

viu  
.es



# Guía didáctica

## Complementos para la formación disciplinar de Educación Física

Título: MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, BACHILLERATO, FORMACIÓN PROFESIONAL Y ENSEÑANZA DE IDIOMAS

Módulo: Específico

Créditos: 6 ECTS

Código: 32MSEC

**viu** | **Universidad**  
Internacional  
de Valencia

# Índice

1. Organización general	3
Datos de la asignatura	3
Equipo docente	3
Competencias	4
2. Temario	6
Contenidos	6
Elementos del Campus virtual	7
3. Materiales	8
4. Actividades formativas	9
5. Evaluación	10
Sistema de evaluación	10
Criterios de evaluación	10
6. Bibliografía	12

# 1. Organización general

## Datos de la asignatura

<b>MÓDULO</b>	Específico
<b>ASIGNATURA</b>	Complementos para la formación disciplinar de Educación Física
<b>Carácter</b>	Obligatorio
<b>Cuatrimestre</b>	1º
<b>Idioma en que se imparte</b>	Castellano
<b>Requisitos previos</b>	Para el acceso a este Máster, se deben cumplir los requisitos de acceso que prevé el artículo 16 del Real Decreto 1393/2007.

## Equipo docente

Nombre	Titulación	Correo electrónico
<b>Dra. Laura Ruiz Sanchis</b>	<i>Doctora en CAFD</i>	<a href="mailto:laura.ruiz@campusviu.es">laura.ruiz@campusviu.es</a>
<b>Rafael Peris Fontelles</b>	<i>Licenciado en CAFD</i>	<a href="mailto:rafael.parisf@campusviu.es">rafael.parisf@campusviu.es</a>
<b>Dr. Raúl Valdecabres Hermoso</b>	<i>Doctor en CAFD</i>	<a href="mailto:raul.valldecabres@campusviu.es">raul.valldecabres@campusviu.es</a>

## Competencias

### COMPETENCIAS GENERALES

CG-6 - El/la alumno/a ha de ser capaz de adquirir estrategias para estimular el esfuerzo del estudiante y promover su capacidad para aprender por sí mismo y con otros, y desarrollar habilidades de pensamiento y de decisión que faciliten la autonomía, la confianza e iniciativa personales.

CG-5 - El/la alumno/a ha de ser capaz de diseñar y desarrollar espacios de aprendizaje con especial atención a la equidad, la educación emocional y en valores, la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, la formación ciudadana y el respeto de los derechos humanos que faciliten la vida en sociedad, la toma de decisiones y la construcción de un futuro sostenible.

CG-7 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer los procesos de interacción y comunicación en el aula, dominar destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar el aprendizaje y la convivencia en el aula, y abordar problemas de disciplina y resolución de conflictos.

CG-8 - El/la alumno/a ha de ser capaz de diseñar y realizar actividades formales y no formales que contribuyan a hacer del centro un lugar de participación y cultura en el entorno donde esté ubicado; desarrollar las funciones de tutoría y de orientación de los estudiantes de manera colaborativa y coordinada; participar en la evaluación, investigación y la innovación de los procesos de enseñanza y aprendizaje.

CG-9 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer la normativa y organización institucional del sistema educativo y modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros de enseñanza.

CG-10 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer y analizar las características históricas de la profesión docente, su situación actual, perspectivas e interrelación con la realidad social de cada época.

CG-11 - El/la alumno/a ha de ser capaz de informar y asesorar a las familias acerca del proceso de enseñanza y aprendizaje y sobre la orientación personal, académica y profesional de sus hijos.

CG-1 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer los contenidos curriculares de las materias relativas a la especialización docente correspondiente, así como el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procesos de enseñanza y aprendizaje respectivos. Para la formación profesional se incluirá el conocimiento de las respectivas profesiones.

CG-2 - El/la alumno/a ha de ser capaz de planificar, desarrollar y evaluar el proceso de enseñanza y aprendizaje potenciando procesos educativos que faciliten la adquisición de las competencias propias de las respectivas enseñanzas, atendiendo al nivel y formación previa de los estudiantes así como la orientación de los mismos, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.

CG-3 - El/la alumno/a ha de ser capaz de buscar, obtener, procesar y comunicar información (oral, impresa, audiovisual, digital o multimedia), transformarla en conocimiento y aplicarla en los procesos de enseñanza y aprendizaje en las materias propias de la especialización cursada.

