Guía Docente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Grado en Educación Primaria
Rama de Conocimiento:	Artes y Humanidades
Facultad/Escuela:	Educación y Psicología
Asignatura:	Salud y Actividad Física
Tipo:	Optativa
Créditos ECTS:	6
Curso:	4
Código:	7453
Periodo docente:	Séptimo semestre
Materia:	Enseñanza y Aprendizaje de Educación Física
Módulo:	Didáctico y Disciplinar
Tipo de enseñanza:	Presencial
Idioma:	Castellano
Total de horas de dedicación del alumno:	150

Equipo Docente	Correo Electrónico
Patricia Ruiz Bravo	p.ruiz.prof@ufv.es

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Se abordarán tanto los beneficios que se producen llevando una vida activa, realizando actividad físico-deportiva de manera constante y adecuada, a parte del estilo de vida y la alimentación, aportando al individuo que lo realiza no solo beneficios físicos, sino también psíquicos. Se tratarán los medios para detectar anomalías y formas de intervención en diferentes situaciones de emergencia.

También se abordará la motricidad en la edad escolar, situando al cuerpo como el eje de la resolución de problemas en el ámbito motor, a la actividad física y el deporte como un recurso para la ocupación del tiempo de

ocio y la adquisición de hábitos de práctica saludable. Además se conocerán los beneficios de la actividad física y la gestión del deporte para el fomento de valores socialmente reconocidos en la edad escolar.

Aunque la actividad física practicada de manera regular se asocia a una vida más plena, de calidad y longeva, muchos de los niños y jóvenes españoles no realizan la suficiente actividad física que le permitan alcanzar beneficios para la salud pautados por la Organización Mundial para la Salud (OMS).
Se hace necesario formar a los alumnos especialistas en la mención de Educación Física en las estructuras básicas del cuerpo humano y sus movimientos y la aplicación de la condición física en la salud para la edad

OBJETIVO

Conocer los contenidos de enseñanza-aprendizaje y las estrategias metodológicas más convenientes para favorecer el aprendizaje del potencial educativo que ofrece la mejora de la forma física y la salud al alumnado de educación física.

Los fines específicos de la asignatura son:

Saber diseñar, poner en práctica y evaluar programas para la mejora de la salud.

Conocer los fundamentos biomecánicos y fisiológicos del movimiento humano, higiene y primeros auxilios.

Manifestar una actitud crítica sobre la información recibida a través de los medios de comunicación con fines mercantiles.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

La asignatura permite contextualizar las competencias adquiridas en otras asignaturas de la mención de Educación Física y del curriculum de Primaria.

CONTENIDOS

TEMA 1. APROXIMACIONES CONCEPTUALES AL CONCEPTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA SALUD.
1.1. Concepto de salud.
1.2. Ejercicio físico orientado a la salud en Educación Primaria.

TEMA 2. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN FÍSICA. 2.1. La salud en el currículum de Educación Física.
2.2. La Educación Física enfocada a la salud.
2.3. La promoción de estilos de vida saludables.

TEMA 3. REPERCUSIONES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA SALUD Y LA CALIDAD DE VIDA. EFECTOS POSITIVOS Y CONTRAINDICACIONES.
3.1. Repercusiones fisiológicas. Principios del entrenamiento.
3.2. Repercusiones psicológicas.
3.3. Repercusiones sociales.
3.4. Repercusiones inmunológicas y preventivas.
3.5. Repercusiones terapéuticas.
3.6. Contraindicaciones.

TEMA 4. HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA.
4.1. Prevención.
4.2. Hábitos de higiene y alimentación.
4.3. Educación Postural.

TEMA 5. SOPORTE VITAL BÁSICO. PRIMEROS AUXILIOS.
5.1. Introducción.
5.2. Valoración primaria. RCP. Maniobra de Heimlich.
5.3. Valoración secundaria y primeros auxilios. Otros aspectos.

TEMA 6. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA DE PRIMARIA.

6.1. Aproximación conceptual.
6.2. Discapacidad. Concepto y clasificación dentro de la Educación Física escolar.
6.3. Adaptaciones en Educación Física en primaria.

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Clases expositivas:
Se realizará exposición de contenidos, tanto por parte del profesor como por parte de los alumnos, combinándose con tareas de reflexión, debate, investigación, destrezas de pensamiento o proyectos de corta duración. El objetivo de las clases magistrales será apoyar a la realización de actividades prácticas.

Seminarios/Talleres/Lecturas/Mesas redondas:
Se realizarán observaciones críticas para definir aspectos tales como metodologías empleadas, adecuación de los objetivos, estrategias didácticas.

Trabajo en grupo e individual:
Una parte importante de la asignatura es la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos. Los alumnos realizarán proyectos colaborativos o a modo individual.

Tutorías:
Podrán ser de manera individual o colectiva, para solucionar toda posible duda o consulta de los contenidos teóricos o prácticos propuestos.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
60 horas	90 horas
Clases expositivas Clases prácticas Evaluación Trabajos en grupos o individuales Seminarios/Talleres/Lecturas/Mesas redondas/Tutorías 60h	Estudio teórico/práctico Trabajo virtual en red Trabajo en grupo e individual Actividades formativas complementarias 90h

COMPETENCIAS

Competencias básicas

Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio

Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio

Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética

Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

Competencias generales

Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes.

Competencias específicas

Comprender los principios que contribuyen a la formación cultural, personal y social desde la educación física.

Conocer el currículo de la educación física.

Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocer y experimentar métodos de relajación y respiración
Definir y aplicar las técnicas de primeros auxilios en función del accidente o lesión según los protocolos de actuación establecidos.

Mostrar una actitud favorable hacia la mejora de la calidad de la enseñanza y aprendizaje y al propio desarrollo de la profesión.

Promocionar la formación de hábitos perdurables y autónomos en la práctica de actividad física y del deporte en la población en edad escolar

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

El Grado Educación Primaria de la Universidad Francisco de Vitoria en la modalidad de enseñanza PRESENCIAL, tal y como aparece recogido en la Memoria de Verificación del Título aprobada por la Comisión de Verificación de Planes de Estudios designada por el Pleno del Consejo de Universidades y de conformidad con lo dispuesto en el artículo 11 de la Normativa de Evaluación de la UFV para el curso 2022-2023, tiene un sistema de evaluación continua basado, con carácter general, en la presencialidad: los alumnos tienen la obligación de asistir a clase, participar en las actividades formativas que se realicen y realizar las pruebas de evaluación previstas por el profesor, ya sea de forma presencial y/o virtual.

Los exámenes se realizarán de forma presencial. En caso de que las recomendaciones sanitarias nos obliguen a volver a un escenario donde la docencia haya que impartirla exclusivamente en remoto, se realizará un sistema de evaluación alternativo.

Los trabajos y pruebas se deberán entregar en fecha y por los cauces solicitados, no siendo responsabilidad del profesor que el sistema del Aula Virtual se colapse minutos antes de la entrega. Al comienzo de las clases estarán las tareas colgadas en el aula virtual con las fechas y horas de entrega. No se aceptarán entregas en el correo del profesor. Todos aquellos trabajos presentados fuera de fecha o por otras vías contarán como no presentados.

La participación del alumno en la evaluación será un elemento fundamental, tanto a la hora de establecer los criterios expuestos en las rubricas como en el propio proceso de calificación. La calificación será obtenida de tres bloques:
Pruebas escritas u orales (60%)
Actividades diarias, trabajos individuales y grupales (30%)
Participación y actitud manifestada (10%).

Es requisito mínimo para aprobar la asignatura sacar un 5, pero poder realizar la media ponderada de estas calificaciones es necesario que cada una de ellas sea superior a 5.

El alumno que pierda la evaluación continua únicamente podrá optar al porcentaje de la calificación correspondiente al examen. Por otro lado, el profesor/a establecerá un sistema alternativo de evaluación para los

alumnos que se matriculen por segunda vez o sucesivas en la asignatura y que cuenten con dispensa de asistencia, autorizada por el Director/a del Grado. El alumno que no supere la asignatura en la convocatoria ordinaria, dispondrá de una nueva oportunidad en la convocatoria extraordinaria. Para esta convocatoria deberá presentar los trabajos que en su caso no haya superado en la convocatoria ordinaria y realizar un examen teórico. El profesor/a informará a cada alumno acerca de los trabajos que debe presentar.

Las fechas de las convocatorias ordinarias y extraordinarias se pueden consultar en el calendario académico publicado en la web.

El simple hecho de asistir a las clases no da derecho a tener evaluación continua, se pide un compromiso y una participación proactiva en las mismas.

La participación del alumno en el proceso de evaluación será fundamental, llevándose a cabo evaluación compartida, coevaluación y autoevaluación en la mayor parte del contenido de la asignatura.

Los alumnos que opten a este tipo de evaluación, de cara a la evaluación extraordinaria se les guardará la nota llevando a dicha evaluación la parte de la asignatura suspensa. Si la parte suspensa fuera el apartado de participación activa y actitud manifestada, deberá desarrollar un trabajo que le será asignado por el profesor responsable de la asignatura.

El porcentaje en la evaluación alternativa y extraordinaria será de:
Pruebas orales o escritas (50%)
Trabajos individuales para cada uno de los bloques (50%).

Las conductas de plagio, así como el uso de medios ilegítimos en las pruebas de evaluación, serán sancionados conforme a lo establecido en la Normativa de Evaluación y la Normativa de Convivencia de la universidad.

En caso de producirse alguna irregularidad durante la celebración del examen o prueba de evaluación, se procederá a la retirada de inmediata del examen, expulsión del alumno, calificación de suspenso y apertura de expediente.

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Básica

Cañizares Márquez, José María. La salud y la calidad de vida :hábitos y estilos de vida saludables en relación con la actividad física : el cuidado del cuerpo : autonomía y autoestima /

coordinadores, Antonio Casimiro Andújar, Manuel Delgado Fernández, Cornelio Águila Soto. Actividad física, educación y salud /

Delgado Fernández, Manuel. Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física / 2ª ed. Barcelona :Inde,2012.

Pellicer Royo, Isabel. Educación física emocional: programa de salud emocional para el alumnado y orientaciones para el profesorado / Barcelona :Inde Publicaciones,2011.

Pérez López, Isaac José. Salud, educación física y juegos de rol /

Complementaria

Manuel Timón Benítez, Fran Hormigo Gamarro (coordinadores). El juego en educación física :desarrollo de la condición física, salud mediante actividades jugadas : propuestas lúdicas para motivar al alumnado /

Ortega Cañavate, Pablo,autor. Educación física para la salud :bases teóricas y aplicación de un planteamiento integral y cualitativo del movimiento /

Pieró Velert, Carmen,autora. Actividad física, deporte y salud /

Sierra Robles, Ángela. Actividad física y salud en primaria :el compromiso fisiológico en la clase de Educación Física /