académico: Maestría
Acreditación: Magister en Actividad Física para la Salud.
Fecha de inicio: Febrero 2001

1.2.- REQUISITOS DE INGRESO

- a.- Título de Licenciatura en:
Educación Física o áreas afines;
Enfermería o Medicina (preferiblemente con experiencia en Medicina Preventiva o actividades físicas.
- b.- Tener un índice de 71% o su equivalente en los estudios a nivel de pregrado.
- c.- Tarjeta de Identidad.
- d.- Curriculum Vitae.
- e.- Para los extranjeros:
Título autenticado por el Consulado del país de origen y Secretaría de Relaciones Exteriores de Honduras o Acuerdo de Incorporación de Título a la UNAH;
Pasaporte, partida de nacimiento original y copia.
- f.- Pago de inscripción y de la primera cuota de los costos de la Maestría.



2.- INTRODUCCION

El campo de la actividad físico-deportiva ha experimentado en las últimas décadas profundas transformaciones. A las modalidades ya tradicionales de Educación Física, Recreación y Deporte Competitivo se sumaron formas más espectaculares tales como los deportes de riesgo y aventura, actividades acrobáticas y otros. Se reactivaron los deportes tradicionales propios de los diferentes ámbitos culturales y, sobre todo, se descubrió el valor higiénico de la actividad física y se empezó a desarrollar esta modalidad a raíz del manifiesto deterioro físico y los problemas de salud ocasionados por las modernas formas de vida.

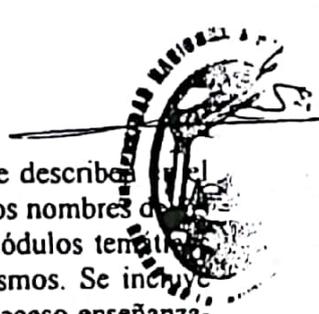
La creciente diversificación de la actividad físico-deportiva a raíz del surgimiento de estas nuevas tendencias y del carácter cambiante de los deportes contemporáneos ha creado una gama de necesidades en el campo laboral que aún están lejos por cubrirse. Especialmente el área de la actividad física con fines de salud sufre las consecuencias de la carencia de formación especializada de profesionales capaces de aprovechar los múltiples beneficios de una actividad física orientada hacia el bienestar de las personas, lo que motivó la iniciativa de diversificar las opciones curriculares en este campo profesional de creciente expansión.

Para el proceso de formulación del proyecto se constituyó una comisión en el Departamento de Cultura Física y Deportes que primeramente consultó diferentes planes de estudio de postgrado de universidades europeas y norteamericanas y que, después de ponderar las diferentes opciones curriculares en base a la realidad nacional y las tendencias actuales de la materia, elaboró este documento mediante una metodología de debate participativo y con la asesoría de expertos nacionales y extranjeros que con sus observaciones y recomendaciones contribuyeron a dar forma y contenido a este plan de estudios diseñado para formar especialistas en "Actividad Física para la Salud" a nivel de Maestría.

Los diferentes capítulos del documento reflejan el carácter interdisciplinario de esta materia donde convergen conocimientos del área de salud y de la actividad física, fusionándose en un conjunto de contenidos teóricos y prácticos que conforman el pensum académico de la Carrera. Los requisitos de ingreso que se establecen contemplan el carácter interdisciplinario de esta nueva opción curricular al permitir el acceso tanto a los profesionales del área de salud como a los de la cultura física.

El marco teórico aborda el tema desde ambas perspectivas, señalando la estrecha relación que existe entre salud y ejercicio físico y especificando los beneficios potenciales de una actividad física orientada adecuadamente. En la justificación del proyecto, por su parte, se presenta un análisis de las diferentes instituciones nacionales entre cuyas atribuciones figura el desarrollo de actividades físico-deportivas con fines recreativos y de salud, concluyendo que estas instituciones, debido a la carencia de profesionales especializados, no tienen la capacidad de ejercer sus funciones ni de desarrollar actividades en beneficio de los diversos sectores de la sociedad.

Después de la especificación del perfil profesional que incluye detalles sobre roles y competencias del futuro profesional, sobre los conocimientos, habilidades y actitudes requeridos para poder desempeñarse con eficacia en el campo laboral, se describen en el capítulo de la Estructura del Plan de Estudios los objetivos del proyecto, los nombres de las



requeridos para poder desempeñarse con eficacia en el campo laboral, se describe en el capítulo de la Estructura del Plan de Estudios los objetivos del proyecto, los nombres de las asignaturas agrupadas en un Taller de carácter instrumental y en seis módulos temáticos que conforman el pensum académico, así como la secuencia de los mismos. Se incluye también una breve descripción de la metodología que se utilizará en el proceso enseñanza-aprendizaje, seguida por la descripción sintética de cada uno de los módulos que contiene presentación de los contenidos, objetivos, unidades modulares, experiencias de aprendizaje y formas de evaluación.

Concluye el documento con la especificación de los requisitos de graduación y de los recursos necesarios para el desarrollo del Plan de Estudios, incluyendo recursos humanos y materiales, así como una lista de las eventuales instituciones cooperantes.

3.- JUSTIFICACION DE LA CARRERA

La sociedad hondureña se caracteriza, entre otros rasgos, por los altos índices de pobreza y desnutrición, problemas de salud y salubridad ambiental, deficiente cobertura del sistema de Seguridad Social, proliferación de bandas juveniles, insuficiente cobertura de las necesidades básicas, etc.

Ante este panorama se podría pensar que el deporte o la actividad física en general, que normalmente se asocian con desgaste de energías, no tienen cabida en este país. Sin embargo, la realidad nos muestra todo lo contrario. La educación física se imparte en todos los niveles educativos y el deporte competitivo cuenta con 32 federaciones autónomas oficialmente constituidas que participan con sus atletas en eventos nacionales e internacionales. Existe, además, la iniciativa privada, así como diferentes instituciones entre cuyas atribuciones se incluye el desarrollo de actividades deportivas recreativas o competitivas, siendo las más importantes:

a.- LOS MUNICIPIOS

Los municipios tienen, según la Ley de Municipalidades, entre sus atribuciones la promoción y el desarrollo de actividades deportivas para todos los integrantes de la comunidad. La mayoría de ellos, sin embargo, hacen prevalecer otras prioridades y se resisten a asumir esta nueva función. Carecen de una estructura adecuada, de recursos económicos y de personal calificado; dificultades éstas que no les permiten concebir y desarrollar programas con beneficios para todos los ciudadanos, incluidos adultos y tercera edad, así como grupos especiales. En las pocas contrataciones de personal para asumir las nuevas tareas prevalece la afiliación política sobre la capacidad profesional, de modo que proyectos tales como "el pacto por la infancia" o "deportes para la vida", patrocinados parcialmente por UNICEF, no pasan de ser agradables pasatiempos ocasionales sin un verdadero mensaje educativo. Las recreovías (en el caso de Tegucigalpa) y los esporádicos torneos de fútbol tienen más sentido propagandístico que intención de incorporar a la ciudadanía a actividades físicas sistemáticas saludables.



b.- EL CONJUVE (CONSEJO NACIONAL DE LA JUVENTUD)

El CONJUVE es un organismo gubernamental interinstitucional y multifuncional, cuya dirección compete al Presidente del Congreso Nacional. Creado en 1983 con la intención de "desarrollar programas educativos, culturales, recreativos, deportivos y de servicio social dirigidos a la juventud", padece, igual que otros organismos estatales, del síndrome de politización. Durante sus quince años de existencia no ha llegado a más que organizar torneos o competencias deportivas de manera muy esporádica, que naturalmente llevan el nombre del Presidente del Congreso Nacional; es decir, que no ha sido capaz de desarrollar verdaderos programas de carácter preventivo que beneficien a la juventud hondureña.

c.- EL IHNFA (INSTITUTO HONDUREÑO DE LA NIÑEZ Y FAMILIA)

Sucesora de la antigua Junta Nacional de Bienestar Social, el IHNFA está perfilándose con tímidos intentos de desarrollar algunas actividades, especialmente con niños y jóvenes de los establecimientos bajo su responsabilidad. Pero debido a necesidades más apremiantes carece de recursos para implementar programas de actividades físicas que redunden en beneficios duraderos para la población.

