



ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES

Reprogramación de las metas establecidas para este trimestre, en los meses subsecuentes

META PROGRAMADA TRIMESTRE 2 ABRIL, MAYO, JUNIO 2020	
Participación de la comunidad estudiantil en actividades deportivas, culturales y artísticas de educación superior, se traslada la participación de las actividades en casa y se trabaja en línea.	Actividades en línea

Justificación: El confinamiento que estamos viviendo a consecuencia de la pandemia por el virus COVID-19, tiene un fuerte impacto en nuestra agenda de actividades deportivas, culturales y artísticas 2020, esta situación ha impactado a todas las instituciones educativas, con repercusiones tanto positivas, como negativas, con especial énfasis en lo que se refiere al detrimento de la educación y la salud. Por otro lado al incremento de las desigualdades debido a la desaceleración del aprendizaje educativo. Esencialmente se ha puesto en riesgo la aplicación de los programas ya establecidos y aplicaciones. De nosotros depende dirigir nuestros esfuerzos para que sea un repunte hacia los estudiantes. Y es que, lo que podemos extraer de esta pandemia es la enseñanza positiva de trabajo en equipo y uso de nuevas tecnologías, aunando nuestros grandes esfuerzos, podemos vencer cualquier batalla.

Se lucha por incorporar las tecnologías de la información a la experiencia pedagógica cotidiana. A pesar de la precaria adaptación digital de los materiales didácticos nuestra casa de estudios y sus catedráticos diseñaron un plan para mantener medios de contacto entre directores, docentes y estudiantes, para poder desarrollar un trabajo en conjunto y dar continuidad efectiva al aprendizaje, para una educación virtual inclusiva. Se trabaja en que los estudiantes cuenten con acceso a internet; que tengan las habilidades necesarias para desarrollar actividades de aprendizaje de forma virtual; que los docentes cuenten con habilidades para diseñar actividades y dar clases a través de plataformas digitales; planes de estudio flexibles que se puedan adaptar con facilidad al trabajo en línea, para todo esto describiremos las actividades realizadas en este trimestre.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Participación en campaña, dirigida a fomentar el permanecer en casa

Los estudiantes y profesores de voleibol basquetbol, fútbol y taekwondo participan en el programa **#5x1QuedateEnCasaUPT** utilizando las redes sociales, así como WhatsApp en donde las se da a conocer la prevención a través del diseño de carteles, videos, fotografías, audios o cualquier recurso que haga notar el cuidado y riesgos del coronavirus y posteriormente apoyó en el proyecto **#20x1QuedateEnCasaUPT** para el uso correcto del cubre boca y las medidas sanitarias correctas.

Todas las disciplinas deportivas a pesar de la situación de vivir en cuarentena logran realizar las actividades desde el confinamiento de los estudiantes, la participación en el traslado para las tareas desde casa, se convierte en una meta difícil pero no imposible de lograr y gracias al apoyo y convencimiento de autoridades, estudiantes, maestros y administrativos, se les invito a seguir con el operativo escudo, y se realizan las siguientes actividades por cada disciplina.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





DIRECCIÓN DE VINCULACIÓN Y EXTENSIÓN

INFORME TRIMESTRE ABRIL-JUNIO 2020

Impartición de las Disciplinas Deportivas de manera virtual:

BASQUETBOL

Se realizaron evaluaciones con rutinas en casa y trabajo de investigación, se llevó a cabo la capacitación de Activación Física Rítmica organizado por el Instituto Hidalguense del Deporte, además todos los estudiantes inscritos en el taller participaron en la carrera #carrerasúperpadre, se participó en la conferencia de violencia en época de confinamiento.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





