

## PLAN DOCENTE DE LA ASIGNATURA

Curso académico: 2024/2025

Identificación y características de la asignatura			
Código	501655 (FEYP) 501702 (FFP) 502953 (FFP-B) 502061 (CUSA)	Créditos ECTS	6
Denominación (español)	Motricidad, actividad física y salud		
Denominación (inglés)	Mobility, Physical Education and Health		
Titulaciones	Grado en Educación Primaria		
Centros	Facultad de Educación y Psicología (Badajoz) Facultad de Formación del Profesorado (Cáceres) Centro Universitario Santa Ana (Almendralejo)		
Semestre	7º	Carácter	Optativo
Módulo	Itinerario de Intensificación		
Materia	Itinerario de Intensificación de Educación Física		
Profesor/es			
Nombre	Despacho	Correo-e	Página web
CENTRO UNIVERSITARIO SANTA ANA			
Rosario Pérez Alonso	E	<a href="mailto:rosariopa@unex.es">rosariopa@unex.es</a>	<a href="https://www.universidadsantana.com/el-centro/docentes">https://www.universidadsantana.com/el-centro/docentes</a>
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y PSICOLOGÍA			
Ruperto Menayo Antúnez	0.2	<a href="mailto:rupe@unex.es">rupe@unex.es</a>	<a href="https://www.unex.es/conoce-la-unex/centros/educacion/centro/profesores">https://www.unex.es/conoce-la-unex/centros/educacion/centro/profesores</a>
FACULTAD DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO			
Pedro A. Sánchez Miguel	0.3.G	<a href="mailto:pesanchem@unex.es">pesanchem@unex.es</a>	<a href="http://profesorado.centros.unex.es">http://profesorado.centros.unex.es</a>
Área de conocimiento	Didáctica de la Expresión Corporal		
Departamento	Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal		
Profesor coordinador intercentros	Pedro Antonio Sánchez Miguel (FFP)		

Competencias
CB1 - 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 que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.
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 estudio.
CB3 - 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.
CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía
CT1 - Saber transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
CT2 - Saber aplicar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
CT3 - Adquirir y manifestar un compromiso ético en su configuración como profesional, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos.
CG1: 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.
CG2: Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
CG4: Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.
CG11: Conocer y aplicar en las aulas las tecnologías de la información y de la comunicación. Discernir selectivamente la información audiovisual que contribuya a los aprendizajes, a la formación cívica y a la riqueza cultural.
CE74.- Conocer los contenidos de la Educación física en Primaria y las estrategias metodológicas necesarias para poder enseñarlos al alumnado de esta etapa, conforme a las orientaciones didácticas reflejadas en la ley educativa.
CE75.- Diseñar, desarrollar y evaluar cualquier aspecto del currículo de Educación física en Primaria adaptándolo a las circunstancias de cada contexto.
CE76.- Valorar el papel del docente en Educación física como parte de un equipo educativo responsable de que el alumnado del centro escolar alcance los objetivos de la Etapa de Primaria.

Contenidos
<b>Breve descripción del contenido</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La motricidad en la edad escolar: el cuerpo como eje para la resolución de problemas en el ámbito motor.</li> <li>▪ La actividad física y del deporte como recurso para la ocupación del tiempo de ocio y la adquisición de hábitos de práctica saludable.</li> <li>▪ Beneficios de la actividad física y gestión del deporte para el fomento de valores socialmente reconocidos en la edad escolar. Actividad física en el entorno natural.</li> <li>▪ Utilización de las tecnologías de la información y de la comunicación para el diseño de materiales curriculares.</li> </ul>

