


ASIGNATURA DE ENTRENAMIENTO FÍSICO I

1. Competencias	Coordinar la atención de emergencias y prevención de riesgos de seguridad e higiene, mediante herramientas estadísticas, la aplicación de protocolos y la operación de unidades de emergencia terrestres y con base en la normatividad aplicable, para contribuir a preservar la vida de las víctimas y a la mejora en la salud ocupacional.
2. Cuatrimestre	Cuarto
3. Horas Teóricas	15
4. Horas Prácticas	30
5. Horas Totales	45
6. Horas Totales por Semana Cuatrimestre	3
7. Objetivo de aprendizaje	El alumno atenderá situaciones de emergencia que incluyan violencia o riesgo de ahogamiento por inmersión mediante la aplicación de técnicas de contención y de rescate acuático para proporcionar atención prehospitalaria.

Unidades de Aprendizaje	Horas		
	Teóricas	Prácticas	Totales
I. Contención de pacientes	5	20	25
II. Buceo	10	10	20
Totales	15	30	45


ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	

ENTRENAMIENTO FÍSICO I

UNIDADES DE APRENDIZAJE

1. Unidad de Aprendizaje	I. Contención de pacientes
2. Horas Teóricas	5
3. Horas Prácticas	20
4. Horas Totales	25
5. Objetivo de la Unidad de Aprendizaje	El alumno desarrollará las técnicas de contención para la atención prehospitalaria de pacientes en situaciones de violencia.


Temas	Saber	Saber hacer	Ser
Fundamentos teóricos de contención de pacientes	Describir la historia y conceptos de contención de pacientes		Observador Capacidad de reacción Tolerante al estrés Iniciativa Responsable Trabajo en equipo Disciplinado Dominio personal Perseverante
Técnicas de contención de pacientes	Describir las técnicas de contención de pacientes: Respiración Agarres Bloqueos Derribos Escapes y defensas	Ejecutar las técnicas de contención de pacientes a individuos en situaciones de violencia.	Observación Iniciativa Disciplina Dominio personal Responsabilidad Perseverancia Proactividad Trabajo en equipo Capacidad de reacción

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	

ENTRENAMIENTO FÍSICO I

PROCESO DE EVALUACIÓN

Resultado de aprendizaje	Secuencia de aprendizaje	Instrumentos y tipos de reactivos
<p>A partir de una simulación de una situación crítica de violencia demostrará las técnicas de contención de pacientes y entregará un video de la práctica que contenga las técnicas de:</p> <ul style="list-style-type: none">- Agarres-Bloqueos-Derribos-Escapes y defensas.	<ol style="list-style-type: none">1. Describir la historia y conceptos de contención de pacientes2. Describir las técnicas de contención de pacientes	<p>Ejercicios prácticos Guía de observación</p>

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	


ENTRENAMIENTO FÍSICO I

PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Métodos y técnicas de enseñanza	Medios y materiales didácticos
Juegos de roles Equipos colaborativos Simulación	Computadora Cañón Espacio para prácticas Colchonetas

ESPACIO FORMATIVO

Aula	Laboratorio / Taller	Empresa
	X	


ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	

ENTRENAMIENTO FÍSICO I

UNIDADES DE APRENDIZAJE

1. Unidad de Aprendizaje	II. Buceo
2. Horas Teóricas	10
3. Horas Prácticas	10
4. Horas Totales	20
5. Objetivo de la Unidad de Aprendizaje	El alumno realizara rescates acuáticos aplicando las técnicas de buceo para la atención prehospitalaria del paciente.


Temas	Saber	Saber hacer	Ser
Principios del buceo	<p>Describir el concepto y fundamentos físicos del buceo.</p> <p>Describir el riesgo del rescatista durante el buceo y los efectos de presión y cambios volumétricos</p> <p>Comprender los procedimientos de seguridad del rescatista durante el buceo y las características y mantenimiento del equipo básico de buceo.</p>		<p>Observación</p> <p>Iniciativa</p> <p>Disciplina</p> <p>Dominio personal</p> <p>Responsabilidad</p> <p>Perseverancia</p> <p>Proactividad</p> <p>Trabajo en equipo</p> <p>Capacidad de reacción</p>
Técnicas de buceo	<p>Describir las técnicas de buceo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respiración - Entrada al agua - Posturas y desplazamientos hidrodinámicos - Inmersión - Ascenso - Salida del agua - Comunicación bajo el agua <p>Técnicas de manejo de cuerdas y salvavidas</p>	Ejecutar las técnicas de buceo durante rescates acuáticos.	<p>Observación</p> <p>Capacidad de análisis</p> <p>Iniciativa</p> <p>Disciplina</p> <p>Dominio personal</p> <p>Responsabilidad</p> <p>Perseverancia</p> <p>Proactividad</p> <p>Trabajo en equipo</p>

