

Activitat física, diversitat i salut

Codi: 102054
Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2500798 Educació Primària	OT	4	0

Professor/a de contacte

Nom: Joan Estrada Aguilar
Correu electrònic: Joan.Estrada@uab.cat

Utilització d'idiomes a l'assignatura

Llengua vehicular majoritària: català (cat)
Grup íntegre en anglès: No
Grup íntegre en català: Sí
Grup íntegre en espanyol: No

Prerequisits

A les classes pràctiques és obligatori utilitzar roba adequada per a la pràctica d'activitat física.

Objectius

Aquesta assignatura es desenvolupa a quart curs i dona dret a la menció d' Educació Física si es superen també les assignatures optatives següents: Joc i Iniciació Esportiva, Expressió i Comunicació Corporal, Educació Física i la seva Didàctica II, Aprenentatge i Desenvolupament Motor.

Els objectius formatius de l'assignatura són els següents:

- Conèixer els processos i mecanismes del condicionament físic de l'organisme humà per a la millora de la Salut.
- Saber analitzar en les activitats físiques els components de capacitats condicionals i elements de la càrrega física que hi participen.
- Saber aplicar recursos didàctics d'Activitat Física per a la Salut adients a les característiques en edat escolar, referits a la programació, metodologia i avaluació.
- Sensibilitzar, experimentar i adquirir coneixements bàsics sobre el tractament de la diversitat en l'activitat física que possibilitin una EF inclusiva.
- Desenvolupar l'esperit crític realitzant valoracions i aportacions sobre el propi treball, el del grup i el del professorat.
- Vivenciar activitats pel desenvolupament de la Salut mitjançant la utilització d'espai i material diversos.
- Desenvolupar l'actitud participativa, respectuosa, cooperativa i compartida per a la presa de decisions.

Competències

- Analitzar i reconèixer les pròpies competències socioemocionals (en termes de fortaleeses, potencialitats i debilitats), per desenvolupar aquelles que siguin necessàries en el desenvolupament professional.
- Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom.
- Desenvolupar i avaluar continguts del currículum mitjançant recursos didàctics apropiats i promoure les competències corresponents als estudiants.
- Dissenyar i regular espais d'aprenentatge en contextos de diversitat i que tinguin en compte la igualtat de gènere, la equitat i el respecte cap als drets humans que conformen els valors de la formació ciutadana.
- Fomentar la lectura i el comentari crític de text dels diferents dominis científics i culturals continguts al currículum escolar.
- Gestionar la informació relativa a l'àmbit professional per a la presa de decisions i l'elaboració d'informes.
- Reflexionar entorn les pràctiques d'aula per tal d'innovar i millorar la tasca docent. Adquirir hàbits i destreses per a l'aprenentatge autònom i cooperatiu i promoure'l entre els estudiants.
- Treballar en equips i amb equips (del mateix àmbit o interdisciplinari).

Resultats d'aprenentatge

1. Adaptar les programacions i activitats d'ensenyament i aprenentatge a la diversitat de l'alumnat, considerant també l'alumnat amb necessitats educatives especials.
2. Aprendre la tècnica, les normes i les estratègies de joc de diferents esports: convencionals, alternatius i en el medi natural.
3. Assolir recursos propis de l'EF que afavoreixin la inclusió educativa en contextos de diversitat.
4. Autoavaluar i coavaluar els resultats obtinguts en el desenvolupament de l'assignatura.
5. Dominar competències comunicatives en les diferents activitats d'ensenyament-aprenentatge.
6. Entendre les diferències personals que es manifesten en la pràctica de les activitats pròpies de l'EF com un aspecte que s'ha de tractar amb criteris educatius.
7. Establir equips de treball per poder desenvolupar activitats de forma autònoma.
8. Incorporar les habilitats motrius, l'expressió corporal, el condicionament físic, el joc i les activitats esportives com contingut de l'Educació Física escolar i seqüenciar-les al llarg de l'ensenyament en primària.
9. Presentar treballs en formats ajustats a les demandes i als estils personals, tant individuals com de petit grup.
10. Programar, organitzar i aplicar els aprenentatges i continguts en educació per a la salut en educació física, dissenyant i desenvolupant projectes educatius o unitats de programació que permetin adaptar el currículum d'educació física a l'escola i promoure la qualitat dels contextos.
11. Reconèixer l'evolució històrica i les possibilitats de l'educació física per a generar hàbits saludables i de benestar al llarg de la vida.
12. Saber treballar en equip i individualment, tant en activitats de caràcter teòric com pràctic, cercant els recursos i estratègies adequades en cada situació.
13. Seqüenciar les capacitats perceptives - motrius al llarg de l'ensenyament en primària segons la lògica interna d'aquest contingut.
14. Treballar en equip i individualment de forma eficient, tant en activitats de caràcter teòric com pràctic, buscant els recursos i estratègies adequades per a cada situació.
15. Utilitzar la motricitat i el llenguatge corporal com elements propis de les habilitats comunicatives.

