

## GUÍA DOCENTE 2023-2024

### DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

|   |  |
|---|--|
| <b>ASIGNATURA:</b>                      | Fundamentos de la Actividad Física y la Motricidad Humana                        |
| <b>PLAN DE ESTUDIOS:</b>                | Grado en Educación Primaria  |
| <b>FACULTAD:</b>                        | Ciencias Sociales y Humanidades  |
| <b>CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:</b>       | Optativa   |
| <b>ECTS:</b>                            | 6  |
| <b>CURSO:</b>                           | Tercero  |
| <b>SEMESTRE:</b>                        | Primero  |
| <b>IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:</b>        | Castellano   |
| <b>PROFESORADO:</b>                     | Dra. Susana Pulgar Muñoz   |
| <b>DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:</b> | <a href="mailto:Susana.pulgar@uneatlantico.es">Susana.pulgar@uneatlantico.es</a> |

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

|  |
|--|
| <b>REQUISITOS PREVIOS:</b>   |
| No aplica  |
| <b>CONTENIDOS:</b>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● Tema 1. Conceptos básicos relacionados con la actividad física.             <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1.1. Actividad física.</li> <li>● 1.2. Ejercicio físico.</li> <li>● 1.4. Condición física.</li> <li>● 1.5. Acondicionamiento físico y entrenamiento físico-deportivo.</li> <li>● 1.6. Fitness y Wellness.</li> <li>● 1.7. La recreación física.</li> <li>● 1.8. El Deporte.</li> </ul> </li> <li>● Tema 2. La Educación Física.             <ul style="list-style-type: none"> <li>● 2.1. Concepto de educación física.</li> <li>● 2.2. Evolución del término educación física.</li> </ul> </li> </ul> |

- 2.3. Concepto contemporáneo de educación física.
- 2.4. Ámbitos de la educación física.
- 2.5. Funciones que cumple la educación física.
- 2.6. Fines de la educación física.
- 2.7. Los objetivos de la educación física.
- 2.8. Los contenidos de la educación física.
- 2.9. Paradigmas de la educación física.
  
- Tema 3. Etapas del desarrollo motor.
  - 3.1. Conceptos desarrollados en el desarrollo motor.
  - 3.2. Desarrollo madurativo según Gallahue.
  - 3.3. Fases dentro del modelo teórico según Gallahue.
  - 3.4. Desarrollo motor en las etapas del ciclo vital.
  
- Tema 4. El aprendizaje y desarrollo de las habilidades motrices.
  - 4.1. Definición conceptual de las habilidades motrices.
  - 4.2. Evolución del concepto habilidades motrices básicas.
  - 4.3. Relación entre habilidades motrices básicas y específicas.
  - 4.4. Patrón maduro y patrón motor evolutivo.
  - 4.5. Clasificación de las habilidades motrices básicas.
  - 4.6. Principales habilidades motrices básicas.
  
- Tema 5. Fases de habilidades especializadas.
  - 5.1. La técnica deportiva.
  - 5.2. La táctica deportiva.
  - 5.3. La estrategia deportiva.
  - 5.4. relación entre táctica y estrategia.
  
- Tema 6. Las capacidades perceptivo-motrices.
  - 6.1. El esquema corporal.
  - 6.2. la lateralidad
  - 6.3. La especialidad.
  - 6.4. La temporalidad.
  
- Tema 7. Funciones perceptivo-coordinativas.
  - 7.1. Componentes y factores de la condición física y la condición físico-motora.
  - 7.2. Concepto de coordinación motriz.
  - 7.3. Clasificación de coordinación motriz.
  - 7.4. Actividades de desarrollo de la coordinación motriz.
  - 7.5. Factores de la coordinación motriz. Las capacidades coordinativas.
  - 7.6. Factores que afectan al grado de complejidad de la coordinación motriz.
  - 7.7. Desarrollo y fases sensibles de la coordinación motriz.

- Tema 8. Procesamiento de la información.
  - 9.1. Control del movimiento: concepto, teoría y modelos.
  - 9.2. El mecanismo perceptivo.
  - 9.3. El mecanismo de decisión.
  - 9.4. El mecanismo de ejecución.
  
