

**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Grado:	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Doble Grado:	
Asignatura:	Fundamentos de la Educación Física y del Deporte
Módulo:	Fundamentos y Manifestaciones de la Motricidad Humana
Departamento:	Deporte e Informática
Año académico:	2015-2016
Semestre:	Primero
Créditos totales:	6
Curso:	Primero
Carácter:	Obligatoria
Lengua de impartición:	Español

Modelo de docencia:	C1	
a. Enseñanzas Básicas (EB):		50%
b. Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD):		50%
c. Actividades Dirigidas (AD):		

**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

2. RESPONSABLE DE LA ASIGNATURA

Responsable de la asignatura	
Nombre:	Antonio Solana Sánchez
Centro:	Facultad del Deporte
Departamento:	Deporte e Informática
Área:	Educación Física y Deportiva
Categoría:	Profesor Asociado
Horario de tutorías:	Martes y miércoles de 1:30 a 19:30
Número de despacho:	Edificio 11
E-mail:	amsolsan@upo.es
Teléfono:	646820654

GUÍA DOCENTE 2015-2016

3. UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

3.1. Descripción de los objetivos

La asignatura “Fundamentos de la Educación Física y del Deporte” persigue que el alumnado adquiera competencias básicas en materia de educación física y deportiva. Para ello, el contenido de la asignatura quedará estructurado en tres partes bien diferenciadas:

1. Consideraciones generales y epistemológicas de la educación física y del deporte.
2. Aspectos teórico-prácticos fundamentales para la intervención del educador en la enseñanza de la educación física y deportiva.
3. Sistemática del Ejercicio

En la primera unidad de trabajo, se analizarán términos importantes en materia de actividad física: (1) ejercicio físico, (2) condición física, (3) educación física y (4) deporte. A continuación, se desarrollarán aspectos fundamentales relacionados con la necesidad de programar en cualquier contexto relacionado con la práctica de actividad física. Finalmente, se tratarán contenidos deportivos básicos, tales como: (1) el proceso de iniciación deportiva; (2) los valores sociales del deporte y (3) los métodos de enseñanza para la práctica deportiva (método tradicional vs. método activo).

En la segunda unidad de trabajo, se desarrollarán aspectos fundamentales relacionados con la intervención del educador en las clases y/o sesiones de educación físico-deportiva: (1) Tiempos de aprendizaje y estrategias para optimizar cada tiempo. (2) Control del grupo para garantizar una organización eficaz de la clase y/o sesión. (3) La comunicación en la enseñanza de la educación física y deportiva a través de la información inicial y el conocimiento de resultados. (4) Aportaciones de los estilos de enseñanza al proceso de enseñanza deportiva.

La tercera unidad didáctica se centrará en la adquisición y análisis por parte del alumnado de aspectos fundamentales relacionados con la sistemática del ejercicio. Esta unidad de trabajo es de carácter práctico.

3.2. Aportaciones al plan formativo

La práctica de actividad físico-deportiva se relaciona e interactúa constantemente con el entorno social y físico en el que se produce. Esta asignatura titulada "Fundamentos de la Educación Física y del Deporte" se imparte en el primer curso de grado y contribuye al aprendizaje de los fundamentos científicos asociados a la rama de conocimiento de las Ciencias Sociales, Ciencias de la Salud y Ciencias de la Educación. En esta asignatura



GUÍA DOCENTE 2015-2016

se analiza la Educación Física y el Deporte como un proceso aglutinador de saberes científicos.

3.3. Recomendaciones o conocimientos previos requeridos

- Se recomienda leer e ir asimilando la información que se proporciona a través del material que se irá colgando semanalmente en la plataforma virtual habilitada (WebCT).
- Consultar la bibliografía recomendada para ir completando la información proporcionada.
- Participar activamente en las clases teóricas y prácticas.

GUÍA DOCENTE 2015-2016

4. COMPETENCIAS

4.1 Competencias de la Titulación que se desarrollan en la asignatura

- Con respecto al aprendizaje de los conocimientos disciplinares básicos:
 1. Conocer y comprender el objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
 2. Conocer y comprender los fundamentos de los deportes.
 3. Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.

- Con respecto al aprendizaje de los conocimientos aplicados:
 4. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza–aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
 5. Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica físico-deportiva entre la población escolar.

- Con respecto al aprendizaje de destrezas instrumentales:
 6. Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.
 7. Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.

4.2. Competencias del Módulo que se desarrollan en la asignatura

MÓDULO I: FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA

Competencia básica: Poseer y comprender conocimientos básicos generales y de vanguardia en el campo de las ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Competencias generales y resultados del aprendizaje que el estudiante adquiere con la asignatura:

- Conocer, comprender y aplicar el objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Adquirir y aplicar la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.
- Conocer, comprender y aplicar los efectos de la práctica de ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.