DIRECCIÓN DE VINCULACIÓN Y EXTENSIÓN

INFORME TRIMESTRE ABRIL-JUNIO 2020

FÚTBOL

Difusión de los talleres deportivos con los estudiantes en **clases virtuales**, se realizan juntas con los profesores de las actividades de deportes para conocer sobre el seguimiento de las **clases virtuales**, continuando con las actividades que nuestra casa de estudios realiza, técnicas de movimientos con y sin balón, golpe de calor por sobrecalentamiento del cuerpo en el fútbol debido a las altas temperaturas o un exceso de ejercicio físico, medidas reglamentarias, lesiones más frecuentes, calentamiento y preparación física (lagartijas, abdominales sentadillas etc.), practica dominio de balón con parte interna del pie, muslos y cabeza, 17 reglas del arbitraje, con la preselección se trabajan los sistemas de juego a la defensiva, aplicación de técnicas en las actividades de evaluaciones y teoría, se intensifica el calentamiento, estiramiento para la prevención de lesiones y se inicia el trabajo de resistencia alternadamente con sentadilla, lagartijas, abdominales y esprín, subiendo la información a **redes sociales y apps** como **classroom y whats App**, los jugadores de nivel avanzado se evalúan con su participación en los Encuentros Nacionales Interpolitecnicas, práctica con toque de balón y golpeo, movimientos de salidas con elevación de pierna y brazos para sostener el balón, conclusión de la documentación de la carpeta de evidencias, impresión de actas, listas y calificaciones finales, conocimiento a los estudiantes el plan de trabajo y los criterios de evaluación por medio de **clases en línea**, lecciones frecuentes en el fútbol esguince de tobillo y rodilla, provocados por los movimientos de pivotes y que son frecuentes en este deporte, torceduras por contracciones musculares en zona de ingle, tendones y cuádriceps, movimientos de parar y avanzar o zancadas con diferente intensidad, la falta de hidratación hace que diversos órganos dejen de funcionar como lo haría de forma habitual.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

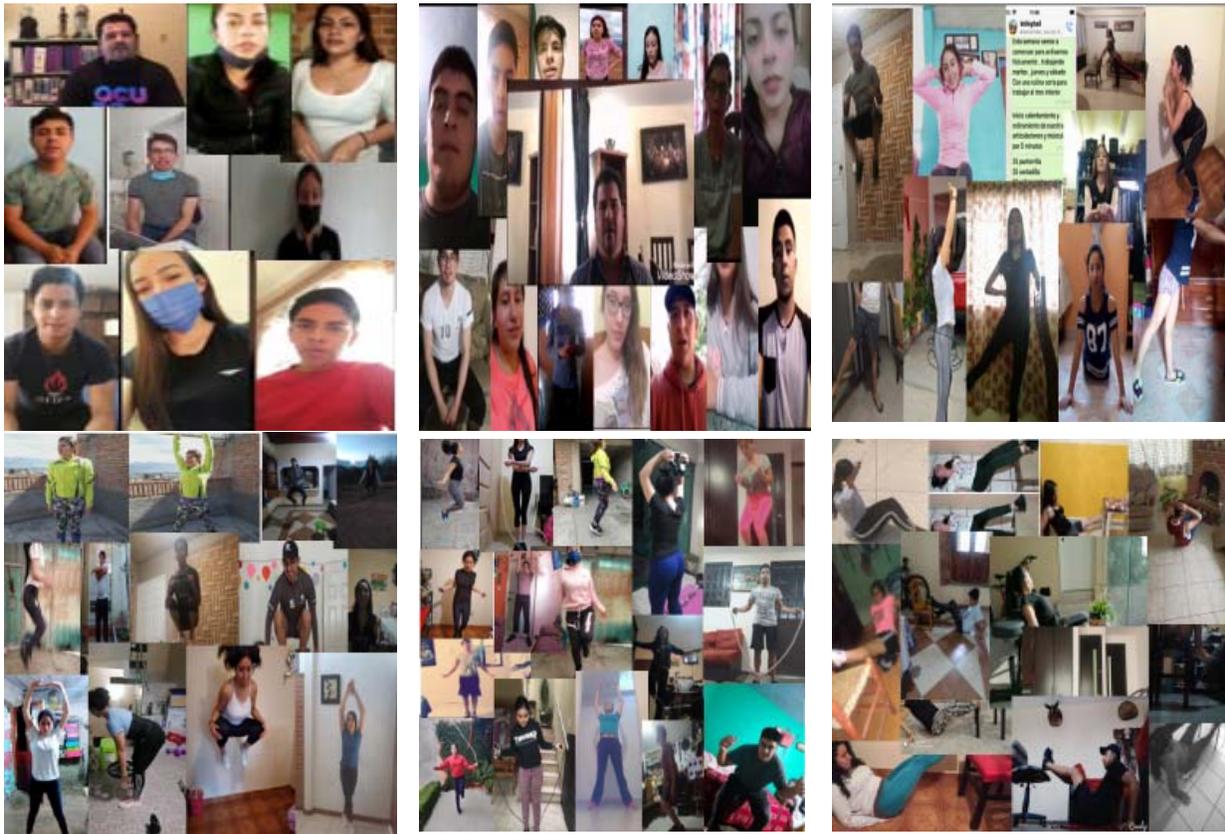
Fútbol



VOLEIBOL

Dando seguimiento en la atención de los estudiantes de voleibol en este periodo de contingencia se trabajó en el plan de activación con las siguientes actividades: activación física de forma individual, temas relacionados a la historia del voleibol como deporte, su evolución y el impacto actual desde su inventor hasta la época actual, trabajo físico sin salir de casa, de tren inferior, rutina en series para trabajo del abdomen y utilizando una silla para lo cual los estudiantes envían sus evidencias, evaluación contando con las 5 actividades trabajo físicamente una semana de tren inferior y una de tren superior, así como una semana de abdomen, indicaciones y series enviadas al grupo de whatsApp y se sigue con trabajo de salto.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