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	

ENTRENAMIENTO FÍSICO I

PROCESO DE EVALUACIÓN

Resultado de aprendizaje	Secuencia de aprendizaje	Instrumentos y tipos de reactivos
<p>A partir de una simulación de una situación crítica de atención en rescate acuático demostrará las técnicas de buceo y entregará un video de la práctica que incluya técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none">- Respiración- Entrada al agua- Posturas y desplazamientos hidrodinámicos- Inmersión- Ascenso- Salida del agua- Comunicación bajo el agua- Manejo de cuerdas y salvavidas	<ol style="list-style-type: none">1. Describir los principios del buceo2. Describir las técnicas de buceo	<p>Ejercicios prácticos Simulación</p>

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	


ENTRENAMIENTO FÍSICO I

PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Métodos y técnicas de enseñanza	Medios y materiales didácticos
Juegos de roles Equipos colaborativos Simulación	Computadora Cañón Espacio para prácticas Colchonetas

ESPACIO FORMATIVO


Aula	Laboratorio / Taller	Empresa
	X	

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	

ENTRENAMIENTO FÍSICO I

CAPACIDADES DERIVADAS DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA


Capacidad	Criterios de Desempeño
Estratificar prioridades de rescate a las víctimas de una escena mediante el análisis de datos y los protocolos correspondientes para salvaguardar la vida y la integridad de los pacientes y la suya propia.	Elabora un reporte de evaluación de necesidades de rescate, que contenga: <ul style="list-style-type: none">- Tipo de emergencia- Número de víctimas- Características de las víctimas- Recursos humanos disponibles y sus capacidades para el rescate- Recursos materiales necesarios y disponibles- Distancia y tiempos de traslados- Entorno de la escena- Riesgos presentes- Riesgos latentes- Causas de riesgos- Precauciones a considerar
Rescatar víctimas mediante la aplicación de las técnicas y protocolos de rescate correspondientes al tipo de escena para restablecer sus condiciones de seguridad.	Realiza el rescate de víctimas acorde al protocolo establecido y elaborar un reporte que contenga: <ul style="list-style-type: none">- Técnicas de rescate utilizadas acordes con el tipo de escena- Justificación de las técnicas de rescate utilizadas- Instrumentos complementarios y suplementarios utilizados

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	


ENTRENAMIENTO FÍSICO I

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

Autor	Año	Título del documento	Ciudad	País	Editorial
Fernández, Víctor	(2012)	<i>Autoprotección, Defensa personal, familiar y del hogar</i>	Barcelona	España	Hispano Europea
American Academy of Orthopaedic Surgeons (AAOS),	(2011)	<i>Los Cuidados De Urgencias Y El Transporte De Los Enfermos Y Los Heridos, Novena Edición</i>	Mississauga	Canadá	Jones & Bartlett Publishers
Cuspinera, José	(2012)	<i>Principios y Fundamentos Pedagógicos de las Técnicas de UDE KWANSETSU WASA</i>	Madrid	España	Vision Libros
Organización marítima internacional	(2010)	<i>Manual IAMSAR</i>	Londres	Reino Unido	OMI
Coleman, Clay	(2008)	<i>Manual del Buceador</i>	Badalona	España	Paidotribo
Mendoza, David	(2007)	<i>Artes Marciales; Teoría, Método y Práctica</i>	Barcelona	España	Lulu
Pascual, Fernando	(2005)	<i>Aprenda defensa personal</i>	Buenos Aires	Argentina	Imaginador
Ellis & Associates	(2000)	<i>El profesional del rescate acuático</i>	Barcelona	España	Paidotribo

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	

Autor	Año	Título del documento	Ciudad	País	Editorial
Verjano Díaz, Francisco	(2000)	<i>El hombre subacuático; manual de fisiología y riesgos del buceo</i>	Madrid	España	Diaz de Santos
Dougherty N.J.	(1985)	<i>Phisical Education and Sport</i>	Virginia	Estados Unidos	Reverté

ELABORÓ:	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Paramédico	REVISÓ:	Subdirección de Programas Educativos	
APROBÓ:	C. G. U. T. y P.	FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:	Septiembre de 2014	