<b>Temario de la asignatura</b>
<p><b>TEMA 1. APROXIMACIONES CONCEPTUALES AL CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA SALUD.</b></p> <p>Contenidos del tema 1:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Concepto de salud.</li> <li>1.2. Actividad física orientada a la salud en Educación Primaria.</li> <li>1.3. La promoción de los estilos de vida saludables.</li> </ol> <p>Descripción de las actividades prácticas del tema 1: diseño de planes de actividad física saludables.</p>
<p><b>TEMA 2. IMPORTANCIA DE LA MOTRICIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA.</b></p> <p>Contenidos del tema 2:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Aprendizaje y desarrollo motor en Educación Física.</li> <li>2.2. La competencia motriz y la condición física saludable: habilidades motrices y capacidades físicas básicas.</li> <li>2.3. La valoración de la competencia motriz.</li> </ol> <p>Descripción de las actividades prácticas del tema 2: identificación de los contenidos relacionados con la motricidad en el currículum. Diseño y análisis de tareas para promocionar una condición física saludable. Reconocimiento y análisis de las capacidades físicas y de las habilidades motrices básicas. Diseño, análisis y práctica de tareas motrices para mejorar la competencia motriz.</p>
<p><b>TEMA 3. REPERCUSIONES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA SALUD Y EN LA CALIDAD DE VIDA.</b></p> <p>Contenidos del tema 3:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Repercusiones fisiológicas. Principios del entrenamiento.</li> <li>3.2. Repercusiones psicológicas.</li> <li>3.3. Repercusiones sociales.</li> <li>3.4. Repercusiones inmunológicas y preventivas.</li> <li>3.5. Repercusiones terapéuticas.</li> <li>3.6. Contraindicaciones.</li> </ol> <p>Descripción de las actividades prácticas del tema 3: identificación de los principios del entrenamiento en la práctica de actividades físico-deportivas y su implicación en la salud. Reconocimiento y análisis de las capacidades físicas en las tareas motrices. Diseño, análisis y práctica de tareas motrices para la mejorara de la condición física.</p>
<p><b>TEMA 4. HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA.</b></p> <p>Contenidos del tema 4:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4.1. Prevención.</li> <li>4.2. Hábitos de higiene y alimentación.</li> <li>4.3. Educación postural.</li> </ol> <p>Descripción de las actividades prácticas del tema 4: análisis y detección temprana de hábitos posturales poco saludables.</p>

**TEMA 5. SOPORTE VITAL BÁSICO Y PRIMEROS AUXILIOS.**

Contenidos del tema 5:

- 5.1. Introducción.
- 5.2. Valoración primaria. RCP. Maniobra de Heimlich.
- 5.3. Valoración secundaria y primeros auxilios.

Descripción de las actividades prácticas del tema 5: vivenciar y practicar maniobras de reanimación básica. Vivenciar técnicas de desinfección, vendaje e inmovilización de miembros.

**TEMA 6. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ETAPA DE PRIMARIA.**

Contenidos del tema 6:

- 6.1. Aproximación conceptual.
- 6.2. Discapacidad. Concepto y clasificación dentro de la E.F. escolar.
- 6.3. Adaptaciones en EF en primaria.

Descripción de las actividades prácticas del tema 6: diseño y práctica de adaptaciones en la actividad física para alumnos y alumnas con necesidades específicas de apoyo educativo.

**Actividades formativas**

Horas de trabajo del alumno por tema		Horas teóricas	Actividades prácticas				Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total	GG	CH	L	O	S	TP	EP
1	24,5	7				2,5		15
2	24,5	7				2,5		15
3	24,5	7				2,5		15
4	24,5	7				2,5		15
5	24,5	7				2,5		15
6	24,5	7				2,5		15
<b>Evaluación 1**</b>	3	3						
<b>TOTAL ECTS</b>	150	45				15		90

GG: Grupo Grande (85 estudiantes).

CH: prácticas clínicas hospitalarias (7 estudiantes)

L: prácticas laboratorio o campo (15 estudiantes)

O: prácticas sala ordenador o laboratorio de idiomas (20 estudiantes)

S: clases problemas o seminarios o casos prácticos (40 estudiantes).

TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS).

EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.

**Metodologías docentes\***

1. Diseño de proyectos. Esta actividad tiene como objetivo orientar y coordinar distintos aspectos del proyecto (delimitación del objeto del trabajo, selección bibliográfica, estructura, etc.), de forma autónoma, individualmente o en pequeños grupos.
2. Orientación, toma de decisiones y resolución de dudas planteadas por el alumno. Seguimiento del trabajo no presencial del alumno. Seguimiento de trabajos individuales o en pequeños grupos. Consulta y asesoría individual o en grupo.
3. Debates y discusión sobre temas de actualidad relacionados con la materia.
4. Visionado de materiales audiovisuales (documentales, películas, etc.).

5. Exposición de los trabajos realizados de forma autónoma. Esta actividad está programada para que los alumnos expongan y presenten los trabajos y los materiales elaborados.
6. Búsqueda y consulta de material bibliográfico para realización de proyectos.
7. Realización de trabajos monográficos y proyectos (protocolos de evaluación e intervención, adaptaciones de material, etc.).
8. Análisis de textos, materiales audiovisuales y datos sociológicos.
9. Discusión y debate. La exposición verbal se combina con actividades de discusión y con cuestiones a responder por parte de los alumnos con objeto de que puedan construir nuevos conceptos a partir de conceptos conocidos (relacionados con otras asignaturas ya cursadas o con otros temas del programa con los que existan importantes interrelaciones).
10. Redacción de un trabajo de investigación educativa.
11. Lectura comentada de materiales bibliográficos.
12. Análisis de casos y resolución de problemas. Presentación de diferentes casos por especialistas y profesionales; visionado de situaciones reales, documentales científicos y técnicos y exposición de recursos; análisis de las mismas. Estas actividades van dirigidas a introducir nociones teóricas y a aplicar competencias de las materias incluidas a partir de supuestos prácticos.
13. Experiencias y aplicaciones prácticas. Dirigidas a la simulación y práctica de las estrategias y técnicas presentadas por los especialistas y profesionales (presentación de informes psicopedagógicos, adaptaciones curriculares de distintos tipos, análisis de contextos sociales), discusión y análisis de documentales científico-técnicos.
14. Exposición verbal. Enseñanza directiva. Clases en grupo dirigidas a la exposición de los diferentes conceptos y procedimientos asociados a la materia con el apoyo de materiales bibliográficos y audiovisuales.
15. Realización de exámenes. Esta actividad tiene la finalidad de evaluar los resultados del aprendizaje de los alumnos en relación con los objetivos o competencias que se planteen en el plan docente de las asignaturas que conformen una materia.

### **Resultados de aprendizaje**

1. Adquisición y dominio de los contenidos teóricos y prácticos, demostrándose capacidad de análisis crítico.
2. Capacidad de análisis y síntesis, de toma de decisiones y resolución de problemas, así como de organización y planificación de las enseñanzas y de adaptación a diferentes situaciones de aula.
3. Claridad expositiva durante las exposiciones orales de los trabajos monográficos.
4. Asistencia con regularidad a las clases, seminarios y sesiones de tutoría con actitud de participación, esfuerzo e implicación.

### **Sistemas de evaluación**

La elección entre el sistema de evaluación continua o el sistema de evaluación con una única prueba final de carácter global corresponde al estudiante, que realizará la elección por escrito, el primer cuarto de impartición de la asignatura (Normativa de evaluación, publicada en DOE n. 212 de 26 de octubre de 2020).

El profesorado gestionará estas solicitudes, a través de un espacio específico creado para ello en el Campus Virtual

*Modalidad de Evaluación Continua:*

1. Prueba objetiva y/o de desarrollo (50%).
2. Portafolios, observación de la implicación y participación del alumno/a en seminarios y participación en las tutorías; elaboración de diarios y otros documentos escritos; defensa de los diferentes trabajos; exposición de tareas y actividades; calidad técnica de los documentos escritos, entre otros (50%).
3. Para superar la asignatura es necesario aprobar (calificación no inferior a 5) todas las partes (tanto en los trabajos diarios, documentos escritos, exposiciones orales, etc., como en la prueba final).