- Tema 9. Control de la información.
  - 10..1. La información en la acción deportiva.
  - 10.2. Tipos de administración de la información.
  - 10.3. Feedback en función del momento en que se aporte la información.
  - 10.4. Feedback en función del la frecuencia con la que se administre la información.
  - 10.5. Feedback en función del formato de la información.
  - 10.6. Feedback en función del contenido de la información.
  - 10.7. El conocimiento de los resultados.
  - 10.8. El conocimiento de la ejecución.
  
- Tema 10. El proceso de enseñanza-aprendizaje.
  - 11.1. Aspectos generales del proceso de enseñanza-aprendizaje motor.
  - 11.2. Aspectos específicos al proceso de enseñanza-aprendizaje motor.
  
- Tema 11. Las tareas motrices.
  - 12.1. Concepto, objetivo y características de las tareas motrices.
  - 12.2. Clasificaciones de las tareas motrices.
  - 12.3. Características y criterios para su programación.
  - 12.4. Criterios pedagógicos a la hora de elegir y presentar las tareas.

## COMPETENCIAS

### COMPETENCIAS GENERALES:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CG3 Abordar con eficacia situaciones de aprendizaje de lenguas en contextos multiculturales y plurilingües. Fomentar la lectura y el comentario críticos de los textos de los diversos dominios científicos y culturales contenidos en el currículo escolar.
- CB5 Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
- CG10 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.

#### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Que los estudiantes sean capaces de:

- Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela.
- Incorporar las habilidades motrices, la expresión corporal, el condicionamiento físico, el juego y las actividades deportivas como contenido de la Educación Física escolar y secuenciarlas a lo largo de la enseñanza primaria.
- Saber emplear los conocimientos básicos y de los recursos didácticos en la potenciación del juego y el deporte, y aprovecharlos en el desarrollo curricular del Área de Educación Física en la etapa primaria.
- Analizar los fundamentos, mecanismos y efectos de la actividad física como elemento generador de salud, calidad de vida y bienestar físico y psicosocial.

#### COMPETENCIAS PROPIAS DE LA ASIGNATURA

Que los alumnos sean capaces de:

- Saber y comprender los procesos psicológicos del control y aprendizaje motor.
- Diferenciar las distintas fases y aspectos en el aprendizaje de la tarea motriz.
- Diseñar y analizar situaciones de aprendizaje de la tarea motriz a lo largo del ciclo vital, estableciendo una secuenciación adecuada.

#### RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

En relación con las competencias CG3 y CB5:

- Ser capaz de especificar unos objetivos de aprendizaje propios y coherentes respecto a las asignaturas que integran esta materia.
- Aprender la técnica, las normas y las estrategias de juego de diferentes deportes: convencionales, alternativos y en el medio natural.
- Incorporar las habilidades motrices, la expresión corporal, el condicionamiento físico, el juego y las actividades deportivas como contenido de la educación física escolar y secuenciarlas a lo largo de la enseñanza en primaria.
- Autoevaluarse y co-evaluar el propio trabajo y el de los demás en relación con las tareas y el rendimiento académico en el marco de esta materia.
- Aprender de forma estratégica, autónoma y de forma continuada a lo largo de los estudios de Educación Primaria.

En relación con la competencia CG10:

- Diseñar un plan de actuación para organizar y planificar adecuadamente las tareas que se deban desarrollar en el marco de esta materia.
- Ajustar de forma clara la realización de las tareas a las instrucciones que se proporcionan y a los tiempos que se dan para su resolución.

Respecto a las competencias propias de la materia:

- Saber y comprender los procesos psicológicos del control y aprendizaje motor.
- Diferenciar las distintas fases y aspectos en el aprendizaje de la tarea motriz.
- Diseñar y analizar situaciones de aprendizaje de la tarea motriz a lo largo del ciclo vital, estableciendo una secuenciación adecuada.

## METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

### METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método expositivo
- Estudio y análisis de casos
- Resolución de ejercicios
- Aprendizaje cooperativo/trabajo en grupo
- Trabajo autónomo

### ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

| Actividades formativas           |                                  | Horas |
|----------------------------------|----------------------------------|-------|
| <b>Actividades dirigidas</b>     | Clases expositivas               | 15    |
|                                  | Clases prácticas                 | 10    |
|                                  | Seminarios y talleres            | 20    |
| <b>Actividades supervisadas</b>  | Supervisión de actividades       | 4     |
|                                  | Tutorías (individual / en grupo) | 7     |
| <b>Actividades autónomas</b>     | Preparación de clases            | 15    |
|                                  | Estudio personal y lecturas      | 30    |
|                                  | Elaboración de trabajos          | 30    |
|                                  | Trabajo en campus virtual        | 15    |
| <b>Actividades de evaluación</b> | Actividades de evaluación        | 4     |

El primer día de clase, la profesora proporcionará información más detallada al respecto.

