

## GUÍA DOCENTE 2020-2021

### DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

<b>ASIGNATURA:</b>	Fundamentos de la Actividad Física y la Motricidad Humana
<b>PLAN DE ESTUDIOS:</b>	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
<b>FACULTAD:</b>	Ciencias de la Salud
<b>CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:</b>	Obligatoria
<b>ECTS:</b>	6
<b>CURSO:</b>	Primero
<b>SEMESTRE:</b>	Primero
<b>IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:</b>	Castellano
<b>PROFESORADO:</b>	Dr. Marcos Mecías Calvo
<b>DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:</b>	<a href="mailto:marcos.mecias@uneatlantico.es">marcos.mecias@uneatlantico.es</a>

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

<b>REQUISITOS PREVIOS:</b>
No aplica.
<b>CONTENIDOS:</b>
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>1.3. Condición física.</li><li>1.4. Acondicionamiento físico y Entrenamiento físico-deportivo.</li><li>1.5. Fitness y Wellness</li><li>1.6. El desarrollo físico.</li><li>1.7. La recreación física.</li></ul>

## 1.8. El Deporte.

### Tema 2. La Educación Física.

- 2.1. Concepto de educación física.
- 2.2. Evolución del término educación física.
- 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 con el desarrollo motor.
- 3.2. Desarrollo Madurativo según Gallhue.
- 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 las habilidades motrices.
- 4.2. Evolución del concepto habilidades motrices básicas.
- 4.3. Relación entre habilidades motrices básicas y específicas.
- 4.4. Patrón motor maduro y patrón motor evolutivo.
- 4.5. Clasificación de las habilidades motrices básicas.
- 4.6. Principales habilidades motrices básicas.

### Tema 5. Fase 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 física-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. Modelos de aprendizaje motor.

- 8.1. Concepto de aprendizaje motor.
- 8.2. Teorías del aprendizaje.
- 8.3. Principales modelos explicativos del desarrollo motor.

#### Tema 9. Procesamiento de la información.

- 9.1. Control del movimiento: concepto, teorías y modelos.
- 9.2. El mecanismo perceptivo.
- 9.3. El mecanismo de decisión.
- 9.4. El mecanismo de ejecución.

#### Tema 10. Control de la información.

- 10.1. La información en la acción deportiva.
- 10.2. Tipos de administración de la información resultantes de la acción.
- 10.3. Feedback en función del momento en el que se aporte la información.
- 10.4. Feedback en función de 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 11. El proceso de enseñanza-aprendizaje.

- 11.1. Aspectos generales del proceso enseñanza-aprendizaje motor.
- 11.2. Aspectos específicos al proceso de enseñanza-aprendizaje motor.

#### Tema 12. 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 de diseño 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:

- CG1 - Organizar y planificar adecuadamente el trabajo personal, analizando y sintetizando de forma operativa todos los conocimientos necesarios para el ejercicio de la profesión.
- CG3 - Identificar, investigar y solucionar problemas derivados del ejercicio de la profesión desarrollando mecanismos óptimos de toma de decisión.
- CG4 - Adquirir y desarrollar habilidades sociales que faciliten el trabajo en equipos de carácter interdisciplinar.
- CG5 - Promover y respaldar proyectos en un contexto internacional desde el reconocimiento a la diversidad, la multiculturalidad y la igualdad
- CG7 - Adoptar responsabilidades sobre los diversos compromisos y obligaciones éticas consustanciales a la función profesional, considerando, especialmente, los principios democráticos en la relación con los demás.
- CG8 - Potenciar un aprendizaje autónomo que favorezca la adaptación a nuevas situaciones profesionales, personales y sociales.
- CG9 - Mostrar la capacidad de liderazgo en la realización de proyectos colectivos valorando las opiniones e intereses de los diferentes sectores que integran el grupo.