Continguts

Condicionament Físic: Diversitat, factors, característiques, evolució, didàctica i programació especialment en l'àmbit escolar.

Aplicació dels sistemes d'entrenament del Condicionament Físic per a la millora de la salut i la seva adaptació en l'àmbit escolar.

Activitats pel desenvolupament de les Capacitats Condicionals encaminades a la salut.

Identificació de les pràctiques poc saludables. Adquisició d'hàbits d'activitat física. Pedagogia per combatre l'obesitat.

Activitat Física i inclusió de l'alumnat amb necessitats educatives especials. Tractament de la Salut en Diversitat d'àmbits i tipologies.

L'Activitat Física en l'àmbit natural com a mitjà per la Salut.

SORTIDA FORMATIVA AL MEDI NATURAL

Com activitat pròpia de la menció d'Educació Física es realitzarà una sortida al medi natural de tres dies i dos nits, la finalitat és proporcionar una vivència intensa i formativa vinculada als objectius i als continguts acadèmics de cadascuna de les disciplines associades, i tractar aspectes transversals com l'educació mediambiental, la sostenibilitat, la vida saludable, la convivència, l'educació inclusiva i la relació entre escola i natura, entre d'altres.

Assignatures vinculades a la sortida: Activitat Física Diversitat i Salut i Educació Física i la seva Didàctica II

Les activitats que es realitzin durant la sortida formaran part del programa de les assignatures vinculades i es tindran en compte en l'avaluació. Cada docent especificarà a principis de curs les evidències d'aprenentatge i els criteris d'avaluació corresponents.

Els detalls relatius a les característiques de la sortida: horaris, preu, itinerari i altres, es facilitaran per escrit amb antelació.

Metodologia

Els temes s'enfocaran des de la perspectiva teòrico-pràctica mitjançant dos tipus de sessions:

- En les sessions teòriques es realitzaran generalment exposicions del professorat amb el suport de mitjans audiovisuals, principalment transparències seguides de debats i/o treballs de síntesi a l'aula.
- Les sessions teòrico-pràctiques seran dirigides pel professorat. També es duran a terme pràctiques preparades i dirigides per l'alumnat en grups reduïts.
- Es realitzaran pràctiques en espais convencionals d'activitat Física de la UAB i en espais fora de la Universitat. També es realitzaran visites a centres especialitzats relacionats amb els continguts tractats.

Aquesta assignatura funciona amb el recurs del Campus Virtual (CV). En aquest espai els estudiants trobaran materials (fitxes de lectura, treballs, fitxes d'observació i avaluació,...) que els ajudaran a confeccionar els treballs. A banda, realitzarem debats virtuals sobre temes relacionats amb l'aplicació de l'AF a l'escola, la salut, el tractament de la diversitat i d'altres temes que puguin ser valorats pel grup com a interessants per a debatre.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Presencial	45	1,8	1, 4, 5, 6, 9, 11, 15
Tipus: Supervisades			
supervisada	22	0,88	1, 10, 11, 13
Tipus: Autònomes			
Autònoma	75	3	1, 4, 5, 8, 10, 12, 13, 14

Avaluació

Assistència activa a un mínim del 80% de les sessions (condició indispensable per aprovar)

No hi ha recuperació dels apartats d'avaluació. El calendari de presentacions es negociarà amb l'alumnat.