d.- MINISTERIO DE CULTURA, ARTE Y DEPORTE

Este Ministerio, creado en 1996 en el marco de las reformas a la Ley General de la Administración Pública con la función de "la organización, promoción y desarrollo del deporte", no ha definido aún su identidad como organismo deportivo. Igual que los Institutos Municipales, el CONJUVE y el IHNFA, es una entidad altamente politizada que no se preocupa por contratar personal calificado capaz de dictar las pautas del desarrollo deportivo en el país o desarrollar programas de envergadura nacional para dar sentido y trascendencia a su misión como promotora de la cultura física a nivel nacional.

e.- ESTABLECIMIENTOS PRIVADOS

El vacío institucional en el ámbito del deporte como medio de salud ha favorecido la incursión de sectores que actúan más desde perspectivas comerciales que desde la esfera de la salud. La iniciativa privada lleva ya algunos años ofreciendo sus servicios como respuesta a una demanda social que últimamente ha tomado auge, atendiendo usuarios de todas las edades, con intereses, necesidades y capacidades diferentes. Sin embargo, hay poca o nula diferenciación en cuanto al desarrollo de las prácticas. En las sesiones de aeróbicos, todos brincan, sudan y se mueven al unísono, independientemente de su edad y condición física. Sofisticadas y costosas máquinas alimentan los sueños de una eterna juventud. Las rutinas repetitivas y los vistosos aparatos encubren la falta de formación de los instructores que, no estando preparados para su ámbito laboral, desatienden los principios más elementales de una práctica saludable, con el riesgo de afectar la salud de los practicantes. No obstante, cabe mencionar que el florecimiento de los establecimientos privados demuestra el creciente interés de determinados sectores poblacionales por conservar o mejorar su salud y mantener su cuerpo en óptimas condiciones.

f.- LA EMPRESA PRIVADA

Este sector productivo del país aún no ha tomado conciencia de los beneficios que una actividad física sistemática podría generar para el bienestar de sus empleados y la productividad de la propia empresa. Da más importancia al patrocinio de equipos y competencias deportivas que a la inversión en la salud de sus trabajadores.

g.- LOS INSTITUTOS DE JUBILACION, SINDICATOS Y CLUBES SOCIALES

son otras de las entidades que deberían estar comprometidas a velar por el bienestar de sus afiliados y a atender sus necesidades de salud y forma física de acuerdo a sus condiciones corporales, emocionales y sociales. El cumplimiento de esta tarea, sin embargo, no se considera tanto un compromiso institucional, cuanto un asunto de interés personal, dependiendo del director de turno, de modo que no existe continuidad alguna en los pocos programas que se empiezan a desarrollar.

h.- En este mismo contexto se pueden mencionar también los ASILOS DE ANCIANOS, LOS CENTROS PENITENCIARIOS, LOS HOGARES TEMPORALES, LOS ESTABLECIMIENTOS ESPECIALES, etc., cuya población podría mejorar su calidad de vida y superar una serie de problemas a través de una actividad física adaptada a sus condiciones.

Frente a la institucionalización de la educación física y la homogeneidad del deporte tradicional, que sigue un modelo definido basado en la competición y en los valores a él asociados (selección, disciplina, rendimiento), el campo de la actividad física con fines de salud abre un espectro muy variado de modelos de práctica que se realizarían en instituciones y con poblaciones igualmente heterogéneas.

La creciente demanda en torno a las actividades físicas con fines de salud, lamentablemente, ha facilitado la aparición de pseudoprofesionales que, careciendo de una adecuada formación en este campo, están encubriendo su falta de conocimientos mediante el traslado de métodos que suelen aplicarse en el deporte tradicional y que tienen como objetivo, más que el bienestar de los practicantes, el incremento del rendimiento. La existencia de un fuerte desajuste entre la cualificación requerida por el nuevo campo laboral y la cualificación real de la mayor parte de las personas que lo ocupan hace necesario que las universidades reorienten la formación hacia ámbitos más diversificados que el de la educación formal.

Las instituciones formadoras (la Universidad Nacional Autónoma y la Universidad Pedagógica Nacional) se han dedicado hasta ahora en primer lugar a formar profesores de educación física para el nivel medio, una prioridad obviamente impostergable. La Carrera de Educación Física de la UNAH ofrece, además de esta salida profesional, las opciones curriculares de recreación y deporte competitivo. Pero la evolución de la materia y las condiciones cambiantes en la sociedad obligan a una revisión y diversificación de las opciones tradicionales, así como a una apertura de las nuevas dimensiones que demanda la sociedad actual.

4.- MARCO TEORICO



Vivimos en una sociedad que se caracteriza por la tecnificación y la creciente mecanización de todos los procesos importantes de la vida diaria y laboral, proporcionando al hombre comodidades nunca antes experimentadas. Nos servimos de automóviles, de ascensores, de escaleras automáticas, de lavadoras, de teléfonos, de internet, de estufas eléctricas, de controles remotos,.... para ahorrar tiempo y gastar menos energías. Apretar botones o tocar teclas constituyen hoy en día las actividades corporales más frecuentes en la vida diaria del hombre. La tecnología puesta al servicio del hombre ha hecho posible acortar distancias, reducir espacios y evitar esfuerzos físicos. Los adelantos de las ciencias médicas han logrado erradicar temidas enfermedades como la peste, la lepra, la poliomielitis, etc. y conseguido controlar las epidemias de antaño y otras enfermedades como la tuberculosis, la sífilis, el sarampión y muchas más. La sustitución de órganos dañados se ha convertido ya en rutina de la práctica médica y sólo se ve frenada por la escasez de donantes. El número de ancianos se incrementa año tras año por el aumento progresivo de la esperanza de vida de la población.

Este panorama nos podría dar a entender que el hombre de hoy no solamente vive más, sino mejor que nunca. Tiene a su alcance la tecnología que le ofrece todas las comodidades y puede aprovecharse de los conocimientos de las ciencias médicas que están al servicio de su cuidado corporal. Sin embargo, todos los adelantos de las ciencias médicas no han podido evitar el surgimiento de nuevos flagelos como el SIDA, el cáncer o las enfermedades circulatorias y coronarias que en la actualidad son las causas más frecuentes de mortalidad. Además, lo que aparentemente es un beneficio para la humanidad se ha convertido en un peligroso enemigo para su salud: la falta de movimiento o ejercitación corporal; un enemigo, cuya peligrosidad consiste en su invisibilidad, que actúa en forma oculta, lentamente y no se manifiesta hasta que los daños ya están hechos. Muchos de los problemas de salud que afectan a las sociedades modernas se atribuyen a la falta de movimiento: obesidad, elevados niveles de colesterol, hipertensión sanguínea, problemas circulatorios, respiratorios y digestivos, afecciones cardíacas y otros.

Hasta no hace muchos años, el concepto de salud quedaba prácticamente reducido a la ausencia de enfermedad. Pero desde que la OMS la definió como "el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades", este planteamiento se halla totalmente superado. El Departamento de Sanidad y Seguridad Social de Barcelona, igual que muchos otros, la entiende en el mismo sentido, como "consecución del nivel más alto de bienestar físico, mental y social y de capacidad de funcionamiento que permiten los factores sociales y ambientales donde vive inmerso el individuo y la colectividad". Entendida en este sentido, como una condición muy compleja en la que convergen diferentes factores, la salud ya no es asunto exclusivo de los médicos, sino tarea y compromiso también de otros profesionales. Por otro lado, cabe resaltar que la salud no es un estado constante, sino una condición cambiante que supone una alta responsabilidad individual para su conservación o mejoramiento.

