

Activitat física, diversitat i salut

Codi: 102054

Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2500798 Educació Primària	OT	4	0

La metodologia docent i l'avaluació proposades a la guia poden experimentar alguna modificació en funció de les restriccions a la presencialitat que imposin les autoritats sanitàries.

Professor/a de contacte

Nom: Tomas Peire Fernández

Correu electrònic: Tomas.Peire@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

No hi ha prerequisits. El contingut de l'assignatura inclou la pràctica d'activitats físiques molt variades d'intensitat mitjana. Es recomana una bona condició física.

Objectius

Aquesta assignatura es desenvolupa a quart curs i dóna 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 les bases de l'anatomia i de la fisiologia del cos humà en relació al moviment, així com de la higiene i dels primers auxilis.
- Conèixer els processos i mecanismes del condicionament físic de l'organisme humà per al seu desenvolupament i per a la millora de la Salut.
- Saber reconèixer i analitzar en les activitats físiques els components de les capacitats condicionals i les recomanacions per a la seva aplicació a les edats escolars.
- Saber aplicar recursos didàctics d'Activitat Física per a la Salut adients a les característiques de l'alumnat 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 i autocrític realitzant valoracions i aportacions sobre el propi treball, el del grup i el del professorat.
- Vivenciar activitats pel desenvolupament de la condició física i el manteniment de la salut mitjançant la utilització d'espais i recursos diversos, amb especial dedicació al medi natural.

- Desenvolupar l'actitud participativa, respectuosa, cooperativa i compartida per a la presa de decisions en l'àmbit de l'educació.

Competències

- Actuar en l'àmbit de coneixement propi valorant l'impacte social, econòmic i mediambiental.
- Adquirir recursos per a fomentar la participació al llarg de la vida en activitats esportives dins i fora de l'escola.
- Analitzar i reconèixer les pròpies competències socioemocionals (en termes de fortaleces, potencialitats i debilitats), per desenvolupar aquelles que siguin necessàries en el desenvolupament professional.
- 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.
- Incorporar les tecnologies de la informació i la comunicació per aprendre, per comunicar-se i col·laborar en els contextos educatius i formatius.
- Mantenir una actitud de respecte al medi (natural, social i cultural) per fomentar valors, comportaments i pràctiques que atenguin a la igualtat de gènere, equitat i respecte als drets humans.
- 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 interdisciplinar).

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. Analitzar els indicadors de sostenibilitat de les activitats academicoprofessionals de l'àmbit integrant-hi les dimensions social, econòmica i mediambiental.
3. Aprendre la tècnica, les normes i les estratègies de joc de diferents esports: convencionals, alternatius i en el medi natural.
4. Assolir recursos propis de l'EF que afavoreixin la inclusió educativa en contextos de diversitat.
5. Autoavaluar i coavaluar els resultats obtinguts en el desenvolupament de l'assignatura.
6. Dominar competències comunicatives en les diferents activitats d'ensenyament-aprenentatge.
7. 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.
8. Establir equips de treball per poder desenvolupar activitats de forma autònoma.
9. Identificar les implicacions socials, econòmiques i mediambientals de les activitats academicoprofessionals de l'àmbit de coneixement propi.
10. 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.
11. 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.
12. Proposar formes d'avaluació dels projectes i accions de millora de la sostenibilitat.
13. Proposar projectes i accions viables que potenciïn els beneficis socials, econòmics i mediambientals.
14. Reconèixer l'evolució històrica i les possibilitats de l'educació física per a generar hàbits saludables i de benestar al llarg de la vida.
15. Seqüenciar les capacitats perceptives - motrius al llarg de l'ensenyament en primària segons la lògica interna d'aquest contingut.
16. Usar les TIC i les TAC en la recerca d'informació i en el desenvolupament i elaboració de treballs pràctics i propostes didàctiques en l'àmbit de l'EF.
17. Utilitzar la motricitat i el llenguatge corporal com elements propis de les habilitats comunicatives.

Continguts

- A. Activitat física, diversitat i salut. Definicions. Familiarització amb el sistema conceptual de l'àmbit del coneixement de l'assignatura.
- B. Bases d'anatomia i fisiologia del moviment humà i del seu desenvolupament. Criteris i recursos bàsics sobre higiene i primers auxilis.
- C. Condicionament Físic: concepte, criteris, factors, característiques, evolució, didàctica i programació en l'àmbit escolar. El repte de la diversitat.
- D. Teoria i aplicació dels sistemes d'entrenament del condicionament físic per a la millora de la salut en l'àmbit escolar.
- E. Activitats pel desenvolupament de les capacitats condicionals a les edats escolars.
- F. Identificació i transmissió de la importància dels hàbits saludables. Anàlisi i reflexió sobre les pràctiques poc saludables. i les seves conseqüències.
- G. Inclusió de l'alumnat amb necessitats educatives especials. Tractament de la diversitat a les classes d'educació física.
- H. Activitat Física al medi natural, un binomi imprescindible. Educació física i educació ambiental, un binomi ineludible.

