



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT
**ENSENYAMENT I
APRENTATGE DE
L'EDUCACIÓ FÍSICA**

Coordinació: HERNÁNDEZ GONZÁLEZ, VICENÇ JOSEP

Any acadèmic 2020-21

Informació general de l'assignatura

Denominació	ENSENYAMENT I APRENTATGE DE L'EDUCACIÓ FÍSICA			
Codi	100887			
Semestre d'impartició	2N Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA			
Caràcter	Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat
	Grau en Educació Primària (R 2018)	3	OBLIGATÒRIA	Presencial
Nombre de crèdits assignatura (ECTS)	6			
Tipus d'activitat, crèdits i grups	Tipus d'activitat	PRAULA		TEORIA
	Nombre de crèdits	1.8		4.2
	Nombre de grups	4		3
Coordinació	HERNÁNDEZ GONZÁLEZ, VICENÇ JOSEP			
Departament/s	DIDÀCTIQUES ESPECÍFIQUES			
Distribució càrrega docent entre la classe presencial i el treball autònom de l'estudiant	25h (6 ECTS). 150h de treball per l'alumne.			
	90h no presencials (60%) 60h presencial/virtual (40%)			
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.			
Idioma/es d'impartició	Català Castellà English			

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits impartits pel professorat	Horari de tutoria/lloc
DE PANO RODRÍGUEZ, ÁLVARO	alvaro.depano@udl.cat	13,8	
HERNÁNDEZ GONZÁLEZ, VICENÇ JOSEP	vicenc.hernandez@udl.cat	6	

Objectius acadèmics de l'assignatura

Identificar els fonaments de l'educació física i la seva didàctica.

Tenir coneixement de la cohesió educativa que s'estableix en l'educació física gràcies a la seva didàctica.

Adquirir recursos per fomentar la participació al llarg de la vida en activitats esportives dintre i fora de l'escola.

Desenvolupar i avaluar continguts del currículum mitjançant recursos didàctics apropiats i promoure les competències corresponents en els estudiants.

Comprendre els principis que contribueixen a la formació cultural, personal i social des de l'educació física.

Analitzar els factors que intervenen en la didàctica de l'educació física, des de plantejaments curriculars formals i no formals per a l'etapa de primària.

Competències

Conèixer el currículum escolar de l'educació física.

Adquirir recursos per a fomentar la participació durant tota la vida en activitats esportives dins i fora de l'escola.

Desenvolupar i avaluar continguts del currículum mitjançant recursos didàctics apropiats i promoure les competències corresponents dels estudiants.

Comprendre els principis que faciliten la formació cultural, personal i social des de l'educació física.

Adquirir capacitació en l'ús de les noves tecnologies i de les tecnologies de la informació i la comunicació.

Adquirir nocions essencials de el pensament científic.

Continguts fonamentals de l'assignatura

Tema 1. Introducció

1. Educació Física, evolució i interès social actual.
2. Consideracions conceptuals
3. Noves expectatives de l'activitat física
4. Elements i continguts del currículum d'EF i la necessitat de programar

Tema 2. Activitat física i educació física de base

1. Les capacitats perceptivo-motrius
2. Les habilitat motrius

Tema 3. Les qualitats físiques bàsiques i les fases sensibles.

- 3.1. Introducció
- 3.2. La Resistència cardio-respiratòria
- 3.3. La Força
- 3.4. La Velocitat
- 3.5. La Flexibilitat

Tema 4. Joc motor i temps de lleure en l'Educació física.

- 4.1. El joc motor i la seva relació amb l'educació física.
- 4.2. L'aprenentatge del joc i a través del joc.
- 4.3. La iniciació esportiva a través del joc.

Tema 5. Activitat física i salut.

- 5.1. Hàbits saludables i determinants per a la salut.
- 5.2. Activitat física i hàbits saludables. Pràctiques pel desenvolupament d'escoles saludables.

