Facultad de Educación

GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA

G515 - Educación Física: Habilidades Motrices y Acondicionamiento Físico

Grado en Magisterio en Educación Infantil
Optativa. Curso 4

Grado en Magisterio en Educación Primaria
Optativa. Curso 4

Curso Académico 2020-2021

1. DATOS IDENTIFICATIVOS

Título/s	Grado en Magisterio en Educación Infantil Grado en Magisterio en Educación Primaria			Tipología y Curso	Optativa. Curso 4 Optativa. Curso 4
Centro	Facultad de Educación				
Módulo / materia	MENCIÓN EDUCACION FÍSICA MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA MÓDULO FORMACIÓN COMPLEMENTARIA O ESPECIALIZADA				
Código y denominación	G515 - Educación Física: Habilidades Motrices y Acondicionamiento Físico				
Créditos ECTS	6	Cuatrimestre		Cuatrimestral (1)	
Web					
Idioma de impartición	Español	English friendly	No	Forma de impartición	Presencial

Departamento	DPTO. EDUCACION
Profesor responsable	JOSE GUTIERREZ LOPEZ
E-mail	jose.gutierrezlopez@unican.es
Número despacho	Edificio Interfacultativo. Planta: + 2. DESPACHO PROFESORES ASOCIADOS 220 (220)
Otros profesores	

2. CONOCIMIENTOS PREVIOS

3. COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ESPECÍFICAS DEL PLAN DE ESTUDIOS TRABAJADAS
Competencias Genéricas
Actitud y capacidad para desarrollar un planteamiento educativo y una práctica profesional sustentados en una comprensión profunda de la naturaleza, organización y funcionamiento de la educación y de los centros educativos, así como en procesos de reflexión, análisis y crítica de sus múltiples y dinámicos condicionantes.
Conocimiento científico y didáctico de las materias escolares, además de conocimiento y análisis de los procesos de diseño, desarrollo y evaluación del curriculum, para idear, llevar a cabo y evaluar propuestas formativas, apoyadas en múltiples recursos, que contribuyan al desarrollo integral del alumnado.
Actitud y capacidad para apoyar, desde su papel de docente, la construcción de un desarrollo integral por parte de cada estudiante, de manera que crezcan como ciudadanos responsables, respetuosos y éticamente comprometidos.
Actitud y capacidad para comprender la naturaleza y usos de la imagen y de las tecnologías de la información y la comunicación, a fin de incluirlas en el curriculum dentro de un marco innovador que asimismo ayude a los alumnos a construir un acercamiento a las mismas.
Actitud y capacidad comunicativa y socio-emocional para la argumentación, el debate y el trabajo cooperativo con compañeros, familias y otros agentes educativos y servicios de la comunidad, para generar un clima escolar positivo, así como para desarrollar dichas capacidades en sus alumnos.
Compromiso y capacidad para participar en los procesos de evaluación y/o autoevaluación de su aula, centro y sistema educativo autonómico y nacional.
Actitud y capacidad para adaptar los procesos educativos y de enseñanza-aprendizaje a las características psicoevolutivas, tanto generales de la etapa educativa como personales, y a la diversidad individual y socio-cultural de sus alumnos, persiguiendo el logro de los objetivos básicos para todos.
Compromiso ético con una educación inspirada en los valores democráticos y de inclusión, en la defensa de los derechos humanos, la justicia, la equidad, la igualdad de género, la cooperación y el desarrollo global sostenible.
Competencias Específicas
Comprender los principios que contribuyen a la formación cultural, personal y social desde la educación física.
Conocer el currículo escolar de la educación física en Educación Primaria.
Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.
Crear actividades contextualizadas adaptadas al nivel de los alumnos.
Conocer los principios básicos de un desarrollo y comportamiento saludables.
Conocer las habilidades y destrezas motrices básicas y las herramientas metodológicas para desarrollarlas.
Conocer los principios generales del acondicionamiento físico y su aplicación a los escolares.
Conocer las modificaciones fisiológicas producidas por la práctica de la actividad física.
Reconocer las Necesidades Específicas de Apoyo Educativo que puedan afectar a la actividad física con el fin de intervenir en su integración de manera efectiva.
Diseñar herramientas de observación eficientes para la evaluación y diagnóstico de los alumnos.
Conocer los fundamentos y manifestaciones básicas de la motricidad humana, el desarrollo y las características evolutivas del niño. Diseñar y planificar en base a estos principios programas de actividad física saludable adaptados a la edad y características de los alumnos de Educación Infantil y Primaria.
Promover a través de las prácticas derivadas del ejercicio físico y del movimiento, hábitos y estilos de vida saludables, estableciendo relaciones transversales con las demás áreas del currículo.
Conocer y saber aplicar los criterios de evaluación para detectar el grado de asimilación de las diferentes competencias motrices requeridas.
Aplicar enfoques metodológicos eficaces que faciliten la consecución de los objetivos programados e incrementen la motivación de los alumnos.
Fomentar la participación activa de los alumnos en función de su edad y de su nivel.