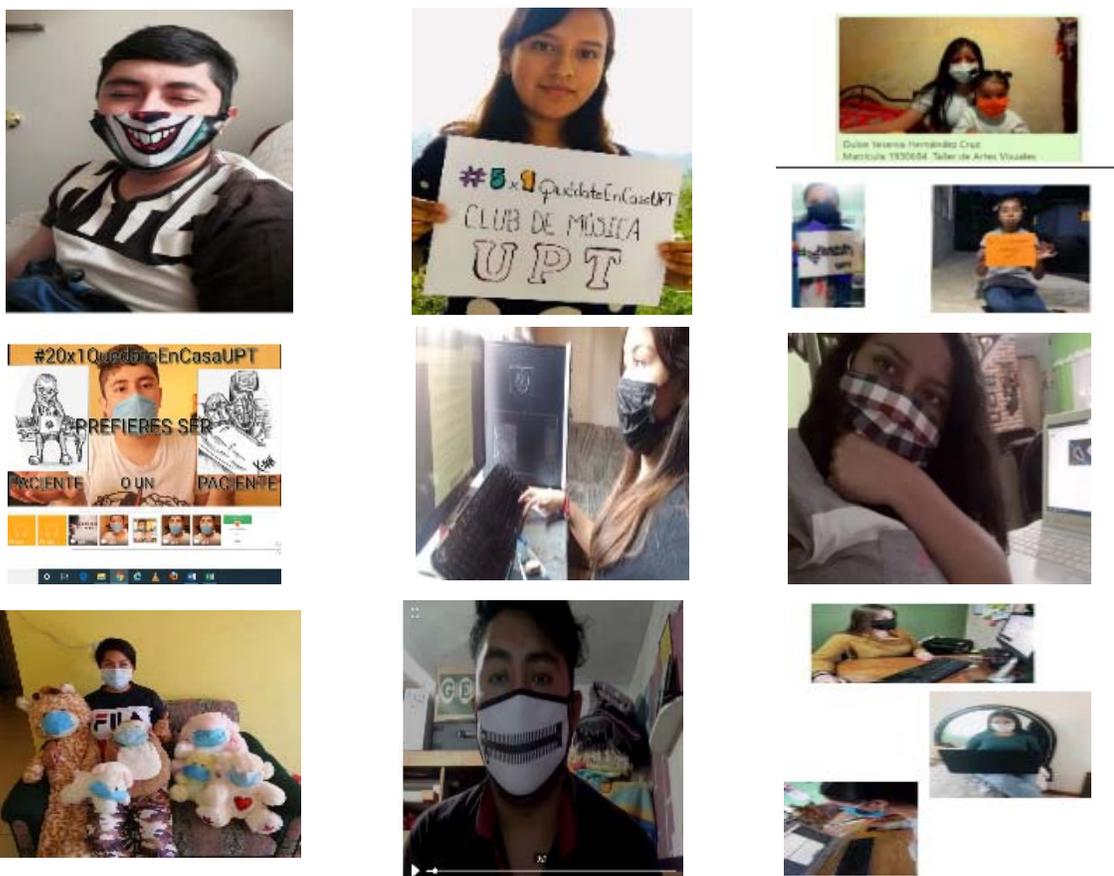


ACTIVIDADES ARTÍSTICAS Y CULTURALES

Participación en campaña, dirigida a fomentar el permanecer en casa

Los estudiantes y profesores de danza folclórica, artes visuales, música, baile moderno, emprendedores, banda de guerra y escolta de bandera, participan junto con familiares y amigos en el programa denominado **#5x1QuedateEnCasaUPT** utilizando las redes sociales, así como whats App, también se da difusión a las iniciativas de prevención utilizando carteles, videos, fotografías, audios o cualquier recurso que haga notar el cuidado y riesgos del coronavirus apoyándose posteriormente en la iniciativa **#20x1QuedateEnCasaUPT** para el uso correcto del cubre boca, en conferencias en línea para conocer actividades y estrategias sobre el uso de programas y aplicaciones para un mejor desempeño del manejo del aula virtual, diseño de cubre bocas artesanales y de colores variados, dando difusión a la prevención.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