4.3. Competencias particulares de la asignatura

GUÍA DOCENTE 2015-2016

UNIDAD DIDÁCTICA 1

TEMA 1:

- 1.Reconocer y diferenciar conceptos importantes en materia de actividad física.
- 2.Analizar el concepto de educación física teniendo en cuenta sus rasgos distintivos y el carácter científico de la materia.
- 3.Analizar el concepto de deporte teniendo en cuenta sus rasgos distintivos.
- 4.Clasificar el deporte desde una perspectiva pedagógica atendiendo a su estructura formal.

TEMA 2

5. Adquirir nociones básicas que le permitan programar en cualquier ámbito de la enseñanza de la actividad física y el deporte.
6. Reconocer las fases que se dan en cualquier proceso de programación teniendo presente que para programar de forma correcta no hay un reglamento, sino que cada profesional adaptará un modelo propio y singular que se adapte a sus necesidades.
7. Programar parte de una unidad de trabajo orientada hacia la iniciación deportiva del deporte seleccionado recogiendo: (1) Información general sobre la unidad; (2) Justificación de la unidad; (3) Objetivos didácticos; (4) Contenidos a trabajar; (5) Una previsión orientativa de las sesiones; (5) Una serie de actividades tipo; (6) Una sesión completa de trabajo.
8. Valorar la importancia que tiene el proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte.

TEMA 3

- 9.Analizar el concepto y las características del proceso de iniciación deportiva.
- 10.Tomar conciencia de la necesidad de potenciar los componentes educativos de la práctica deportiva, sobre todo en el periodo de iniciación.
- 11.Reconocer los aspectos que influyen en el proceso de iniciación deportiva.
- 12.Diferenciar los métodos tradicionales de los activos para la enseñanza de la práctica deportiva.

UNIDAD DIDACTICA 2

TEMA 1

- 1.Reconocer los tiempos de aprendizaje y valorar la importancia de poner en práctica una serie de estrategias para optimizarlos (aumentar cada tiempo).

TEMA 2

- 2.Reconocer los componentes que influyen en la organización de una sesión de educación física y deportiva.
- 3.Experimentar y valorar el hecho de que, para conseguir una organización eficaz, es imprescindible poder controlar al grupo.

**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

TEMA 3

4. Analizar la importancia de la comunicación en la enseñanza de la educación física y el deporte a través de la información inicial y el conocimiento de resultados.
5. Utilizar de forma eficiente la información inicial con el propósito de motivar, organizar al grupo y perder el menor tiempo posible de práctica.
6. Conocer y utilizar de forma eficiente el conocimiento de resultados teniendo en cuenta aspectos, tales como: momento de darlo, número de receptores del mensaje, vía de procesamiento de la información e intencionalidad.

TEMA 4

7. Analizar el concepto de estilo de enseñanza como forma peculiar que cada profesional tiene de enseñar la educación física y el deporte en base a tres niveles de actuación: nivel técnico, socio-afectivo y de organización-control.
8. Reconocer, diferenciar y analizar los diferentes estilos de enseñanza para poder utilizarlos y/o combinarlos según necesidades de aprendizaje.
9. Analizar y reflexionar sobre las aportaciones de los diferentes estilos al proceso de enseñanza deportiva.

UNIDAD DIDÁCTICA 3

TEMA 1

10. Analizar el concepto de sistemática del ejercicio.
11. Analizar la estructura, características y los factores que determinan la puesta en práctica del ejercicio físico.
11. Clasificar el ejercicio desde diferentes perspectivas.

**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA (TEMARIO)

UNIDAD DIDÁCTICA I: CONSIDERACIONES GENERALES Y EPISTEMOLÓGICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DEL DEPORTE

Tema 1: Conceptos importantes en materia de actividad física. Educación Física y Deporte.

Tema 2: El proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte

Tema 4: La iniciación deportiva

UNIDAD DIDÁCTICA II: ASPECTOS TEÓRICO-PRÁCTICOS FUNDAMENTALES PARA LA INTERVENCIÓN DEL ENSEÑANTE EN EL APRENDIZAJE DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA.