Competencias Específicas
Conocer la especificidad de la Educación Física en Educación Infantil.
Contribuir por medio de la Educación Física a la consecución de competencias básicas de los alumnos de Educación Infantil.
Conocer los objetivos del área de Educación Física y su relación con los generales de la Etapa.
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 quei 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 hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
Competencias Transversales
Se apropien racionalmente, desarrollen un compromiso ético y promuevan los Derechos Humanos, los principios de justicia, igualdad de género, igualdad de oportunidades y no discriminación, así como los valores propios de una cultura cívica preocupada por la profundización en la democracia, la solidaridad, la inclusión social, la interculturalidad, la resolución pacífica de los conflictos, la cooperación y el desarrollo global sostenible, tanto en el espacio público como en su futuro ámbito profesional.
Enriquezcan su capacidad de comunicación oral y escrita en lengua castellana.
Perfeccionen su competencia digital y, en general, sus habilidades para buscar, obtener, seleccionar, tratar, analizar y comunicar informaciones diversas, así como para transformarlas en conocimiento y ofrecerlo a la consideración de los demás.
Cultiven su capacidad de aprendizaje autónomo, además de las competencias interpersonales relacionadas con el trabajo en equipo, la colaboración grupal en contextos social y culturalmente diversos, la capacidad crítica y autocrítica, y la auto-regulación emocional.
Adquieran competencia comunicativa para comprender, interactuar y expresarse oralmente y por escrito en lengua inglesa, de tal modo que puedan finalizar sus estudios con el nivel B2 del Marco Europeo Común de Referencia en inglés.

3.1 RESULTADOS DE APRENDIZAJE
- Conocer, entender y saber adaptar la actividad física al desarrollo evolutivo de los practicantes de actividad física y deportiva.
- Conocer y saber diferenciar la naturaleza de los contenidos de las habilidades perceptivos motrices y del acondicionamiento físico en el marco escolar.
- Conocer y aplicar el método ciéntifico en el ámbito de la actividad física y deportiva.
- Conocer y aplicar los protocolos de medición e instrumentación más comunes en el ámbito de la Educación Física
- Saber programar diferentes contenidos relacionados con las capacidades físicas y las habilidades perceptivo motrices básicas.
- Aplicar las tecnologías de la Información y comunicación (TIC) en el ámbito de la Educación Física.
- Diseñar y desarrollar planificacíones didácticas que permitan llevar a cabo los procesos de enseñanza-aprendizaje de manera individualizada.
- Aplicar los principios psicológicos, pedagógicos y sociales a los diferentes campos de la actividad física

4. OBJETIVOS
Adquirir los conocimientos ,modelos, teorías para el diseño de tareas relacionadas con habilidades motrices y acondicionamiento físico.
Conocer y comprender los fundamentos, estructuras de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.
Conocer y comprender la importancia que tiene la actividad física en las distintas etapas evolutivas del niño en primaria y de los adultos.
Conocer los aspectos mas importantes del entrenamiento físico y los principios y leyes que con él se relacionan.
Conocer los medios y procedimientos para evaluar la capacidad física de los alumnos de Educación Primaria
Diseñar planificaciones didácticas que permitan llevar a cabo los procesos de enseñanza-aprendizaje de manera individualizada
Adquirir los conocimientos específicos sobre las capacidades físicas, sistemas de entrenamiento de cada una de ellas y su aplicación en Educación Primaria y en adultos.
Conocer en profundidad los beneficios de la actividad física sobre el organismo y sobre la salud.

5. MODALIDADES ORGANIZATIVAS Y MÉTODOS DOCENTES	
ACTIVIDADES	HORAS DE LA ASIGNATURA
ACTIVIDADES PRESENCIALES	
HORAS DE CLASE (A)	
- Teoría (TE)	39
- Prácticas en Aula (PA)	21
- Prácticas de Laboratorio Experimental(PLE)	
- Prácticas de Laboratorio en Ordenador (PLO)	
- Prácticas Clínicas (CL)	
Subtotal horas de clase	60
ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO (B)	
- Tutorías (TU)	7
- Evaluación (EV)	8
Subtotal actividades de seguimiento	15
Total actividades presenciales (A+B)	75
ACTIVIDADES NO PRESENCIALES	
Trabajo en grupo (TG)	30
Trabajo autónomo (TA)	45
Tutorías No Presenciales (TU-NP)	
Evaluación No Presencial (EV-NP)	
Total actividades no presenciales	75
HORAS TOTALES	150

