



**Centro de Profesorado Sagrada Familia
Adscrito a la Universidad de Jaén**



**GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

Módulo en el que se integra	Modulo optatividad 1: Mención en Educación Física.		
Título de Grado del que forma parte	Grado en EDUCACIÓN PRIMARIA		
Fecha de publicación del título en B.O.E.	B.O.E. nº 44, de 21 de febrero de 2011 y B.O.E. nº 255, de 24 de octubre de 2013		
Créditos ECTS	Totales: 6	Teóricos: 2,4	Prácticos: 3,6
Carácter	OPTATIVO		
Año académico	2014/2015		
Curso / cuatrimestre	3er curso / 2ºcuatrimestre		
Horario semanal de la asignatura	Aparece en la Web del Centro de Profesorado Sagrada Familia: http://magisterio.safa.edu/		

DATOS DEL PROFESORADO

Profesor	FELIX LUENGO PASCUAL		
Área de conocimiento	Educación Física y Deportiva (Cód. 245) Didáctica de la Expresión Corporal (Cód. 187)		
Teléfono:	609 17 46 46	E-mail:	fluengo@fundacionsafa.es
Página Web del profesor	http://www.magisterio.safa.edu		
Despacho	Didáctica de la Educación Física		
Dirección postal	Avda. Cristo Rey, nº 17. 23400-Úbeda (Jaén)		
Horario de atención al estudiante	Aparece en la Web del Centro de Profesorado Sagrada Familia: http://magisterio.safa.edu/		

JUSTIFICACIÓN

A través de esta asignatura se ofrecen las bases teórico científicas que sustentan la actividad Física relacionada con la salud, posibilitando la correcta prescripción de ejercicio atendiendo a los diferentes tipos de población, con una especial atención a la población escolar.

Abordaremos los beneficios que aporta la práctica regular y supervisada de ejercicio físico al bienestar tanto físico como psíquico, las bases en el proceso de prescripción del ejercicio físico saludable, los medios para detectar anomalías y las formas de intervención en diferentes situaciones de emergencia.

Por último, trataremos de capacitar al alumnado en el conocimiento y empleo de las pautas didácticas y metodológicas a observar en la enseñanza de la Educación Física orientada a la salud.

PRERREQUISITOS Y RECOMENDACIONES

Como requisito previo: Haber superado las asignaturas de didáctica de la Educación Física pertenecientes al módulo disciplinar.

COMPETENCIAS

C.F.D.D.35	Conocer el currículo escolar de la educación física
C.F.D.D.36	Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.
C.F.D.D.37	Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes en los estudiantes
C.F.B. 15	Diseñar, planificar y evaluar la actividad docente y el aprendizaje en el aula

CORRELACIÓN COMPETENCIAS-OBJETIVOS PEDAGÓGICOS GENERALES (P.E.I.)*

Competencias		Objetivos Pedagógicos Generales del P.E.I.	
C.F.D.D.35	Conocer el currículo escolar de la educación física	1.1.	Conocer, comprender y analizar con profundidad, para su valoración y aplicación críticas, las disposiciones legales sobre la educación y el sistema educativo.
		1.2.	Conocer los conceptos y procedimientos que definen la estructura lógica de la disciplina
C.F.D.D.36	Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en	1.3	Comprender la importancia del componente afectivo, empático y personalizado en los procesos de enseñanza-aprendizaje

	actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.	1.5	Descubrir la importancia de plantearse un sentido global de la existencia, mediante la búsqueda de un sistema de creencias y de una escala de valores.
		2.6.	Elaborar, aplicar y evaluar el mayor número de recursos didácticos de acuerdo con los principios del aprendizaje significativo y de las orientaciones metodológicas de cada área.
		3.4.	Desarrollar capacidades relativas al ámbito socio-afectivo
C.F.D.D.37	Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes en los estudiantes	2.2	Desarrollar la capacidad de comunicación de mensajes diversos utilizando los recursos apropiados al tipo de mensaje y al contexto en el que se producen
		2.6.	Elaborar, aplicar y evaluar de forma creativa, el mayor número posible de recursos didácticos de acuerdo con los principios del aprendizaje significativo y de las orientaciones metodológicas de cada área
CFB15.	Diseñar, planificar y evaluar la actividad docente y el aprendizaje en el aula	1.2.	Conocer los conceptos y procedimientos que definen la estructura lógica de la disciplina
		1.3	Comprender la importancia del componente afectivo, empático y personalizado en los procesos de enseñanza-aprendizaje
		2.3	Desarrollar la capacidad de formular y resolver problemas
		2.4	Desarrollar las capacidades de análisis y síntesis.
		2.5.	Desarrollar la capacidad de aprender a aprender, seleccionar información, relacionar, reestructurar, valorar, evaluar, objetivar, inferir conclusiones, etc.
		2.6	Elaborar, aplicar y evaluar el mayor número posible de recursos didácticos de acuerdo con los principios del aprendizaje significativo
		3.1	Sentir entusiasmo por una enseñanza creativa e innovadora con una actitud de necesidad hacia la formación permanente
		3.2.	Desarrollar actitudes relacionadas con las destrezas cognitivas, con el trabajo en equipo y con el aprendizaje autónomo: actitud investigadora.
(*) El P.E.I. es la sigla del Proyecto Educativo Integrado de la Escuela Universitaria de Magisterio Sagrada Familia . En él se definen las notas de identidad del Centro de Pro-			

fesorado Sagrada Familia (anteriormente denominado Escuela Universitaria de Magisterio Sagrada Familia), estableciendo el marco de referencia global y los planteamientos educativos de carácter general que definen y distinguen a este centro universitario. El documento fue publicado por Servicio de Publicaciones de la Universidad de Jaén en el año 2007 (ISBN: 978-84-8439-347-4).

