

Activitat física, diversitat i salut

Codi: 102054

Crèdits: 6

Titulació	Típus	Curs	Semestre
2500798 Educació Primària	OT	4	1

Professor/a de contacte

Nom: Laura Carbonero Sánchez

Correu electrònic: laura.carbonero@uab.cat

Idiomes dels grups

Podeu accedir-hi des d'aquest [enllaç](#). Per consultar l'idioma us caldrà introduir el CODI de l'assignatura. Tingueu en compte que la informació és provisional fins a 30 de novembre de 2023.

Prerequisits

Les sessions pràctiques de l'assignatura inclouen la pràctica d'activitats físiques d'intensitat variable, però sempre contextualitzades en l'etapa educativa objecte d'estudi (educació primària).

A les sessions pràctiques és obligatori l'ús de roba còmoda i adequada per a la pràctica d'activitat física.

Cal avisar l'equip docent en cas de presentar alguna condició física i/o de salut a tenir en compte.

Objectius

Aquesta assignatura s'imparteix a quart curs i dona dret a la Menció en Educació Física si es superen, també, les assignatures optatives següents: (1) Joc i iniciació esportiva, (2) Expressió i comunicació corporal, (3) Educació Física i la seva didàctica II, i (4) Aprenentatge i desenvolupament motor.

Els objectius formatius de l'assignatura són els següents:

- Conèixer les bases de l'anatomia i la fisiologia del cos humà en relació amb el moviment.
- Conèixer els fonaments de l'activitat física per al desenvolupament, la millora i el manteniment de la salut en edat escolar.
- Adquirir els coneixements bàsics relacionats amb la higiene i els primers auxilis en Educació Física.
- Adquirir recursos per a la promoció de l'activitat física i els hàbits saludables adients a les característiques i necessitats de l'alumnat d'educació primària.
- Reconèixer els principis de l'escola inclusiva en el marc de l'Educació Física i les seves finalitats educatives.

- Adquirir recursos i estratègies per a l'atenció a la diversitat en l'àrea d'Educació Física.
- Vivenciar, en un context de pràctica d'activitat física, els continguts de l'assignatura.
- Progressar en el domini de les competències professionals del Grau en Educació primària des de l'àmbit de l'Educació Física.

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

1.- Fonamentació teòrica

- Bases anatòmiques i fisiològiques del cos humà
- Higiene i salut
- Primers auxilis bàsics

2.- Activitat física i salut

- Efectes de l'activitat física en la salut i el desenvolupament humà i promoció d'hàbits saludables en edat escolar
- El currículum d'educació primària i l'educació per a la salut: aspectes generals i aspectes propis de l'àrea d'Educació Física
- Activitat física i salut mental: l'Educació Física emocional
- L'alumnat amb malalties cròniques en Educació Física

3.- Les capacitats condicionals o qualitats físiques bàsiques (QFB)

- Conceptualització: definició i tipus de capacitats condicionals
- El desenvolupament de la condició física des de la perspectiva del rendiment i des de la perspectiva de la salut en edat escolar
- La condició física a l'etapa d'educació primària

4.- Activitat física i diversitat

- Activitat física i tipus de diversitat: implicacions socioeducatives
- L'atenció a la diversitat en Educació Física i els principis de l'escola inclusiva
- Metodologies educatives i recursos didàctics per a la inclusió en Educació Física

Metodologia

L'assignatura es desenvoluparà mitjançant una perspectiva teòric-pràctica a partir, sobretot, de dos tipus de sessions:

- Sessions teòriques, en què es realitzaran exposicions per part del professorat dels continguts de l'assignatura. Tot i així, es promourà la participació activa de l'alumnat a través de debats, activitats de síntesi, tasques i exposicions en grups de treball reduïts, etc.

- Sessions teòric-pràctiques, una part de les quals seran dirigides pel professorat amb la pràctica d'activitat física per part de l'alumnat. Una altra part d'aquestes sessions inclouen pràctiques competencials preparades i dirigides per l'alumnat en grups reduïts.

Aquestes sessions es complementaran amb activitats autònomes de l'alumnat, individuals i en grups reduïts, que comptaran amb la tutoria i supervisió constants del professorat. En aquest sentit, el Campus Virtual serà una eina d'ús habitual al llarg de l'assignatura i servirà tant per a fer-ne el seu seguiment com per afavorir el treball no presencial i autònom de l'alumnat.