6. ORGANIZACIÓN DOCENTE

CONTENIDOS		TE	PA	PLE	PLO	CL	TU	EV	TG	TA	TU-NP	EV-NP	Semana
1	Fundamentos básicos de la didáctica de las habilidades perceptivo-motrices	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	1
2	Las habilidades perceptivo-motrices dentro del curriculo de la Educación Física en Primaria.	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	1,00	2,00	0,00	0,00	1
3	Aspectos didácticos y metodológicos de la enseñanza-aprendizajes de las habilidades perceptivo-motrices	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,00	5,00	0,00	0,00	1
4	La enseñanza de las Habilidades Perceptivo-motrices	4,00	2,00	0,00	0,00	0,00	2,00	1,00	4,00	6,00	0,00	0,00	1
5	Enseñanza-aprendizaje de las habilidades motrices básicas.	4,00	2,00	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	2,00	4,00	0,00	0,00	1
6	Programación y planificación de la enseñanza-aprendizaje de las habilidades perceptivo-motrices básicas.	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	4,00	0,00	0,00	1
7	Conceptos generales y principios del Acondicionamiento Físico.	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	2,00	6,00	0,00	0,00	1
8	La Resistencia: Concepto, métodos de entrenamiento, aplicación en la escuela y a nivel deportivo.	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	4,00	4,00	0,00	0,00	1
9	La Velocidad: Concepto, evolución, métodos de entrenamiento y su aplicación en la escuela y a nivel deportivo.	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	4,00	4,00	0,00	0,00	1
10	La Fuerza: Concepto, evolución, métodos de entrenamiento y su aplicación en la escuela y a nivel deportivo.	4,00	2,00	0,00	0,00	0,00	1,00	1,00	2,00	3,00	0,00	0,00	1
11	La Flexibilidad: Concepto, métodos de entrenamiento y su aplicación en la escuela y a nivel deportivo.	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	3,00	0,00	0,00	1
12	Evaluación de las Capacidades Físicas Básicas.	3,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	2,00	0,00	0,00	1
TOTAL DE HORAS		39,00	21,00	0,00	0,00	0,00	7,00	8,00	30,00	45,00	0,00	0,00	

Esta organización tiene carácter orientativo.

Ante la situación incierta de que las medidas de distanciamiento social establecidas por las autoridades sanitarias no permitan desarrollar alguna actividad docente de forma presencial en el aula para todos los estudiantes matriculados, se adoptará una modalidad mixta de docencia que combine esta docencia presencial en el aula con docencia a distancia. De la misma manera , la tutorización podrá ser sustituida por tutorización a distancia utilizando medios telemáticos.

TE	Horas de teoría
PA	Horas de prácticas en aula
PLE	Horas de prácticas de laboratorio experimental
PLO	Horas de prácticas de laboratorio en ordenador
CL	Horas de prácticas clínicas
TU	Horas de tutoría
EV	Horas de evaluación
TG	Horas de trabajo en grupo
TA	Horas de trabajo autónomo
TU-NP	Tutorías No Presenciales
EV-NP	Evaluación No Presencial

7. MÉTODOS DE LA EVALUACIÓN

Descripción	Tipología	Eval. Final	Recuper.	%
Examen oficial	Examen escrito	Sí	Sí	40,00

Calif. mínima	5,00
Duración	
Fecha realización	Febrero
Condiciones recuperación	
Observaciones	

Trabajos	Trabajo	No	Sí	30,00

Calif. mínima	5,00
Duración	
Fecha realización	A lo largo del cuatrimestre
Condiciones recuperación	
Observaciones	

Clases prácticas	Otros	No	Sí	30,00

Calif. mínima	5,00
Duración	
Fecha realización	A lo largo del cuatrimestre
Condiciones recuperación	
Observaciones	

TOTAL	100,00

Observaciones

ORTOGRAFÍA:
Entendemos que el alumnado universitario tiene asumidas las capacidades lingüísticas en relación a la expresión oral y escrita. Por tanto, es primordial y obligatorio la corrección ortográfica (ortografía, acentuación y puntuación), gramatical y léxica en los trabajos y exámenes realizados como condición imprescindible para superar la asignatura.

PLAGIO
En lo relativo a la realización fraudulenta (plagio) de las pruebas de evaluación, la calificación se ajustará a lo establecido en el artículo 54.1 del Reglamento de los procesos de evaluación en la Universidad de Cantabria: “La realización fraudulenta de las pruebas o actividades de evaluación supondrá directamente la calificación de suspenso “0” en la asignatura”.