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL P.E.I.

1. **Competencias cognitivas**, para desarrollo del pensamiento crítico, analítico, sistémico, crítico, creativo, práctico, deliberativo y colegiado.
2. **Competencias organizativas**, para la planificación de los procesos de enseñanza – aprendizaje, selección de contenidos curriculares y diseño de actividades educativas.
3. **Competencias metodológicas**, para el manejo de fuentes variadas de información, estrategias de aprendizaje, resolución de problemas, toma de decisiones y planificación.
4. **Competencias tecnológicas**, para el uso de las tecnologías de la información y la comunicación.
5. **Competencias lingüísticas**, para la comunicación oral y escrita.
6. **Competencias sociales**, como medio de aceptación de la diversidad, comunicación interpersonal y trabajo en equipo.
7. **Competencias emprendedoras**, creatividad y capacidad de innovación y búsqueda.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (OBJETIVOS DIDÁCTICOS)

Resultado 1

C.F.D.D.35

C.F.D.D.37

Secuenciar correctamente los contenidos que marca la ley para EF escolar.

Resultado 2

C.F.B.15

Realizar programaciones globalizadas, innovadoras y contextualizadas sobre EF escolar.

Resultado 3

C.F.B.15

Diseñar correctamente y aplicar en la práctica unidades didácticas y sus correspondientes sesiones para EF escolar.

Resultado 4

C.F.B.15

C.F.D.D.37

Elaborar recursos propios y utilizar correctamente los existentes para una buena práctica docente en EF escolar

Resultado 4 bis

C.F.D.D.37

Analizar los resultados de la enseñanza aprendizaje y revisar el proceso mediante la evaluación de la materia.

Resultado 6

C.F.D.D.35

C.F.D.D.37

Conocer las características del entorno escolar y las propuestas metodológicas más adecuadas para la enseñanza de la expresión corporal y actividad física en este entorno.

Resultado 7

C.F.D.D.36

Experimentar, practicar y diseñar juegos y tareas destinadas a la mejora de la capacidad expresiva corporal, fomentando la comunicación interpersonal y favoreciendo las relaciones y convivencia en un entorno social.

Resultado 8

C.F.D.D.36

Saber desarrollar recursos artístico-creativo para la implementación de actividades de arte-terapia, musicoterapia y danza-movimientoterapia para la integración educativa.

Resultado 12

C.F.D.D.37

Estimular la búsqueda de nuevas alternativas o recursos metodológicos para la enseñanza de la expresión corporal basado en la necesidad de cooperar con los compañeros para conseguir metas comunes, y de ese modo fomentar el respeto por las aportaciones de los demás.

Resultado 13

C.F.D.D.36

Ser capaz de diseñar actividades y juegos para la etapa de primaria

Resultado 15

C.F.D.D.35

C.F.D.D.36

Conocer y vivenciar los aspectos básicos de la iniciación a los deportes individuales y colectivos tanto en la escuela como en otros ámbitos.

Resultado 16

C.F.D.D.36

Utilizar los juegos y las actividades deportivas como alternativa innovadora para el desarrollo del alumnado en la etapa de primaria.

Resultado 17

C.F.D.D.35

Inculcar y valorar la importancia del respeto a las normas y a las reglas desde el juego y las actividades deportivas en la formación del alumnado de primaria.

CONTENIDOS (BLOQUES TEMÁTICOS)

Bloque Temático I.- INTRODUCCIÓN

Tema 1.- Concepto y definición de salud. Problemas de salud en la sociedad actual

Tema 2.- Conceptos generales sobre la actividad física.

Bloque Temático II.- ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

Tema 3.- Efectos de la actividad física en los diferentes aparatos y sistemas del organismo.

Tema 4.- Pautas saludables para la práctica de la actividad física

Bloque Temático III.- ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN EL CONTEXTO ESCOLAR

Tema 5.- La actividad física y la salud en el Curriculum de Educación Primaria.

Tema 6.- Problemas de salud en la edad escolar. Pruebas de detección de diferentes anomalías.

Tema 7.- La práctica de actividad física como medida preventiva de diferentes enfermedades y patologías.

Tema 8.- La actividad física como agente de promoción y mejora de la salud en los escolares.

Tema 9.- Primeros auxilios en Educación Física.

PLANIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES FORMATIVAS							
SEMANAS	TEMA	Teórico-prácticas	Trabajo en grupo	Tutorías colectivas	Trabajo autónomo	Exámenes	Observaciones
1 ^a	1	4					
2 ^a	2	3	1		4		
3 ^a	3	3	1		4		
4 ^a	3	2	1	1	6		
5 ^a	3	2	2		6		
6 ^a	4	2	1	1	6		
7 ^a	4	1	3		6		
8 ^a	4	1	3		6		
9 ^a	5	2	1	1	6		
10 ^a	6	1	3		6		
11 ^a	6	2	1	1	8		
12 ^a	7	2	1	1	8		
13 ^a	8	2	2		8		
14 ^a	9	2	2		8		
15 ^a	9	1	2	1	8		
Período de exámenes							
TOTALES		30	24	6	90		

Nota: El cronograma, al ser una planificación «a priori» se podrá modificar sin disminución del número de horas, en función del grupo y del desarrollo de la asignatura.

METODOLOGÍA

La intervención didáctica en el aula estará basada en:

1. Exposiciones teórico-prácticas por parte del profesor y el alumnado (en grupo), sobre los conocimientos fundamentales a desarrollar en la asignatura.
2. Realización de ejercicios prácticos para la posterior evaluación y análisis de forma coevaluativa, reflexionada y crítica.
3. Revisiones documentales: Lectura de artículos y libros relacionados con la materia y su posterior análisis.
4. Elaboración de trabajos en grupo relacionados con la materia.
5. Tutorías colectivas en grupos reducidos

ACTIVIDADES FORMATIVAS				
Actividad	ECTS	Horas presenciales	Horas trabajo autónomo	Competencias (Códigos)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Clases expositivas en gran grupo: ▪ Actividades introductorias ▪ Lecciones magistrales ▪ Conferencias 	2	24	26	C.F.D.D.35 C.F.D.D.36
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Clases en grupos de prácticas: ▪ Prácticas ▪ Seminarios ▪ Debates, foros. ▪ Presentaciones/exposiciones 	2,6	30	35	C.F.D.D.37 C.F.B. 15
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tutorías colectivas e individuales. ▪ Supervisión presencial y/o virtual de trabajos dirigidos ▪ Aclaración de dudas (virtual y presencial). ▪ Comentarios de trabajos (virtual y presencial) 	1,4	6	29	C.F.D.D.35 C.F.D.D.37 C.F.B.15
TOTALES	6 cr	60 h	90 h	

EVALUACIÓN

Aspecto	Criterios	Instrumentos	Peso
ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN	Adaptación al currículum vigente, innovación, creatividad, presentación y expresión oral y escrita	Corrección del trabajo escrito y evaluación de la exposición oral	70 %
CONCEPTOS DE LA MATERIA	Elaboración de recursos y proyectos integrados	Corrección de trabajos y exposición en grupo	20%
REALIZACIÓN DE TRABAJOS	-Participación activa en clase. -Participación en el trabajo grupal.	-Hoja de seguimiento y observación del profesor.	10%

El sistema de calificación se regirá por lo establecido en el «Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial» (BOE nº 224, de 18/09/2003). Además, se regirá igualmente por el «Reglamento de Régimen Académico y de Evaluación del Alumnado de la Universidad de Jaén», aprobado por el Consejo de Gobierno nº 33, del 21 de noviembre de 2013 (BOUJA, nº 106, noviembre-diciembre 2013).

Nota aclaratoria: Para conseguir la suma de los distintos apartados de los que consta la evaluación continua, el alumno deberá conseguir al menos el 50 % de su valor en cada uno de ellos.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. (2008). *Manual de consulta para el control y la prescripción del ejercicio*. Barcelona, España: Paidotribo.
- ARAGUNDE, JL., PAZOS, JM. (2000). *Educación postural*. Ed. Inde, Biblioteca temática del deporte. Barcelona.
- DEVIS DEVIS, J.(COORD.)(2001). *La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI*. Alicante. Marfil.
- HEYWARD, VIVIAN H. (2001). *Evaluación y prescripción del ejercicio*. Barcelona. Paidotribo.
- LÓPEZ MIÑARRO, P.A. (2001): *Ejercicios desaconsejados y aconsejados en la actividad física*. Zaragoza. Inde.
- SERRA, J.R. (1996). *Prescripción de ejercicio físico para la salud*. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- SIERRA ROBLES, Á. (2003). *Actividad física y salud en primaria: el compromiso fisiológico en la clase de educación física*. Sevilla. Wanceulen

- TERCEDOR SÁNCHEZ, P.(2001). *Actividad física, condición física y salud* . Sevilla. Wanceulen.
- WOOLF-MAY, K. (2008). *Prescripción de ejercicio. Fundamentos fisiológicos. Guía para profesionales de la salud, del deporte y del ejercicio físico*. Barcelona. Masson.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- SERRA, R. Y BAGUR, C. (2004). *Prescripción de ejercicio físico para la salud*. Barcelona. Paidotribo.
- TERREROS, J. L Y NAVAS, F. (2003). *Valoración funcional. Aplicaciones al entrenamiento deportivo*. Madrid. Gymnos.
- VIVIAN, H. Y HEYWARD, PH D. (2001). *Evaluación y prescripción del ejercicio*. Barcelona. Paidotribo.