Quan correspongui, es destinaran aproximadament 15 minuts d'alguna classe a permetre que l'alumnat pugui respondre les enquestes d'avaluació de l'actuació docent i d'avaluació de l'assignatura.

També 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.

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	30	1,2	1, 11, 14, 15
Tipus: Autònomes			
Autònoma	75	3	1, 5, 6, 10, 11, 15

Avaluació

A grans trets, les activitats d'avaluació seran les següents:

A. Examen individual dels continguts de l'assignatura (30% de la nota). Data prevista: 22 de gener de 2024.

B. Treballs 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 i valoració de l'experiència (20% de la nota).

C. Participació individual activa a les classes teòriques, classes teòric-pràctiques i al Campus Virtual. Tot plegat, inclou treballs d'aula i en les hores de treball autònom, així com els aspectes formals relacionats amb l'assistència, puntualitat, l'atenció, la implicació, la participació a classe, la cooperació, el respecte, etc. (20% de la nota).

D. Treball en equip de recerca sobre alguna temàtica relacionada amb el programa de l'assignatura (30% de la nota).

-Les dates de lliurament dels treballs inclosos en els punts B, C i D es pactaran amb l'alumnat al llarg de l'assignatura.

-Per aprovar l'assignatura serà condició superar totes les activitats d'avaluació. L'examen serà recuperable, amb data prevista el 5 de febrer de 2024.

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

-El plagi 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 mitjançant l'avaluació continua serà obligatòria l'assistència i la participació activa a un mínim del 80% de les sessions.

-Aquesta assignatura, però, s'acull a l'opció "avaluació única", de tal manera que el dia de l'examen l'alumnat que hagi escollit aquesta opció haurà de presentar la resta d'activitats d'avaluació. En el cas de la intervenció didàctica, caldrà fer la presentació a l'aula corresponent (dins la mateixa data de l'examen: 22.01.24).

Activitats d'avaluació continuada

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Examen individual	30%	0	0	4, 10, 14
Intervencions didàctiques grupals sobre els continguts de l'assignatura (Pràctiques Competencials Internes)	20 %	0	0	1, 5, 6, 8, 11
Participació individual activa en les propostes didàctiques presencials i virtuals	20 %	0	0	1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 14, 15, 16, 17
Treball grupal de recerca sobre alguna temàtica rellevant relacionada amb el programa de l'assignatura, aplicada a l'àmbit educatiu	30%	0	0	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14

Bibliografia

Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401. doi: [10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x](https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x)

DECRET 150/2017, de 17 d'octubre, de l'atenció educativa a l'alumnat en el marc d'un sistema educatiu inclusiu. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya (DOGC). 19/10/2017. Núm. 7477, 18 pàgines.

DECRET 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya (DOGC). 29/09/2022. Núm. 8762, 491 pàgines.

Delgado, M., i Tercedor, P. (2021). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde la Educación Física*. Barcelona: INDE.

Guillén, M., i Linares, D. (2002): *Bases biológicas y fisiológicas del Movimiento Humano*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Moncho, À., i Serra, M. (2019). *Principios básicos de primeros auxilios*. Barcelona: INDE.

Muñoz, J.A., Belando, N., i Valero, A. (2022). Descansos activos: aprendizaje en movimiento. *Tándem: Didáctica de la Educación Física*, (75), 19-25.

Pellicer, I. (2018). *Educación Física emocional. De la teoría a la práctica* (2ª edició). Barcelona: INDE.

Pellicer, I., i Navarro, D. (2023). *Del cerebro al cuerpo. Neurociencia y Educación Física*. Barcelona: INDE.

Ríos, M. (Coord.) (2014). *La inclusión en la actividad física y deportiva. La práctica de la educación física y deportiva en entornos inclusivos*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Suárez-Manzano, S., Ruiz-Ariza, A., López-Serrano, S., i Martínez-López, E.J. (2018). Descansos activos para mejorar la atención en clase: Intervenciones educativas. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 22(4), 287-304. doi: <https://doi.org/10.30827/profesorado.v22i4.8417>

Ortega, P. (2021). *Educación Física para la salud: bases teóricas y aplicación de un planteamiento integral y cualitativo del movimiento*. Barcelona: INDE.

Aquesta bibliografia es completarà en el programa de l'assignatura i al llarg del curs.

Programari

Al llarg d'aquesta assignatura es farà servir el Campus Virtual de manera habitual i l'aplicació Microsoft Teams, però cap altre servei o programari específic.