



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Seguridade e hábitos saudables a través da educación física

Materia	Seguridade e hábitos saudables a través da educación física			
Código	P02G120V01943			
Titulación	Grao en Educación Primaria			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Ayan Perez, Carlos Luis			
Profesorado	Ayan Perez, Carlos Luis			
Correo-e	cayan@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	Materia de carácter teórico-práctico na que o alumnado de Educación Primaria cursa unha especialización conxunta co alumnado de Educación Infantil, sobre temas relativos á seguridade e a saúde, sempre baixo o contexto da Educación Física			

## Competencias

Código	
A1	Que os estudantes demostren posuír e comprender coñecementos nunha área de estudo que parte da base da educación secundaria xeral e adoita atoparse a un nivel que, malia se apoiar en libros de texto avanzados, inclúe tamén algúns aspectos que implican coñecementos procedentes da vangarda do seu campo de estudo.
A2	Que os estudantes saiban aplicar os seus coñecementos ó seu traballo ou vocación dunha forma profesional e posúan as competencias que adoitan demostrarse por medio da elaboración e defensa de argumentos e a resolución de problemas dentro da súa área de estudo.
A3	Que os estudantes teñan a capacidade de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro da súa área de estudo) para emitir xuízos que inclúan unha reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica ou ética.
A4	Que os estudantes poidan transmitir información, ideas, problemas e solución a un público tanto especializado coma non especializado.
A5	Que os estudantes desenvolvan aquelas habilidades de aprendizaxe necesarias para emprender estudos posteriores cun alto grao de autonomía.
B1	Coñecer as áreas curriculares da Educación Primaria, a relación interdisciplinar entre elas, os criterios de avaliación e o corpo de coñecementos didácticos ao redor dos procedementos de ensino e aprendizaxe respectivos
B2	Deseñar, planificar e avaliar procesos de ensino e aprendizaxe, tanto individualmente como en colaboración con outros docentes e profesionais do centro
B4	Deseñar e regular espazos de aprendizaxe en contextos de diversidade e que atendan á igualdade de xénero, á equidade e ao respecto aos dereitos humanos que conformen os valores da formación cidadá
B5	Fomentar a convivencia na aula e fóra dela, resolver problemas de disciplina e contribuir á resolución pacífica de conflitos. Estimular e valorar o esforzo, a constancia e a disciplina persoal nos estudantes
B8	Manter unha relación crítica e autónoma respecto dos saberes, os valores e as institucións sociais públicas e privadas
B10	Reflexionar sobre as prácticas de aula para innovar e mellorar o labor docente. Adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e cooperativa e promovela entre os estudantes
B11	Coñecer e aplicar nas aulas as tecnoloxías da información e da comunicación. Discernir selectivamente a información audiovisual que contribúa ás aprendizaxes, á formación cívica e á riqueza cultural
B12	Comprender a función, as posibilidades e os límites da educación na sociedade actual e as competencias fundamentais que afectan aos colexios de educación primaria e aos seus profesionais. Coñecer modelos de mellora da calidade con aplicación aos centros educativos
C57	Comprender os principios que contribúen á formación cultural, persoal e social desde a educación física
C58	Coñecer o currículo escolar da educación física

C59	Adquirir recursos para fomentar a participación ao longo da vida en actividades deportivas dentro e fóra da escola
C60	Desenvolver e avaliar contidos do currículo mediante recursos didácticos apropiados e promover as competencias correspondentes nos estudantes
C61	Adquirir un coñecemento práctico do aula e da xestión da mesma
D1	Capacidade de análise e síntese
D2	Capacidade de organización e planificación
D6	Capacidade de xestión da información
D7	Resolución de problemas
D8	Toma de decisións
D9	Traballo en equipo
D10	Traballo nun equipo de carácter interdisciplinar
D14	Razoamento crítico
D15	Compromiso ético
D16	Aprendizaxe autónoma
D17	Adaptación a novas situacións
D18	Creatividade
D19	Lideranza
D21	Iniciativa e espírito emprendedor
D22	Motivación pola calidade

### Resultados de aprendizaxe

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe			
Saber promove-la adquisición de hábitos en torno á autonomía.	A1	B2	C57	D6
	A2	B8	C60	D8
	A3	B12		D14
				D15
				D21
				D22
Coñecer os principios básicos un desenrolo e comportamento saudable	A3	B1	C57	D1
	A5	B5	C58	D2
		B8	C60	D7
		B12		D9
				D14
				D15
Ser capaz de crear, seleccionar e avaliar tarefas físico-motoras e materiais curriculares seguros, destinados a promover a aprendizaxe a través de actividades con sentido para o alumnado destas idades.	A1	B1	C57	D7
	A3	B4	C59	D10
	A4	B10	C60	D14
		B11		D17
				D18
				D19
Deseñar actividades encamiñadas ao desenvolvemento das habilidades motoras seguras e saudables.	A2	B2	C57	D1
	A3	B4	C60	D7
	A5	B8		D14
		B10		D15
				D22
Ser capaz de desenrolar os hábitos de autonomía persoal e o respecto ás normas nas prácticas físicas e na convivencia nos seus alumnos.	A1	B4	C58	D8
	A5	B10	C61	D14
		B12		D15
				D16
				D17
				D19
Detectar situacións de falta de benestar do neno ou a nena que sexan incompatibles co seu desenvolvemento e promover a súa mellora no ámbito da seguridade, autoprotección e da saúde.	A1	B2	C57	D1
	A2	B8	C59	D8
	A3	B10		D14
		B12		D15
				D18
				D22

### Contidos

Tema

Establécense 7 grandes bloques, que serán referentes para os respectivos temas. A súa relación establécese identificando o seu número entre paréntesis, ao final do título de cada tema.