L'avaluació estarà basada en els següents aspectes:

A - Participació a les classes teòriques, classes pràctiques i campus virtual (40%)

Els treballs d'aula de petit format. Aspectes formals: assistència, puntualitat, atenció, implicació, participació a classe, cooperació en els grups de treball,... Participació CV: participacions en els debats, lectures realitzades, aportacions a l'assignatura,...

B - Treball en grup de propostes pràctiques d'activitats pel desenvolupament de l'AF per a la salut dirigida a la resta del grup classe (30%). Inclou programació, direcció d'una sessió pràctica i redacció de la valoració de l'experiència.

C - Treball individual o en grup d'ampliació i/o recerca sobre alguna temàtica rellevants de l'AF, la diversitat i la salut en l'àmbit educatiu (30%), entre d'altres i com exemple: L'AF dins d'un marc pluridisciplinar; L'AF i la seva contribució al desenvolupament de competències; Proposta d'AF per a un grup amb necessitats educatives especials amb disminucions físiques, perceptives i/o psíquiques,... altres propostes argumentades prèviament que vulgueu desenvolupar.

Es realitzarà autoavaluació i coavaluació de les diferents tasques encomanades.

Per aprovar aquesta assignatura, cal que l'estudiant mostri, en les activitats que se li proposin, una bona competència comunicativa general, tant oralment com per escrit, i un bon domini de la llengua o les llengües vehiculars que consten a la guia docent.

El plagi total o parcial, d'una de les activitats d'avaluació i/o la còpia en un prova d'avaluació és motiu directe per suspendre l'assignatura.

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
A - Participació a les classes teòriques, classes pràctiques i campus virtual	30 %	4	0,16	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 13, 15
B - Treball en grup de propostes pràctiques d'activitats pel desenvolupament de l'AF per a la salut dirigida a la resta del grup classe	30 %	2	0,08	1, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 14
C - Treball individual o en grup d'ampliació i/o recerca sobre alguna temàtica rellevants de l'AF, la diversitat i la salut en l'àmbit educatiu. En aquest apartat poden estar incloses proves control sobre els continguts de l'assignatura.	40%	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14

Bibliografia

- Anderson B. (1984): *Estirándose*. Integral, Barcelona.
- Blázquez, D. (2004): *El Calentamiento*. INDE, Barcelona.

- Devís, J.; Peiro, C. (1992): *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La Salud y los juegos modificados*. INDE, Barcelona.
- Devís, J. coord.(2000): *Actividad física, deporte y salud*. Inde, Barcelona.
- Estrada, J.; Peire, T.; Magallón J. (2011): Potencial educativo de las actividades físicas en el ambiente natural. *Actividades Físicas em Ambiente Natural. As Actividades na neve..* Edições IPCB. Castelo Branco (Portugal).
- Garel, J.P (et alt.) (2007): *Educación física i discapacidades motrices*. INDE, Barcelona.
- Gervaux, M.; Berthoin, S. (2004): *Aptitud y entrenamiento aeróbico en el niño y el adolescente*. INDE, Barcelona
- Guillén, M.; Linares, D. (2002): *Bases biológicas y fisiológicas del Movimiento Humano*. Ed. Medica panamericana.
- Herrador, J.A.; Latorre, P.A. (2003): *Prescripción de ejercicio físico para la salud en edad escolar*. Paidotribo, Barcelona
- Rios M.(2005): *Manual de Educación Física adaptada al alumnado con discapacidad*. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Stumpp, U (2002): *Adquirir una buena condición física jugando*. Paidotribo, Barcelona.
- Palacios, R.J (2012): *Wonder*. La Campana., Barcelona.
- VV. AA. (2007): *Guia de prescripció d'exercici físic per a la salut*. Edita: Direcció General de la Salut i Secretaria General de l'Esport.
- VV. AA. (2013): *L'Esport a Catalunya, un informe de tendències (2006-2013)*. INEFC, Generalitat de Catalunya. Barcelona.
- VV.A.A. (2015). *Deporte adaptado y escuela inclusiva*. Barcelona.Graó.