Facultad de Educación

GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA

G515 - Educación Física: Habilidades Motrices y Acondicionamiento Físico

Doble Grado en Magisterio en Educación Infantil y en Educación Primaria
Optativa. Curso 4

Grado en Magisterio en Educación Infantil
Optativa. Curso 4

Grado en Magisterio en Educación Primaria
Optativa. Curso 4

Curso Académico 2023-2024

1. DATOS IDENTIFICATIVOS

Título/s	Doble Grado en Magisterio en Educación Infantil y 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	CARLOS COBO CORRALES
E-mail	carlos.cobo@unican.es
Número despacho	Edificio Interfacultativo. Planta: + 2. DESPACHO (214)
Otros profesores	

2. CONOCIMIENTOS PREVIOS

3. COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ESPECÍFICAS DEL PLAN DE ESTUDIOS TRABAJADAS
Competencias Genéricas
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.
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.
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.

Competencias Básicas
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.

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 planificaciones 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 y 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 Educación Primaria.
Conocer los aspectos más 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.
Adquirir los conocimientos específicos sobre las capacidades físicas, sistemas de entrenamiento de cada una de ellas y su aplicación en Educación Primaria.
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 didácticos y metodológicos de las habilidades perceptivo-motrices y habilidades motrices básicas.	12,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	7,00	0,00	0,00	1
2	Las habilidades perceptivo-motrices y las habilidades motrices básicas dentro del currículo de Educación Infantil y Educación Primaria.	3,00	1,00	0,00	0,00	0,00	3,00	2,00	5,00	8,00	0,00	0,00	1
3	Programación y planificación de la enseñanza-aprendizaje de las habilidades perceptivo-motrices y motrices básicas.	5,00	4,00	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00	4,00	8,00	0,00	0,00	1
4	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
5	La Resistencia: Concepto, evolución, 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
6	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
7	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
8	La Flexibilidad: 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	0,00	1,00	2,00	3,00	0,00	0,00	1
9	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.

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	Final cuatrimestre
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

ACLARACIONES:
Los alumnos deberán asistir obligatoriamente al menos al 100% de las sesiones prácticas (aproximadamente un 50% de la totalidad de las clases) para poder ser calificados en la evaluación continua. En dicha evaluación se contaran las clases prácticas, los trabajos y el examen, debiendo aprobar cada una de las partes. Será necesario superar con 5,00 puntos cada una de las partes de la evaluación para poder tener una calificación favorable en la asignatura.

Si un estudiante no obtuviese la calificación mínima requerida para la superación de una prueba de evaluación, la calificación global de la asignatura será el menor valor entre 4,9 y la media ponderada de todas las pruebas de evaluación.

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 32 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 en la convocatoria correspondiente, invalidando con ello cualquier calificación obtenida en todas las actividades de evaluación de cara a la convocatoria extraordinaria'.

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 que quieran acogerse a la evaluación única tienen la obligación de superar el criterio de clases prácticas (asistencia y participación activa) que representa un 50% aproximado de la presencialidad total de la asignatura. Además, deberán superar el examen oficial y realizar el trabajo correspondiente a la parte práctica.
Aquellos que acudan a clase podrán acogerse a la misma evaluación que todos los estudiantes.
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
Alter, M. J. (2004). Los estiramientos: bases científicas y desarrollo de ejercicios. Barcelona: Paidotribo.
Baechle, T. R. (2016). Principios del entrenamiento de la fuerza y del acondicionamiento físico. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
Cometti, G. (2002). El entrenamiento de la velocidad. Barcelona: Paidotribo.
Fröhner, G. (2003). Esfuerzo físico y entrenamiento en niños y jóvenes. Barcelona: Paidotribo.
García Manso, J. M. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo: principios y aplicaciones. Madrid: Gymnos.
García Manso, J. M. (1998). La velocidad: la mejora del rendimiento en los deportes de velocidad. Madrid: Gymnos.
García-Verdugo Delmas, M. (1997). Entrenamiento de la resistencia de los corredores de medio fondo y fondo. Madrid: Gymnos.
García-Verdugo Delmas, M. (2007). Resistencia y entrenamiento: una metodología práctica. Badalona: Paidotribo. González Badillo, J. J., & Ribas Serna, J. (2018). Bases de la programación del entrenamiento de fuerza. Barcelona: INDE.
González Ravé, J. M., Pablos Abella, C., & Navarro Valdivielso, F. (2014). Entrenamiento deportivo. Teoría y prácticas. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
Jiménez Gutiérrez, A. (2008). Nuevas dimensiones en el entrenamiento de la fuerza: aplicación de nuevos métodos, recursos y tecnologías. Barcelona: INDE.
Martínez López, E. J. (2006). Pruebas de aptitud física. Badalona: Paidotribo.
Sebastiani Obrador, E. M., & Gonzalez Barragán, C. (2000). Cualidades físicas Barcelona: INDE.
Shephard, R. J., & Astrand, P.-O. (2000). La resistencia en el deporte. Barcelona: Paidotribo.
Vasconcelos Raposo, A. (2005). La fuerza. Entrenamiento para jóvenes. Barcelona: Paidotribo.

Complementaria
Batalla, A. (2000). Habilidades motrices. Barcelona: INDE.
Batalla, A. (2011). Criterios para la optimización del aprendizaje de las habilidades motrices. Tándem: Didáctica de la educación física, (37), 57-63.
Blázquez Sánchez, D. (1986). Iniciación a los deportes de equipo. Barcelona: Martínez Roca.
Bompa, T. O. (2013). Periodización: teoría y metodología del entrenamiento. Barcelona: Hispano Europea.
Capllonch Bujosa, M. (1994). Unidades didácticas para primaria III: habilidades y destrezas básicas. Barcelona: INDE.
Díaz Lucea, J. (1999). La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Barcelona: INDE.
George, J. D., Fisher, A. G., & Vehrs, P. R. (2007). Test y pruebas físicas. Barcelona: Paidotribo.
Knudson, D. V. (2013). Qualitative diagnosis of human movement: improving performance in sport and exercise. Champaign: Human Kinetics.
Kos, B. (1995). 1500 ejercicios de condición física: fuerza, flexibilidad, equilibrio, coordinación. Barcelona: Hispano Europea.
Martínez López, E. J. (2001). La evaluación informatizada en la Educación Física de la E.S.O. Barcelona: Paidotribo.
Peral García, C. (2009). Fundamentos teóricos de las capacidades físicas. Madrid: Visión Libros.
Piasenta, J. (2000). Aprender a observar: formación para la observación del comportamiento del deportista. Barcelona: INDE.
Ruiz Pérez, L. M. (1994). Deporte y aprendizaje: procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Madrid: Visor.
Ureña Villanueva, F., Ureña Ortín, N., Alarcón López, F., & Velandrino Nicolás, A. P. (2006). Las habilidades motrices básicas en Primaria: diseño de un programa de intervención. Barcelona: INDE.

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