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CE9 - Identificar los procesos de aprendizaje y desarrollo motor implicados en la ejecución y adquisición motora, así como su evolución a lo largo del ciclo vital.
- CE10 - Diseñar y aplicar progresiones de aprendizaje y tareas específicas para el aprendizaje y mejora de las habilidades técnico-tácticas de cada deporte en el ámbito de la enseñanza, iniciación y perfeccionamiento deportivo.
- CE11 - Analizar las habilidades desde la perspectiva de las capacidades perceptivo cognitivas de ajuste postural y tónico, y de configuración espacio-temporal del movimiento, teniendo en cuenta su evolución a lo largo del ciclo vital.
- CE40 - Conocer y aplicar las tecnologías de la información y la comunicación como herramienta indispensable de aprendizaje autónomo, así como para el desarrollo y actualización de su formación dentro del campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

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

- 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	
Actividades dirigidas	Clases expositivas
	Clases prácticas
	Seminarios y talleres
Actividades supervisadas	Supervisión de actividades
	Tutorías (individual / en grupo)
Actividades autónomas	Preparación de clases
	Estudio personal y lecturas
	Elaboración de trabajos
	Trabajo en campus virtual

El primer día de clase, el profesor 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	Cuestionarios de evaluación	25 %
	Trabajo en grupo	20 %
	Interés y participación del alumno en la asignatura	5 %
Evaluación final	Examen final teórico-práctico	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 un examen final teórico/práctico 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 páticas. 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.
  - Fuertes, X. P. (2010). La táctica individual dentro de los sistemas de juego. In *Actas de las IV Jornadas: " La táctica deportiva y la toma de decisiones"* (p. 5). Cátedra de Educación Física.
  - Gómez, C. A., Piñeiro, R. S., Furelos, R. J. B., Martínez, P. E., & Díaz, J. D. (2016). Consecuencias de la diferencia de edad en el aula: Un estudio observacional en niños y niñas de cuatro años. *Estudios Pedagógicos*, 42(1), 1.
  - 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). .diversitas 66.
  - Lago, C. (2010). La toma de decisión desde la perspectiva de los sistemas complejos. La influencia de las variables contextuales de la competición en el comportamiento de los jugadores en los deportes de equipo. *La Táctica Deportiva y La Toma de Decisiones*. Universitat de Girona.
  - López-Ros, V. (2011). La acción táctica individual en los deportes de equipo. *La Táctica Individual En Los Deportes de Equipo*, 11-36.
  - 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.



- Pérez, L. M. R., Morcillo, E., & Cabrera, F. (2001). *Desarrollo comportamiento motor y deporte*.
- Piqueras, P. G. (2009). El efecto de la edad relativa en las categorías inferiores de los equipos de fútbol y su continuidad en el alto nivel. In *II Congreso Internacional del Deporte de la UCAM*.
- Riera, J. R. (1995). Estrategia, táctica y técnica deportivas. *Apunts: Educación Física y Deportes*, (39), 45-56.
- Ruiz Pérez, Luis-L. M. (1995). Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar. *Gymnos*.
- Ruiz Pérez, Luis-L. Miguel. (1994). Desarrollo motor y actividades físicas. *Gymnos*.
- Sánchez Miguel, P. A., Leo Marcos, F. M., Sánchez Oliva, D., Amado Alonso, D., & García Calvo, T. (2012). La influencia del entorno próximo sobre la persistencia en la práctica de actividad físico-deportiva. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(1), 17-24.

#### 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>
- Motricidad. European Journal of Human Movement: <http://www.eurjhm.com/index.php/eurjhm>
- 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/>

- Cuadernos de Psicología del Deporte: <http://revistas.um.es/CPD>

**Normativa Educativa:**

- Boletín Oficial de Cantabria (BOC): <https://boc.cantabria.es/boces>
- Boletín Oficial del Estado (BOE): <http://www.boe.es>

**OTRAS FUENTES DE CONSULTA:**

**Videos sobre desarrollo motor:**

- Desarrollo motor del niño (Parte 1 de 5):  
<https://www.youtube.com/watch?v=mYSRJfwblfw>
- Desarrollo motor del niño (Parte 2 de 5):  
<https://www.youtube.com/watch?v=oaWV5fvtwLM>
- Desarrollo motor del niño (Parte 3 de 5):  
<https://www.youtube.com/watch?v=ev-7-KcAk58>
- Desarrollo motor del niño (Parte 4 de 5):  
<https://www.youtube.com/watch?v=ns9vSDGSIQ>
- Desarrollo motor del niño (Parte 5 de 5):  
<https://www.youtube.com/watch?v=mqXINnYmJOA>
- Aprendiendo a caminar. Desarrollo motor:  
<https://www.youtube.com/watch?v=NC5Aass8f00>