En este contexto adquieren una importancia cada vez mayor el educador físico y la actividad física controlada y adaptada, ya que la estrecha relación que existe entre el mundo de la salud y el de la actividad física es incuestionable y nos lleva a buscar la manera de cómo potenciar su efectividad. Aceptado que el ejercicio físico para la salud es un "conjunto de actividades físicas y/o deportivas desarrolladas con la intención de mejorar los

parámetros de salud que capacitan al individuo para realizar sus actividades diarias con vigor y reducen los efectos del envejecimiento sobre el organismo", no se trata tanto de la creación y del aprendizaje de nuevos ejercicios y técnicas especiales, cuanto del conocimiento de las circunstancias que condicionan un buen estado de salud, así como de los medios que se deben utilizar para conservar o mejorarlo.

Desde que el Dr. Cooper concibió en los años 60 su programa de "aerobics" han cambiado muchas cosas. El Dr. Cooper, alarmado entonces por el incremento de la mortalidad debido a afecciones cardíacas y por el constante aumento de los gastos de salubridad en los Estados Unidos, empezó a buscar procedimientos para controlar los crecientes costos. Obviamente, la forma de reducir el costo de la atención médica no era contar con más hospitales, más médicos, ni equipo más sofisticado, sino por medio de la prevención, enseñándole a la población los métodos preventivos y los modos de una vida sana, entre los que mencionaba la realización sistemática de ejercicios físicos, el alejamiento de remedios cuestionables y el abandono de hábitos perniciosos.

Surgido como un método terapéutico y preventivo, el programa "aerobics" rápidamente se convirtió en el método de ejercicios físicos más famoso y más practicado del mundo. Desde entonces, se han realizado numerosos estudios que giran en torno a los efectos del ejercicio físico sobre la salud, cuyos resultados demuestran científicamente los múltiples beneficios que puede aportar la actividad física sistemática, controlada e individualmente dosificada. En la declaración final de la Tercera Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios Encargados de la Educación Física y el Deporte (Punta del Este, Uruguay, 30/11 - 3/12/1999) se destaca que "según estudios realizados a escala internacional, por un dólar invertido en actividades físicas, se ahorran 3,2 dólares en concepto de gastos médicos". Cabe, además, añadir que los efectos de un adecuado programa de ejercicios se hacen sentir no solamente en el orden somático, sino también en el psicológico y social, ya que la actividad física involucra al ser humano en su totalidad; una ventaja que supera a los procedimientos de médicos y curanderos.

En 1986, La Asociación Canadiense de Fitness publicó su "Manifiesto de la Conferencia sobre el Ejercicio, Forma Física y Salud" en el que considera una serie de factores claves relacionados con la salud, diciendo que "el ejercicio es una necesidad natural del cuerpo que nos permite favorecer el bienestar y la satisfacción personal de los participantes"; y también afirma que "contribuye a prevenir de forma directa e indirecta un elevado número de dolencias, siendo un determinante de la vitalidad del cuerpo y de su capacidad funcional; mientras que un estilo de vida sedentaria es responsable de un gran número de enfermedades, especialmente de tipo coronario".

En otras publicaciones sobre el tema se destacan especialmente cuatro funciones que relacionan el ejercicio físico con el bienestar de una persona:

- función anatómico-funcional, mejorando e incrementando, mediante el movimiento, la propia capacidad motriz en diferentes situaciones y para distintos fines;
- función higiénica, relativa a la conservación y mejora de la salud y el estado físico, así como a la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones;
- función catártica y hedonista, en la medida en que las personas, a través del ejercicio físico, se liberan de tensiones, restablecen su equilibrio psíquico y, gracias a ello, disfrutan de su propio movimiento y de su eficacia corporal;
- función de compensación, en cuanto que el movimiento compensa las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual.



Dada y comprobada la multifuncionalidad del ejercicio físico, se comprende la importancia de la valoración del mismo como medio de conservar la salud y como una alternativa positiva para enfrentar los diversos problemas de la sociedad moderna. De esta forma se añade una nueva dimensión al profesional del área de la cultura física, la de un promotor de salud, que merece toda la atención de las instituciones formadoras, ya que no solamente requiere un alto grado de concientización, sino conocimientos muy específicos a fin de poder atender a una población con valores, intereses y necesidades más diversificados que los que prevalecen en la educación física y el deporte tradicional. Esta dimensión, sin embargo, sigue siendo opacada por las funciones más tradicionales de los profesionales del área como la de educador físico o entrenador, que no dejan de ser opciones curriculares más atractivas por contar con estructuras consolidadas que ofrecen un mercado laboral seguro y delimitado en cuanto a sus funciones se refiere. No obstante, el tema de la salud a través del ejercicio físico ha despertado en los últimos 30 años el interés de numerosos científicos, políticos y pedagogos e igualmente ha sacudido la conciencia de grandes partes de la población, haciendo crecer la demanda de atención y, con ello, la necesidad de formar profesionales especialmente preparados para esta tarea.

5.-PERFIL PROFESIONAL

El graduado o la graduada de la Maestría en Actividad Física para la Salud tendrá una formación que lo(a) capacita para poder desempeñarse con eficacia en los siguientes roles y ámbitos profesionales:

5.1.- ROLES Y COMPETENCIAS

- Planificador(a) y administrador(a) de proyectos y programas de actividades físicas con fines de salud.
- Orientador(a) y promotor(a) de actividades físicas a nivel individual, grupal y comunitario.
- Instructor(a) de actividades físicas de mantenimiento y de ejercicios específicos.
- Evaluador(a) de la aptitud física.
- Investigador(a).
- Director(a) o asesor(a) en instituciones y organismos cuyas competencias abarcan las actividades físicas con fines de salud y recreación.

Para ello tendrá un conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que a continuación se detallan:



5.2.- CONOCIMIENTOS

- Conoce la estructura y el funcionamiento del cuerpo humano.
- Identifica las características biológicas y motoras del cuerpo humano en las diferentes etapas de desarrollo y maduración.
- Conoce los efectos en la salud y el bienestar físico de los hábitos saludables y perjudiciales.
- Reconoce los efectos implícitos que conlleva la inactividad física para la salud.
- Conoce el uso correcto de los aparatos e instrumentos de exploración y evaluación de la aptitud física.
- Conoce las estrategias individuales y colectivas de atención a grupos de riesgo o propensos a la pérdida de la salud por la práctica inapropiada de ejercicios físicos, por inactividad física u otras formas de vida inadecuadas.
- Conoce las etapas del proceso administrativo en el campo de la actividad física como medio de salud.
- Conoce diferentes métodos, programas y ejercicios conducentes al mejoramiento, mantenimiento o recuperación de la condición física y del bienestar corporal.
- Conoce el proceso de investigación y su pertinencia en el estudio científico de la actividad física como medio de salud.
- Conoce estrategias pedagógicas y andragógicas como elementos básicos para la planificación de programas de ejercicios físicos pertinentes a un contexto y a una individualidad.
- Conoce las herramientas informáticas fundamentales en el desarrollo de procesos como la investigación, la planificación y la evaluación como espacios de intervención social y laboral.
- Dispone de un amplio repertorio de actividades y ejercicios físicos indicados para mejorar o mantener la salud.

5.3.- HABILIDADES Y DESTREZAS

- Planifica y administra proyectos de actividades físicas a nivel comunitario.
- Diseña y desarrolla programas de ejercicios físicos pertinentes a condiciones especiales relacionadas con el desarrollo, madurez y estado de salud del individuo.
- Evalúa la efectividad de los programas de ejercicios físicos implementados.
- Evalúa correctamente la aptitud física del individuo.
- Maneja en forma adecuada aparatos e instrumentos de exploración y evaluación de la aptitud física.
- Utiliza racionalmente los recursos disponibles.
- Promueve hábilmente los beneficios de la práctica de hábitos saludables.
- Aplica el proceso de investigación en la búsqueda de nuevos conocimientos.
- Domina los métodos y fundamentos técnico-prácticos para el desarrollo de actividades físicas con fines de salud.

