

PRONTUARIO

TÍTULO:	Medición y evaluación de la actividad física
CODIFICACIÓN:	CFI 414
CRÉDITOS:	3 créditos 45 horas contacto 1 término

DESCRIPCIÓN

Los profesionales de la salud que trabajan en ambientes relacionados al ejercicio requieren de un conocimiento técnico amplio para salvaguardar la seguridad y efectividad del trabajo en el campo profesional. Este conocimiento técnico amplio abarca el cernimiento pre-participación, la evaluación cardiorrespiratoria, la evaluación musculoesquelética, la flexibilidad y la interpretación de resultados para una prescripción del ejercicio con fundamentos científicos. Estos conocimientos estimulan el pensamiento crítico a través del uso de pruebas e interpretación de estadísticas adecuadas para la clasificación de individuos de acuerdo a su respectiva población. Creando así un diseño apropiado utilizando una medición y evaluación con datos válidos y confiables para la educación de las diferentes poblaciones afectadas. Este es un curso teórico y práctico.

JUSTIFICACIÓN

Los aspectos de medición y evaluación de las ciencias del ejercicio se utilizan para la evaluación de pacientes clínicos, atletas y población general. Los conceptos de la medición y evaluación proveen información necesaria para la intervención específica de los individuos a evaluarse. La medición y evaluación ayudará al profesional de la salud a identificar el escenario, instrumentación y tiempo necesario para ejecutar las diferentes pruebas para la recopilación de información. La información podría mostrar fortaleza y debilidades de progresión lógica. La aplicación correcta de estos conocimientos permitirá procedimientos de evaluación utilizados por profesionales de la salud altamente calificados para la evaluación del rendimiento humano, la salud y el bienestar.

COMPETENCIAS

El curso desarrolla en el o la estudiante las siguientes competencias:

- **Emprendimiento e innovación**

- **Investigación y exploración**
- **Comunicación**

OBJETIVOS

Al finalizar el curso el o la estudiante será capaz de:

1. Conocer la terminología básica asociada a la evaluación.
2. Aprender las conversiones métricas y unidades recomendadas por el sistema de medidas internacional.
3. Describir las guías de estratificación de riesgos del colegio americano de medicina deportiva.
4. Proveer racionalidad de colección de datos durante evaluación.
5. Diseñar pruebas para la aptitud física y/o capacidades biomotoras.
6. Demostrar conducta científica y ética en el manejo de datos e información.
7. Identificar fuentes de información válidas y confiables en diversos formatos relacionado con la medición y evaluación de actividades físicas.

CONTENIDO

- I. Medidas y Estadísticas de Evaluación:
 - A. Procesos de Medición
 - B. Variables
 - C. Diseños de Investigación y Análisis Estadístico
 - D. Organización de Datos
 - E. Medidas de Tendencia Central
 - F. Estadística Inferencial
 - G. Estadística No Paramétrica
 - H. Estándares de evaluación
- II. Riesgos y Beneficios de la Actividad Física:
 - A. Terminología de la Aptitud y Actividad Física
 - B. Riesgos Asociados a la Actividad Física
 - C. Cernimiento Pre-Participación
 - D. Consentimiento Informado
 - E. Criterios de Selección
 - F. Naturaleza de las Pruebas y su Administración
 - G. Aplicación a Poblaciones Especiales
- III. Medición y evaluación de componentes físicos:
 - A. Principios básicos del diseño de programas

- B. Habilidades Físicas Básicas
- C. Eficiencia física en los jóvenes, adultos jóvenes, viejos
- D. Evaluación Cardiorrespiratoria
- E. Evaluación Musculo-esqueletal
- F. Evaluación a la Composición corporal
- G. Manejo de Peso
- H. Evaluación a la Flexibilidad
- I. Destrezas Relacionadas a la Salud
- J. Dimensiones Sicológicas
- K. Aspectos éticos en el manejo de información

METODOLOGÍA

Se recomiendan las siguientes estrategias de la metodología de aprendizaje activo:

- Aprendizaje Basado en Proyectos
- Aprendizaje Colaborativo
- Conferencias
- Discusiones grupales
- Simulaciones
- Laboratorios

EVALUACIÓN

Trabajos parciales	30%
Presentaciones orales	20%
Participación	25%
Proyecto o examen final	<u>25%</u>
TOTAL	100%

AVALÚO DEL APRENDIZAJE

Se aplica la rúbrica de avalúo institucional a la actividad central del curso.

BIBLIOGRAFÍA

TEXTO

Gibson, A., Wagner, D., & Heyward, V. (2019). Advance Fitness Assessment and Exercise Prescription (8th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

REFERENCIAS

Haff, G., & Triplett, N. (2016). Essentials of Strength Training and Conditioning. Champaign, IL: Human Kinetics.

Heyward, V. H. (2010). Advance Fitness Assessment and Exercise Prescription. Champaign, IL: Human Kinetics.

Hoffman, J. (2006). Norms for fitness and performance. Champaign: Human Kinetics.

Riebe, D. (2018). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription (10th ed.): Wolters Kluwer.

Tanner, R. K., & Gore, C. J. (2013). Physiological Test for Elite Athletes. Champaign, IL: Australian Institute of sports/ Human Kinetics.

Thomas, J., Nelson, J., & Silverman, S. (2015). Research methods in Physical Activity (7th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Weir, J., & Vincent, W. (2020). Statistics in Kinesiology (5th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Puede encontrar más recursos de información relacionados a los temas del curso en la página de la biblioteca <http://biblioteca.sagrado.edu/>

ACOMODO RAZONABLE

Para obtener información detallada del proceso y la documentación requerida, debe visitar la oficina correspondiente. Para garantizar igualdad de condiciones, en cumplimiento de la Ley ADA (1990) y el Acta de Rehabilitación (1973), según enmendada, todo estudiante que necesite servicios de acomodo razonable o asistencia especial deberá completar el proceso establecido por la Vicepresidencia de Asuntos Académicos.

INTEGRIDAD ACADÉMICA

Esta política aplica a todo estudiante matriculado en la Universidad del Sagrado Corazón para tomar cursos con o sin crédito académico. Una falta de integridad académica es

todo acto u omisión que no demuestre la honestidad, transparencia y responsabilidad que debe caracterizar toda actividad académica. Todo estudiante que falte a la política de honradez, fraude y plagio se expone a las siguientes sanciones: recibirá nota de cero en la evaluación y/o repetición del trabajo en el seminario, nota de F(*) en el seminario: suspensión o expulsión según se establece en el documento de Política de Integridad Académica con fecha de efectividad de noviembre 2022.

Derechos reservados | Sagrado | Noviembre, 2022