

Guía docente de la asignatura

## Deporte en la Escuela y Desempeño Físico

**Fecha última actualización:** 07/07/2021

**Fecha de aprobación:** 07/07/2021

<b>Grado</b>	Grado en Educación Primaria (Melilla)	<b>Rama</b>	Ciencias Sociales y Jurídicas
<b>Módulo</b>	Educación Física	<b>Materia</b>	Deporte en la Escuela y Desempeño Físico
<b>Curso</b>	4 <sup>o</sup>	<b>Semestre</b>	1 <sup>o</sup>
<b>Créditos</b>	6	<b>Tipo</b>	Optativa

### PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Tener algunos conocimientos sobre:

- Fisiología del ejercicio
- Teoría del Entrenamiento Deportivo
- Reglas de juego de diferentes deportes colectivos (fútbol, balonmano, baloncesto, etc.)

### BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)

La presencia de esta asignatura en el currículo de EF se basa en la necesidad que tiene el profesor de Educación Primaria de recibir conocimientos relacionados con los fundamentos, leyes biológicas y leyes que rigen el desempeño y la práctica físico deportiva en estas edades, al objeto de conseguir una mejora del estado físico y de salud en las etapas tempranas y la adquisición de hábitos y estilos de vida saludable para una vida futura, basados en la práctica de actividades físico deportivas en la escuela.

La actividad física deportiva se asocia a beneficios a corto, medio y largo plazo en todas las etapas de la vida. La práctica de actividad física deportiva en la infancia y la escuela tiene efectos beneficiosos en el desarrollo integral de los niños: favorece el desarrollo psicomotor, mejora la autonomía, la autoestima, y las relaciones sociales, disminuye la ansiedad, mejora la calidad del sueño, mejora el rendimiento académico y, en general, la calidad de vida de los niños. Además los niños activos tienen más probabilidades de ser adultos activos.

En este sentido, la formación estará relacionada con las funciones, actividades y tareas que ha de desempeñar en el ejercicio de la profesión el profesor de educación física. La formación inicial ha de capacitar para que el futuro enseñante sepa: enseñar, supervisar, tutelar, organizar en colaboración, actualizarse profesionalmente y cultivarse como persona.

El desarrollo de esta asignatura pretende promover en el alumnado el conocimiento y la reflexión



acerca de los distintos significados sociales que se atribuyen al deporte, fruto de su continuo proceso de construcción y deconstrucción socio-cultural, como referencia inicial para la organización de cualquier intervención docente; la concepción de la iniciación deportiva escolar como un proceso de socialización del alumnado “en” y “a través” del deporte, con un sentido lúdico, educativo e integrador; y que a partir del análisis estructural y funcional de los juegos deportivos sea capaz de programar y desarrollar su intervención educativa.

## COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA

### COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Analizar y sintetizar la información
- CG05 - Comunicar oralmente y por escrito con orden y claridad, en la propia lengua y en una segunda lengua
- CG07 - Adquirir y desarrollar habilidades de relación interpersonal
- CG08 - Trabajar en equipo y comunicarse en grupos multidisciplinares
- CG14 - Innovar con creatividad
- CG17 - Afrontar los retos personales y laborales con responsabilidad, seguridad, voluntad de autosuperación y capacidad autocrítica
- CG24 - Diseñar, planificar, investigar y evaluar procesos educativos individualmente y en equipo
- CG29 - Adquirir destrezas, estrategias y hábitos de aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlos entre los estudiantes, estimulando el esfuerzo personal y colectivo
- CG35 - Conocer y aplicar en las actividades de aula las tecnologías de la información y la comunicación, para impulsar un aprendizaje comprensivo y crítico. Discernir selectivamente la información audiovisual que contribuya a los aprendizajes, a la formación cívica y a la riqueza cultural

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE70 - Comprender los principios que contribuyen a la formación cultural, personal y social desde la educación física
- CE71 - Conocer el currículo escolar de la educación física
- CE72 - Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela
- CE73 - Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes en los estudiantes

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

- Adquirir una visión global de la importancia de la actividad física deportiva y los deportes en la escuela como componentes esenciales para la mejora de la salud y la calidad de vida, además de ser determinantes para la mejora del desempeño físico motor.
- Aportar conocimientos necesarios que capaciten para evaluar de forma precisa las capacidades y el desempeño físico de los alumnos y las necesidades de mejora en cada caso, realizando una intervención adecuada según las características de cada grupo de población y edad.



## PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

### TEÓRICO

#### TEMARIO TEÓRICO:

#### BLOQUE I: MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL: ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA Y DESEMPEÑO FÍSICO.

- TEMA 1. El ejercicio físico: conceptos y clasificación.
- TEMA 2. Actividad físico deportiva y acondicionamiento físico: conceptos básicos, factores y sistemas energéticos a tener en cuenta.
- TEMA 3. Principios y leyes fundamentales que rigen el desempeño físico.
- TEMA 4. Calentamiento y vuelta a la calma: concepto, objetivos y clasificación.