- 
- Actúa con responsabilidad en cuanto a procedimientos para alcanzar metas de desarrollo y mantenimiento de la aptitud física.
 - Es honesto y paciente en cuanto a logros en la relación de la actividad física con la salud.
 - Promueve por todos los medios a su alcance la práctica de la actividad física como medio de salud y bienestar general.
 - Demuestra siempre adaptación, flexibilidad y creatividad de acuerdo a las circunstancias.
 - Busca constantemente la actualización de sus conocimientos.
 - Es el evaluador por excelencia de sus propias experiencias en el desempeño profesional.
 - Es un atento observador de su entorno, identificando problemas dignos de ser investigados y atendidos.
 - Demuestra respeto irrestricto a los derechos humanos mientras que planifique, dirija, supervise y evalúe los procesos de actividad física como medio de salud.

6.- ESTRUCTURA DEL PLAN DE ESTUDIOS



6.1.- OBJETIVOS

- Contribuir a la formación de profesionales que la sociedad hondureña demanda para mejorar su calidad de vida a través de hábitos saludables.
 - Formar profesionales a nivel de postgrado en el área de la Cultura Física con conocimientos específicos en la prevención y el tratamiento de los problemas de salud ocasionados por las modernas formas de vida.
 - Incentivar la investigación en torno a la actividad física como medio de salud y generar nuevos conocimientos en el campo.
- Ampliar el campo laboral del profesional de la Cultura Física a través de la formación de especialistas en una área de creciente expansión que carece de atención profesional.

6.2.- LISTADO DE ASIGNATURAS / MODULOS

| <u>CODIGO</u> | <u>NOMBRE DE LA ASIGNATURA</u> | <u>U.V.</u> | <u>REQUISITOS</u> |
|---------------|---|-------------|-------------------|
| MAF-100 | Taller de Herramientas Informáticas y Métodos Estadísticos Aplicados a la Actividad Física | 5 | - |
| MAF-110 | Salud y Estilo de Vida | 4 | MAF-100 |
| MAF-120 | Fundamentos del Movimiento Humano y de la Aptitud Física | 8 | MAF-110 |
| MAF-130 | Diagnóstico del Estado de Salud y de la Aptitud Física | 8 | MAF-120 |
| MAF-210 | Investigación Aplicada a la Actividad Física | 8 | MAF-130 |
| MAF-220 | Fundamentos Prácticos de los Programas de Actividades Físicas con Fines de Salud | 6 | MAF-210 |
| MAF-230 | Planificación, Administración y Promoción de Programas de Actividades Físicas con Fines de Salud y Recreación | 8 | MAF-220 |
| TOTAL | | 47 | |



6.3.- DISTRIBUCION TEMPORAL DE LOS MODULOS TALLERES

PRIMER AÑO

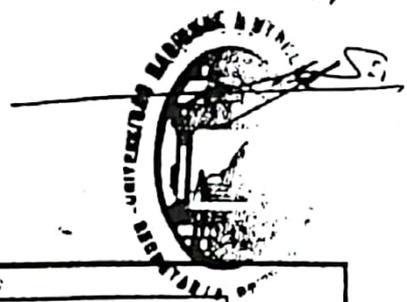
| PERIODO | MODULO | CODIGO | UNIDAD TEMA. | HORAS PRE. N.P. | DUR. SEMANA | U.V. |
|---------|--------|---------|-----------------|--------------------|----------------|------|
| 1 | T. I | MAF-100 | 1 | 30 90 | 4 | 5 |
| | | | 2 | 30 90 | 4 | |
| | | | 3 | 15 45 | 2 | |
| 2 | M. I | MAF-110 | 1 | 30 90 | 3 | 4 |
| | | | 2 | 15 45 | 2 | |
| | | | 3 | 15 45 | 2 | |
| 3 | M. II | MAF-120 | 1 | 30 90 | 3 | 8 |
| | | | 2 | 45 135 | 6 | |
| | | | 3 | 45 135 | 6 | |
| 4 | M. III | MAF-130 | 1 | 75 225 | 10 | 8 |
| | | | 2 | 30 90 | 4 | |
| | | | 3 | 15 45 | 2 | |
| | | | | 375 1125 | 48 | 25 |



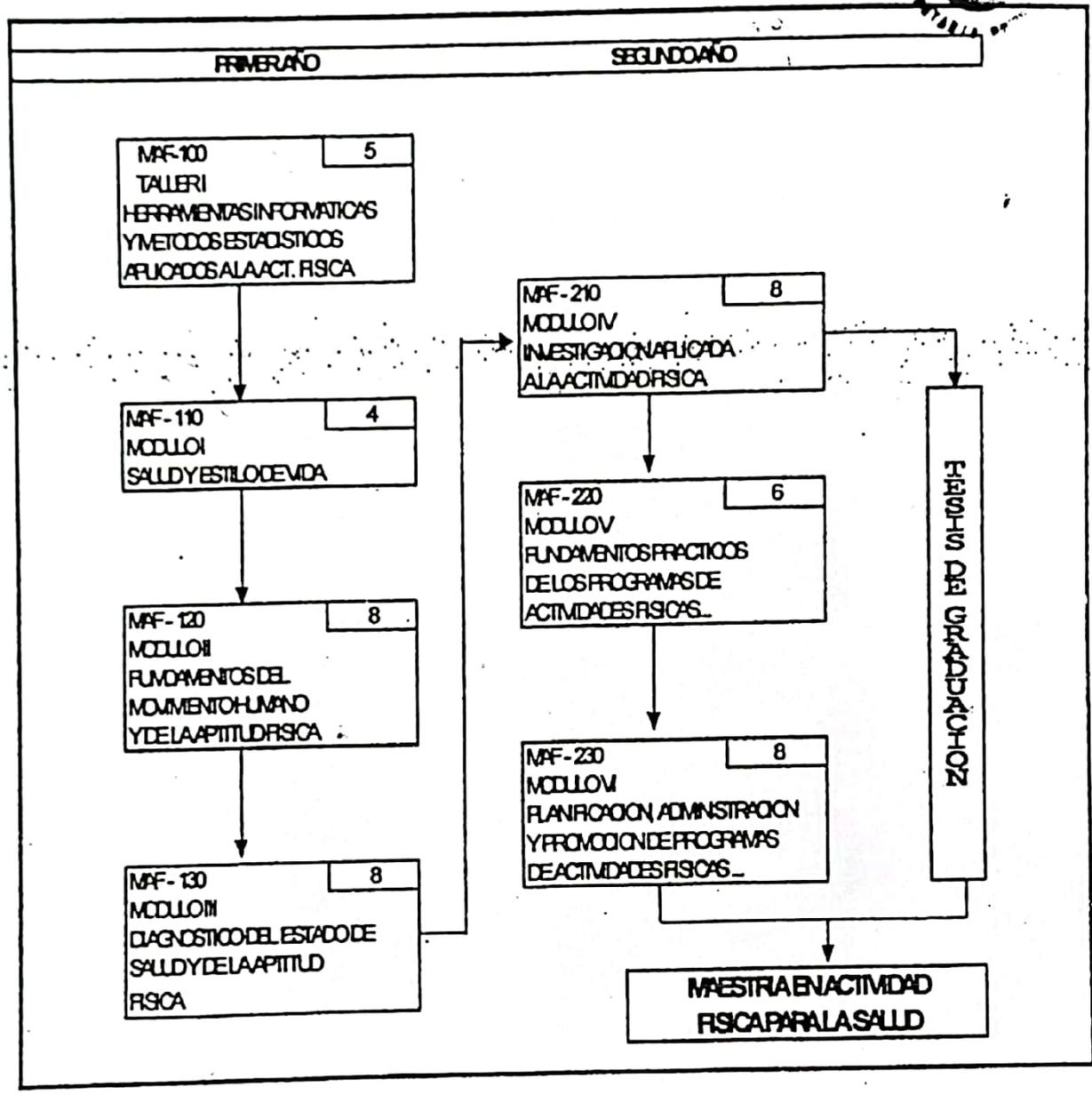
SEGUNDO AÑO

| | | | | | | | |
|---|-------|---------|-----|-----|-----|----|----|
| 5 | M. IV | MAF-210 | 1 | 15 | 45 | 2 | 8 |
| | | | 2 | 30 | 90 | 4 | |
| | | | 3 | 45 | 135 | 6 | |
| | | | 4 | 30 | 90 | 4 | |
| 6 | M. V | MAF-220 | 1 | 15 | 45 | 2 | 6 |
| | | | 2 | 30 | 90 | 4 | |
| | | | 3 | 15 | 45 | 2 | |
| | | | 4 | 30 | 90 | 4 | |
| 7 | M. VI | MAF-230 | 1 | 15 | 45 | 1 | 8 |
| | | | 2 | 15 | 45 | 2 | |
| | | | 3 | 30 | 90 | 3 | |
| | | | 4 | 60 | 180 | 12 | |
| | | | 330 | 990 | | 46 | 22 |