Metodologia

El programa de l'assignatura es tractarà des de la perspectiva teòric-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 teòric-pràctiques seran dirigides pel professor. També es duran a terme pràctiques competencials preparades i dirigides per l'alumnat en grups reduïts.
- Es realitzaran pràctiques en espais convencionals d'activitat Física de la UAB. En la mesura del possible també es realitzaran visites a centres especialitzats relacionats amb els continguts tractats.
- Es realitzaran activitats en espais exteriors de la Universitat, especialment Activitats Físiques en el Medi Natural (AFIMENA)
- Si les circumstàncies ho permeten, es programarà una activitat en el medi natural que implicarà una despesa addicional i una o dues pernoctacions.

Aquesta assignatura utilitzarà el recurs del Campus Virtual (CV). En aquest espai els estudiants trobaran materials docents que els ajudaran a progressar en el coneixement del programa. Es realitzaran debats virtuals en fòrums sobre temes relacionats amb el programa, proposats pel professor i per l'alumnat.

Serà imprescindible la participació activa i compromesa per part de l'alumnat. La reflexió i el debat seran eines d'interacció habituals.

Es farà ús de tutories individuals i grupals.

Es destinarà aproximadament 15 minuts d'alguna classe a permetre que els estudiants puguin respondre les enquestes d'avaluació de l'actuació docent i d'avaluació de l'assignatura.

Es valorarà la perspectiva de gènere i d'inclusió a la diversitat de manera transversal al llarg de l'assignatura.

La metodologia docent i l'avaluació proposades poden experimentar alguna modificació en funció de les restriccions a la presencialitat que imposin les autoritats sanitàries (català).

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, per a la complementació per part de l'alumnat de les enquestes d'avaluació de l'actuació del professorat i d'avaluació de l'assignatura/mòdul.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Presencial	45	1,8	1, 5, 6, 7, 14, 17
Tipus: Supervisades			
supervisada	22	0,88	1, 11, 14, 15
Tipus: Autònomes			
Autònoma	75	3	1, 5, 6, 10, 11, 15

Avaluació

Les activitats d'avaluació seran les següents:

A. Participació activa i compromesa a les classes teòriques, classes teòric-pràctiques i al campus virtual. Inclou els treballs d'aula, els aspectes formals com són l'assistència, la puntualitat, l'atenció, la implicació, la participació a classe, la cooperació, el respecte, la vestimenta i la higiene adequades..., i la participació en els debats, lectures, aportacions a l'assignatura..., indicades al campus virtual... (25%)

B. Treball en grup reduït sobre propostes pràctiques d'activitats físiques per a la salut i la inclusió en format de sessió d'educació física dirigida a la resta del grup classe. Inclou programació, direcció d'una sessió pràctica i redacció de la valoració de l'experiència. (20%)

C. Treball individual de recerca sobre alguna temàtica relacionada amb el programa de l'assignatura. Aquest treball es podrà substituir per la participació en un programa de col·laboració i de voluntariat entre MEF i l'ONCE, que comportarà la realització d'un curs de formació específic. (25%)

D. Examen sobre una selecció dels continguts de l'assignatura. (30%)

Les dates de lliurament dels treballs i la data de l'examen es pactaran amb l'alumnat.

Les activitats C i D seran recuperables. El professor pactarà amb l'alumnat les condicions i les dates per a la recuperació, si escau.

Per aprovar aquesta assignatura, cal que l'estudiant mostri una bona competència comunicativa general, tant oralment com per escrit, i un bon domini de la llengua vehicular de l'assignatura.

Per aprovar l'assignatura serà condició superar totes les activitats d'avaluació.

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

Per superar l'assignatura serà obligatòria l'assistència i la participació activa a un mínim del 80% de les sessions.

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Examen individual.	30%	2	0,08	4, 10, 14
Participació activa a les classes teòriques, a les classes teòric-pràctiques i al campus virtual. (Treball individual)	25 %	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 14, 15, 16, 17
Treball de recerca sobre alguna temàtica rellevant relacionada amb el programa, aplicada a l'àmbit educatiu. (Treball individual).	25%	2	0,08	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14
Treball en equip de propostes docents d'activitats físiques, en atenció a la salut i la diversitat a les edats escolars, impartides al grup classe (PCI).	20 %	2	0,08	1, 5, 6, 8, 11

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 prescripción 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.

Aquesta bibliografia es completarà en el programa de l'assignatura i durant el curs.

Programari

Utilitzarem l'Office. La plataforma Zoom i el Campus Virtual de la UAB. Cap altre programari específic.