#### BLOQUE II: MONITORIZACIÓN, VALORACIÓN Y CUANTIFICACIÓN DEL DESEMPEÑO FÍSICO.

- TEMA 5. Actividad física deportiva y desempeño físico.
- TEMA 6. La carga y el desempeño físico: Concepto y clasificación
- TEMA 7. La carga física o externa: concepto, características y parámetros.
- TEMA 8. La carga fisiológica o interna: concepto, características y parámetros.
- TEMA 9. Análisis cuantitativo y cualitativo del desempeño físico: Metodologías.

#### BLOQUE III: DEPORTE EN LA ESCUELA E INICIACIÓN DEPORTIVA. APROXIMACIÓN CONCEPTUAL

- TEMA 10. Deporte e iniciación deportiva: concepto, características y fases
- TEMA 11. La estructura de los deportes.
- TEMA 12. El deporte en la Educación Primaria: El proceso de enseñanza - aprendizaje de los deportes.
- TEMA 13. Iniciación a los deportes colectivos: Exigencias físico-energéticas y aspectos técnico - tácticos
- TEMA 14. Análisis de la competición y las conductas del juego: Metodologías e instrumentos de registro.

### PRÁCTICO

#### TEMARIO PRÁCTICO:

#### Prácticas de Campo

- Sesiones prácticas relacionadas con la actividad físico deportiva y los metabolismos energéticos que intervienen en cada una de las tareas y/o sesiones aplicadas.



- Aplicación práctica del empleo de instrumentos de registro (pulsómetros, GPS, PSE o RPE, etc.) para la cuantificación de las tareas y/o sesiones. Cuantificación de la carga física, fisiológica y mecánica).
- Valoración de la capacidad de adaptación a las sesiones de actividad física deportiva mediante variabilidad de la frecuencia cardiaca (HRV – niveles de estrés y recuperación).
- Sesiones prácticas relacionadas con los fundamentos técnico-tácticos en los deportes de equipo y con el análisis del juego en los deportes de equipo.
- Sesiones de valoración para determinar el estado de forma y la capacidad de rendimiento físico, técnico y táctico en la iniciación deportiva (Test de campo).

#### PRÁCTICAS:

- Calentamiento: sesiones prácticas sobre calentamientos con juegos y ejercicios variados como introducción a los contenidos y fundamentos de la iniciación deportiva.
- Sesiones prácticas mediante ejercicios y tareas jugadas para la mejora y desarrollo de los fundamentos técnico-tácticos de iniciación deportiva.
- Sobre diferentes metodologías e instrumentos de evaluación y control del desempeño físico.
- Sobre diferentes sistemas e instrumentos de monitorización, cuantificación y control del desempeño físico.
- Sesiones prácticas preparadas por los alumnos (individual o grupal) en relación a diferentes contenidos de la asignatura y posterior crítica colectiva.

## BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

#### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:

- Carranza, M., y Mora, M. (2003) Educación física y valores: educando en un mundo complejo. Barcelona: Graó
- Castejon Oliva, F.J. (2010): Deporte y enseñanza comprensiva. Sevilla: Wanceulen.
- Castejón, F.J; Giménez, F.J; Jiménez, F; Ros, V. (2003): Iniciación deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte. Sevilla: Wanceulen.
- Roberto Cejuela Anta, Juan Manuel Cortell Tormo, Juan José Chinchilla Mira (2011). Nuevas tendencias en Entrenamiento Deportivo. Ed Universitaria. Alicante.
- Contreras, O.; De La Torre, E.; Velázquez R. (2001): Iniciación deportiva. Madrid: Síntesis.
- Escartí, A. (coord..) (2005): Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte. Barcelona Graó.
- Gil Madrona, P. (dir.) (2006) El Juego y Deporte en el ámbito escolar: aspectos curriculares y actuaciones prácticas. Madrid: MEC. Instituto Superior de Formación del Profesorado
- Hernández Moreno, J. (dir.) (2000): La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Barcelona: Inde.
- Jiménez Jiménez, F. (2008): Los deportes y su estructura: construir situaciones de enseñanza. En López Ros, V. i Sargatal J. (eds): L'esport en edad escolar, pp. 35-57. Girona. Càtedra d'Esport i Educació Física de la Universitat de Girona. Jiménez Jiménez, F. (2008): La enseñanza de los deportes colectivos. En López Ros, V. i Sargatal J. (eds): L'esport en edad escolar, pp. 57-80. Girona. Càtedra d'Esport i Educació Física de la Universitat de Girona.
- Lagardera, F. y Lavega, P. (2003): Introducción a la praxiología motriz. Barcelona: Paidotribo.