Eixos metodològics de l'assignatura

A partir dels aprenentatges teòrics (40% de la quota horària dels crèdits) es combinaran treballs pràctics (60 % de la quota horària dels crèdits) per aprofundir en els aspectes didàctics i curriculars que el mestre que imparteix docència en l'àrea d'educació física, ha de tenir presents:

- * Presentació i orientació del marc teòric per part dels professors.
- * Elaboració, exposició posada en pràctica per part de l'alumnat d'una programació, atenent els diferents apartats prescriptius desenvolupats en el temari.
- * Debats en els quals s'intentarà aprofitar l'experiència i els coneixements que s'aniran assolint per treure conclusions de com les idees treballades poden ajudar a millorar la nostra pràctica pedagògica i didàctica.
- * Estudi i discussió a partir de les reflexions i expectatives presentades en les dinàmiques d'aula.
- * Portafoli recull de les activitats i dinàmiques realitzades.
- * Comentari, clarificació del resultat de treball dels grups i/o individuals en sessions plenàries.
- * Intercanvi d'experiències.

Pla de desenvolupament de l'assignatura

Al cronograma de la matèria.

Sistema d'avaluació

- Carpeta d'aprenentatge (avaluació contínua al llarg de la matèria): 40%
- Elaboració d'un informe (valoració de la capacitat de síntesi): 20%
- Resolució d'un cas pràctic (valoració de la capacitat d'anàlisi i resolució d'una situació problemàtica real o fictícia): 20%
- Activitats en xarxa (valoració mitjançant fòrums, debats..., per ajudar a fer un seguiment més complet, alhora de poder treballar les competències transversals): 20%

Bibliografia i recursos d'informació

- Águila, C., i Casimiro, A. (2001). Tratamiento metodológico de la iniciación a los deportes colectivos en edad escolar. EN F. Ruiz, A. García y A. J. Casimiro, *La iniciación deportiva basada en los deportes colectivos* (pp. 31-56). Madrid: Gymnos.
- Aguilera-Ruiz, C.; Manzano-León, A., Martínez-Moreno, I., Lozano-Segura, M.C. i Casiano Yanicelli, C. (2017). El Modelo Flipped Classroom. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 4(1); 261-266.
- Álvarez del Villar, C. (1987): *La preparación física del fútbol basada en el atletismo*. Ed. Gymnos. Madrid.
- Baena, A.; Granero, A. i Ruiz, P.J. (2010). Procedures and instruments for the measurement and evaluation of motor development in the educations system. *Journal of Sport and Health Research*. 2(2):63-18.
- Barrow, H. M., i Brown, J. P. (1992): *Hombre y Movimiento*, Doyma, Barcelona.
- Blanco i Felip, P. (2007). Un marc vivencial per al desenvolupament integral de les competències. Desplegament curricular. Departament de Didàctiques Específiques. Edicions de la Universitat de Lleida.
