

Actividad física, diversidad y salud

Código: 102054
Créditos ECTS: 6

Titulación	Tipo	Curso	Semestre
2500798 Educación Primaria	OT	4	0

La metodología docente y la evaluación propuestas en la guía pueden experimentar alguna modificación en función de las restricciones a la presencialidad que impongan las autoridades sanitarias.

Contacto

Nombre: Tomas Peire Fernández
Correo electrónico: Tomas.Peire@uab.cat

Uso de idiomas

Lengua vehicular mayoritaria: catalán (cat)
Algún grupo íntegramente en inglés: No
Algún grupo íntegramente en catalán: Sí
Algún grupo íntegramente en español: No

Prerequisitos

No hay prerequisites. El contenido de la asignatura incluye la práctica de actividades físicas muy variadas de intensidad mediana. Se recomienda una buena condición física.

Objetivos y contextualización

Esta asignatura se desarrolla en el cuarto curso y da derecho a la mención de Educación Física si se superan también las asignaturas optativas siguientes: Juego e Iniciación Deportiva, Expresión y Comunicación Corporal, Educación Física y su Didáctica II, Aprendizaje y Desarrollo Motor.

Los objetivos formativos de la asignatura son los siguientes:

- Conocer las bases de la anatomía y de la fisiología del cuerpo humano en relación al movimiento, así como de la higiene y los primeros auxilios.
- Conocer los procesos y mecanismos del acondicionamiento físico del organismo humano para la mejora de la Salud.
- Saber analizar en las actividades físicas los componentes de capacidades condicionales y elementos de la carga física que participan.
- Saber aplicar recursos didácticos de Actividad Física para la Salud adecuadas a las características en edad escolar, referidos en la programación, metodología y evaluación.
- Sensibilizar, experimentar y adquirir conocimientos básicos sobre el tratamiento de la diversidad en la actividad física que posibiliten una EF inclusiva.
- Desarrollar el espíritu crítico realizando valoraciones y aportaciones sobre el propio trabajo, el del grupo y el del profesorado.
- Vivenciar actividades para el desarrollo de la Salud mediante la utilización de espacios y materiales diversos.

- Desarrollar la actitud participativa, respetuosa, cooperativa y compartida para la toma de decisiones.

Competencias

- Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.
- Analizar y reconocer las propias competencias socioemocionales (en términos de fortalezas, potencialidades y debilidades), para desarrollar aquellas que sean necesarias en el desarrollo profesional.
- Desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo.
- Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes a los estudiantes.
- Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad, fomentando la convivencia en el aula y atendiendo a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos.
- Fomentar la lectura y el comentario crítico de textos de los diversos dominios científicos y culturales contenidos en el currículum escolar.
- Gestionar la información relativa al ámbito profesional para la toma de decisiones y la elaboración de informes.
- Incorporar las tecnologías de la información y la comunicación para aprender, para comunicarse y colaborar en los contextos educativos y formativos.
- Mantener una actitud de respeto al medio (natural, social y cultural) para fomentar valores, comportamientos y prácticas que atiendan a la igualdad de género, equidad y respeto a los derechos humanos.
- Reflexionar en torno a las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes.
- Trabajar en equipos y con equipos (del mismo ámbito o interdisciplinar).

Resultados de aprendizaje

1. Adaptar las programaciones y actividades de enseñanza y aprendizaje en la diversidad del alumnado, considerando también el alumnado con necesidades educativas especiales.
2. Aprender la técnica, las normas y las estrategias de juego de diferentes deportes: convencionales, alternativos y en el medio natural.
3. Autoevaluar y coevaluar los resultados obtenidos en el desarrollo de la asignatura.
4. Dominar competencias comunicativas en las diferentes actividades de enseñanza-aprendizaje.
5. Entender las diferencias personales que se manifiestan en la práctica de las actividades propias de la EF como un aspecto que se debe tratar con criterios educativos.
6. Establecer equipos de trabajo para poder desarrollar actividades de forma autónoma.
7. Incorporar las habilidades motrices, la expresión corporal, el condicionamiento físico, el juego y las actividades deportivas como contenido de la Educación Física escolar y secuenciarlas a lo largo de la enseñanza primaria.
8. Lograr recursos propios de la EF que favorezcan la inclusión educativa en contextos de diversidad.
9. Presentar trabajos en formatos ajustados a las demandas y los estilos personales, tanto individuales como en grupos pequeño.
10. Programar, organizar y aplicar los aprendizajes y contenidos en educación para la salud en educación física, diseñando y desarrollando proyectos educativos o unidades de programación que permitan adaptar el currículum de educación física a la escuela y promover la calidad de los contextos.
11. Reconocer la evolución histórica y las posibilidades de la educación física para generar hábitos saludables y de bienestar a lo largo de la vida.
12. Saber trabajar en equipo e individualmente, tanto en actividades de carácter teórico como práctico, buscando los recursos y estrategias adecuados en cada situación.
13. Secuenciar las capacidades perceptivo-motrices a lo largo de la enseñanza en primaria según la lógica interna de este contenido.
14. Usar las TIC y las TAC en la búsqueda de información y en el desarrollo y elaboración de trabajos prácticos y propuestas didácticas en el ámbito de la Educación Física.
15. Utilizar la motricidad y el lenguaje corporal como elementos propios de las habilidades comunicativas.

