|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **D. Fecha de elaboración:** | 02/05/2020 | **E. Periodo al que aplica:** | Mayo - Agosto 2020 |

|  |
| --- |
|  **I. Información General** |
| **Programa Educativo:**  | TSU Terapia Física Área rehabilitación  |
| **Nombre de la Asignatura:** Masoterapia II | **Grupo:** TF34 |
| **Cuatrimestre:**  | Tercero |
| **Nombre del Docente:** Mtra María de los Angeles Pérez Marín  |

**PLANEACIÓN Y EVALUACIÓN**

| **III. Planeación por tema / sesión** |
| --- |
| **Número y Nombre de la Unidad de Aprendizaje** | **Tema de aprendizaje** | **Actividades de los Estudiantes** | **Link o material sugerido para realizar las actividades** | **App utilizada / Id o invitación para ingresar.**  | **Evidencia y fecha de entrega** | **Ponderación** |
| Unidad I Elongaciones | Patologías del sistema musculoesqueléticoElongaciones y sus técnicas | Explicar la estructura y funciones del sistema musculoesquelético así como describir los principales tipos de patologías del sistema muscular y sus características.Realizar investigación sobre las técnicas de valoración así como las escalas de valoración para las patologías del sistema musculoesquelético. Explicar qué son los estiramientos y sus diferentes tipos así como las efectos fisiológicos, sus indicaciones y contraindicaciones.Entregar un manual de las elongaciones y sus tipos, donde se explique las técnicas de elongación, tipos, características, mecanismos, tiempos de estiramiento e Indicaciones y contraindicaciones. | Artículos científicos Libros: Netter: Exploración clínica en ortopedia Un enfoque para fisioterapeutas basado en la evidenciaOrtopedia Netter Ejercicio terapéutico Recuperación funcional, Hall y Thein Ejercicio terapéutico, Kisner y Colby Cap. 5Artículos científicos Libros: Ejercicio terapéutico, Kisner y Colby Cap. 5Los estiramientos Bruno Blum Estiramientos analíticos en fisioterapia activa.Isostretching, Bernad RedondoMúsculos pruebas, funciones y dolor postural Kendall´s  | Google meet Classroom ewuc2 | Entrega de trabajos y envió de fotografía cuando el alumno elabore las actividades.11 de mayo al 29 de mayo del 2020 | 20 % |
| Unidad II Masaje Deportivo | Esfuerzo cardiovascularTécnicas del masaje deportivo | Explicar los conceptos y características de entrenamiento y competencia.Describir los principios del entrenamiento aeróbico y anaeróbico y su influencia en el sistema musculoesquelético.Explicar la fase de entrenamiento y competencia: - Pre-competencia - Durante la competencia - Post-competencia y recuperaciónIdentificar las técnicas del masaje deportivo: | Artículos científicos Libros: Ejercicio terapéutico, Kisner y Colby | Google meet Classroom ewuc2 | Entrega de trabajos y envió de fotografía cuando el alumno elabore las actividades.01 de junio al 30 de junio del 2020 | 20 % |
| Haga clic o pulse aquí para escribir texto. |  |  |  |  |  |  |
| Haga clic o pulse aquí para escribir texto. |  |  |  |  |  |  |
| Haga clic o pulse aquí para escribir texto. |  |  |  |  |  |  |
| Haga clic o pulse aquí para escribir texto. Haga clic o pulse aquí para escribir texto. |  |  |  |  |  |  |
| Haga clic o pulse aquí para escribir texto. |  |  |  |  |  |  |
| Haga clic o pulse aquí para escribir texto. |  |  |  |  |  |  |