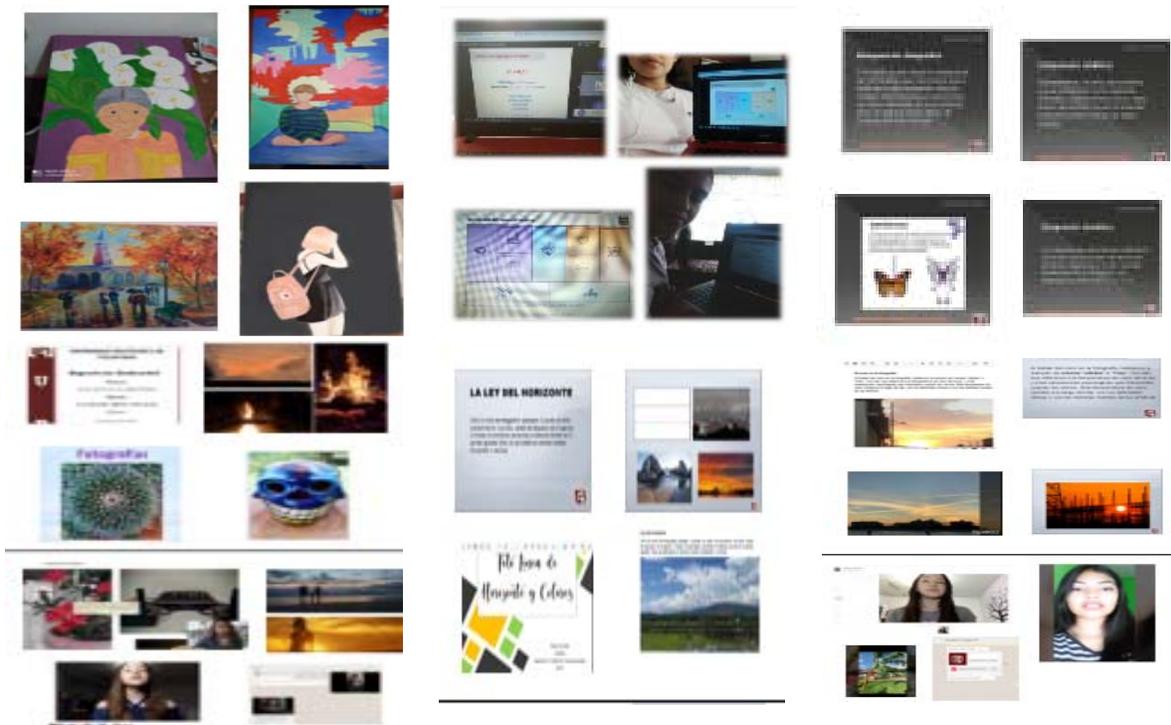


IMPARTICIÓN DE LAS DISCIPLINAS CULTURALES Y ARTÍSTICAS DE MANERA VIRTUAL

ARTES VISUALES

Participación en el registro (imagen) de su obra (**pintura al óleo**) que realizaron en casa, participación en **aula virtual**, **cuestionario** de arte y cultura general, diagnóstico para evaluar su nivel en estos rubros, se autoevaluaran nivel en que se encuentran, investigación y responder las preguntas que desconozcan, videos de 2 min., obra de un fotógrafo mexicano o internacional. "Géneros Fotográficos" y realizar 3 fotografías con sus dispositivos (cámara, teléfono, Tablet, etc.) un retrato, un paisaje y un bodegón, y se entregan por medio de aplicaciones y/o correo electrónico. Dichos géneros fotográficos serán grabados en videos, "Composición Fotográfica" y sus Reglas Básicas y "Tomarán" 5 fotografías como mínimo de la regla de los tercios y regla de las líneas dominantes, para comentarlas después en videos de 2 min., vía medios electrónicos en **aplicación Zoom** para un mejor desempeño del manejo de sus ejercicios virtuales.

