



UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA DE  
COAHUILA



FACULTAD DE  
CIENCIA, EDUCACIÓN  
Y HUMANIDADES

FORMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

**DESARROLLO HUMANO**

# INTRODUCCIÓN A LA MATERIA

## PRESENTACIÓN DE LA MATERIA

La asignatura de Desarrollo Humano forma parte del área de conocimiento: Formación en Ciencias Sociales, Humanas y del Comportamiento del primer semestre. Es una asignatura transversal que promueve el sentido de vida, la empatía, la autorregulación y la conciencia crítica, pilares esenciales en la formación de líderes deportivos comprometidos con el bienestar individual y social. La asignatura de Desarrollo Humano permite al estudiante explorar las bases psicológicas, sociales, biológicas y éticas que fundamentan su crecimiento personal y profesional. En el contexto de la formación deportiva, esta asignatura aporta elementos clave para la construcción de la identidad, la conciencia crítica, la toma de decisiones éticas y la autorregulación emocional, todas necesarias para actuar con responsabilidad y liderazgo en escenarios educativos, comunitarios y organizativos. A través del análisis del ciclo vital, la exploración de las emociones, la toma de decisiones, la motivación y el liderazgo, esta materia permite consolidar las bases para un desempeño responsable y consciente en los ámbitos educativo, comunitario y deportivo.

## OBJETIVO DE LA MATERIA

Comprender y aplicar los principios del desarrollo humano en las distintas dimensiones en sus dimensiones, biológica, psicológica y social, para fortalecer la identidad personal y profesional, el bienestar integral y la interacción positiva en los diferentes entornos deportivos, educativos y socioculturales.

## CONTENIDO TEMÁTICO

### Unidad 1. Fundamentos del Desarrollo Humano

- Concepto y características del desarrollo humano.
- Principios generales del ciclo vital.
- Teorías clásicas del desarrollo humano:
  - Piaget
  - Erikson

- Maslow
- Vygotsky
- Dimensiones del desarrollo: biológica, cognitiva, psicoafectiva, social y espiritual.
- Influencia del contexto cultural y social.

## **Unidad 2. Etapas del Ciclo Vital y sus Características**

- Infancia: desarrollo motor, emocional y social.
- Adolescencia: identidad, autonomía, motivación y relaciones interpersonales.
- Adulthood temprana: proyecto de vida, sentido de pertenencia, compromiso social.
- Adulthood intermedia y tardía: madurez personal, salud integral, cambios biológicos.
- Aportes de la psicología evolutiva al diseño de intervenciones educativas y deportivas.

## **Unidad 3. Autoconocimiento y Autorregulación**

- Concepto de autoconocimiento y sus dimensiones.
- Autoestima y autoimagen: componentes y procesos de fortalecimiento.
- Inteligencia emocional:
  - Identificación de emociones.
  - Gestión de emociones.
  - Expresión de emociones.
- Estrategias de autorregulación emocional y conductual.
- Motivación intrínseca y extrínseca.

## **Unidad 4. Proyecto de Vida y Sentido de Trascendencia**

- Definición y componentes del proyecto de vida.
- Fases de elaboración.
- Factores de decisión.
- Valores y sentido de trascendencia.
- Proyecto de vida en lo profesional.



## EVALUACIÓN GENERAL

Para reportar tu calificación final obtenida de la suma de porcentajes de unidad, deberás haber cumplido de forma obligatoria con la realización o entrega de lo siguiente:

- Desarrollo de las lecciones.
- Responder a todos los cuestionarios de evaluación por unidad.
- Realizar y entregar dentro del tiempo establecido el Proyecto Final.
- Responder a la Evaluación Final.

La falta de cualquiera de estos requerimientos causará la NO acreditación del curso.

En caso de no acreditar el curso en periodo ordinario con una calificación igual o mayor a 70, tendrás que presentar una evaluación extraordinaria integrada por un examen de conocimiento y un proyecto, dando como total el 100% de la calificación del curso; en caso de no obtener una calificación aprobatoria, tendrás que inscribirte para recurrar la materia.