TOTAL 705 2115 94 47



64 FLUJOGRAMA



7.- DESCRIPCION MINIMA DE ASIGNATURAS/MODULOS



| | | |
|---|--|------------------|
| TALLER I: HERRAMIENTAS INFORMATICAS Y METODOS ESTADISTICOS APLICADOS A LA ACTIVIDAD FISICA. | | |
| CODIGO: MAF-100 | | |
| REQUISITOS: ninguno | | |
| DURACION: 10 semanas | HORAS: 75 pres. + 225 no pres. | U.V. 5 |
| <p>DESCRIPCION: En este Taller de carácter instrumental se proporcionará el conocimiento básico acerca de la informática como apoyo a la investigación y medio o recurso para obtener y sistematizar información. Se conocerá el sistema operativo Windows y los programas de Microsoft, enfatizando en el conocimiento de un procesador de textos y la hoja electrónica de cálculo, así como en el manejo del programa Power Point como herramienta para la presentación de trabajos y resultados de investigación. Igualmente se aprenderá a hacer uso de Internet como una vía alternativa de acceso a información actualizada. Se reforzará el conocimiento sobre estadística inferencial, mismo que será aplicado a través del manejo de programas específicos de estadística como el SPSS.</p> | | |
| <p>OBJETIVOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que el estudiante aprenda a hacer uso de la informática como recurso de trabajo diario y de investigación. • Que el estudiante sepa utilizar los recursos informáticos para obtener y sistematizar información. • Que el estudiante aprenda a aplicar los conceptos básicos de la estadística inferencial al campo de la actividad física. | | |
| <p>UNIDADES TEMATICAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Windows, Microsoft, procesador de texto, hoja electrónica de cálculo. • Estadística inferencial aplicada ; tratamiento estadístico computarizado. • Power Point; Internet. | | |
| <p>EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE: Técnicas expositivas y participativas; demostraciones; ejecuciones prácticas; estudio independiente; guías de estudio; práctica asesorada.</p> | | |
| <p>EVALUACION: Resolución de problemas; tareas escritas; aplicación de los recursos informáticos a tareas específicas; demostración del grado de dominio de las herramientas informáticas; exposiciones.</p> | | |



| | | |
|---|---|---------------------------|
| MODULO I: SALUD Y ESTILO DE VIDA | | |
| CODIGO: MAF-110 | | |
| REQUISITOS: MAF-100 TALLER DE HERRAMIENTAS INFORMATICAS | | |
| DURACION 8 semanas | HORAS 60 pres. + 180 no pres. | UNIDADES VAL. 4 |
| DESCRIPCION: En este módulo se darán a conocer de modo introductorio las condiciones y problemas de salud que existen en Honduras y se analizará la influencia de determinados hábitos y agentes sobre el bienestar corporal y ambiental; señalando en este contexto también los efectos positivos que pueda tener una alimentación equilibrada y una actividad física sistemática y orientada adecuadamente. | | |
| OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none">• Que el alumno obtenga una visión global acerca del panorama de salud en Honduras.• Que el alumno adquiera los conocimientos necesarios para reconocer y fomentar hábitos saludables.• Que el alumno tome conciencia de los efectos de determinados hábitos perjudiciales para la salud. | | |
| UNIDADES MODULARES: <ul style="list-style-type: none">• Condiciones y problemas de salud en Honduras. +• Nutrición, componentes alimenticios y control de peso.• Hábitos personales y sus repercusiones sobre el estado de salud. + | | |
| EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE: Técnicas expositivas y participativas; análisis de datos estadísticos e informes; estudio independiente; lectura dirigida; entrevistas. | | |
| EVALUACION: Exposiciones; informes; participación; trabajos escritos. | | |



**MODULO II: FUNDAMENTOS DEL MOVIMIENTO HUMANO
Y DE LA APTITUD FISICA**

CODIGO: MAF-120

REQUISITOS: MAF-110

| DURACION | HORAS | UNIDADES VAL. |
|-----------------|--------------------------|----------------------|
| 15 semanas | 120 pres. + 360 no pres. | 8 |

DESCRIPCION:

En este módulo, conformado por tres núcleos, se proporciona la fundamentación teórica de los tres factores principales que determinan la aptitud física del ser humano: movilidad, fuerza y resistencia. Se analizan las dimensiones mecánica, muscular y funcional del movimiento humano, sus alteraciones más frecuentes y las particularidades de las mismas en las diferentes etapas de desarrollo. Igualmente se abordan, en cada uno de los núcleos, las bases biológicas del respectivo acondicionamiento físico, dando a conocer los métodos más adecuados para conservar o restablecer las aptitudes físicas y mantener al organismo en óptimas condiciones.

OBJETIVOS:

- Que el alumno adquiera una fundamentación sólida acerca del funcionamiento del cuerpo humano y de los mecanismos del movimiento.
- Que el alumno aprenda a aplicar los métodos más adecuados para mantener al organismo en óptimas condiciones.
- Que el alumno sea capaz de valorar la aptitud física en relación a las diferentes etapas de desarrollo.

UNIDADES MODULARES:

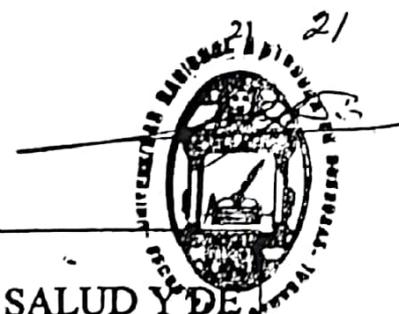
- Movilidad: factores anatómicos y biomecánicos del aparato locomotor.
- Fuerza y tonificación muscular: metabolismo y mecánica muscular.
- Resistencia orgánica: sistemas cardiovascular y respiratorio.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:

Técnicas expositivas y participativas; demostraciones; análisis de videos; lectura de textos; estudio independiente.

EVALUACION:

Exposiciones; demostraciones; tareas escritas; control de lectura; participación; informes.



MODULO III: DIAGNOSTICO DEL ESTADO DE SALUD Y DE LA APTITUD FISICA

CODIGO: MAF-130

REQUISITOS: MODULO II MAF-120

| DURACION | HORAS | UNIDADES VAL. |
|------------|--------------------------|---------------|
| 16 semanas | 120 pres. + 360 no pres. | 8 |

DESCRIPCION:
 En este módulo se integran en forma armónica elementos teóricos y prácticos, dando a conocer y utilizar los diferentes aparatos e instrumentos de evaluación corporal, así como pruebas, técnicas y procedimientos de exploración del estado de salud y de la aptitud física de una persona, aprendiendo al mismo tiempo a interpretar los resultados y a elaborar diagnósticos y protocolos de evaluación. Se hace también énfasis en la identificación de los procesos degenerativos del organismo humano y de alteraciones frecuentes de salud ocasionadas por un modo de vida inapropiado.

- OBJETIVOS:-**
- Que el estudiante aprenda a utilizar correctamente los aparatos e instrumentos de exploración corporal.
 - Que el estudiante adquiera experiencias en la aplicación de técnicas y procedimientos de evaluación de la aptitud física.
 - Que el estudiante sea capaz de identificar las desviaciones más frecuentes de los parámetros normales de salud.

- UNIDADES MODULARES:**
- Evaluación antropométrica y pruebas, técnicas y procedimientos de exploración funcional, articular y neuro-muscular.
 - Identificación y tipificación de alteraciones frecuentes de salud y de los procesos degenerativos del organismo humano.
 - Interpretación de resultados; elaboración de diagnósticos y protocolos de evaluación.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:
 Técnicas expositivas y participativas; práctica con aparatos e instrumentos de evaluación; aplicación de tests; estudio independiente.

