

DATOS DE LA ASIGNATURA

Denominación: EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA SALUD
Código: 100852
Plan de estudios: GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA **Curso:** 4
Denominación del módulo al que pertenece: OPTATIVIDAD: MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
Materia: EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA SALUD
Carácter: OPTATIVA **Duración:** PRIMER CUATRIMESTRE
Créditos ECTS: 6 **Horas de trabajo presencial:** 60
Porcentaje de presencialidad: 40% **Horas de trabajo no presencial:** 90
Plataforma virtual: <http://www3.uco.es/moodlemap/>

DATOS DEL PROFESORADO

Nombre: CASTRO LÓPEZ, ROSARIO (Coordinador/a)
Departamento: DEPARTAMENTOS CENTRO DE MAGISTERIO SAGRADO CORAZÓN
Área: ÁREAS CENTRO DE MAGISTERIO SAGRADO CORAZÓN
Ubicación del despacho: DESPACHO 08D. PLANTA BAJA
E-Mail: rclopez@uco.es / r.castro@magisteriosc.es **Teléfono:** 957474750 Ext. 107

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS Y RECOMENDACIONES

Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

Ninguno

Recomendaciones

Se recomienda:

- Participar activamente en el desarrollo de la asignatura.
- Involucrarse en actividades formativas y prácticas relacionadas con las competencias de esta asignatura.
- Es obligatorio el uso de ropa deportiva para el desarrollo de las clases prácticas.

COMPETENCIAS

CB2 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 est.

CB4	Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
CE1	Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos. Asimismo conocer y.
CE5	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.
CE7	Colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa y del entorno social. Asumir la dimensión educadora de la función docente y fomentar la educación democrática para una ciudadanía activa.
CE9	Valorar la responsabilidad individual y colectiva en la consecución de un futuro sostenible; y adquirir la formación necesaria para la promoción de una vida saludable.
CE10	Reflexionar sobre 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.
CM9.1	Comprender los principios que contribuyen a la formación cultural, personal y social desde la educación física.
CM9.2	Conocer el currículo escolar de la educación física.
CM9.3	Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades físico deportivas y de promoción de la salud a través del ejercicio físico dentro y fuera de la escuela.

OBJETIVOS

1. Conocer la relación entre la Educación Física y la salud desde un enfoque integral (CE1, CE9, CM9.1, CM9.2 y CM9.3).
2. Reconocer la importancia de la Educación Física para la Salud en el currículum de Educación Primaria (CB2, CB4, CE7, CE9, CM9.1 y CM9.3).
3. Adquirir habilidades para la promoción de la salud en el ámbito educativo (CB2, CE7, CE10, CM9.3 y CE5).
4. Aprender las bases anatómicas-fisiológicas de los escolares para desarrollar estrategias metodológicas adaptadas a la edad (CB2 y CM9.2).
5. Tomar conciencia de la importancia de los hábitos y estilos de vida saludables para establecer propuestas didácticas relacionadas con la salud y el ejercicio físico dentro del aula (CB2, CE7, CE10, CM9.3 y CE5).
6. Identificar los principios básicos de alimentación, higiene y ejercicio físico que se desarrollan en la etapa escolar y que inciden en la mejora de la salud y la calidad de vida (CB2, CE1, CM9.1 y CM9.2).

CONTENIDOS

1. Contenidos teóricos

Bloque 1: La educación física y su relación con la salud desde un enfoque integral: enfoque de la educación física orientada hacia la salud; la salud en el currículum: tema transversal; la promoción de la salud desde el entorno educativo.

Bloque 2: El cuidado del cuerpo: bases anatómicas-fisiológicas: planteamiento didáctico para el conocimiento y desarrollo de competencias relacionadas con el aparato locomotor, sistema cardiorrespiratorio; problemas de salud más importantes.

Bloque 3: Nutrición y actividad física: conceptos básicos relacionados con la salud y la nutrición, recomendaciones nutricionales y de actividad física para niños/as y adolescentes.

Bloque 4: Hábitos y estilos de vida saludables: valores y normas como un factor de salud en la clase de educación física. Propuestas didácticas; seguridad e higiene en la educación física; adaptaciones curriculares en niños con patologías; estrategias para promover la salud a través de la participación en actividades físico-deportivas.

2. Contenidos prácticos

Bloque 1: La educación física y su relación con la salud desde un enfoque integral: enfoque de la educación física orientada hacia la salud; la salud en el currículum: tema transversal; la promoción de la salud desde el entorno educativo.

Bloque 2: El cuidado del cuerpo: bases anatómicas-fisiológicas: planteamiento didáctico para el conocimiento y desarrollo de competencias relacionadas con el aparato locomotor, sistema cardiorrespiratorio; problemas de salud más importantes.

Bloque 3: Nutrición y actividad física: conceptos básicos relacionados con la salud y la nutrición, recomendaciones nutricionales y de actividad física para niños/as y adolescentes.

Bloque 4: Hábitos y estilos de vida saludables: valores y normas como un factor de salud en la clase de educación física. Propuestas didácticas; seguridad e higiene en la educación física; adaptaciones curriculares en niños con patologías; estrategias para promover la salud a través de la participación en actividades físico-deportivas.