CG-4 - El/la alumno/a ha de ser capaz de concretar el currículo que se vaya a implantar en un centro docente participando en la planificación colectiva del mismo; desarrollar y aplicar metodologías didácticas tanto grupales como personalizadas, adaptadas a la diversidad de los estudiantes.

## **COMPETENCIAS BÁSICAS**

CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.

CB7 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

CB8 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.

CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

## **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA**

CE-13 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer el valor formativo y cultural de las materias correspondientes a la especialización y los contenidos que se cursan en las respectivas enseñanzas.

CE-14 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer la historia y los desarrollos recientes de las materias y sus perspectivas para poder transmitir una visión dinámica de las mismas.

CE-15 - El/la alumno/a ha de ser capaz de conocer contextos y situaciones en que se usan o aplican los diversos contenidos curriculares.

CE-16 - El/la alumno/a ha de ser capaz, en formación profesional, de conocer la evolución del mundo laboral, la interacción entre sociedad, trabajo y calidad de vida, así como la necesidad de adquirir la formación adecuada para la adaptación a los cambios y transformaciones que puedan requerir las profesiones.

CE-19 - El/la alumno/a ha de ser capaz de transformar los currículos en programas de actividades y de trabajo.

## 2. Temario

### Contenidos

#### **Tema 1. La Educación física y deportiva como ámbito de conocimiento**

- 1.1. La Epistemología de la Educación física y deportiva
  - 1.1.1. El concepto de Educación Física
  - 1.1.2. La Epistemología de la Educación Física
- 1.2. La adaptación del organismo derivada de la actividad física y deportiva
  - 1.2.1. El sistema nervioso
  - 1.2.2. El Sistema endocrino
  - 1.2.3. Sistema Cardiorrespiratorio
  - 1.2.4. Sistema músculo esquelético
- 1.3. Sistemática y teoría del entrenamiento
  - 1.3.1. Elementos mecánicos y funcionales
  - 1.3.2. Elementos kinesiológicos
  - 1.3.3. El entrenamiento en adolescentes

#### **Tema 2. La Educación física y deportiva como área del currículo**

- 2.1. La Educación física y deportiva en el sistema educativo Español
- 2.2. Los elementos configuradores del área de Educación Física y deportiva
  - 2.2.1. Capacidades físicas básicas
  - 2.2.2. Capacidades perceptivo-motrices
  - 2.2.3. Habilidades y destrezas motrices
  - 2.2.4. El juego
  - 2.2.5. Deporte individual y colectivo

LOCALIZACIÓN EN CAMPUS	ELEMENTOS
<b>GUÍA DIDÁCTICA</b>	GUÍA DIDÁCTICA DE LA ASIGNATURA
<b>CALENDARIO</b>	FECHAS SESIONES-CLASES SÍNCRONAS
<b>RECURSOS Y MATERIALES</b>	01 "MATERIALES DOCENTES" Manual de la asignatura Documento multimedia
	02 "VÍDEOS DE LA ASIGNATURA"
	03 "MATERIALES DEL PROFESOR"
<b>VIDEOCONFERENCIAS</b>	Sesiones programadas: Serán accesibles 15 minutos antes del inicio de la videoconferencia. Sesiones grabadas: Serán accesibles 15 minutos después de finalizar la videoconferencia.
<b>ACTIVIDADES</b>	Actividades del porfolio Pruebas y exámenes
<b>MIS CALIFICACIONES</b>	Espacio donde el estudiante consulta las calificaciones asignadas a las actividades y pruebas de evaluación.
<b>ANUNCIOS</b>	Espacio donde se pueden consultar las comunicaciones y novedades del profesor durante el desarrollo de la asignatura.
<b>FOROS</b>	Foro de debate Dudas sobre contenidos Dudas sobre las actividades Miscelánea

# 3. Materiales

## 1. Materiales docentes

El día de inicio de la asignatura, en el menú de herramientas “Recursos y Materiales”, estará a disposición del estudiante los materiales docentes de la asignatura organizados por carpetas:

- Carpeta “01. Materiales docentes”:
  - Manual de la asignatura: manual que recoge los contenidos teóricos de la asignatura y que ha sido elaborado por el consultor de la materia.
  - Documento multimedia (eLearning – SCORM): documento interactivo que presenta una síntesis de los contenidos más importantes de la asignatura. Permite dar un repaso general a la asignatura antes de las videoconferencias teóricas con el consultor.
- Carpeta “02. Videos de la asignatura”:
  - En este espacio el alumno tendrá a disposición los videos docentes del consultor y experto (según la asignatura). Se trata de clases grabadas que podrán visionarse sin franja horaria a lo largo de toda la materia. En concreto esta asignatura dispone de los siguientes videos:
    - Vídeo introductorio: Laura Ruiz Sanchis
    - Vídeo docente: Laura Ruiz Sanchis
    - Vídeo experto: Francesc Llorens Martínez
- Carpeta “03. Materiales del profesor”:
  - Carpeta donde el profesor de la asignatura subirá material adicional.



