

Actividad física, diversidad y salud

Código: 102054
Créditos ECTS: 6

Titulación	Tipo	Curso	Semestre
2500798 Educación Primaria	OT	4	1

Contacto

Nombre: Laura Carbonero Sánchez

Correo electrónico: laura.carbonero@uab.cat

Idiomas de los grupos

Puede consultarlo a través de este [enlace](#). Para consultar el idioma necesitará introducir el CÓDIGO de la asignatura. Tenga en cuenta que la información es provisional hasta el 30 de noviembre del 2023.

Prerrequisitos

Las sesiones prácticas de la asignatura incluyen la práctica de actividades físicas de intensidad variable, pero siempre contextualizadas en la etapa educativa objeto de estudio (educación primaria).

En las sesiones prácticas es obligatorio el uso de ropa cómoda y adecuada para la práctica de actividad física.

Es necesario avisar al profesorado en caso de presentar alguna condición física y/o de salud a tener en cuenta.

Objetivos y contextualización

Esta asignatura se imparte en cuarto curso y da derecho a la obtención de la Mención en Educación si se superan, también, las asignaturas optativas: (1) Juego e iniciación deportiva, (2) Expresión y comunicación corporal, (3) Educación Física i su didáctica II, y (4) Aprendizaje y desarrollo motor.

Los objetivos formativos de la asignatura son los siguientes:

- Conocer las bases de la anatomía y la fisiología del cuerpo humano en relación al movimiento.
- Conocer los fundamentos de la actividad física en el desarrollo, la mejora y el mantenimiento de la salud en edad escolar.
- Adquirir los conocimientos básicos relacionados con la higiene y los primeros auxilios en Educación Física.
- Adquirir recursos para la promoción de la actividad física y los hábitos saludables adecuados a las características y necesidades del alumnado de educación primaria.

- Reconocer los principios de la escuela inclusiva en el marco de la Educación Física y sus finalidades educativas.
- Adquirir recursos y estrategias para la atención a la diversidad en el área de Educación Física.
- Vivenciar, en un contexto de práctica de actividad física, los contenidos de la asignatura.
- Progresar en el dominio de las competencias profesionales del Grado en Educación Primaria desde el ámbito de la Educación Física.

Competencias

- Actuar en el ámbito de conocimiento propio valorando el impacto social, económico y medioambiental.
- 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.
- 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. Analizar los indicadores de sostenibilidad de las actividades académico-profesionales del ámbito integrando las dimensiones social, económica y medioambiental.
3. Aprender la técnica, las normas y las estrategias de juego de diferentes deportes: convencionales, alternativos y en el medio natural.
4. Autoevaluar y coevaluar los resultados obtenidos en el desarrollo de la asignatura.
5. Dominar competencias comunicativas en las diferentes actividades de enseñanza-aprendizaje.
6. 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.
7. Establecer equipos de trabajo para poder desarrollar actividades de forma autónoma.
8. Identificar las implicaciones sociales, económicas y medioambientales de las actividades académico-profesionales del ámbito de conocimiento propio.
9. 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.
10. Lograr recursos propios de la EF que favorezcan la inclusión educativa en contextos de diversidad.
11. 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.

12. Proponer formas de evaluación de los proyectos y acciones de mejora de la sostenibilidad.
13. Proponer proyectos y acciones viables que potencien los beneficios sociales, económicos y medioambientales.
14. Reconocer la evolución histórica y las posibilidades de la educación física para generar hábitos saludables y de bienestar a lo largo de la vida.
15. Secuenciar las capacidades perceptivo-motrices a lo largo de la enseñanza en primaria según la lógica interna de este contenido.
16. 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.
17. Utilizar la motricidad y el lenguaje corporal como elementos propios de las habilidades comunicativas.

Contenido

1.- Fundamentación teórica

- Bases anatómicas y fisiológicas del cuerpo humano
- Higiene y salud
- Primeros auxilios básicos

2.- Actividad física y salud

- Efectos de la actividad física en la salud y el desarrollo humano y la promoción de hábitos saludables en edad escolar
- El currículo de educación primaria y la educación para la salud: aspectos generales y aspectos propios del área de Educación Física
- Actividad física y salud mental: la Educación Física emocional
- El alumnado con enfermedades crónicas en Educación Física

3.- Las capacidades condicionales o cualidades físicas básicas (QFB)

- Conceptualización: definición y tipos de capacidades condicionales
- El desarrollo de la condición física desde la perspectiva del rendimiento y desde la perspectiva de la salud en edad escolar
- La condición física en la etapa de educación primaria

4.- Actividad física y diversidad

- Actividad física y tipos de diversidad: implicaciones socioeducativas
- La atención a la diversidad en Educación Física y los principios de la escuela inclusiva
- Metodologías educativas y recursos didácticos para la inclusión en Educación Física

Metodología

La asignatura se desarrollará mediante una perspectiva teórico-práctica a partir, sobre todo, de dos tipos de sesiones:

- Sesiones teóricas, en las que se realizarán exposiciones por parte del profesorado de los contenidos de la asignatura. Al mismo tiempo, se promoverá la participación activa del alumnado a través de debates, actividades de síntesis, tareas y exposiciones en grupos de trabajo reducidos, etc.