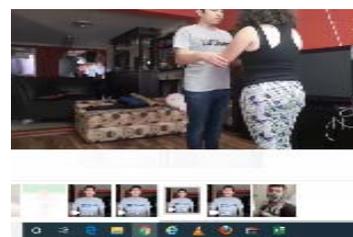
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



BAILE MODERNO

Se trabaja con géneros de baile a través de videos con tres tipos (2 cumbias, 1 reggaetón), e investigación de los mismos, solicitud de tres géneros de baile (salsa, cumbia y chachachá) haciendo la descripción del género, historia y pasos que los caracterizan, solos y por parejas con familiares o amigos. Videos de rutina de los pasos básicos con pareja de cada los géneros de la investigación, puede ser en secuencias o coordinándose, preparación y organización de evaluaciones, elementos básicos, clase y muestra practica de los videos de rutina, pasos básicos del sptep y hi-low individual para repaso y organización de las rutinas, revisión de videos individuales, integración para la participación al **XV Concurso Nacional Transparencia en corto 2020**.

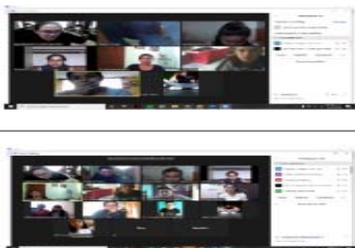
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



DANZA FOLCLÓRICA

Evaluación en línea, se utilizaron herramientas electrónicas de **classroom** y teoría en **aula virtual**, conocimiento del huapango estilo hidalguense, video con ejercicios prácticos para el conocimiento del zapateo, se practica desde casa la secuencia del huapango estilo Hidalguense, los estudiantes envían videos de sus calentamiento de la clase y técnica de zapateado por medio de aplicaciones y/o correo electrónico. Dichas secuencias serán grabadas en videos cortos como actividad en aula virtual, participación en conferencias en línea para conocer actividades y estrategias sobre el uso de programas y aplicaciones para un mejor desempeño del manejo del aula virtual.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