### **RECUERDA QUE LA CALIFICACIÓN MÍNIMA APROBATORIA ES 70.**

EVALUACIÓN	PUNTOS
Unidad 1	15 puntos
Unidad 2	15 puntos
Unidad 3	15 puntos
Unidad 4	15 puntos
Proyecto final	30 puntos
Evaluación final	10 puntos
Total:	100 puntos

## PROYECTO FINAL

Como proyecto final, elaborarás una entrevista a una persona que admires por su trayectoria o con quien compartas metas, intereses o aspiraciones. El objetivo es que indagues sobre su propósito de vida, las decisiones que orientaron su proyecto, así como sus metas a nivel personal, académico y profesional.

Dentro del formato de tu documento, deberás desarrollar en mínimo media cuartilla la justificación donde expliques de manera clara y coherente por qué seleccionaste a esa persona. Considerando aspectos como:

- Metas, valores o aspiraciones que compartes con ella.
- Razones por las que le admiras o consideras que su trayectoria es significativa.
- Cómo crees que su historia puede orientarte o inspirarte en tus decisiones actuales y futuras.

Posteriormente, presentarás la estructura de la entrevista, en la que se deben incluir las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué se dedicó a lo que hace?
2. ¿Cuáles fueron las decisiones para escoger lo que hace en la vida? ¿Qué lo llevó a tomar la decisión de dedicarse a lo que hace ahora?
3. ¿Hubo momentos difíciles a lo largo de su carrera profesional? ¿Cómo gestionó las emociones que tuvo en esos momentos difíciles?
4. ¿Cómo combinó la vida profesional y la personal?
5. ¿Cuál es la meta que le falta por cumplir?
6. ¿Hubo alguien que le inspirara para dedicarse a lo que hace actualmente?

Todas las preguntas anteriores deben ser respondidas por el entrevistado; si deseas profundizar en algún tema, puedes agregar preguntas a la estructura de la entrevista.

Debes transcribir las respuestas que te haya proporcionado tu entrevistado.

Finalmente, incluye en un párrafo una conclusión donde identifiques qué elementos del proyecto de vida del entrevistado consideras valiosos para el tuyo; explica también cómo la elaboración de esta entrevista interviene en tus metas personales, académicas y profesionales a corto, mediano y largo plazo.

## Lista de Cotejo

Elemento	Puntuación
Justifica la elección del sujeto a entrevistar (por qué es apto o en qué aspectos coincide con lo necesario para el desarrollo del proyecto)	8 puntos
Presenta las 5 preguntas requisito en el desarrollo de la entrevista	9 puntos
Presenta una conclusión sobre lo abordado en el trabajo final	4 puntos
Presenta ortografía y buena redacción	6 puntos
Presenta datos de identificación del estudiante	3 puntos
<b>Total:</b>	<b>30 puntos</b>

## DINÁMICA DE TRABAJO

Cada unidad consta de los siguientes elementos:

- Contenido Temático: presentación y análisis de conceptos, fundamentos teóricos, implicaciones y aplicaciones del tema al que se refiere la unidad correspondiente.
- Controles de Lectura: cuestionamientos específicos acerca de las lecturas realizadas bajo un sistema de opción múltiple o relacionar, los cuales permitirán comprobar que has revisado y leído cada una de las lecturas que te han sido asignadas. Recuerda que pueden tener valor en tu evaluación.
- Actividades: aplicación de los conocimientos teóricos adquiridos. Son evaluables bajo listas de cotejo específicas y adquieren una ponderación en la evaluación.
- Evaluación por unidad: consta de una serie de reactivos que se evalúan para comprobar el conocimiento adquirido dentro de la unidad.
- Antes de terminar tu materia, deberás responder una evaluación final que comprende los contenidos de toda la materia.

## REFERENCIAS

- Bisquerra, R. (2015). Psicopedagogía de las emociones. Síntesis.
- Delors, J. (2016). La educación encierra un tesoro (Edición conmemorativa). UNESCO.  
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245831>
- Erikson, E. H. (2019). Infancia y sociedad. Caparrós Editores.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2016). La inteligencia emocional en la educación. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa, 14(3), 34-49.  
<https://doi.org/10.25115/psye.v14i3.1917>
- Goleman, D. (2015). Focus: Desarrollar la atención para alcanzar la excelencia. Editorial Kairós.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. Psychological Review, 50(4), 370-396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Rogers, C. R. (2012). El proceso de convertirse en persona. Paidós.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford Press.
- Seligman, M. E. P. (2018). La vida que florece. Vergara.
- Vygotsky, L. S. (2015). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores (11.ª ed.). Crítica.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology (7th ed.). Human Kinetics.