



Adscrito a la Universidad de Cádiz.

MAGISTERIO
VIRGEN DE EUROPA

Avda. España, 5
11300 La Línea (Cádiz)
Tlf: 956 763 786
info@magisteriolaline.com

GUÍA DOCENTE DE ASIGNATURAS DE TITULACIONES DE GRADO
Curso 2024-2025

Datos básicos

	Código	Nombre
Asignatura	4pz14	Actividad física y salud
Titulación		GRADO EN MAGISTERIO DE EDUCACIÓN PRIMARIA
Módulo		MÓDULO DE OPTATIVAS
Materia		MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA
Departamento		EDUCACIÓN FÍSICA, PLÁSTICA, MUSICAL Y RELIGIÓN

Créditos teóricos	4	Créditos prácticos	2	Total, créditos ECTS	6
-------------------	---	--------------------	---	----------------------	---

Tipo	Optativo	Modalidad	General	Curso	2025-2026
------	----------	-----------	---------	-------	-----------

Semestre	8º	Curso	Cuarto
----------	----	-------	--------

Requisitos previos

Haber cursado y superado Enseñanza y Aprendizaje de la Educación Física.
--

Recomendaciones

Se recomienda que el alumno/a realice los trabajos y lecturas preparatorios de las clases. Asistencia presencial activa y participativa. Entrega rigurosa de trabajos en las fechas previstas al inicio del curso. Consultar bibliografía. Consultar información en el campus virtual. Uso adecuado de vestuario para las sesiones prácticas.

Profesores

Rosa García González.

Competencias

Id.	Competencia	Tipo
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 argumento y resolución de problemas dentro su área de estudio.	BÁSICA
CE01	Poseer conocimientos suficientes para desarrollar y aplicar el curriculum propio del área de Educación Física.	ESPECÍFICA
CE02	Participar en la elaboración y desarrollo de los programas relacionados con la educación para la salud como materia transversal del curriculum.	ESPECÍFICA
CE03	Colaborar con los agentes responsables de la promoción de la salud (familia, escuela, individuo, sociedad) y conocer sus interrelaciones.	ESPECÍFICA
CE04	Conocer los fundamentos biológicos del cuerpo humano necesarios para el desarrollo de la actividad física.	ESPECÍFICA
CE05	Conocer alteraciones de la salud (obesidad, posturales, etc) y su relación con el estilo de vida.	ESPECÍFICA
CE06	Conocer y saber aplicar los contenidos relacionados con la salud en el ámbito de la EF en Primaria.	ESPECÍFICA
CE07	Conocer y saber concienciar acerca de la importancia de hábitos de salud (actividad física recreativa, salud,...) para la prevención de enfermedades.	ESPECÍFICA

Resultados de aprendizaje

Id.	Resultado
R1	El alumno es capaz de identificar los conceptos básicos en el campo de la Educación para la salud: salud, estilos y calidad de vida, etc.
R2	El alumno es capaz de conocer los hábitos higiénicos y de salud relacionados con la actividad motriz.



MAGISTERIO
VIRGEN DE EUROPA

Adscrito a la Universidad de Cádiz.

Avda. España, 5
11300 La Línea (Cádiz)
Tlf: 956 763 786
info@magisteriolaline.com

R3	El alumno es capaz de aplicar e interpretar correctamente pruebas o tests que le informen sobre los niveles de condición física de un sujeto, con alta relación con sus niveles de salud.
----	---

Actividad formativa

Actividad formativa	Horas	Grupo	Detalle	Competencias a desarrollar
01.Sesiones Teoría	32 h.	Grande	Clases teóricas: Modalidad organizativa de la enseñanza en la que se utiliza fundamentalmente como estrategia didáctica la exposición verbal de los contenidos sobre la materia objeto de estudio. Sesiones expositivas, explicativas y/o demostrativas de contenidos (las presentaciones pueden ser a cargo del profesorado o de los estudiantes). Presentación, exposición, análisis, discusión y reflexión de los contenidos de los temas a desarrollar con una dinámica de participación activa por parte del alumnado. Exposiciones grupales de los temas desarrollados y aportaciones individuales del profesor y alumnado.	CB2 CE01 CE02 CE03 CE04 CE05 CE06 CE07
02. Sesiones Prácticas, seminarios	16 h.	Mediano	Clases prácticas: Modalidad organizativa de la enseñanza en la que se desarrollan actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y a la adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Desarrollo de sesiones prácticas s, de cada uno de los temas tratados y desarrollados en la parte teórica incidiendo en las conexiones teórico-prácticas que existen.	CB2 CE02 CE05 CE07
03. Actividades formativas no presenciales Trabajo Autónomo	98	Reducido	- Búsqueda bibliográfica de documentos científicos relacionados la actividad física y salud. Elección de uno de ellos. - Trabajo sobre el documento buscado. Realización de resumen y mapa conceptual. - Resumen y mapa conceptual de cada uno de los temas presentados en la asignatura. - Búsqueda de artículos novedosos relacionado con uno de los temas de la materia a elegir. - Lectura y análisis de las referencias a la Actividad Física y Salud en la Ley educativa de la etapa de primaria - Realización de informes grupales y preparación de exposiciones de clase.	CB2 CE01 CE02 CE03 CE07
04. Actividades formativas de tutorías	2	Mediano	- Corrección, asesoramiento y guía de los trabajos en proceso de realización - Resolución de problemas	CE01 CE02 CE03 CE04 CE05 CE06 CE07
05. Actividades de evaluación	2	Reducido	- Control de conocimientos - Examen de la materia - Exposición del tema que corresponda	CE01 CE02 CE03 CE04 CE05