- Blanco, P.; Jové, M. C.; Villagra, A. (2005). Una estrategia cooperativa para nuevas competencias de formación dins Educación Física y Deporte Escolar. *Actas del VI Congreso Internacional Gymnos*. Córdoba.
- Blanco, P.: (1994-a) Projecte curricular de l'Àrea d'Educació Física. Material per al professorat. Barcelona: Servei de Difusió i Edicions de la Generalitat de Catalunya.
- Blanco, P.: (1994-b) Projecte curricular de l'Àrea d'Educació Física. Material per a l'alumne. Barcelona: Servei de Difusió i Edicions de la Generalitat de Catalunya.
- Blanco, P. I SUAU, J.: (1999) Propòsits d'evolució. Una estratègia en el camp de l'educació física. Barcelona: La Galera S.A.
- Blanco, P. et al.: (2005) Acció estratègica per aconseguir competències. Barcelona: Barcanova.
- Blanco, P.: (2007) la formación permanente una competencia práctica de futuro . *Revista Investigación en la Escuela*. 62/2007, pp87-97.
- Blanco, P. (2009): Adquirir competencias desde las habilidades competenciales. *Revista Aula de Encuentro*, 12/2009, pp155-174.
- Blanco, P. I Franquet, B.: (2010): La mediación del caballo y su relación con la adquisición de competencias. *Revista Apunts. Revista de Educación Física y Deportes*, 101, pp5-14.
- Blanco, P. et al.: (2011): La competición deportiva como estrategia metodológica en edad escolar. El caso de Aragón. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 393, pp12-26.
- Blanco, P. et al.: (2011): Conductas de salud en escolares de la provincia de Alicante. *Revista Nutrición Hospitalaria*, 26.1, pp71-72.
- Blanco, P. (2011): Paradigma Pedagógico Ignaciano e Investigación- Acción. Una propuesta ecléctica para el desarrollo de habilidades competenciales. *Revista Aula de Encuentro*, 14/201.
- Blázquez, D.; Batalla, A. (coord.) (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.
- Blázquez, D. (1982): *Elección de un método en educación física: las situaciones-problema*, Apunts d'educació física i medicina esportiva.
- Blázquez, D. (1990). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Blázquez, D. (1995) *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde. Barcelona.
- Blázquez, D. (2001): *La educación física*, Inde, Barcelona.
- Blázquez, D. (2009)). *La gestión de la Clase de E.F. Microcursos*. INDE Barcelona.
- Bruner, J.S. (1961). The Act of Discovery, *Harvard Educational Review*, 31, 21-32.
- Carta Europea del Deporte (1992). Declaración política sobre la nueva carta europea del deporte. <https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=34&subs=439&cod=3118&page=>
- Castañer, M. i Camerino, O. (1991). *La educación física en la enseñanza primaria*. Ed. Inde. Barcelona
- Cenizo Benjumea, J.M.; Ravelo Afonso, J.; Morilla Pineda, S.; Ramírez Hurtado, J.M. y Fernández-Truan, J.C. (2016) Diseño y validación de instrumento para evaluar coordinación motriz en primaria / Design and