METODOLOGÍA

Aclaraciones generales sobre la metodología (opcional)

Se recomienda una participación activa durante el transcurso de la asignatura.

Adaptaciones metodológicas para alumnado a tiempo parcial

Con respecto a la evaluación del alumnado a tiempo parcial, se acordará en el horario de tutoría, al inicio del curso, una metodología similar a la del resto de sus compañeros.

Actividades presenciales

Actividad	Grupo completo	Grupo mediano	Total
<i>Actividades de evaluación</i>	2	-	2
<i>Análisis de documentos</i>	2	-	2
<i>Conferencia</i>	2	-	2
<i>Contrato de aprendizaje</i>	1	-	1
<i>Debates</i>	2	-	2
<i>Estudio de casos</i>	3	-	3
<i>Exposición grupal</i>	5	-	5
<i>Lección magistral</i>	9	-	9
<i>Mesa redonda</i>	1	-	1
<i>Ponencia</i>	2	-	2
<i>Prácticas externas</i>	10	-	10
<i>Proyectos</i>	2	-	2
<i>Salidas</i>	5	-	5
<i>Seminario</i>	2	-	2
<i>Taller</i>	2	-	2
<i>Trabajos en grupo (cooperativo)</i>	5	-	5
<i>Tutorías</i>	5	-	5
Total horas:	60	-	60

Actividades no presenciales

Actividad	Total
Análisis	5
Búsqueda de información	15
Consultas bibliográficas	15
Ejercicios	10
Estudio	20
Problemas	10
Trabajo de grupo	15
Total horas:	90

MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNADO

Casos y supuestos prácticos
Cuaderno de Prácticas
Dossier de documentación
Ejercicios y problemas

EVALUACIÓN

Competencias	Instrumentos			
	Casos y supuestos prácticos	Exposiciones	Pruebas objetivas	Trabajos y proyectos
CB2	x	x	x	x
CB4		x	x	x
CE1			x	x
CE10				x
CE5	x			x
CE7				x
CE9		x		x
CM9.1	x	x	x	x
CM9.2	x	x	x	
CM9.3	x	x		x
Total (100%)	10%	20%	50%	20%
Nota mínima.(*)	5	5	5	5

(*) Nota mínima para aprobar la asignatura.

Método de valoración de la asistencia:

La asistencia y participación en clase quedan contempladas dentro de las tareas de evaluación de la asignatura.

Aclaraciones generales sobre los instrumentos de evaluación:

Se recomienda una participación activa durante el transcurso de la asignatura.

Aclaraciones de evaluación para el alumnado a tiempo parcial:

Respecto a la evaluación del alumnado a tiempo parcial y al matriculado en segunda y sucesivas matrículas, se acordará con el interesado o interesada, al inicio de curso en tutoría, una evaluación similar a la del resto de sus compañeros.

Criterios de calificación para la obtención de Matrícula de Honor: *La mención de matrícula de honor podrá ser otorgada a estudiantes que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0 (Normativa de programación docente y evaluación docente. Art.14.3)*

¿Hay exámenes/pruebas parciales?: *No*

BIBLIOGRAFÍA

1. Bibliografía básica:

- Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) (2010). *La alimentación de tus niños y niñas. Nutrición saludable de la infancia a la adolescencia*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
- American College of Sport Medicine. (2000). *Manual de Consulta para el control y la prescripción del ejercicio*. Barcelona: Paidotribo.
- Aznar, S. y Webster, T. (2006). *Actividad física y salud en la Infancia y la Adolescencia*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Delgado, M., Gutiérrez, A. y Castillo, M.J. (2004). *Entrenamiento físico-deportivo y alimentación. De la infancia a la edad adulta*. Barcelona: Paidotribo.
- Delgado, M. y Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física*. Barcelona: Inde.
- López Miñarro, P. A. (2000). *Ejercicios desaconsejados en la actividad física. Detección y alternativas*. Barcelona: Inde.
- Manidi, M.J. y Dafflon, I. (2002). *Actividad Física y Salud. Aportaciones de las ciencias humanas y sociales. Educación para la salud a través de la actividad física*. Barcelona: Masson.
- Rodríguez, P. (2006). *Educación Física y Salud en Primaria: Hacia una educación corporal significativa y autónoma*. Barcelona: Inde.
- Sainz, M. (2002). *Educación para la salud: la alimentación y la nutrición en la edad escolar*. Madrid: Publicaciones CEAPA.
- Tercedor, P. (2001). *Actividad física, condición física y salud*. Sevilla: Wanceulen.
- Woolf-May, K. (2008). *Prescripción de ejercicio: fundamentos fisiológicos*. Barcelona: Elsevier Masson.

2. Bibliografía complementaria:

Ninguna.

CRITERIOS DE COORDINACIÓN

- Actividades conjuntas: conferencias, seminarios, visitas...
- Fecha de entrega de trabajos
- Organización de salidas
- Realización de actividades
- Selección de competencias comunes