EVALUACION:
 Elaboración de diagnósticos y protocolos de evaluación; exposiciones y demostraciones; participación; tareas escritas.

Wor + os hura: Teoría y Práctica



MODULO IV: INVESTIGACION APLICADA A LA ACTIVIDAD FISICA

CODIGO: MAF-210

REQUISITOS: MODULO III MAF-130

| DURACION | HORAS | UNIDADES VAL. |
|------------|--------------------------|---------------|
| 16 semanas | 120 pres. + 360 no pres. | 8 |

DESCRIPCION:

Partiendo del conocimiento y del análisis de las particularidades del método científico, se aborda el tema del proceso de investigación en forma general y específicamente desde la perspectiva de la actividad físico-deportiva, diferenciando entre técnicas de investigación cuantitativa e investigación cualitativa y orientando la elaboración de diseños de investigación hacia el propio campo de interés y conocimiento. Concluye el módulo con un Seminario que permitirá presentar y analizar los diferentes proyectos de tesis elaborados en el transcurso del módulo, para que posteriormente se realice el trabajo de investigación bajo la asesoría de un tutor.

OBJETIVOS:

- Que el estudiante conozca los métodos de investigación científica y sepa aplicarlos al campo de la actividad física.
- Que el estudiante profundice sus conocimientos en un tema específico, elaborando un diseño de investigación en torno al mismo.
- Que el estudiante sea capaz de concluir en forma independiente su proyecto de investigación.

UNIDADES MODULARES:

- Introducción a la metodología científica.
- Técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa.
- El diseño de proyectos de investigación.
- Seminario de tesis.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:

Consultas bibliográficas; técnicas expositivas y participativas; lectura de textos; estudio independiente y asesorado.

EVALUACION:

Exposiciones; participación; tareas escritas; control de lectura; diseño del proyecto de investigación; informes.



MODULO V: FUNDAMENTOS PRACTICOS DE LOS PROGRAMAS DE ACTIVIDADES FISICAS CON FINES DE SALUD

CODIGO: MAF-220

REQUISITOS: MODULO IV MAF-210

| DURACION | HORAS | UNIDADES VAL. |
|-----------------|-------------------------|----------------------|
| 12 semanas | 90 pres. + 270 no pres. | 6 |

DESCRIPCION:
En este módulo se proporcionan los fundamentos prácticos para poder desarrollar eficazmente actividades y ejercicios físicos con fines de salud y bienestar corporal, presentando diferentes tipos de actividades y sus efectos sobre el organismo, así como las posibles progresiones, su dosificación y adaptación a las condiciones físicas de los practicantes.

- OBJETIVOS:**
- Que el estudiante adquiera un amplio repertorio de ejercicios y actividades para que pueda disponer de ellos en su quehacer profesional.
 - Que el estudiante aprenda a aplicar los ejercicios más adecuados de acuerdo a las condiciones físicas de los practicantes.

- UNIDADES MODULARES:**
- Los ejercicios aeróbicos: modalidades, progresiones y dosificación.
 - Técnicas de relajación.
 - Juegos motores y actividades en la naturaleza.
 - Ejercicios profilácticos y terapéuticos específicos.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:
Técnicas expositivas y participativas; ejecuciones prácticas y demostraciones; ejemplificación de progresiones; consultas bibliográficas; estudio independiente.

EVALUACION:
Demostraciones; participación; tareas escritas; confección de baterías de ejercicios.



MODULO VI: PLANIFICACION, ADMINISTRACION Y PROMOCION DE PROGRAMAS DE ACTIVIDADES FISICAS CON FINES DE SALUD Y RECREACION

CODIGO: MAF-230

REQUISITOS: MODULO V MAF-220

| DURACION | HORAS | UNIDADES VAL. |
|-----------------|--------------------------|----------------------|
| 18 semanas | 120 pres. + 360 no pres. | 8 |

DESCRIPCION:
En este módulo de carácter teórico-práctico se proporcionan los conocimientos básicos acerca de la planificación, administración y promoción de actividades físicas en diferentes estructuras organizativas y niveles administrativos, ya sea en instituciones gubernamentales, privadas, comunitarias o corporativas de prestaciones sociales. Se hará énfasis en el desarrollo de proyectos comunitarios y en la adquisición de experiencias prácticas a través del diseño de programas y su puesta en práctica.

- OBJETIVOS:**
- Proporcionar los fundamentos teóricos y prácticos que capaciten al estudiante para Administrar, planificar y desarrollar programas de actividades físicas en diferentes estructuras de organización.
 - Que el estudiante adquiera experiencias prácticas en la dirección y evaluación de programas actividades físicas con fines de salud.

- UNIDADES MODULARES:**
- Estructuras organizativas y competencias relacionadas con la actividad físico-deportiva de instituciones gubernamentales, privadas, comunales y corporativas.
 - Los procesos de planificación y administración.
 - Promoción y desarrollo de proyectos de actividades físicas en la comunidad.
 - Diseño, ejecución y evaluación de programas de actividades físicas individuales, grupales y comunitarios.

EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE:
Técnicas expositivas y participativas; entrevistas; visitas a instituciones; estudio independiente; experiencias prácticas.

EVALUACION:
Exposiciones; ensayos de planificación; diseño de un programa; participación; desarrollo e informe de la práctica.

8.- ASPECTOS METODOLOGICOS



Bajo un enfoque de la actividad física como medio de salud, el Plan de Estudios de la Maestría contempla en su estructura un Taller y seis módulos; una modalidad de formación que evita el fraccionamiento de las materias, permitiendo una agrupación coherente de los contenidos en torno a la temática central, así como la integración de conocimientos, habilidades y actitudes durante el proceso enseñanza-aprendizaje.

El Taller que precede a los seis módulos temáticos es de carácter instrumental; se diseñó y se introdujo en el Plan de Estudios con el fin de facilitar las tareas de investigación, la elaboración y presentación de informes y los estudios independientes. En el primer módulo se presenta una visión global en torno a los problemas y condiciones de salud en Honduras, abordando la temática central en los siguientes módulos bajo enfoques más específicos que en su conjunto permitirán al graduado o a la graduada desempeñarse con eficacia en su campo laboral.

El pensum académico del Plan de Estudios abarca cinco categorías de contenidos que se desarrollan como ejes con mayor o menor acentuación en cada uno de los módulos:

- Fundamentos teóricos.
- Aplicaciones prácticas.
- Fundamentos prácticos.
- Investigación y elaboración de tesis de graduación.
- Conocimientos instrumentales.

El desarrollo del Plan de Estudios se extenderá a dos años, programando tres módulos por año, a fin de dar la oportunidad para complementar y profundizar los estudios en los espacios inter-modulares a través de la realización de tareas, lecturas y la elaboración del informe de investigación.

La duración y la metodología de cada uno de los módulos depende de la complejidad y de las características de la temática que se pretende desarrollar en él. Se presentan variaciones tanto en el número de unidades modulares como en la cantidad de horas clase que comprenden las mismas. Las unidades modulares tendrán, según el caso, una duración de una a tres semanas, con una intensidad promedio de 15 horas semanales, exceptuando la Práctica Supervisada que se realizará durante por lo menos ocho semanas con tres a cuatro horas semanales, a fin de poder desarrollar y evaluar un determinado programa diseñado al efecto.

La secuencia de los módulos obedece a un orden lógico e integrador, con una progresión de lo general a lo específico y de lo particular a lo complejo. La programación de los mismos se realizará independientemente del régimen académico que prevalece en la Universidad, dejando abiertas las opciones para desarrollar las unidades en forma intensiva, presencial, semi-abierta o combinada, con una amplia flexibilidad metodológica, haciendo especial énfasis en métodos que den prioridad a la participación activa, al trabajo grupal y al estudio independiente.

La evaluación de cada uno de los módulos dependerá de las características de la temática las cuales serán determinantes para establecer los criterios y las modalidades de aprobación. La tesis de graduación, cuya elaboración se inicia en el cuarto módulo a través del diseño del proyecto de investigación, será valorada y aprobada en defensa oral ante una terna examinadora integrada y convocada expresamente para esta ocasión.