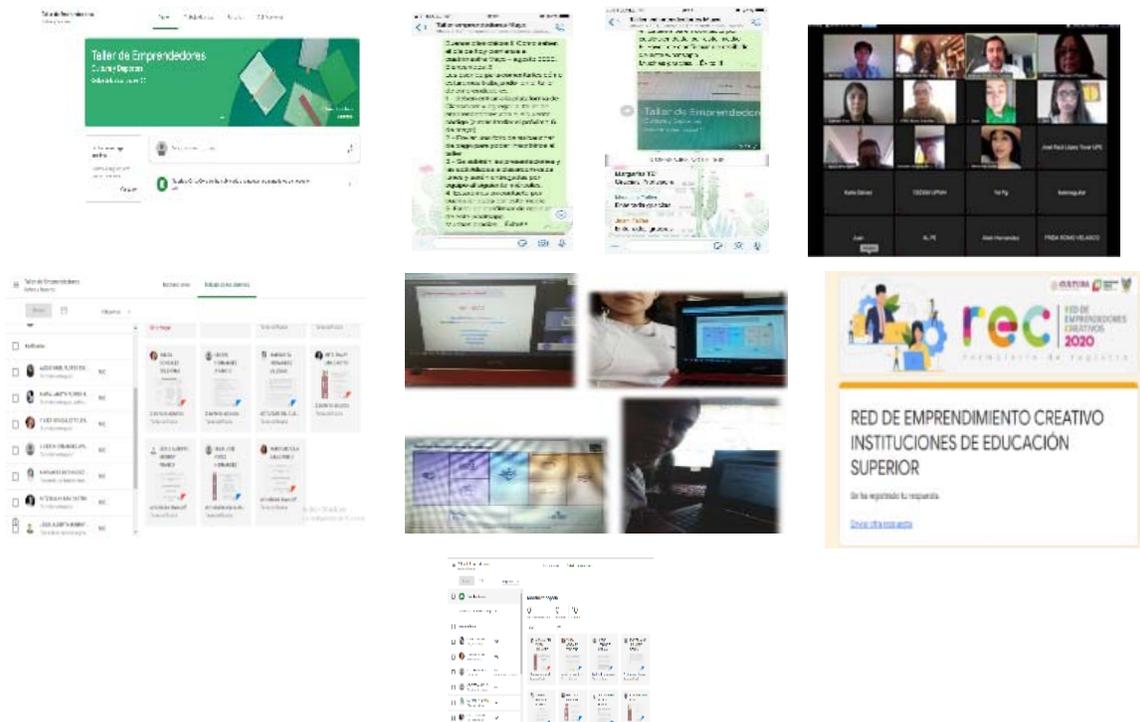




EMPRENDEDORES

Presentación de proyectos en la **plataforma de classroom**, se comparte el temario del taller de emprendedores, presentación del concepto, ejemplos e investigación de modelos de negocio de una empresa consolidada, presentación del concepto y la importancia de la propuesta de valor, taller en línea "Genera tu modelo de negocio" impartido por el **Centro de Inclusión Digital**, presentación sobre la importancia de identificar el segmento de mercado al que va dirigido su proyecto emprendedor, selección del segmento de mercado de la idea de negocios, investigación del mercado mediante encuestas, realización de encuestas de **modo online** a su principal segmento de mercado, presentación con la definición de canales de distribución y cuáles son los principales, definiendo los mismos y distribución para su idea de negocio, presentación de la elaboración de **página de Facebook**, de su empresa, entrega de formato CANVAS con los tres segmentos vistos, presentación del concepto y ejemplos de actividades claves de empresas globales, elaboración de actividades claves y colocación en el Model Bussiness, Canvas, participación con los tres proyectos emprendedores en la convocatoria de la Red de Emprendedores Creativos.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





ESCOLTA DE BANDERA Y BANDA DE GUERRA

Participación de la Banda de Guerra Institucional en una evaluación en línea con la finalidad de utilizar **herramientas electrónicas** y **videoconferencia** para identificación de la ley sobre el escudo, la bandera y el himno nacional, como instrumento rector del quehacer del miembro de la escolta y la banda de guerra, en el escenario de la conformación, **videoconferencia** motivacional, "levántate" y "sueño de niño", elaboración de un documento de exposición de motivos porque se consideran aptos para ser miembro de la escolta y banda de guerra, escenario de la custodia de la Bandera Nacional como símbolo de identidad, libertad, democracia y justicia, producto de evolución y luchas que ha sostenido nuestro país en su devenir histórico, por alcanzar su pleno desarrollo como nación, concretizando en ella nuestra realidad, **videoconferencia** identificación de cuáles son las formalidades a que se encuentran sujetos: los Honores a la Bandera, los desfiles, los eventos deportivos y los eventos fúnebres, en atención a lo dispuesto por el anexo 13 protocolo para ceremonias con presencia de la Bandera Nacional, del Himno, el Escudo como los símbolos patrios de México que representan la identidad nacional y arraigan un sentimiento de pertenencia en pos de la unión de los mexicanos, Videoconferencia características, significado y devenir histórico, desarrollo de cualidades físicas mediante el ejercicio, para obtener un estado general que le proporcione la aptitud para ser miembro, videoconferencia titulada *RESISTENCIA, a fin de: Incrementar los niveles de actividad física, que suponga un costo energético superior al gasto metabólico convencional, ejercicios físicos, estructurados, programados, sistemáticos y repetitivos con objetivo de mejorar la capacidad física, en el escenario de la presentación a pie firme y evolución en orden y desarrollo de sentimientos de cohesión y disciplina, con vigor y precisión, videoconferencia posición de firmes; descanso; saludo a la Bandera; flanco derecho; flanco izquierdo; y media vuelta, en el escenario de la presentación a pie firme y evolución en orden y desarrollo de sentimientos de cohesión y disciplina, por medio de la ejecución de movimientos sencillos efectuados simultáneamente por todos los integrantes, con vigor y precisión.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
Escolta de Bandera y Banda de Guerra



MÚSICA

Teoría que se manejará durante el cuatrimestre a manera de hacer evaluaciones teóricas realizada en el aula virtual, simbología y nomenclatura de acordes, así como diferenciación de notas, esto en línea por recomendación de la institución, cápsula en video con los ejercicios de clase con el apoyo de los estudiantes del grupo de canto individual a manera de promoción y práctica a los alumnos que recién comienzan a cantar, lectura en pentagrama para los instrumentos de viento, géneros musicales para investigación y **correo electrónico**. Dichos géneros musicales serán grabados en videos cortos **aula virtual** del club, participación en **conferencias en línea** para conocer actividades y estrategias sobre el uso de programas y aplicaciones para un mejor desempeño del manejo del **aula virtual**, vista de los beneficios de la musicoterapia contestando las siguientes preguntas: ¿Escuchar música puede ayudar a las personas a sentirse mejor? ¿Puede aportar bienestar a la vida cotidiana? ¿Qué tipo de música escuchas? y de esa manera conocer su estado de ánimo, los acordes de guitarra, diferenciar algunos ritmos, mismos que escucharán para un mejor entendimiento del tema, notas, acordes, lectografía, nomenclatura, ejecución, ritmos, vocalización y difusión de iniciativas.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