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

### CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

| Actividades de evaluación |   | Ponderación |
|---------------------------|---|-------------|
| Evaluación continua       | Exámenes parciales                                  | 25%         |
|                           | Trabajo en grupo                                    | 20%         |
|                           | Interés y participación del alumno en la asignatura | 5%          |
| Evaluación final          | Examen teórico-práctico final                       | 50%         |

La calificación del instrumento de la evaluación final (tanto de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria, según corresponda) **no podrá ser inferior, en ningún caso, a 4,0 puntos** (escala 0 a 10) para aprobar la asignatura y consecuentemente poder realizar el cálculo de porcentajes en la calificación final.

### CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

La convocatoria extraordinaria tendrá lugar durante el mes de julio (consúltese el calendario académico fijado por la universidad). Esta consistirá en la realización de una prueba teórico práctica con un valor del 50 % de la nota final de la asignatura. El resto de la nota se complementará con la calificación obtenida en la evaluación continua de la convocatoria ordinaria.

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- Casamichana, D. (2014). *Fundamentos de la Actividad Física y la Motricidad Humana*. Material didáctico propio de la institución.

### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Alvarez Bedolla, A. (2003). Estrategia, táctica y técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos. *Lecturas: Educación Física y deportes* (60), 7.
- Baena, A. C. M., Chillón, P., Martín-Matillas, M., López, I. P., Castillo, R., Zapatera, B., ... Cerezo, C. R. (2012). Motivos de abandono y no práctica de actividad físicodeportiva. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(1).

- Ballesteros Arribas, J. M., Dal-Re Saavedra, M., Pérez-Farinós, N., & Villar Villalba, C. (2007). La estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad: estrategia NAOS. *Revista Española de Salud Pública*, 81, 443– 449.
- Castañer, M., & Camerino, O. (1991). La educación física en la enseñanza primaria. Inde.
- Castejón Oliva, F. J. (2010). La toma de decisiones en expertos y Noveles: Diferencias y consideraciones prácticas. In V. López & J. Sargatal (Eds.), *La táctica deportiva y la toma de decisiones* (pp. 69–88). *diversitas* 66.
- Espar, F. (1998). El concepto de táctica individual en los deportes colectivos.
- Apunts. Educación Física y Deporte, 51, 16–22.
- Jiménez Sánchez, A. C. (2010). La táctica individual o el problema sobre qué y cómo deciden los deportistas en los deportes colectivos. In V. López & J. Sargatal (Eds.), *La táctica deportiva y la toma de decisiones* (pp. 15–33).
- Macarro Moreno, J., Romero Cerezo, C., & Torres Guerrero, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*.
- Ostojic, S. M., Castagna, C., Calleja-González, J., Jukic, I., Idrizovic, K., & Stojanovic, M. (2014). The biological age of 14-year-old boys and success in adult soccer: do early maturers predominate in the top-level game? *Research in Sports Medicine*, 22(4), 398–407.
- Pérez, L. M. R., & Baumann, J. F. (1997). Deporte y aprendizaje: procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Visor.

#### WEBS DE REFERENCIA:

- Revista Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity: <http://revistas.udc.es/index.php/SPORTIS/index>
- Revista RETOS: <http://www.retos.org>
- Revista Internacional de Ciencias del Deporte: <http://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/>
- Acción Motriz: <http://www.accionmotriz.com>
- Journal of Sport and Health Reseach: <http://www.journalshr.com>
- Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista.html>



- Apunts. Educación Física y Deportes: <http://www.revista-apunts.com/es/>
- Revista Motricidade: <http://revistas.rcaap.pt/motricidade>
- TRANCES. Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud: <http://www.trances.es/>
- Journal of Human Sport and Exercise: <http://www.jhse.ua.es/index>
- EmásF. Revista digital de Educación Física: <http://emasf.webcindario.com/>
- Revista de Psicología del Deporte: <http://www.rpd-online.com>
- RIPED - Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte: <http://www.webs.ulpgc.es/riped/>