Tema 1: Los tiempos de aprendizaje. Recursos para mejorar cada tiempo

Tema 2: Organización y control de la clase y/o sesión de educación físico-deportiva. Componentes de la organización

Tema 3: Comunicación y enseñanza. Información inicial y conocimiento de resultados

Tema 4: Estilos de enseñanza. Aportaciones al proceso de enseñanza deportiva

PRÁCTICAS

Práctica 1: Actividad física y salud

Práctica 2: La EF como una pedagogía de las conductas motrices I

Práctica 3: La EF como una pedagogía de las conductas motrices II

Práctica 4: El proceso de programación. La iniciación deportiva I

Práctica 5: Actividad de evaluación

Práctica 6: La iniciación deportiva II

Práctica 7: Organización y control de la clase y/o sesión de educación física y deportiva

Práctica 8: Intervención didáctica en el deporte escolar

UD. 3: SISTEMÁTICA DEL EJERCICIO.

Tema 1: Análisis conceptual de la sistemática del ejercicio.

Tema 2: Estructura, características, y factores del ejercicio.

Tema 3: Taxonomías y análisis del ejercicios desde diferentes perspectivas.

PRÁCTICAS

Práctica 1: Análisis conceptual y bases para la sistematización del ejercicio físico

Práctica 2: Taxonomía del ejercicio físico desde la perspectiva biológica

GUÍA DOCENTE 2015-2016

Práctica 3: Taxonomía del ejercicio físico desde la perspectiva biomecánica: cinemática

Práctica 4: Taxonomía del ejercicio físico desde la perspectiva biomecánica: cinética

Práctica 5: Taxonomía del ejercicio físico desde la perspectiva funcional

Práctica 6: Análisis de la estructura y fases del ejercicio físico

Práctica 7: Factores que caracterizan el ejercicio físico y posibilidades de modificación desde las diferentes perspectivas

6. METODOLOGÍA Y RECURSOS

METODOLOGÍA:

1. Enseñanzas básicas

- Clases expositivas-participativas y debates: clases magistrales con participación activa del alumnado.

2. Enseñanzas prácticas y de desarrollo

- Estudio independiente de un aspecto del tema o la solución a una serie de preguntas que han de resolver y exponer en clase para ser debatidas.

- Clases prácticas que van a permitir la aplicación de la información presentada en las clases teóricas. Los criterios aportados por la fundamentación teórica orientarán la acción en la práctica.

RECURSOS: (1) humanos (relación profesor-alumno en actividades de grupo y debates), (2) impresos (material escrito), (3) audiovisuales (materiales de carácter informativo y tecnológico) y (4) aula virtual (utilización de la red como sistema de distribución de información y la web como sistema de formación).



**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

GUÍA DOCENTE 2015-2016

7. EVALUACIÓN

Se llevará a cabo un sistema de evaluación formativa y continua valorándose una serie de entregas o tareas presentadas en tiempo y forma.

Los porcentajes para cada una de las evaluaciones que conformarán la calificación final del alumnado en convocatoria ordinaria (convocatoria de curso y de recuperación de curso), serán los siguientes:

- Entrega de tareas presentadas en tiempo y forma para valorar la participación e implicación del alumnado en la asignatura: 20%
- Actividad de evaluación antes de navidad (examen parcial): 30% (NO SE ELIMINA MATERIA)
- Examen escrito para la evaluación final de conocimientos teórico-prácticos adquiridos en la asignatura: 50% (necesario aprobar el examen con un 5 para sumar el resto de porcentajes)

Para convocatoria extraordinaria, la evaluación se llevará a cabo a través de un examen escrito que supondrá el 100% de la calificación final.

8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

Anshel, M.H. (1991). *Dictionary of the Sport and Exercise Sciences*. USA: Human kinetics publishers.

Aquesolo, J.A., Rodado, P., y García, C. (1992). *Diccionario de las Ciencias del Deporte*. Málaga: Unisport.

Aznar, S., Webster, T., y López Chicharro, J. (2006). *Actividad Física y Salud en la Infancia y Adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo. Ministerio de Educación y Cultura.

Blanco, E. (2009). *Manual de la Organización Institucional del Deporte*. Barcelona: Paidotribo.

Blández, J. (1995). *La utilización del material y del espacio en Educación Física*. Barcelona: Inde.