- Hohmann, A.; Martin L. y Letzelter, M. (2005) Introducción a las ciencias del entrenamiento. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Méndez Giménez, A. (coord.) (2009): Modelos actuales de iniciación deportiva. Sevilla: Wanceulen.
- Mirella, R. (2006) Nuevas metodologías del entrenamiento de la fuerza, la resistencia, la velocidad. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Monjas, R. (2007): La Iniciación Deportiva En La Escuela Desde Un Enfoque Comprensivo; Miño Y Dávila
- Navarro, V. y Jiménez, F. (1998): “Un modelo estructural-funcional para el estudio del comportamiento estratégico en los juegos deportivos (I), en Educación Física. Renovar la teoría y la práctica, nº 71, pp. 5-13. La Coruña.
- Navarro, V. y Jiménez, F. (1999): “Un modelo estructural-funcional para el estudio del comportamiento estratégico en los juegos deportivos (II), en Educación Física. Renovar la teoría y la práctica, nº 73, pp. 5-8. La Coruña.
- Pancorbo, A. (2008). Medicina y ciencias del deporte y actividad física. Ed. CSD. Madrid.
- Prat, M. y Soler, S. (2003): Actitudes, valores y normas en la educación física y el deporte. Reflexiones y propuestas didácticas.
- Siedentop, D., Hastie, P., Van der Mars, H.: (2004). Complete guide to sport education. Champaign: Human Kinetics.
- Varios autores. (2006). La Iniciación Deportiva. Un enfoque multidisciplinar. Ed. ACUGA. La Coruña.
- Velásquez, C. (2010). Aprendizaje cooperativo en Educación Física. Barcelona: Inde.
- Wein, Hors. Fútbol a la medida del niño. Desarrollar la inteligencia del juego. (Vol. 1 y 2) Editorial Grada Gimnos.

## BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Alvarez Del Villar, C. (1994) Atletismo básico. Una orientación pedagógica. Madrid: Gymnos.
- Bayer, C. (1986) La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona: Hispano Europea.
- Butler, J., Griffin, L.L., Lombardo, B., Nastasi, R. (2003): Teaching games for understanding in physical education and sport: National Association for sport and physical education.
- Castejón, F.J; Giménez, F.J; Jiménez, F; Ros, V. (2004) “Concepción de la enseñanza comprensiva en el deporte: modelos, tendencias y propuestas” (coautor). En Fútbol, cuadernos técnicos, nº 26, pp. 71-83. ISSN 1135-2817.
- Graça, A. y Oliveira, J. (1997) La enseñanza de los juegos deportivos. Barcelona: Paidotribo.
- Gutierrez, M. (2003): Manual sobre valores en la educación física y el deporte. Barcelona: Paidós.
- Griffin, L. L., Mitchell, S. A., Oslin, J. L. (1997): Teaching sport concepts and Skills. Champaign: Human Kinetics
- Griffin. L.L., Butler, J.I. (ed.): (2005): Teaching games for understanding. Theory, research and practice. Champaign: Human Kinetics



- Díaz Suárez, A. (comp) (1996): El deporte en Educación Primaria. Murcia: DM
- Jiménez Jiménez, F. (2002) Estudio praxiológico de las estructuras de las situaciones de enseñanza en los deportes de cooperación/oposición de espacio común y participación simultánea: balonmano y fútbol sala. Tesis doctoral leída en Las Palmas de Gran Canaria en noviembre de 2000 (microficha). ISBN: 84-95792-87-7. Las Palmas de Gran Canaria: Servicio de Publicaciones y Producción Documental ULPGC
- Lagardera, F. y Lavega, P. (eds.) (2004): La ciencia de la acción motriz. Lleida: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Lleida.
- Orts Delgado, F.; Mestre Sancho, J. (2005): juegos deportivos: la competición escolar desde una perspectiva educativa. Valencia: fundación deportiva municipal, ajuntament de valencia.
- Ruiz Pérez, L.M. (1994): Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Madrid: Visor Sanz Rivas, D. (coord.) (2007) El tenis en la escuela. Barcelona Paidotribo
- Theodorescu, L. (2003) Problemas de teoría e metodología nos jogos desportivos. Lisboa: Livros Horizonte.

### ENLACES RECOMENDADOS

Se establecerán a lo largo de los temas.

### METODOLOGÍA DOCENTE

- MD03 Estudio de casos. Adquisición de aprendizajes mediante el análisis de casos reales o simulados.
- MD04 Aprendizaje basado en problemas. Desarrollar aprendizajes activos a través de la resolución de problemas.
- MD05 Metodología expositiva. Transmitir conocimientos y activar procesos cognitivos en el estudiante.

### EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

#### EVALUACIÓN ORDINARIA

EVALUACIÓN: Superación de la parte teórica y practica de la asignatura mediante una Prueba Objetiva.

- **Prueba Objetiva:** Prueba con distintos tipos de preguntas: opción múltiple, respuesta corta y completar un texto. Porcentaje sobre calificación final: 70%
- **Ejercicios prácticos, resolución de problemas o supuestos:** Pruebas individuales y grupales a realizar durante las sesiones teóricas y las prácticas. Porcentaje 30%

#### EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Se mantienen los criterios de evaluación ordinarios, con la entrega de trabajo o pruebas de carácter presencial especificados.





## EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

Se mantienen los criterios de evaluación ordinarios, con la entrega de trabajo o pruebas de carácter presencial especificados.