9.- REQUISITOS DE GRADUACION

- a.- Haber aprobado todas las asignaturas del Plan de Estudios con un índice mínimo de 75 %.
- b.- Defender ante una terna examinadora la tesis de graduación.
- c.- No tener cuentas pendientes con la administración del postgrado, el Centro de Información y Documentación Deportiva u otras instancias universitarias.
- d.- Satisfacer los demás requisitos que la Universidad exige de conformidad a sus reglamentos y disposiciones académicos y administrativos.

10.- RECURSOS PARA LA EJECUCION DEL PLAN DE ESTUDIOS

10.1.- INGRESOS

El ingreso principal de la Maestría en Actividad Física para la Salud proviene de los pagos que efectuarán los estudiantes por concepto de inscripción, costo del postgrado y derechos de graduación.

Se aceptarán de 30 a 35 alumnos por promoción, resultando los siguientes ingresos:

| CONCEPTO | DESCRIPCION | INGRESOS |
|--------------------|---------------------|-----------------|
| INSCRIPCION | 30 x 1.000,00 Lps. | 30.000,00 Lps. |
| COSTO POSTGRADO | 30 x 30.000,00 Lps. | 900.000,00 Lps. |
| DER. DE GRADUACION | 30 x 1.500,00 Lps. | 45.000,00 Lps. |
| TOTAL | | 975.000,00 Lps. |

10.2.- EGRESOS

| CONCEPTO | DESCRIPCION | EGRESOS |
|--|--|------------------------|
| Coordinador de la Carrera | 30 meses por 12.000,00 Lps. | 360.000,00 Lps. |
| Pago de honorarios por contrato | Lps. 3000,00 por Unidad Modular de 15 hrs.: 31 x 3000,00 Lps. | 93.000,00 Lps. |
| Complemento coordinación de investigación | Lps. 2.000,00 por 8 meses | 16.000,00 Lps. |
| Complemento coordinación Práctica Supervisada | Lps. 2.000,00 por 3 meses | 6.000,00 Lps. |
| Pasajes aéreos | Costs Rica, México, U.S.A. España: 8.000,00 - 19.200,00 Lps. | 94.400,00 Lps. |
| Gastos de manutención para Profesores visitantes | 75 días x 1280,00 Lps. | 96.000,00 Lps. |
| Bibliografía y material Didáctico | Libros, revistas, videos. | 35.000,00 Lps. |
| Servicios públicos | Correo, fax, Internet, ... | 30.000,00 Lps. |
| Maquinaria, equipo y Accesorios | Caliper, pulsómetro, Medidor de lactato, | 93.700,00 Lps. |
| Publicidad | Radio, periódico, ... | 10.000,00 Lps. |
| TOTAL EGRESOS | | 834.100,00 Lps. |

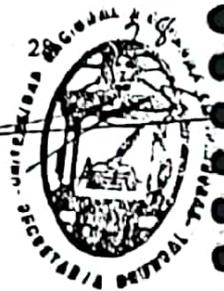
Sin perjuicio del presupuesto que antecede que contiene los gastos fundamentales para garantizar una promoción con excelencia académica, se procederá a hacer gestiones conducentes a lograr el apoyo de instituciones nacionales y la cooperación de organismos internacionales. En el caso de conseguir fondos adicionales, éstos se invertirían en el mejoramiento de maquinaria y equipo, en la adquisición de material bibliográfico y en la creación de un sistema de becas.

EVENTUALES UNIDADES ACADEMICAS COOPERANTES

- Facultad de Medicina
- Carrera de Informática
- Maestría en Salud Pública
- Departamento de Matemáticas
- Postgrado Latinoamericano en Trabajo Social

EVENTUALES UNIVERSIDADES EXTRANJERAS COOPERANTES

- Houghton College (Estados Unidos de Norteamérica).
- Universidad Johannes Gutenberg de Maguncia (Alemania).
- Instituto Nacional de Educación Física (Universidad Politécnica de Madrid/ España)
- Universidad de Chihuahua/ México
- Universidad Nacional de Costa Rica
- Instituto Nacional de Educación Física/ Cuba
- Life University/ Georgia U.S.A.



EVENTUALES ORGANISMOS COOPERANTES

- Organización Panamericana de Salud.
- GTZ (Cooperación Técnica Alemana).
- I.E.C.I. (Instituto Español de Cooperación Internacional).
- Consejo Superior de Deportes (España).
- Comité Olímpico Hondureño.
- Fundación Fullbright.

10.3.- RECURSOS HUMANOS

El Departamento de Cultura Física y Deportes no cuenta en la actualidad con los recursos humanos necesarios para desarrollar un Plan de Estudios a nivel de Maestría, ya que los únicos dos profesores con título de postgrado han cursado especialidades distintas a la de este curriculum. La Maestría en Actividad Física para la Salud no contará, por ello, con un cuerpo básico de docentes, sino con profesores especializados de otras unidades universitarias y de países amigos, de preferencia de aquellos que hayan suscrito convenios culturales y académicos con la UNAH. La contratación de los docentes se efectuará en el momento en que se necesite personal especializado, o sea bajo el régimen de profesores por hora (nacionales) o de profesores visitantes (extranjeros).

LISTADO DE PROFESORES:

- TALLER I: Dr. Oscar Montes
Ms. Rosibel Pacheco
- MODULO I: Dr. Mario Rivera
Ms. Lenir Coltro
Dpto. de Medicina Preventiva/ UNAH
- MODULO II: Dra. Alicia Rivera
Dr. Cesar Antonio Herrera
Dr. Hernán Enamorado Coffey
- MODULO III: Dr. Hernán Enamorado Coffey
Universidad de Chihuahua
INDER / Cuba
Universidad de Maguncia
- MODULO IV: Dr. Augusto Serrano
Dr. German Moncada
Universidad Nacional de Costa Rica
Ms. Uvaldo Matute
- MODULO V: Houghton College
Universidad Nacional de Costa Rica
Life University/ Georgia
- MODULO VI: I.N.E.F. Madrid
Ms. Uvaldo Matute
Ms. Mario Argeñal



III.4.- EQUIPO Y MATERIALES NECESARIOS PARA EL FUNCIONAMIENTO DE LA MAESTRIA.

Se requieren especialmente tres tipos de equipos y materiales:

- a.- ~~Equipos y materiales de oficina:~~ se utilizará en gran parte el equipo perteneciente al Departamento de Cultura Física y Deportes y a la Carrera de Educación Física.
- b.- ~~Materiales didácticos:~~ bibliografía (véase Anexo 1), videos, software. Se cuenta con los fondos bibliográficos básicos disponibles en el Centro de Información y Documentación Deportiva, en la Biblioteca Central y en la Biblioteca de la Facultad de Medicina, también que completar dichos fondos mediante la adquisición de bibliografía específica.
- c.- ~~Aparatos e instrumentos de medición de la aptitud física~~ (véase Anexo 2).

III.5.- INSTALACIONES

Se utilizarán los espacios físicos actualmente asignados al Departamento de Cultura Física y Deportes y a la Carrera de Educación Física.