				CE06 CE07
06. Otras actividades		Grande	Otras actividades propuestas por el profesorado para ampliar y concretar el conocimiento de la asignatura. Asistencia a conferencias impartidas por expertos en la materia. Actividades formativas propuestas por el centro de Magisterio y por la Universidad.	CB2 CE01 CE02 CE03 CE04 CE05 CE06 CE07

Sistema de evaluación

Procedimiento de evaluación

Descripción del Sistema	Tarea/actividades de evaluación	Medios, técnicas e instrumentos de evaluación	Ponderación	Competencia a Evaluar
Trabajo en grupo: análisis de experiencias, resolución de problemas, lecturas y documentos elaborados durante el curso, tanto obligatorios como optativos.	Proyectos grupales.	Los proyectos tendrán una dinámica de exposición participada por los demás grupos. Rúbrica, escala u otras consensuadas con la aportación de todos los grupos. Coevaluación unida a la evaluación del profesor	15%	CB2 CE04 CE06
Trabajo individual: análisis de experiencias, resolución de problemas, lecturas y documentos elaborados durante el curso, tanto obligatorios como optativos	Actividades individuales.	Evaluación de cada una de las actividades mediante rúbrica específica, escala de estimación u cualquier otro instrumento que se considere oportuno para medir determinados aspectos de la actividad.	25%	CB2 CE01 CE02 CE03 CE05 CE07
Pruebas escritas/orales sobre la aplicación de los contenidos de la materia.	- Realización de prueba escrita	-Preguntas cortas, opción múltiple y de desarrollo	60%	CE01 CE02 CE03 CE04 CE05 CE06 CE07

Criterios Generales de evaluación

Criterios generales de evaluación:

Los alumnos que hayan asistido regularmente a clase (80% de asistencia) y entregado las actividades y trabajos en las fechas previstas se acogerán a:

- 1) El nivel y calidad de la participación e intervención, en las clases teóricas y prácticas.
- 2) El nivel de elaboración y presentación de las diferentes producciones.
- 3) Implicación en las tutorías para el seguimiento.
- 4) Entrega en tiempo y forma de la ficha de la sesión simulada y puesta.

Procedimiento de calificación



Adscrito a la Universidad de Cádiz.

MAGISTERIO
VIRGEN DE EUROPA

Avda. España, 5
11300 La Línea (Cádiz)
Tlf: 956 763 786
info@magisteriolaline.com

La calificación final se hace con una media ponderada de los apartados anteriores. Para superar esta asignatura es condición necesaria tener, tanto el bloque de trabajo cotidiano (observación directa, trabajo grupal y trabajo individual) como el bloque de la prueba específica escrita/oral, aprobados (con la mitad del porcentaje asignado).

Se podrán realizar prueba/s parcial/es eliminatoria/s de la materia.

El alumnado que no haya cumplido con el porcentaje de asistencia (80%) podrá solicitar la evaluación global de la asignatura, según la normativa vigente.

Contenido

Contenido	Competencias relacionadas	Resultados de aprendizaje relacionados
1. Salud, higiene y calidad de vida: aplicación en educación primaria.	CE01 CE03 CE06	R1
2. Actividad Física saludable: Beneficios.	CE02 CE07	R2
3. Actividad física, nutrición y dieta.	CE02	R2
4. Conceptos básicos y valoración de la condición física relacionada con la salud.	CB2 CE04 CE05 CE06	R3

