GUÍA DOCENTE

DENOMINACIÓN 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: 6.0 Horas de trabajo presencial: 60
Porcentaje de presencialidad: 40.0% Horas de trabajo no presencial: 90
Plataforma virtual: moodle

DATOS DEL PROFESORADO

Nombre: MORENTE MONTERO, ALVARO (Coordinador)
Departamento: DIDÁCTICAS ESPECÍFICAS
Área: DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL
Ubicación del despacho: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
E-Mail: eo1momoa@uco.es Teléfono: 957212545

Nombre: PÉREZ SOUSA, MIGUEL ÁNGEL
Departamento: DIDÁCTICAS ESPECÍFICAS
Área: DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL
Ubicación del despacho: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
E-Mail: mpsousa@uco.es Teléfono: 957212545

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.

GUÍA DOCENTE

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

LAS HABILIDADES MOTRICES.
1. Estudio previo.
2. Las habilidades mortrices 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 (desplazamiento, lanzamiento, recepción, saltos, giros...).
- H.M. Genéricas (bote, pase,conducción, tiro...).
- Fuerza.
- Velocidad.
- Resistencia.
- Flexibilidad.

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE RELACIONADOS CON LOS CONTENIDOS

Salud y bienestar
Educación de calidad
Igualdad de género

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.

GUÍA DOCENTE

Adaptaciones metodológicas para alumnado a tiempo parcial y estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales

Se acordará con cada alumno según su caso.

Actividades presenciales

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

Actividades no presenciales

Actividad	Total
Consultas bibliográficas	10
Ejercicios	20
Estudio	40
Trabajo de grupo	20
Total horas:	***90***

MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNO

Cuaderno de Prácticas
Dossier de documentación
Manual de la asignatura
Presentaciones PowerPoint
Referencias Bibliográficas

EVALUACIÓN

Competencias	Diarios	Exposición oral	Exámenes	Proyecto	Pruebas de ejecución de tareas reales y/o simuladas
CE10	X				X

GUÍA DOCENTE

Competencias	Diarios	Exposición oral	Exámenes	Proyecto	Pruebas de ejecución de tareas reales y/o simuladas
CE9	X				X
CM2.7		X			
CM9.3					X
CM9.4			X	X	
Total (100%)	***10%***	***10%***	***60%***	***10%***	***10%***
Nota mínima (*)	***5***	***5***	***5***	***5***	***5***

(*)Nota mínima (sobre 10) necesaria para que el método de evaluación sea considerado en la calificación final de la asignatura. En todo caso, la calificación final para aprobar la asignatura debe ser igual o superior a 5,0.

Método de valoración de la asistencia:

10%

Aclaraciones generales sobre los instrumentos de evaluación:

Se ofrecerá al alumnado la posibilidad de incrementar la nota final hasta un 10% extra mediante trabajos y proyectos voluntarios.

Aclaraciones sobre la evaluación para el alumnado a tiempo parcial y necesidades educativas especiales:

Se acordaran con el alumnado en una entrevista personal

Aclaraciones sobre la evaluación de la convocatoria extraordinaria y convocatoria extraordinaria de finalización de estudios:

Para la primera convocatoria extraordinaria se mantendrán todas las calificaciones positivas obtenidas anteriormente, manteniendo los mismos instrumentos de evaluación.

Para la convocatoria extraordinaria de finalización de estudios se ralizará una única prueba escrita que lo englobe todo, debiendo obtener una calificación mínima de 5 sobre 10 para aprobar la asignatura. En ese caso el examen será el instrumento que evaluará todas las competencias de la asignatura.

Criterios de calificación para la obtención de Matrícula de Honor:

1 0

BIBLIOGRAFIA

1. Bibliografía básica

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO:

Aguilera, M. M. (2011). Acondicionamiento físico en la edad escolar. Consideraciones pedagógicas. *Publicaciones Didácticas*, 13, 163-170.

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

Benítez, J. D., Morente, A., Poveda, J., Ruiz, P., Pozuelo, C., Ahufinger, J., Galindo, J. C. y Losada, C. (2010). *Actividad física y salud en Primaria y Secundaria*. Sevilla: Wanceulen.

GUÍA DOCENTE

Blanco, A. (1995). *1000 ejercicios de preparación física*. Barcelona: Paidotribo.
Blázquez, D. (1990). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: Inde.
Blázquez, D. (2017). *Cómo evaluar bien en educación física. El enfoque de la evaluación formativa*. Barcelona: INDE.
Devís, J. y Peiró, C. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en educación física*. Barcelona: Inde.
Generelo, E. y Plana, C. (1997). Teoría y Práctica del acondicionamiento físico. En CASTEJÓN, F. J. *Manual del maestro especialista en Educación Física*. Madrid: Pila Teleña.
Hahn, E. (1998). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Martínez Roca.
López, P. A. (2000). *Ejercicios desaconsejados en la actividad física*. Barcelona: Inde.
Martínez, P. (1996). *Desarrollo de la resistencia en la edad escolar*. Barcelona: Inde.
Mora, J. (1995). Teoría de entrenamiento y el acondicionamiento físico. Cádiz: Coplef-A.
Stump, U. (1998). Adquirir una buena condición física jugando. Barcelona: Paidotribo.
V.V.A.A. (2006). Acondicionamiento físico (monográfico). *Revista Tándem*, 22.
HABILIDADES MOTRICES:
ALEPHUCL (1987). Educación Física de Base. Dossier pedagógico 1,2,3. Madrid: Gymnos.
Cañizares, J. Mª y Carbonero, C. (2016). *Habilidades, destrezas y tareas motrices en la edad escolar*. Sevilla: Wanceulen.
Castañer, M. y Camerino, O. (1986). *La Educación Física en la educación primaria*. Barcelona: Inde.
Delgado, M. A. (1993). Las habilidades básicas como prerrequisito de la iniciación deportiva. En Guillén, M. *Medicina Deportiva y Educación Física en edad escolar*. Córdoba: Servicio de publicaciones de la Universidad de Córdoba.
Díaz, J. (1999). *Habilidades motrices básicas*. Barcelona: Inde.
Jerez, J. F. (2009). *Habilidades y tareas motrices: aplicación didáctica en el marco escolar*. Sevilla: Wanceulen.
VARIOS (1992). *La Educación Física de Base en la edad escolar*. Barcelona: Paidotribo.

2. Bibliografía complementaria

CRITERIOS DE COORDINACIÓN

Criterios de evaluación comunes
Fecha de entrega de trabajos

CRONOGRAMA

Periodo	Actividades de evaluación	Debates	Exposición grupal	Lección magistral	Prácticas clínicas	Trabajos en grupo (cooperativo)
1ª Quincena	0,0	0,0	0,0	4,0	2,0	0,0
2ª Quincena	0,0	0,0	0,0	4,0	2,0	0,0
3ª Quincena	0,0	0,0	0,0	4,0	2,0	0,0
4ª Quincena	0,0	0,0	5,0	3,0	2,0	1,0
5ª Quincena	0,0	1,0	5,0	2,0	2,0	1,0

GUÍA DOCENTE

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

Las estrategias metodológicas y el sistema de evaluación contempladas en esta Guía Docente serán adaptadas de acuerdo a las necesidades presentadas por estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales en los casos que se requieran.