## 4. Actividades formativas

### 1. Clases teóricas

Durante el transcurso de la materia, el profesor responsable de la misma impartirá clases magistrales por videoconferencia, donde se profundizará en temas relacionados con la materia. Estas clases deberán seguirse en el horario establecido en la planificación de cada materia, si bien quedarán grabadas para un posible visionado posterior.

### 3. Actividades guiadas

Con el fin de profundizar y de tratar temas relacionados con cada materia se realizarán varias actividades guiadas por parte del docente a través de videoconferencia. Estas clases deberán seguirse en el horario establecido en la planificación de cada materia, si bien quedarán grabadas para un posible visionado posterior.

### 4. Foro Formativo

La herramienta del Foro Formativo será empleada de forma asíncrona para tratar temas de debate planteados por el profesorado de la VIU. Como se indica en el siguiente apartado, esta herramienta también se empleará para resolver las dudas del alumnado en el hilo denominado Tutorías.

### 5. Tutorías

#### a. Tutorías colectivas

Se impartirán de forma síncrona mediante videoconferencias al inicio y al final de la materia. En la primera se presentará la materia (profesorado, planificación y material recomendado) y la segunda estará destinada a resolver las dudas planteadas por el alumnado, a su valoración sobre el desarrollo de la materia, y a la preparación de la evaluación. Estas clases deberán seguirse en el horario establecido en la planificación de cada materia, si bien quedarán grabadas para un posible visionado posterior.

#### b. Tutoría individual

El alumnado podrá resolver sus consultas por correo electrónico y/o a través del apartado de Tutorías dentro del Foro Dudas. Existirá, además, la posibilidad de realizar tutorías individuales mediante sesiones de videoconferencia por petición previa del estudiante en el plazo establecido.

### 6. Seminario

Como complemento a la materia impartida, en cada asignatura se realizarán actividades participativas sobre revisión bibliográfica, temas de interés y actualidad sobre la materia, temas de iniciación a la investigación o uso de herramientas TIC, que se impartirán por el profesorado de la VIU de forma síncrona mediante la herramienta de videoconferencia.

### 7. Trabajo autónomo del alumnado

Es necesaria una implicación del alumnado que incluya la lectura crítica de la bibliografía, el estudio sistemático de temas, la reflexión sobre los problemas planteados, la resolución de las actividades planteadas, la búsqueda, análisis y elaboración de información, etc. El profesorado propio de la Universidad seguirá teniendo una función de guía, pero se exigirá al estudiante que opine, resuelva, consulte y ponga en práctica todo aquello que ha aprendido. Los trabajos podrán ser realizados de manera individual o grupal.

## 5. Evaluación

### Sistema de evaluación

El Modelo de Evaluación de estudiantes en la VIU se sustenta en los principios del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), y está adaptado a la estructura de formación virtual propia de esta Universidad.

Sistema de Evaluación	Ponderación
<b>Portafolio*</b>	<b>70%</b>
Colección de tareas realizadas por el alumnado y establecidas por el profesorado. La mayoría de las tareas aquí recopiladas son el resultado del trabajo realizado dirigido por el profesorado en las actividades guiadas, seminarios y foros formativos y bibliográficos, tutorías colectivas, etc. Esto permite evaluar, además de las competencias conceptuales, otras de carácter más práctico, procedimental o actitudinal.	
Sistema de Evaluación	Ponderación
<b>Prueba final*</b>	<b>30 %</b>
La realización de una prueba cuyas características son definidas en cada caso por el correspondiente profesorado.	

**\*Es requisito indispensable para superar la asignatura aprobar cada apartado.**

### Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación se definirán de manera específica para cada una de las actividades en el transcurso de la asignatura. De todos modos, sirva como norma general las pautas que se indican a continuación.