*Modalidad de Evaluación final global:*

4. Se realizará una prueba final que consistirá en una prueba de preguntas abiertas u otro tipo de prueba de carácter análogo sobre contenidos teórico-prácticos de la asignatura para aquellos alumnos que opten por esta modalidad de evaluación. Para la elección de la modalidad global se establecerá un período máximo de 3 semanas, una vez haya iniciado el curso académico.

Se aplicará el sistema de calificaciones vigente en cada momento; actualmente, el que aparece en el RD 1125/2003, artículo 5º. Los resultados obtenidos por el alumno en cada una de las materias del plan de estudios se calificarán en función de la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que podrá añadirse su correspondiente calificación cualitativa: 0 - 4,9: Suspenso (SS), 5,0 - 6,9: Aprobado (AP), 7,0 - 8,9: Notable (NT), 9,0 -10: Sobresaliente (SB). La mención de Matrícula de Honor podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0. Su número no podrá exceder del 5 % de los alumnos matriculados en una asignatura en el correspondiente curso académico, salvo que el número de alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola Matrícula de Honor.

**Bibliografía (básica y complementaria)**

***Bibliografía básica:***

- Álvarez, R. (2005): Educación para la salud. Madrid: Díaz Santos.
- Castañer, M. y Camerino, O. (2022). Enfoque dinámico e integrado de la motricidad (EDIM): de la teoría la práctica. Universidad de Lleida.
- De la Piñera, S. y Trigo, E. (2000). Manifestaciones de la motricidad. Inde Publicaciones.
- Gavidia, V. (2002): La Escuela promotora de salud. *Didáctica de la Ciencias Experimentales y Sociales*, 16, 83-97.
- Mataix Verdú, J. (2009). Nutrición y alimentación humana. Ergón.
- Mataix Verdú, J. y Carazo Martín, E. (1995). Nutrición para Educadores. Díaz de Santos.
- Perea Quesada, R. (2005). Educación para la salud (Reto de nuestro tiempo). Díaz de Santos.
- Ruiz-Pérez, L.M. (2021). Educación Física y baja competencia motriz. Ediciones Morata.

