

**DATOS DE LA ASIGNATURA****Denominación:** FUNDAMENTOS DE LAS HABILIDADES MOTRICES Y DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO**Código:** 100831**Plan de estudios:** GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**Curso:** 4**Denominación del módulo al que pertenece:** OPTATIVIDAD: MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA**Materia:** FUNDAMENTOS DE LAS HABILIDADES MOTRICES Y DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO**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:****DATOS DEL PROFESORADO****Nombre:** MORENTE MONTERO, ALVARO (Coordinador/a)**Centro:** FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**Departamento:** EDUCACIÓN ARTÍSTICA Y CORPORAL**área:** DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL**Ubicación del despacho:** Planta Baja. Módulo B-711**E-Mail:** eo1momoa@uco.es**Teléfono:** 957 212545**DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA****REQUISITOS Y RECOMENDACIONES****Requisitos previos establecidos en el plan de estudios**

Ninguno.

Recomendaciones

Ninguna especificada.

COMPETENCIAS

- 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.
- CM2.7 Promover el trabajo cooperativo y el trabajo y esfuerzo individuales.
- 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.
- CM9.4 Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes en los estudiantes.

OBJETIVOS

1. Conocer los fundamentos básicos teórico-prácticos de las Habilidades Motrices.

2. Conocer los fundamentos básicos teóricos-prácticos del Acondicionamiento Físico.
3. Establecer y vivenciar las incidencias motrices al practicar las Habilidades Motrices respecto al Acondicionamiento Físico.
4. Ofrecer herramientas educativas prácticas enfocadas a la mejora de la salud, la cooperación y la sociabilidad.

CONTENIDOS

1. Contenidos teóricos

1. Contenidos teóricos

LAS HABILIDADES MOTRICES.

1. Estudio previo.
2. Las habilidades motrices básicas.
3. Las habilidades motrices genéricas.
4. Las habilidades motrices b y g como prerrequisito de las deportivas.
5. Repercusión del trabajo de habilidades motrices sobre el acondicionamiento físico.

EL ACONDICIONAMIENTO FISICO.

1. Los procesos de adaptación biológica como fundamento del entrenamiento y el acondicionamiento físico. 2.La formación y desarrollo de las cualidades físicas.

2.1.Las cualidades físicas 2.2. La fuerza 2.3. La resistencia 2.4.La velocidad 2.5. La flexibilidad 2.6. El calentamiento

3.El acondicionamiento físico en la Educación Primaria.

2. Contenidos prácticos

- El calentamiento.
- H.M. Básicas (desplaz., lanz., recep., saltos, giros...).
- H.M. Genéricas (bote, pase,conducción, tiro...).
- Fuerza.
- Velocidad.
- Resistencia.

- Flexibilidad.

METODOLOGÍA

Aclaraciones generales sobre la metodología (opcional)

Se pretende que la metodología general de la asignatura conduzca al alumno a la adquisición de las competencias propias de ella, invitándolo a la participación activa y progresivamente autónoma, de manera que la intervención directa del profesorado vaya reduciéndose poco a poco.

Para los alumnos a tiempo parcial proponemos un ajuste individualizado en una entrevista personal.

Adaptaciones metodológicas para alumnado a tiempo parcial

Se acordará con cada alumno según su caso.

Actividades presenciales

Actividad	Grupo completo	Grupo mediano	Total
<i>Actividades de evaluación</i>	1	-	1
<i>Debates</i>	3	-	3
<i>Exposición grupal</i>	20	-	20
<i>Lección magistral</i>	17	-	17
<i>Prácticas clínicas</i>	-	15	15
<i>Trabajos en grupo (cooperativo)</i>	4	-	4
Total horas:	45	15	60

Actividades no presenciales

Actividad	Total
<i>Consultas bibliográficas</i>	10
<i>Ejercicios</i>	20
<i>Estudio</i>	40
<i>Trabajo de grupo</i>	20
Total horas:	90

MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNADO

Cuaderno de Prácticas
Dossier de documentación

EVALUACIÓN

Competencias	Instrumentos					
	Asistencia (lista de control)	Examen final	Examen tipo test	Exposiciones	Informes/memorias de prácticas	Pruebas de respuesta corta
CE10	x	x	x			x
CE9	x	x	x			x
CM2.7	x	x	x			x
CM9.3	x	x	x	x	x	x
CM9.4	x	x	x	x	x	x
Total (100%)	20%	30%	10%	10%	10%	20%
Nota mínima.(*)	5	5	5	5	5	5

(*) Nota mínima para aprobar la asignatura.

Aclaraciones generales sobre los instrumentos de evaluación:

El alumno podrá mejorar su nota hasta un punto más a través de trabajos voluntarios.

Aclaraciones de evaluación para el alumnado a tiempo parcial:

Para los alumnos a tiempo parcial, proponemos una adaptación individual acordada en una entrevista personal.

Criterios de calificación para la obtención de Matrícula de Honor:

¿Hay exámenes/pruebas parciales?: *No*

BIBLIOGRAFÍA

1. Bibliografía básica:

& ANTÓN, J.A. (1989): Entrenamiento deportivo en la edad escolar. Unisport, Málaga.

& BLANCO, A. (1995): 1000 ejercicios de preparación física. Paidotribo, Barcelona.

& BLÁZQUEZ, D. (1990): Evaluar en Educación Física. Inde, Barcelona.

& DEVÍS, J. y PEIRÓ, C. (1992): Nuevas perspectivas curriculares en educación física. Inde, Barcelona.

& GENERELO, E. y PLANA, C. (1997): Teoría y Práctica del acondicionamiento físico, en CASTEJÓN, F.J.: Manual del maestro especialista en Educación Física. Pila Teleña, Madrid.

& HAHN, E. (1998): Entrenamiento con niños. Martínez Roca, Barcelona.

& LÓPEZ, P.A. (2000): Ejercicios desaconsejados en la actividad física. Inde, Barcelona.

& MARTÍNEZ, P. (1996): Desarrollo de la resistencia en la edad escolar. Inde, Barcelona.

& MORA, J. (1995): Teoría de entrenamiento y el acondicionamiento físico. Coplef-A, Cádiz.

& ALEPHUCL (1987): Educación Física de Base. Dossier pedagógico 1,2,3. Gymnos, Madrid.

& CASTAÑER, M., CAMERINO, O. (1986): La Educación Física en la educación primaria. Inde, Barcelona.

& DELGADO NOGUERA, M.A. (1993): "Las habilidades básicas como prerrequisito de la iniciación deportiva", en GUILLÉN DEL CASTILLO, M.: Medicina Deportiva y Educación Física en edad escolar. Servicio de publicaciones de la Universidad de Córdoba, Córdoba.

& VARIOS (1992): La Educación Física de Base en la edad escolar. Paidotribo, Barcelona.

2. Bibliografía complementaria:

Ninguno.

CRITERIOS DE COORDINACIÓN

- Fecha de entrega de trabajos
- Trabajos válidos para varias asignaturas

CRONOGRAMA

Periodo	Actividad					
	Actividades de evaluación	Debates	Exposición grupal	Lección magistral	Prácticas clínicas	Trabajos en grupo (cooperativo)
1ª Quincena	0	1	0	5	3	0
2ª Quincena	0	0	0	5	3	1
3ª Quincena	0	1	0	5	1.5	0
4ª Quincena	0	0	0	2	1.5	1
5ª Quincena	0	1	5	0	1.5	0
6ª Quincena	0	0	5	0	1.5	1
7ª Quincena	0	0	5	0	1.5	0
8ª Quincena	1	0	5	0	1.5	1
Total horas:	1	3	20	17	15	4