

Plan 404 GRADO EN EDUCACION PRIMARIA (VALLADOLID)

Asignatura 40518 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Grupo 1

### Tipo de asignatura (básica, obligatoria u optativa)

Optativa

### Créditos ECTS

6 ECTS

### Competencias que contribuye a desarrollar

2.1

Generales

1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio –la Educación– que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.
2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio –la Educación–.
5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
6. Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.

2.2

Específicas

5. Conocer y comprender de manera fundamentada el potencial educativo de la Educación Física y el papel que desempeña en la sociedad actual, de modo que se desarrolle la capacidad de intervenir de forma autónoma y consciente en el contexto escolar y extraescolar al servicio de una ciudadanía constructiva y comprometida. El desarrollo de esta competencia conlleva:
  - A. Conocer y valorar el propio cuerpo y sus posibilidades motrices
  - C. Conocer el significado de la imagen del cuerpo, de las actividades físicas y su evolución histórico-cultural.
  - F. Conocer y dominar los fundamentos y las técnicas de la iniciación deportiva.
  - H. Conocer y analizar el papel del deporte y de la actividad física en la sociedad contemporánea y su influencia en distintos ámbitos sociales y culturales.
  - J. Conocer los aspectos que relacionan la actividad física con el ocio y la recreación para establecer las bases de utilización del tiempo libre: teatro, danza, deportes, salidas, etc.
6. Saber transformar el conocimiento y la comprensión de la Educación Física en procesos de enseñanza y aprendizaje adecuados a las diversas e impredecibles realidades escolares en las que los maestros han de desarrollar su función docente. El desarrollo de esta competencia conlleva:
  - A. Dominar la teoría y la didáctica específica de la E.F., los fundamentos y las técnicas de programación del área y diseño de las sesiones, así como las estrategias de intervención y de evaluación de los resultados.
  - B. Saber diseñar procesos de enseñanza aprendizaje adaptados al desarrollo psicomotor de los niños.
  - C. Saber utilizar el juego motor como recurso didáctico y como contenido de enseñanza.
  - D. Dominar las estrategias y recursos para promover hábitos saludables, estableciendo relaciones transversales con otras áreas del currículo.
  - I. Orientar la actividad física que se desarrolla en el centro, en horario escolar y extraescolar, promoviendo la escuela como un entorno activo y saludable.

## Objetivos/Resultados de aprendizaje

1. Identificar y comprender los factores socioculturales y aspectos ideológicos que condicionan la práctica de actividad físico-deportiva (AFD) de forma saludable.
2. Identificar y saber organizar los aspectos que relacionan la mejora de la forma física y la salud con una ocupación activa y saludable del ocio de los escolares.
3. Conocer los contenidos de enseñanza-aprendizaje y las estrategias metodológicas más convenientes para favorecer el aprendizaje del potencial educativo que ofrece la condición física y la salud al alumnado de Educación Física.
4. Saber diseñar, poner en práctica y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje que aborden la condición física y la salud dentro de la programación de Educación Física.
5. Adquirir recursos para promover una escuela que favorezca hábitos saludables, detecte problemas de salud, e integre y relacione la actividad física extralectiva con los Proyectos Educativos de Centro.
6. Conocer los fundamentos biomecánicos y fisiológicos del movimiento humano, y de higiene, primeros auxilios y alimentación; y saber conectar dicho conocimiento con las necesidades profesionales del docente de Educación Física.
7. Conocer la fundamentación teórico-disciplinar sobre el desarrollo de las capacidades físicas básicas; y saber aplicar los métodos existentes para desarrollar la condición física de forma saludable, especialmente con población en edad escolar.
8. Saber diseñar, poner en práctica y evaluar programas de mejora saludable de la condición física, especialmente para población en edad escolar.
9. Manifiestar una actitud crítica sobre el cuidado del cuerpo y mejora de la forma física; cuestionándose la información que a través de los medios de comunicación llega a la sociedad con fines mercantiles.
10. Ser capaz de emplear estrategias docentes acordes a unos principios éticos; utilizando el diálogo y la comunicación como formas de reconstruir su conocimiento y relacionarse con los demás.

## Contenidos

### 1. Funcionamiento biomecánico y fisiológico del cuerpo humano, y su relación con la actividad física. Higiene y 1ºs auxilios

-Bases morfofuncionales y análisis de la mecánica articular del aparato locomotor.

-Higiene, Primeros Auxilios y Alimentación en la práctica de AFD.

-Bases fisiológicas del movimiento y su relación con las capacidades físicas básicas; la adaptación al esfuerzo físico.

### 2. Metodología para el desarrollo de la condición física de forma saludable

-Principios del acondicionamiento físico y proceso evolutivo de las capacidades físicas básicas.

-La fuerza: concepto, tipos, factores condicionantes, metodología, orientaciones.

-La flexibilidad: concepto, tipos, factores condicionantes, metodología, orientaciones.

-La resistencia: concepto, tipos, factores condicionantes, metodología, orientaciones.

-Las capacidades coordinativas: orientaciones.

-Indicaciones y sugerencias para realizar AFD de forma saludable.

### 3. Perspectiva holística de la EF y Salud. Factores socioculturales que condicionan la práctica de AFD

-Factores socioculturales y aspectos ideológicos que condicionan la relación entre AFD y salud.

-Mercantilización de la imagen corporal y mejora de la forma física.

-Paradigmas educativos y perspectivas de promoción de la actividad física relacionada con la salud: visión holística.

### 4. La salud como contenido de enseñanza-aprendizaje en EF

-La salud en los currículos escolares: evolución histórica. Revisión del Currículo Oficial vigente.

-Contenidos de E-A sobre salud en EF: ¿qué enseñar?

-Metodología de E-A sobre salud en EF: ¿cómo enseñar?

Ver en Guía Docente

### Criterios y sistemas de evaluación

PROCEDIMIENTO

CRITERIO/S

% NOTA FINAL

Bloque 1: ensayo individual

Se especifican al inicio del bloque

10%

Bloque 2: elaboración de material didáctico (grupos)

Se especifican al inicio del bloque

20%

Bloque 3: prueba escrita (tipo test / preguntas cortas)

Adquisición de conceptos y recursos prácticos

30%

Bloque 4: prueba escrita (problemas / preguntas de carácter práctico) y/o diseño, puesta en práctica y evaluación de un programa de actividad física saludable

Adquisición de conceptos y recursos prácticos

40%

### Recursos de aprendizaje y apoyo tutorial

Ver en Guía Docente

### Calendario y horario

La docencia se imparte en el primer semestre.

Los horarios definitivos se pueden consultar en la WEB de la Facultad de Educación

### Tabla de Dedicación del Estudiante a la Asignatura/Plan de Trabajo

ACTIVIDADES DE PRESENCIA LES

HORA S

ACTIVIDADES DE NO PRESENCIA LES

HORA S

C lases teóricas

30

Estudio y trabajo autónom o individual

50

C lases prácticas

30

Estudio y trabajo autónom o grupal

50

S em inarios

---

Otras actividades

Total presencial

60

Total no presencial

100

---

Responsable de la docencia (recomendable que se incluya información de contacto y breve CV en el que aparezcan sus líneas de investigación y alguna publicación relevante)

Santiago Gutiérrez Cardeñosa

sgcarde@mpc.uva.es

Líneas de investigación:

-Actividad física y salud en edad escolar.

-Deporte educativo en edad escolar.

---

Idioma en que se imparte

Castellano

---