1. BLOQUE 1.- Práctica de hábitos saudables na actividade física infantil: Hixiene corporal, alimentación, descanso e educación postural.
2. BLOQUE 2.- Valoración axustada dos factores de risco, adopción de comportamentos de prevención e seguridade en situacións habituais, actitude de tranquilidade e colaboración en situacións de enfermidade e de pequenos accidentes na actividade física infantil.
3. BLOQUE 3.- Utilización segura de espazos deportivos, elementos e obxectos.
4. BLOQUE 4.- A cadea de supervivencia e o soporte vital básico na actividade física infantil.
5. BLOQUE 5.- Primeiros axudas básicas.
6. BLOQUE 6.- Actividades de ensino/aprendizaxe vinculadas á saúde e a a prevención de accidentes na actividade física infantil.
7. BLOQUE 7.- Estratexias didácticas para o ensino/aprendizaxe da saúde, a autoprotección e a prevención de accidentes na actividade física infantil.

1. A educación física saudable (B1).	1.1. A educación física saudable: marco conceptual e contextual 1.2. A condición física saudable
2. Consideracións para unha práctica segura na educación física (B2;B3).	2.1. Recursos materiais seguros para a práctica de educación física. 2.2. Educación física e patoloxías infantís.
3. Os primeiros auxilios (B4;B5;B6).	3.1. Primeiros auxilios básicos. 3.2. A cadea de supervivencia.
4. Educación postural e educación física (B1;B6;B7).	4.1. Biomecánica Articular. 4.2. A ergonomía na educación física.

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	29	43.5	72.5
Lección maxistral	22.5	33.75	56.25
Seminario	0	15	15
Exame de preguntas obxectivas	1	1.5	2.5
Traballo	1	2.75	3.75

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

### Metodoloxía docente

	Descrición
Prácticas de laboratorio	Actividades expositivas do profesor e o estudante. Resolución de exercicios no aula/laboratorio baixo a dirección do profesor.
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices de traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante
Seminario	Tutorías obrigatorias individualmente ou en pequeno grupo.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Seminario	Actividades de petición voluntaria a desenrolar no despacho 230 en horario de tutoría adicadas a supervisar o traballo a realizar. Contémplase a posibilidade de emplear o correo electrónico e o despacho virtual como medios telemáticos que faciliten a atención personalizada do alumnado.
Prácticas de laboratorio	Sesións desenroladas no aula e no pavillón deportivo na que se porán en práctica os contidos relacionados coa materia.
Lección maxistral	Sesións teóricas desenroladas no aula co apoio das novas tecnoloxías.

### Avaliación

Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe

Exame de preguntas obxectivas	Saber promover a adquisición de hábitos en torno á autonomía. Coñecer os principios básicos dun desenvolvemento e comportamento saudables. Ser capaz de desenvolver os hábitos de autonomía persoal e o respecto ás normas nas prácticas físicas e na convivencia nos seus alumnos. Detectar situacións de falta de benestar do neno ou a nena que sexan incompatibles co seu desenvolvemento e promover a súa mellora no ámbito da seguridade, autoprotección e da saúde.	70	A1 A2 A3 A5	B1 B2 B4 B5	C57 C58 C59 C60	D1 D2 D6 D7
			B8 B10 B12		C61	D8 D9 D14 D15 D16 D17 D18 D19 D21 D22
Traballo	Ser capaz de crear, seleccionar e avaliar tarefas físico-motoras e materiais curriculares seguros, destinados a promover a aprendizaxe a través de actividades con sentido para o alumnado destas idades. Diseñar actividades encamiñadas ao desenvolvemento das habilidades motoras seguras e saudabl	30	A1 A2 A3 A4 A5	B1 B2 B4 B8 B10 B11	C57 C59 C60	D7 D10 D14 D15 D17 D18 D19 D22