Contenido

A. Actividad física, diversidad y salud. Definiciones. Familiarización con el sistema conceptual del ámbito del conocimiento de la asignatura.

B. Bases de anatomía y fisiología del movimiento humano y de su desarrollo. Criterios y recursos básicos sobre higiene y primeros auxilios.

C. Acondicionamiento Físico: concepto, criterios, factores, características, evolución, didáctica y programación en el ámbito escolar. El reto de la diversidad.

D. Teoría y aplicación de los sistemas de entrenamiento del acondicionamiento físico para la mejora de la salud en el ámbito escolar.

E. Actividades por el desarrollo de las capacidades condicionales en las edades escolares.

F. Identificación y transmisión de la importancia de los hábitos saludables. Análisis y reflexión sobre las prácticas poco saludables y sus consecuencias.

G. Inclusión del alumnado con necesidades educativas especiales. Tratamiento de la diversidad en las clases de educación física.

H. Actividad Física en el medio natural, un binomio imprescindible. Educación física y educación ambiental, un binomio ineludible.

Metodología

El programa de la asignatura se tratará desde la perspectiva teórico-práctica, mediante dos tipos de sesiones:

- En las sesiones teóricas se realizarán generalmente exposiciones del profesorado con el apoyo de medios audiovisuales, principalmente transparencias seguidas de debates y/o trabajos de síntesis en el aula.

- Las sesiones teórico-prácticas serán dirigidas por el profesorado. También se llevarán a cabo prácticas preparadas y dirigidas por el alumnado en grupos reducidos.

- Se realizarán prácticas en espacios convencionales de actividad Física de la UAB y en espacios exteriores de la Universidad. En lo posible también se realizarán visitas en centros especializados relacionados con los contenidos tratados y en espacios externos a la UAB.

Esta asignatura utilizará el recurso del Campus Virtual (CV). En este espacio los estudiantes encontrarán materiales docentes que los ayudarán a progresar en el conocimiento del programa. Se realizarán debates virtuales en foros sobre temas relacionados con el programa, propuestos por el profesor y por el alumnado.

Será imprescindible la participación activa y comprometida por parte del alumnado. La reflexión y el debate serán herramientas de interacción habituales.

Actividades

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas			
Presencial	45	1,8	1, 3, 4, 5, 9, 11, 15
Tipo: Supervisadas			

supervisadas	22	0,88	1, 10, 11, 13
Tipo: Autónomas			
Autónoma	75	3	1, 3, 4, 7, 10, 12, 13

Evaluación

Las actividades de evaluación serán las siguientes:

A. Participación activa y comprometida en las clases teóricas, clases teórico-prácticas y en el campus virtual. Incluye los trabajos de aula, los aspectos formales como son la asistencia, la puntualidad, la atención, la implicación, la participación a clase, la cooperación, el respeto, la vestimenta y la higiene adecuadas..., y la participación en los debates, lecturas, aportaciones a la asignatura..., indicadas en el campus virtual... (20%)

B. Trabajo en grupo reducido sobre propuestas prácticas de actividades físicas para la salud y la inclusión en formato de sesión de educación física dirigida al resto del grupo clase (20%). Incluye programación, dirección de una sesión práctica y redacción de la valoración de la experiencia. (20%)

C. Trabajo individual de ampliación y/o investigación sobre alguna temática relacionada con el programa de la asignatura. El trabajo se podrá realizar en equipos de 2 o de 3 alumnos si se justifica y se argumenta previamente y se demuestra la conveniencia del trabajo en equipo y la parte asignada a cada miembro del equipo, que tendrá que ser proporcional. (35%)

D. Examen tipo maceta sobre una selección de los contenidos de la asignatura. (25%)

Las actividades C y D serán recuperables. El profesor pactará con el alumnado las condiciones y las fechas para la recuperación, si procede.

Para aprobar esta asignatura, hace falta que el estudiante demuestre una buena competencia comunicativa general, tanto oralmente como por escrito, y un buen dominio de la lengua vehicular de la asignatura.

Para aprobar la asignatura será condición superar todas las actividades de evaluación.

El plagio total o parcial, de una de las actividades de evaluación y/o la copia en una prueba de evaluación será motivo directo para suspender la asignatura.

Para superar la asignatura será obligatoria la asistencia y la participación activa a un mínimo del 80% de las sesiones.

Actividades de evaluación

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Examen individual tipo test	25%	2	0,08	8, 7, 11
Participación en las clases teóricas, a las clases teórico-prácticas, y en el campus virtual.	20%	2	0,08	1, 2, 8, 3, 4, 5, 7, 10, 11, 13, 14, 15
Trabajo en grupo de propuestas docentes de actividades físicas, en atención a la salud y la diversidad en las edades escolares, impartidas al grupo clase (PCI).	20%	2	0,08	1, 3, 4, 6, 9, 10, 12
Trabajo individual de ampliación y/o investigación sobre alguna temática	35%	2	0,08	1, 8, 3, 4,

Bibliografía

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.

Esta bibliografía se completará en el programa de la asignatura y durante el curso.