Se establecerá una calificación en los siguientes cálculos y términos:

Nivel de Competencia	Calificación Oficial	Etiqueta Oficial
----------------------	----------------------	------------------

Muy competente	9 - 10	Sobresaliente
Competente	7 <9	Notable
Aceptable	5 <7	Aprobado
Aún no competente	<5	Suspenso

El nivel de competencia en cada una de las actividades realizadas se medirá, en términos generales, en función de la adecuación en el planteamiento de los contenidos generales y contenidos específicos, así como en la corrección de la estructura formal y organización del discurso (semántica, sintaxis y léxico). Por último, se valorará la originalidad y creatividad de las intervenciones en las actividades que así lo requieran valorando también la fundamentación bibliográfica de éstas.

## 6. Bibliografía

### 1. Bibliografía Básica:

- American College of Sports Medicine. (2000). *Guidelines for Exercise Testing and Prescription* (6th ed.). Philadelphia, PA: Lippincott, Williams & Wilkins.
- Blázquez, D. (1992). *La iniciación deportiva en el deporte escolar*. Inde: Barcelona.
- Bradley, P.S., Olsen, P.D. y Portas, M.D. (2007). The effect of static, ballistic, and proprioceptive neuromuscular facilitation stretching on vertical jump performance. *Journal of Strength and Condional Research*, 21(1), 223-6.
- Contreras, R. (1998). *Didáctica de la Educación Física, un enfoque constructivista*. Barcelona: INDE
- Díaz, J. (1995). *El currículo de la Educación Física en la Reforma Educativa*. Madrid: INDE
- Díaz, J. (2007). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: INDE
- Dorado, C., Dorado, N., y Sanchís, J. (2005). *Abdominales para un trabajo muscular más seguro*. Barcelona: Paidotribo.
- Florence, J. (1995). *Tareas significativas en la Educación Física Escolar*. Barcelona: INDE
- Granda, J. (2002). *Manual de aprendizaje y desarrollo motor: una perspectiva educativa*. Barcelona: Paidos.
- Ibáñez, J., y Gorostiaga, E. (2000). *Alimentación y Ejercicio Físico*. Ed. Instituto Navarro de Deporte y Juventud. Gobierno de Navarra.
- Iglesias, C, de Jesús, F, Entrala, A, y Román, J. (2005). *Nutrición y rendimiento deportivo: bases fisiológicas, suplementos ergogénicos y evidencia científica*. En Actualización en Nutrición Evidencias en nutrición. Ed.Sanitaria.
- Jiménez, J. y González, J. (1998). *Psicomotricidad y educación física*. Madrid: Visor.
- Kahle, W. (1999). *Atlas de anatomía. Sistema nervioso y órganos de los sentidos*. Barcelona: INDE
- López, P.A. (2000). *Ejercicios desaconsejados en la actividad física: detección y alternativas*. Barcelona: INDE.
- López, J. (2000). *Historia del deporte*. INDE: Barcelona
- Méndez A., y Méndez, C. (2000). *Los juegos en el currículum de la Educación Física*. Barcelona: Paidotribo.
- Navarro, V. (2002). *El afán de jugar*. Barcelona: INDE.
- Ruiz, L.M. (1995). *Competencia motriz*. Madrid: Gymnos.
- Ruiz, L.M. (2001). *Desarrollo, comportamiento motor y deporte*. Madrid: Síntesis.

- Sánchez Bañuelos, F. (1984). *Bases para una didáctica de la Educación Física*. Madrid: INDE.
- Vera, F.J., Flores, B., y Llana, S. (2007). *Entrenamiento de la zona central (Core training)*. En S. Llana y P. Pérez, Natación y actividades acuáticas. Alcoy: Marfil.
- Willmore, J.H., y Costill, D.L. (2004). *Fisiología del esfuerzo y del deporte*. Barcelona: Paidotribo.

## 2. Bibliografía Opcional:

- AA.VV. (2003). *La Educación Física desde una perspectiva interdisciplinar*. Barcelona: Graó.
- Arnold, P.J. (1991). *Educación Física, movimiento y curriculum*. Madrid: Morata.
- Blázquez, D. y Sebastián, E.M<sup>a</sup>. (2009). *Enseñar por competencias en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Castañer, M; y Trigo, E. (1995). *Globalidad e interdisciplinariedad curricular en la Enseñanza de Primaria*. Barcelona: Inde.
- Fraile A. (coord.) (2004). *Didáctica de la Educación Física. Una perspectiva crítica y transversal*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Galera, A. (2001). *Manual de didáctica de la Educación Física, vol. II*. Madrid: Paidós.
- Lleixá, T. (2003). *Educación física hoy. Realidad y cambio curricular*. Barcelona: Ice - Horsori.