### Outros comentarios sobre a Avaliación

Todo o alumnado, asista ou non ás aulas, ten dereito a ser avaliado. Para superar a materia, o alumnado, con independencia de se asistiu ou non ás aulas, deberá obter unha cualificación positiva en ambas as probas de avaliación (proba tipo test traballo). No tipo test, haberá que obter polo menos 3.5 ptos de 7 posibles, e no traballo, deberase alcanzar polo menos 1.5 ptos de 3 posibles. A nota final da materia obterase mediante a suma aritmética das puntuacións alcanzadas en ambas as partes, a condición de que se cumpran os criterios de cualificación anteriormente expostos. No caso de non superar a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xullo. Por iso, de non superarse ambas as probas de avaliación, estas deberán repetirse na mencionada convocatoria. No caso de superar unha das dúas probas, a nota obtida mantense de modo único e exclusivo para a segunda convocatoria (xullo), tendo entón que realizarse a outra proba na devandita convocatoria. As datas e horarios de exames poderanse localizar no link de Organización Académica "<http://feduc.webs.uvigo.es/index.php?ide=60,0,0,1,0,0>", na web da Facultade

### Bibliografía. Fontes de información

#### Bibliografía Básica

Cruz Roja Española, **Manual de Primeros Auxilios**, Primeira, Cinco Tintas, 2016

Delgado, M., Garzón, M., y Fernández, A., **Entrenamiento físico-deportivo y alimentación : de la infancia a la edad adulta**, Tercera, Paidotribo, 2007

Delgado, M., y Tercedor, P., **Estrategias de intervención en educación para la salud desde la educación física**, Primeira, Inde, 2002

Herrador, J., **Riesgos laborales en Educación Física: prevención de accidentes**, Primeira, Alcalá, 2013

Kapandji, J., **Fisiología Articular, Tomo II**, Sexta, Panamericana, 2012

Rodríguez, P., **Educación Física y Salud en Primaria. Hacia una educación corporal significativa y autónoma**, Primeira, Inde, 2006

#### Bibliografía Complementaria

Gudrun, F., **Esfuerzo físico y entrenamiento en niños y jóvenes**, Primeira, Paidotribo, 2003

Katch, V., McArdle, W., y Katch, F., **Fisiología del Ejercicio.**, Cuarta, Panamericana, 2015

López, P., **Ejercicios desaconsejados en la actividad física: detección y alternativas.**, Tercera, Inde, 2008

Meredith, M., y Well, G., **Fitnessgram/Activitygram test administration manual**, Primeira, Human Kinetics, 2005

Miñarro, P., **Mitos y falsas creencias en la práctica deportiva**, Primeira, Inde, 2002

Urgell, M. (coord.), **Libro blando de la nutrición infantil en España**, Primeira, Universidad de Zaragoza, 2015

Ramos, S., **Entrenamiento de la condición física. Teoría y Metodología**, Primeira, Kinesis, 2004

### Recomendacións

#### Materias que continúan o temario

Educación física e a súa didáctica na educación primaria/P02G120V01601

Actividade física e diversidade na escola/P02G120V01945

#### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

A educación física como medio de interdisciplinaridade/P02G120V01941

## **Materias que se recomenda ter cursado previamente**

Aprendizaxe e desenvolvemento da motricidade na educación primaria/P02G120V01301

---

## **Outros comentarios**

Considérase imprescindible a asistencia ás clases prácticas como modo de consolidar os contidos expostos nas sesións teóricas así como de mellorar a formación do alumno.

---

## **Plan de Continxencias**

---

### **Descrición**

=== MEDIDAS EXCEPCIONAIS PLANIFICADAS ===

Ante a incerta e imprevisible evolución da alerta sanitaria provocada pola COVID- 19, a Universidade establece una planificación extraordinaria que se activará no momento en que as administracións e a propia institución o determinen atendendo a criterios de seguridade, saúde e responsabilidade, e garantindo a docencia nun escenario non presencial ou non totalmente presencial. Estas medidas xa planificadas garanten, no momento que sexa preceptivo, o desenvolvemento da docencia dun xeito máis áxil e eficaz ao ser coñecido de antemán (ou cunha ampla antelación) polo alumnado e o profesorado a través da ferramenta normalizada e institucionalizada das guías docentes DOCNET.

=== ADAPTACIÓN DAS METODOLOXÍAS ===

\* Metodoloxías docentes que se manteñen

Seminarios e Lección Maxistral

\* Metodoloxías docentes que se modifican

Prácticas de Laboratorio

\* Mecanismo non presencial de atención ao alumnado (titorías)

Utilizarase o campus remoto, en concreto o despacho virtual do profesor (185)

\* Modificacións (se proceder) dos contidos a impartir

A docencia non presencial da actividade docente será realizada a través do Campus Remoto e máis a plataforma de teledocencia Faitic.

\* Bibliografía adicional para facilitar a auto-aprendizaxe

Non se contempla

\* Outras modificacións

Grabaranse vídeos dos contidos a impartir usando a ferramenta Powerpoint. Xeneraranse links para que poidan ser descargados que serán postos a disposición do alumnado vía faitic.

=== ADAPTACIÓN DA AVALIACIÓN ===

\* Probas xa realizadas

Proba: [Peso anterior 00%] [Peso Proposto 00%]

...

\* Probas pendentes que se manteñen

Proba Traballos: [Peso anterior 30%] [Peso Proposto 100%]

...

\* Probas que se modifican

[Exame teórico] => [Traballo]

\* Novas probas

\* Información adicional

---