***Bibliografía complementaria:***

- AUPEX (2004). Guía Metodológica de Educación para la Salud. Asociación Regional de Universidades Populares de Extremadura.
- Aranceta J y Gil A. (2009). Alimentos funcionales y salud en las etapas infantil y juvenil. Editorial Médica Panamericana.
- Calvo Bruzos, S. (1992). Educación para la Salud en la escuela. Díaz de Santos
- Casimiro, A.J., Delgado, M. y Águila, C. (eds.) (2014). Actividad física, educación y salud. Universidad de Almería.
- Cerro-Herrero, D., Vaquero-Solis, M., Tapia-Serrano, M. Á., Sánchez-Miguel, P. A., & Prieto-Prieto, J. (2021). Difficulty measuring the mode, time and distance of commute in children to extracurricular activities. DESACEX questionnaire validation. Retos, 39, 598–603. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.79543>
- Comelles, J.M. y Martínez, A. (1993). Enfermedad, cultura y sociedad. Eudema.
- Costa, M. y López, E. (2000). Educación para la Salud. Una estrategia para cambiar los estilos de vida. Pirámide.
- Costa, M. y López, E. (2008). Educación para la salud: guía práctica para promover estilos de vida saludables. Pirámide.
- Delgado, M. y Tercedor, P. (2002). Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física. INDE.
- García, A.; Sáez, J. y Escarbajal, A. (2000): Educación para la Salud. La apuesta por la calidad de vida. Arán.
- Henriques-Neto, D., Peralta, M., Garradas, S., Pelegrini, A., Pinto, A. A., Sánchez-Miguel, P. A., & Marques, A. (2020). Active commuting and physical fitness: A systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph17082721>
- Juárez, F. (2001): Educar en el aula: actividades para trabajar en educación para la salud. Eneida.
- Nieda, J. (1992). Transversales. Educación para la Salud. Educación Sexual. Ministerio de Educación y Ciencia.
- OMS (1999). Salud 21. Salud para todos en el siglo XXI. Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Párraga, J.A., Latorre, P.A., Moreno del Castillo, R. y García Pinillos, F. (2017). Motricidad y salud en Educación Infantil. Ediciones Pirámide. Madrid.
- Perea Quesada, R. (2004): Guía Didáctica de Educación para la Salud. UNED.
- Piedrola Gil. (2009). Medicina preventiva y salud pública. Masson.
- Pino Juste, M. (2001): La educación para la salud. Marco teórico y diseño curricular. Tórculo Artes Gráficas.
- Rodríguez-García. P.L. (2006). Educación física y salud en primaria: hacia una educación corporal significativa y autónoma. Inde.
- Rochón, A. (1991). Educación para la salud. Guía práctica para realizar un proyecto. Masson.
- Serrano, M.I. (1997). La Educación para la Salud del Siglo XXI. Díaz de Santos.
- Tapia-Serrano, M. A., García-Hermoso, A., Sevil-Serrano, J., Sánchez-Oliva, D., & Sánchez-Miguel, P. A. (2022). Is adherence to 24-Hour Movement Guidelines



associated with a higher academic achievement among adolescent males and females? *Journal of Science and Medicine in Sport*, 25(2), 155–161. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2021.09.005>

Tejada, J., Nuviala, A. y Díaz, M. (Eds.) (2001). *Actividad física y salud*. Universidad de Huelva.

### **Referencias normativas:**

Decreto 107/2022, de 28 de julio, por el que se establecen la ordenación y el currículo de la Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Decreto 14/2022, de 18 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

ORDEN de 9 de diciembre de 2022 por la que se regula la evaluación del alumnado en la Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Extremadura.

ORDEN de 15 de septiembre de 2006, de las Consejerías de Educación y de Sanidad y Consumo, por la que se crea la "Red Extremeña de Escuelas Promotoras de Salud" y se regula la convocatoria para la incorporación a la misma de los centros educativos públicos de la enseñanza no universitaria de Extremadura.

Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional.

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

### **Redes sociales de interés:**

@edufisaludable @lamagiadelaef @dhortiguela1 @pesanchezmiguel @DavidCerroHerre  
@EFisicaIntegral @Angel\_P\_Pueyo @mendezantonio97 @elpatiodeoscar  
@SixtoGonzalezV @noesgim @robertoTGfU @Cv7Jorge @rupe\_r\_menayo



### Otros recursos y materiales docentes complementarios

Se proporcionará todo el material audiovisual utilizado en clase como objeto de debate. Se proporcionará, a modo de anexos, documentación y herramientas para el desarrollo profesional del alumno/a.

### Horario de tutorías

*Tutorías de libre acceso:* véase la información publicada en la web de la UEX:

Facultad de Educación y Psicología:

<http://www.unex.es/conoce-la-uex/estructura-academica/centros/educacion/centro/profesores>

Facultad de Formación del Profesorado:

<http://www.unex.es/conoce-la-uex/estructura-academica/centros/profesorado/centro/profesores>

Centro Universitario "Santa Ana": se asignará hora tras solicitarlo en [rosariopa@unex.es](mailto:rosariopa@unex.es)

### Recomendaciones

Se recomienda la participación activa en clase y el trabajo durante todo el desarrollo de la asignatura.

Asistir a las clases prácticas con ropa cómoda (deportiva) que facilite la práctica de actividad física y sea adecuada para garantizar la seguridad del alumnado.