- Sesiones teórico-prácticas, una parte de las cuales serán dirigidas por el profesorado con la práctica de actividad física por parte del alumnado. Otra parte de estas sesiones incluyen prácticas competenciales preparadas y dirigidas por el alumnado en grupos reducidos.

Estas sesiones se complementarán con actividades autónomas del alumnado, individuales y en grupos reducidos, que contarán con la tutoría y supervisión constantes del profesorado. En este sentido, el Campus Virtual será una herramienta de uso habitual a lo largo de la asignatura y servirá tanto para su seguimiento como para favorecer el trabajo no presencial y autónomo del alumnado.

Cuando corresponda, se destinarán aproximadamente 15 minutos de alguna clase a permitir que el alumnado pueda responder las encuestas de evaluación de la actuación docente y de evaluación de la asignatura.

También se valorará la perspectiva de género y de inclusión en la diversidad de manera transversal a lo largo de la asignatura.

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

Nota: se reservarán 15 minutos de una clase dentro del calendario establecido por el centro o por la titulación para que el alumnado rellene las encuestas de evaluación de la actuación del profesorado y de evaluación de la asignatura o módulo.

Actividades

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas			
Presencial	45	1,8	1, 4, 5, 6, 14, 17
Tipo: Supervisadas			
supervisadas	30	1,2	1, 11, 14, 15
Tipo: Autónomas			
Autonoma	75	3	1, 4, 5, 9, 11, 15

Evaluación

A grandes rasgos, las actividades de evaluación serán las siguientes:

A. Examen individual de los contenidos de la asignatura, (30% de la nota). Fecha prevista: 22 de enero de 2024.

B. Trabajos grupales 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. Incluye programación, dirección de una sesión práctica y redacción y valoración de la experiencia (20% de la nota).

C. Participación individual y activa en las clases teóricas, clases teórico-prácticas y en el Campus Virtual. Todo ello incluye trabajos de aula y en las horas de trabajo autónomo, así como los aspectos formales relacionados con la asistencia, puntualidad, atención, implicación, participación en clase, cooperación, respeto, etc. (20% de la nota).

D. Trabajo en equipo de investigación sobre alguna temática relacionada con el programa de la asignatura (30% de la nota).

-Las fechas de entrega de los trabajos incluidos en los puntos B, C y D se pactarán con el alumnado a lo largo de la asignatura.

-Para aprobar la asignatura será condición superar todas las actividades de evaluación. El examen será recuperable, con fecha prevista el 5 de febrero de 2024.

-Para aprobar esta asignatura es necesario que el alumnado demuestre una buena competencia comunicativa general, tanto oralmente como por escrito, y un buen dominio de la lengua vehicular de la asignatura.

-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 mediante la evaluación continua será obligatoria la asistencia y la participación activa a un mínimo del 80% de las sesiones.

-Esta asignatura también se acoge a la opción "evaluación única", de manera que el día del examen el alumnado que haya escogido esta opción deberá presentar el resto de actividades de evaluación. En el caso de la intervención didáctica, deberá realizarse la presentación en el aula correspondiente (dentro de la misma fecha del examen: 22.01.24).

Actividades de evaluación continuada

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Examen individual	30%	0	0	10, 9, 14
Intervenciones didácticas grupales sobre los contenidos de la asignatura (Prácticas Competenciales Internas)	20%	0	0	1, 4, 5, 7, 11
Participación activa en las propuestas didácticas presenciales y virtuales	20%	0	0	1, 3, 10, 4, 5, 6, 9, 11, 14, 15, 16, 17
Trabajo de investigación en equipo sobre alguna temática relevante relacionada con el programa, aplicada al ámbito educativo.	30%	0	0	1, 2, 10, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14

Bibliografía

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.

Esta bibliografía se completará en el programa de la asignatura y a lo largo del curso.

Software

A lo largo de esta asignatura se utilizará habitualmente el Campus Virtual y la aplicación Microsoft Teams, pero no otro servicio o software específico.