11.- ANEXOS



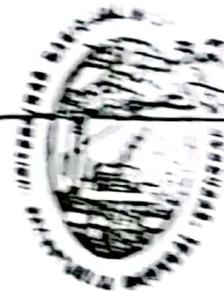
ANEXO NO.1 BIBLIOGRAFIA BASICA

- Acosta, R. (1999): Dirección, gestión y administración de Las organizaciones deportivas. Paidotribo. Barcelona.
- Albamonte, A. (1990): Aerobismo para mujeres. Editorial Albatros. Buenos Aires.
- Albamonte, A. (1988): Aerobismo. Editorial Albatros. Buenos Aires.
- Andrés, O. (1996): Manual práctico de organización Deportiva. Gymnos Editorial. Madrid.
- Artal, R. (1995): Embarazo y ejercicio. Ediciones Medici. Barcelona.
- Baird, D.C. (1991): Experimentación. Una introducción a la teoría de mediciones y al diseño de experimentos. 2ª edición. Prentice-Hall Hispanoamericana. México.
- Becerro, J.F. (1990): Salud y deporte para todos. 2ª edición. Eudema. Madrid.
- Bermúdez, R. y McPherson, M. (1987): Temas de fisiología del ejercicio. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.
- Bovaresco, A. (1986): Las técnicas de la investigación. 4ª edición. Editorial Iberoamericana. México.
- Buchholz, S. y Kiénzle, H. (1993): Gimnasia para embarazadas. Paidotribo. 3ª edición. Barcelona.
- Breguet, S. y Lhote, G. (1985): Footing-Jogging. Salud-Equilibrio-Fortaleza. Hispano Europea. Madrid.
- Calle, R. (1992): El libro de la relajación, la respiración y el estiramiento. Alianza Editorial. Madrid.
- Coutier, D. et al. (1990): Tercera edad-actividades físicas y recreación. Gymnos. Madrid.
- Crespo, X. et al. (1988): Atlas de Anatomía. Editorial Printer Colombiana. Bogotá.
- Díaz Otañez, J. (1988): Evaluación y estadística aplicada a la educación física y el entrenamiento. 4ª edición. Ediciones Jado. Córdoba/Argentina.
- Díaz Otañez, J. (1988): Introducción a la investigación en educación física. Ediciones Jado. Buenos Aires.
- Erbach, B. y Polster, U. (1980): Gimnasia todo el año. Editorial Stadium. Buenos Aires.



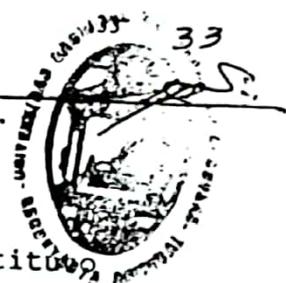
- Galopin, R. (1988): Gimnasia Correctiva. Hispano Europea Barcelona.
- Ganong, W. (1988): Fisiología médica. Editorial El Manual Moderno. México.
- García, J.M. et al. (1996): Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte. Evaluación de la condición física. Editorial Gymnos. Madrid.
- Getchell, B. y Anderson, W. (1987): En forma. Guía personal Para alcanzar la condición física ideal. Martínez Roca. Barcelona.
- Glass, G. y Stanley, J. (1986): Métodos estadísticos aplicados A las ciencias sociales. Prentice-Hall Hispanoamericana. México.
- Grotkasten, S. y Kienzle, H. (1993): Gimnasia para la columna vertebral. 2ª edición. Paidotribo. Barcelona.
- Hamm, M. Y Weber, M. (1991): Alimentación para deportistas. Ediciones Medici. Barcelona.
- Hernández, J. et al. (1997): Educación física, deporte y atención a la diversidad. Instituto Andaluz del Deporte. Deportes No. 25. Málaga.
- Hernández, M. (1986): Actividades físico-deportivas para la Tercera edad. INEF. Madrid.
- Hettinger, TH. (1993): Estar en forma. Mantenerse en forma. Paidotribo. Barcelona.
- Kirsch, L. (1993): Entrenamiento isométrico. Paidotribo. Barcelona.
- Konopka, P. (1988): La alimentación del deportista. Martínez Roca. Barcelona.
- Lamb, D. (1985): Fisiología del ejercicio. Augusto E. Pila Teleña. Madrid.
- Lerner, B. (1966): Recreación para la comunidad. Editorial Bibliografía Argentina. Buenos Aires.
- Litwin, J. y Fernandez, G. (1977): Medidas, evaluación y Estadísticas aplicadas a la educación física y el deporte. 2ª edición. Editorial Stadium. Buenos Aires.
- Lycholat, T. (1989): Ejercicios con pesas para mujeres. Editorial Albatros. Buenos Aires.
- Lycholat, T. (1989): Ejercicios con pesas para hombres. Editorial Albatros. Buenos Aires.
- Lloret, M. et al. (1999): Natación terapéutica. Editorial Paidotribo. Barcelona.

- Man, J. (1981): ¡Camine! Puede cambiar su vida. EDAF Ediciones-Distribuciones. Madrid.



- Martínez, C.: Introducción al entrenamiento. Editora Gabriela Mistral. Santiago/Chile.
- Masera, E. (1987): Para tu salud. Contra o camino. Editorial Científico-Técnica. La Habana.
- Mardale, V. et al. (1986): Fisiología del ejercicio. Energía, nutrición y rendimiento humano. Alianza Deporte. Madrid.
- Martínez del Castillo, J. Camp. (1986): Deporte y calidad de vida. Librerías Deportivas Esteban Sana. Madrid.
- Mainel, E. y Schnabel, G. (1988): Técnica del movimiento. Editorial Stadium. Buenos Aires.
- Mestre, J.A. y Garcia, E. (1987): La gestión del deporte municipal. INDE Publicaciones. Barcelona.
- Ocaricola, J. (1988): Nutrición y deporte. Eutema. Madrid.
- Fallarés, A. (1983): Ejercicios y fisioterapia para el tratamiento del asma. Editorial Científico-Técnica. La Habana.
- Vila Tejada, A. (1987): Evaluación deportiva. 3ª edición. Vila Tejada. Madrid.
- Robertson, B. (1983): Ejercicios para estar en forma. Editorial Albatros. Buenos Aires.
- Rodríguez, J. (1985): Deporte y ciencia. INDE Publicaciones. Barcelona.
- Ruiz Pérez, L.M. (1984): Desarrollo motor y actividades físicas. Editorial Gymnos. Madrid.
- Sampedro, P. y Casas, S. (1988). El deporte y la salud.

- VVAA.: Los ejercicios físicos con fines terapéuticos. INDER. La Habana.
- VVAA.: La actividad física de las personas mayores. Instituto Nacional de Educación Física. Madrid.
- VVAA. (1974): El deporte a la luz de la ciencia. Instituto Nacional de Educación Física. Madrid.
- VVAA. (1988): Actividades físico-divas en la naturaleza. Agrupación Deportiva de Estudiantes y Licenciados en Educación Física. Madrid.
- VVAA. (1993): Fitness. Teoría y práctica. Ediciones Scriba. Barcelona.
- VVAA. (1994): VII Jornadas sobre dirección y gestión deportiva. Apuntes. No.308. Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.
- VVAA. (1996): Ancianos en movimiento. Instituto Andaluz del deporte. Málaga.
- VVAA. (1996): XI Jornadas sobre actividad física adaptada. Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.
- VVAA. (1996): VII Jornadas sobre deporte municipal. Apuntes No. 329. Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.
- Vieira de Sousa, A. (1979): Gimnasia Correctiva. Editorial Sintesis. Barcelona.
- Wickstrom, R. (1990): Patrones motores básicos. Alianza Deporte. Madrid.





ANEXO 2

MAQUINARIA, EQUIPO Y ACCESORIOS

| | |
|---------------------------------|-----------------------|
| Vernier (2) | 2.250,00 |
| Espirómetro (2) | 5.400,00 |
| Analizador de Comp. Corporal | 4.450,00 |
| Esfignomanometro | 2.550,00 |
| Dinamómetro | 5.000,00 |
| Caliper (4)..... | 7.500,00 |
| Báscula | 2.125,00 |
| Medidor de Altura | 1.500,00 |
| Cronómetros (5) | 3.000,00 |
| Cinta métrica | 500,00 |
| Fotocopiadora | 40.000,00 |
| Stethoscopio (2) | 600,00 |
| Evaludador postura | 1.325,00 |
| Pulsera de presión arterial (4) | 10.000,00 |
| Scanner | 2.500,00 |
| Accesorios | 5.000,00 |
| | |
| T O T A L | 93.700,00 Lps. |

47

Scam

Queda inserto el original con que
conceda el número Quince (15)
del libro de Registro de Planes de
Estudios que lleva esta Secretaría
General, consta de treinta y cuatro (34)
folios debidamente firmados
y sellados.

Ciudad Universitaria diecinueve
de mayo del 2002.


[Signature]