Referencias bibliográficas

- Ambroa de Frutos, G. (2016). Impacto del sedentarismo sobre la práctica de actividad física y la salud. Análisis de la situación en España. *Revista Española de Educación Física* nº 412.
- Bouchard, C.; Shephard, R.J.; Stephens, T. (1994). Physical activity, fitness, and health. *International Proceedings and Consensus Statement*. Human Kinetics.
- Bouchard, C.; Blair, S.N.; Haskell, W. (2007). *Physical activity and health*. Human Kinetics.
- Capdevilla Ortiz, L. (2005). *Actividad física y estilo de vida saludable*. Documenta Universitaria.
- Bridger, R.S. (1995). *Introduction to ergonomics*. Ed. McGraw-Hill Inc.
- Conde, C. y Almagro, B. (2013). Estrategias para desarrollar la inteligencia emocional y la motivación en el alumnado de Educación Física. E-motion. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación* nº1, pp. 212-220.
- Delgado, M.; González, J.M.; Vaquero, M. (coord) (2001). *Avances en actividad física y salud*. Ayto de Puente Genil.
- Delgado, M.; Gutierrez, A.; Castillo, M.J. (2004). *Entrenamiento físico-deportivo y alimentación. De la infancia a la edad adulta*. 3ª edición. Paidotribo.
- Delgado, M.; Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física*. Inde.
- Devis, J.; Peiro, C. (coord.) 1992. *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados*. Inde.
- Devis, J. (coord.) (2000). *Actividad física, deporte y salud*. Inde.
- Devis, J (coord). (2001). *Educación física, deporte y salud en el siglo XXI*. Marfil.
- Gallardo Vázquez, P y Rodríguez Márquez, A. (2007). *La actividad física como fuente de salud y calidad de vida*. Wanceulen.
- Guillén del Castillo, M. y Linares Girela, D. (coord.) (2002). *Bases biológicas y fisiológicas del movimiento*. Médica Panamericana.
- Heyward, V.H. (1996). *Evaluación y prescripción del ejercicio*. Paidotribo.
- Jiménez López, M. (2010). El desarrollo de la condición física en edad escolar. *Revista digital CSI-CSIF* Nº 30, mes de mayo.
- Junta de Andalucía. Orden ECD 65/2015, de 21 de enero, por la que se establecen las relaciones entre los diferentes elementos curriculares que nos dará orientaciones hacia el desarrollo competencial.
- Junta de Andalucía. Decreto 328/2010 para añadir aspectos importantes en dicha programación (cómo se ha de elaborar, medidas de atención a la diversidad, etc.). Reglamento de Organización y Funcionamiento de Centros Públicos.
- Junta de Andalucía. Decreto 101/2023, de 9 de mayo, por el que establece el currículo de la Educación Primaria.
- Junta de Andalucía (2023). *Orden de 30 de mayo de 2023 por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas (BOJA 02-06-2023)*.



- Junta de Andalucía. Orden del 4 de noviembre de 2015, por la que se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumno de primaria en Andalucía.
- Junta de Andalucía. Instrucciones 8 de marzo de 2017, de la Dirección General de Participación y Equidad por las que se actualiza el protocolo de detección, identificación del alumno NEAE.
- Junta de Andalucía. Instrucción 12/2022, de 23 de junio, de la Dirección General de Ordenación y Evaluación Educativa, por la que se establecen aspectos de organización y funcionamiento para los centros que impartan Educación Primaria para el curso 2022/2023.
- Kumar, S. (1999). *Biomechanics in ergonomics*. Taylor & Francis.
- López, M. (2008). *El entrenamiento personal en el ámbito de la salud*. Instituto Andaluz del Deporte.
- López Miñarro, P.A (2000). Ejercicios desaconsejados en la actividad física: detección y alternativas. Inde.
- Márquez Rosa, R. y Garatachea Vallejo, M. (2010). *Actividad Física y Salud*. Díaz de Santos.
- MECD (2020). Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre por la que se modifica la L.O de 2/2006 de 3 de mayo de Educación.
- MECD (2022). Real Decreto 157/2020, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria (BOE 02-03-2022).
- Mendoza, R.; Sagrera, M.R.; Batista, J.M. (1994). Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud (1986-1990). Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Nogues Martinez, R. (2018). *Actividad Física, alimentación y salud*. Letras de autor.
- Ortega Cavañete, P. (2013). *Educación física para la salud. Bases teóricas y aplicación de un planteamiento integral y cualitativo del movimiento*. Inde.
- Organización Mundial de la Salud (2018). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Recuperado de https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-sp.pdf.
- Pérez López, I.J.; Delgado, M. (2004). *La salud en secundaria desde la Educación Física*. Ed. Inde.
- Redondo Villa, C. (2011). Las cualidades físicas básicas. Revista digital CSI-CSIF nº 30 mes de marzo.
- Rodríguez García, P.L. (2006). *Educación física y salud en primaria. Hacia una educación corporal significativa y autónoma*. Inde.
- Rodríguez, J., Iglesias, A. Molina, J. (2020). Evaluación de la práctica de actividad física, la adherencia a la dieta y el comportamiento y su relación con la calidad de vida en estudiantes de Educación Primaria. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/18317>.
- Rosa, A; Guillamon, E. y García, C. (2018). La Educación Física como programa de desarrollo físico y motor. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6408944>
- Sanchez-Bañuelos, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Biblioteca Nueva.
- Serra, J.R. (1996). *Prescripción de ejercicio físico para la salud*. Paidotribo.
- Torres Luque, G. y Hernández García, R. (2019). *Etapa Infantil y motricidad*. Wanceulen.
- Ward, D.S.; Saunders, R.P.; Pate, R.R. (2007). *Physical activity interventions in children and adolescents*. Human Kinetics.
- Woolf-May, K. (2008). *Prescripción de ejercicio: fundamentos fisiológicos*. Elsevier Masson.