NORMAS DE CITACIÓN
La facultad asume como criterio de citación las normas APA para todos los trabajos académicos . Aunque dichas normas tienen diferentes ediciones, como referencia inicial adjuntamos el link de la BUC esperando que ello sea de ayuda y referencia para su desarrollo: https://web.unican.es/buc/recursos/guias-y-tutoriales/guia?g=28

Criterios de evaluación para estudiantes a tiempo parcial

Al ser esta una asignatura en la que la experiencia práctica y la interacción con los compañeros resultan vitales para un correcto proceso de aprendizaje, los estudiantes de matrícula parcial tienen la obligación de asistir a todas las sesiones prácticas (que representan un 50% aproximado de la presencialidad total de la asignatura), deberán además superar el examen escrito final y realizar el trabajo correspondiente a la parte práctica. En cualquier caso el estudiante deberá acudir a una tutoría con el profesor en las tres primeras semanas del comienzo de la asignatura con el fin de explicar su situación y darse a conocer presencialmente.

8. BIBLIOGRAFÍA Y MATERIALES DIDÁCTICOS

BÁSICA
VICTOR MAZON y otros Programa de E.F,basado en competencias,1,2,3,4,5,Y6º INDE.2011
EDUARDO BRAVO. MANUEL LOPEZ .Programacion anual de E.F.Ed Inde 2010
THOMAS R.BAECHLE .Principios del entrenamiento de fuerza y del acondicionamiento fisicio. Medica panamericana 2007
GARCIA MANSO J.M.NAVARRO,M;RUIZ JA.Bases teoricas del Entrenamiento Deportivo;Principios y aplicaciones Gymnos 1996
GARCIA MANSO J.M.NAVARRO,M;RUIZ J.A Pruebas de valoracion de la capacidad motriz en el deporte;Gymnos 1996
EMILIO J.MARTINEZ LOPEZ ; Pruebas de aptitud fisica ;Paidotribo 2006
SEBASTIANI, E.M, GONZÁLEZ, C; Cualidades Físicas. INDE, 2000.
FRITZ ZINTL Entrenamiento de la resistencia. Martínez Roca 1991
HAHN E Entrenamiento con niños. Martínez Roca 1988
FRÖHNER, G: Esfuerzo físico y entrenamiento en niños y jóvenes. Paidotribo 2003
GROSSER, M: Entrenamiento de la velocidad. Martínez Roca. 1992
GARCÍA MANSO JM et al: La velocidad. Gymnos. 1998
JIMÉNEZ GUTIÉRREZ, A: Nuevas dimensiones en el entrenamiento de la fuerza. INDE, 2008
SHEPHARD RJ Y ASTRAND PO: La resistencia en el deporte. Paidotribo, 2000
ALTER, MJ: Los estiramientos. Paidotribo, 1990

Complementaria
SAFRIT M, WOOD TM: Measurement concepts in Physical Education and exercise science. Human Kinetics, 1989
MONTOYE HJ et al: Measuring Physical Activity and Energy Expenditure. Human Kinetics, 1996
KNUDSON DV, MORRISON CS: Qualitative Analysis of Human Movement. Human Kinetics, 1997
GEORGE, JD et al: Test y pruebas físicas. Paidotribo, 1996
CONTRERAS, OR, SÁNCHEZ LJ: La detección temprana de talentos. UCLM, 1998
PIASENTA, J: Aprender a observar. INDE, 2000
MARTÍNEZ LÓPEZ, EJ: La evaluación informatizada en la educación física. Paidotribo, 2001
WILMORE, JH, COSTILL DL: Training for sport and activity. Human Kinetics, 1993
SPARROW WA: Energetics of human activity. Human Kinetics, 2000
BLAZQUEZ D: Iniciación a los deportes de equipo. Martínez Roca, 1986
RUIZ PÉREZ LM: Deporte y aprendizaje. Aprendizaje Visor, 1994
BATALLA A. Habilidades motrices INDE.2000
CAPLLONCH BUJOSA M. Unidades didacticaspara primaria III. Habilidades y destrezas basicas.INDE 1994
DIAZ LUCEA . La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices basicas .INDE 1999
TUDOR O.BOMPA; Periodización :teoria y metodologia del entrenamiento. Hispano Europea 2003
BOHUMIL y ZDENEK TEPLY;1500 ejercicios de condicion fisica:fuerza, flexibilidad ,equilibrio,coordinacion;Hispano Europea 1995
CARLOS PEREZ GARCIA; Fundamentos Teoricos de las capacidades fisicas ;Vision Net 2009
VELNDRINO NICOLÁS, A.P; Las Habilidades motrices básicas en Primaria. INDE. 2006

9. SOFTWARE

PROGRAMA / APLICACIÓN	CENTRO	PLANTA	SALA	HORARIO

10. COMPETENCIAS LINGÜÍSTICAS

☐ Comprensión escrita ☐ Comprensión oral
☐ Expresión escrita ☐ Expresión oral
☐ Asignatura íntegramente desarrollada en inglés

Observaciones
N/D