**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

- Blázquez, D. (2010). Métodos de enseñanza de la práctica deportiva. En Blázquez, D. (Dir). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 252-286). Barcelona: Inde.
- Calderón, A. y Palao, J.M. (2009). *Manual de sistemática del ejercicio (2ª Edición)*. Murcia: Diego Marín.
- Carta Europea del Deporte (1992). Recomendación Nº R (92) 13 del Comité de Ministros a los Estados miembros sobre la Carta Europea del Deporte adoptada por el comité de Ministros el 24 de septiembre del 1992.
- Caspersen, C.J., Powell, K.E., Y Merritt, R.K. (1994). Measurement of health status and well-being. In C. Bouchard y R.J. Shepard (Eds), *Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement* (pp. 180-202). Champaign: Human Kinetics Publishers.
- Contreras, O.R., De la Torre, E., y Velázquez, R. (2001). *Iniciación Deportiva*. Madrid: Síntesis.
- De Lucas, J.M. (1993). Interacción y control de la clase. En Alonso, P.M. (Dir.). *La Educación Física y su Didáctica*. Madrid: ICCE.
- Del Villar, F. (1993). El desarrollo del conocimiento práctico de los profesores de Educación Física, a través de un programa de análisis de la práctica docente. Un estudio de caso en formación inicial. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Delgado, M.A. (1991). *Los estilos de enseñanza en educación física. Una propuesta para la reforma de la enseñanza*. I.C.E. de la Universidad de Granada.
- Delgado, M.A. (1993). Las Tareas en la Educación Física para Enseñanza Primaria. En A.A.VV. *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria*. Vol. 1. Barcelona: Inde.
- Elosua, R. (2002). Actividad Física. Un eficiente y olvidado elemento de la prevención cardiovascular, desde la infancia hasta la vejez. *Rev. Esp. Cardiol*; 58 (8): 887-90.
- Gardoqui, M.L. (1993). Concepto de Didáctica de la Educación Física. Principios

GUÍA DOCENTE
2015-2016

- didácticos básicos. En A.A.V.V. *La Educación Física y su didáctica*.
Barcelona: ICCE
- González, C. (2005). El proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 20-28.
- González, M. (1993). La Educación Física: Fundamentación Teórica y Pedagógica. En A.A.V.V. *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria*. Vol. 1. Barcelona: Inde.
- Grosser, M., Hermann, H., Tusker, F., Y Zintl, F. (1991). *El movimiento deportivo: Bases anatómicas*. Barcelona: Martínez Roca.
- Hernández Moreno, J. (1988). *Baloncesto: Iniciación y entrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Hernández Moreno, J. (1994). *Fundamentos del deporte. Ar del juego deportivo*. Barcelona: Inde.
- Martens, R. (2002). *El entrenador de éxito*. Barcelona: Paidotribo.
- Martín, N. (1995). *Sistemática del ejercicio: conceptos y contexto*. Granada: Copartgraf.
- Martínez, N. (2004). *Los modelos de enseñanza y la práctica de aula*. Murcia: Universidad de Murcia
- Mayor, A. (1999). *Sistemática del movimiento (2ª Edición)*. Guadalajara: Universidad de Alcalá.
- Mosston, M. y Ashworth, S. (1993). La enseñanza de la Educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza. Barcelona: Hispano Europea.
- Olmedo, J.A. (2000). Estrategias para aumentar el tiempo motriz en las clases de educación física escolar. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (59) 22-30..
- Organización de Naciones Unidas (2003). El deporte como instrumento de prevención del uso indebido de drogas. Oficina de Naciones Unidas contra la droga y el delito.
- Ortega, FB., Ruiz, JR., Castillo, MJ., Moreno, LA., González-Gross, M., Warnberg, J. et al. (2005). Bajo nivel de forma física en los adolescentes españoles. Importancia para la salud cardiovascular futura (Estudio AVENA). *Rev.*

**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

- Esp. Cardiol*; 58: 898-909.
- Parlebas, P. (1989). *Perspectivas para una educación física moderna*. Málaga: Unisport.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deportes y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Pieron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.
- Riera, J. (1995). Estrategia, táctica y técnica deportivas. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (39) 45-56.
- Sáenz López, P. (2002). *La Educación Física y su Didáctica*. Sevilla: Wanceulen.
- Sánchez, F. (1989). *Bases para una didáctica de la educación física y del deporte*. Madrid: Gymnos.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Taberero, B., Márquez, S. y Llanos, C. (2002). Elementos a analizar en el proceso de iniciación deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*; 1: 9-15.
- Trepat de Francisco, D. (2010). La educación en valores a través de la iniciación deportiva. Blázquez, D (Dir.). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 96-112). Barcelona: Inde.
- Vallejo Nágera, J.A. (2010). *Aprender a hablar en público hoy: como cautivar y convencer por medio de la palabra*. Barcelona: Planeta.
- Vicente, M. (1988). La Educación Física; más que una asignatura. *Revista de Educación Física*, nº 19.
- Viciana, J. (1999). La programación e intervención didáctica en el deporte escolar (I). La técnica de enseñanza. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (56) 10-16.
- Viciana, J. y Delgado, M.A. (1999). La programación e intervención didáctica en el deporte escolar (II). Aportaciones de los diferentes estilos de enseñanza. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (56) 17-24.
- Villada, P. y Vizueté, M. (2002). *Los Fundamentos teórico-didácticos de la Educación*



**GUÍA DOCENTE
2015-2016**

Física. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.