- Validation of a Tool to Assess Motor Coordination in Primary. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 16 (62) pp.203-219
[Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista62/artdiseno698.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista62/artdiseno698.htm)
- Cervello, E. (2002), La motivación deportiva. II Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte. Madrid.
 - Contreras, O. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Ed. Inde. Barcelona.
 - Costes, A. (1993): «La clase de educación física». En vv. aa.: *Fundamentos de Educación Física para Primaria*, vol. ii, cap. xxxii, Inde, Barcelona.
 - Cratty, B. (1982). *Desarrollo perceptivo y motor de los niños*. Paidós. Barcelona.
 - Decret 119/2015, de 23 de juny, d'ordenació dels ensenyaments d'educació Primària. Diari Oficial de Catalunya.
 - Delgado N. (1991): "Los estilos de enseñanza en Educación Física". Universidad de Granada.
 - Delgado, M. A. (1993): «Las tareas en educación física para enseñanza primaria», en vv. aa.: *Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria*, vol. i, cap. ii, Inde, Barcelona.
 - Díaz, P. (2005): "Condiciones de trabajo y tareas docentes en Educación Secundaria. Satisfacción del profesorado de Educación Física.". Sevilla. Ed. Wanceulen.
 - Diaz Lucea, J. (1999) *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Inde. Barcelona.
 - Famose, J.P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Paidotribo. Barcelona.
 - Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) (2003). Las tareas motrices en la enseñanza de los elementos técnico-tácticos de los deportes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 5; p. 5-10.
 - Fistinguer, L. (1957). *The Theory of Cognitive Dissonance*. Evanston, Ill: Row, Petterson.
 - Fraile, A. (1997). Reflexiones sobre la presencia del deporte en la escuela. *Revista de Educación Física*, nº 64, pp. 5-10, La Coruña.
 - Galera, A. D. (2001): *Manual de Didáctica de la Educación Física I. Una perspectiva constructivista moderada. Funciones de impartición*, Paidós, Barcelona.
 - Garcia-Manso, J.M., Ruiz Caballero, J.A. i Navarro, M. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo (Principios y aplicaciones). Ed. Gymnos.
 - Gisbert, D. D., & Gelabert, S. B. (2008). *L'aprenentatge cooperatiu com a estratègia instructiva per a la inclusió*. Suports: *Revista Catalana d'educació Especial i Atenció a La Diversitat*, 12(1), 4–12.
 - Gutiérrez Cardeñosa, S. (1998). El deporte como medio educativo. En *Actas del XVI Congreso Nacional de Educación Física. Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio* (pp. 211-215). Badajoz: Universidad de Extremadura.
 - Han, J.C., Lawlor, D.A. i Kimm, S.Y.S. (2010). Childhood obesity – 2010: Progress and challenges. *Lancet*, 15; 375: 1737-1748.
 - Hernández-González, V., Arnau-Salvador, R., Jové-Deltell, C., Mayolas-Pi, M.C., Reverter-Masia, J. (2018). Physical activity, eating habits and tobacco and alcohol use in students of a Catalan university. *Revista de la Facultad de Medicina*, 66 (4). <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n4.61896>
 - Isla Alcoser, S. D. (2006). La evaluación de los aprendizajes en Educación Física. "La tercera arista del triángulo educativo". *EFDeportes.com, Revista digital*. Buenos Aires, nº 102.
<http://www.efdeportes.com/efd102/eval.htm>
 - Johnson, Rogert T. Johnson, D. W. (1997). *Una visió global de l'aprenentatge cooperatiu*. Suports, 1, 54–64.
 - Knapp, B. (1963). *La habilidad del deporte*. Miñón. Valladolid.
 - Le Bouch, J. (1997): *La Educación Psicomotriz en la Escuela Primaria*. Ed. Paidós. Barcelona.
 - Le Boulch, J. (1976). "El 'esquema corporal' y su génesis. Fundamentos teóricos", en *La educación por el movimiento*, Buenos Aires, Paidós, pp. 87-92.
 - Litwin, J. i Fernández, G. (1982). *Evaluación y estadística aplicada a la Educación Física y el deporte*. Buenos Aires: Stadium.
 - Llei d'Educació de Catalunya 12/2009, del 10 de juliol, d'educació. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya, 16 de juliol de 2009, núm. 5422.
 - Ley Orgánica 14/1970, de 4 de agosto, General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 6 de agosto de 1970, núm. 187, pp. 12525-12546.
 - Ley Orgánica 5/1980, de 19 de junio, por la que se regula el Estatuto de Centros Escolares. *Boletín oficial del Estado*, 27 de junio de 1980, núm. 154, pp. 14633-14636.
 - Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del Derecho a la Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de julio de 1985, núm. 159.

- Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de octubre de 1990, núm. 238, pp. 28927-28942.
- Ley Orgánica 9/1995, de 20 de noviembre, de la participación, la evaluación y el gobierno de los centros escolares. *Boletín Oficial del Estado*, 21 de noviembre de 1995, núm. 278, pp. 33651-33665.
- Ley Orgánica 10/2002. De 23 de diciembre, de Calidad de la Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 24 de diciembre de 2002, núm. 307, pp. 45188-45220.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (loe). *Boletín Oficial del Estado*, 4 de mayo de 2006, núm. 106, pp. 17158-17207.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (lomce). *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013, núm. 295, pp. 97858-97921.
- Macazaga, A. (1989). *Habilidad, destreza y habilidad motriz. Clasificaciones generales, análisis de las tareas motrices*. En VV.AA. (Eds.). *Bases para una nueva educación física*. CEPID. Zaragoza.
- Maset, P. P. (2008). *Cooperar per aprendre i aprendre a cooperar: el treball en equips cooperatius com a recurs i com a contingut*. Suports: *Revista Catalana d'educació Especial i Atenció a La Diversitat*, 12(1), 21-37.
- Matveev, L. (1992): *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Ed. Ráduga. Moscú.
- Moliner-Urdiales, D. i Hernando-Domingo, C. (2015). *Didáctica de l'Educació Física*, Universitat Jaume I.
- Moral, S. (2010): *Didáctica. Teoría y práctica de la enseñanza*, Ediciones Pirámide, Madrid.
- Muska Mosston i Sarah Ashworth (1980). *Teaching Behavior: Change with Dignity*.
- Mosston, M. (1982): *La enseñanza de la Educación Física*, Paidós, Barcelona.
- Mosston, M., Asworth, S. (1993): *La enseñanza de la Educación Física*, Hispano Europea, Barcelona.
- Muñoz Rivera, D. (2009). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. *Revista digital Efdportes*, n.130.
- Navarro, F. (1998): *La resistencia*. Madrid, Ed. Gymnos.
- Ortega, E., i Blázquez, D. (1997). La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años. Ed. Cindel. Argentina.
- Ortega, E. i Blázquez, D. (1997): *La Actividad Motriz, en el niño de 6 a 8 años*. Ed. Cindel. Argentina.
- Padial, P. (2001): *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. INEF. Granada.
- Peguera Carré, M.C., Curto Reverte, C., Coiduras Rodríguez, J.Ll., Aguilar Camaño, D., Hernández González, V., Sansó, C., Arbós Gabarró, L., Cornadó i Teixidó, M.P., Miró Miró, A. (2019). Amistad crítica para el desarrollo de la docencia universitaria: colaboración de la tríada en el Grado de Educación Primaria dual (RES0044). XV Symposium Internacional sobre el Prácticum y las Prácticas Externas: "Presente y retos de futuro": actas, Poio (Pontevedra), 10, 11 y 12 de julio de 2019.
- Pérez Báez, J. J. (2010). Los criterios de calificación en el área de Educación Física. *EFDportes.com, Revista digital*. Buenos Aires, nº 150. <http://www.efdeportes.com/efd150/los-criterios-de-calificacion-en-educacion-fisica.htm>
- Pérez-Rodrigo, C., Gianzo-Citores, M., Gil, A., Gonzalez-Gross, M., Ortega, R. M., Serra-Majem, L., Varela-Moreiras, G. i Aranceta-Bartrina, J. (2017). Lifestyle Patterns and Weight Status in Spanish adults: The ANIBES Study. *Nutrients*, 14(9); 606.
- Picq, L. i Vayer, P. (1977): *Educación Psicomotriz*. Ed. Científico Médica. Barcelona.
- Piaget, J. (1975). *El mecanismo del desarrollo mental*. Editorial Nacional. Madrid.
- Platonov, V. N. (1995): *El entrenamiento deportivo. Teoría y Metodología*. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Plaza-Montero, D., Jové-Deltell, M.C., Hernández-González, V., Reverter-Masia, J. (2013). Valoración de los docentes de educación física de las actividades deportivas extraescolares. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*, 4(21); 69-78.
- Pozo Rosado, P. (2010). Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la Educación Física escolar. *Reivista digital efdeportes*. n.143.
- Prieto Bascón, M.A. (2010). Habilidades Motrices Básicas. *Revsita Digital de Innovación y experiencias educativas*. 37.
- Prieto, A. (2017). *Flipped learning. Aplicar el modelo de aprendizaje inverso*. Madrid: Narcea.
- Reverter-Masia, J., Arnau-Salvador, R., Hernández-González, V. (2019). Repercusión de la actividad física en bicicleta sobre algunos hábitos de estilos de vida saludables: Proyecto Cátedra ASISA. *Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 30; 204-206.
- Reverter-Masia, J., Hernández-González, V., (2017). Actividad Física en adolescentes. ¿Existe evidencia científica de cómo afecta el ejercicio físico al sueño en la población adolescente?. *Journal of Negative and No Positive Results*, 2(7);298-303
- Reverter-Masia, J., Plaza-Montero, D., Hernández-González, V., Jové-Deltell, M.C., Coiduras-Rodríguez, J.

- (2013). Parental attitudes towards extracurricular physical and sports activity in school-age children. *Journal of Human Sport and Exercise*, 8(3); 861-876.
- Reverter-Masia, J., Plaza-Montero, D., Hernández-González, V., Jové-Deltell, M.C., Mayolas-PI, M.C. (2013). Valoración de los usuarios directos e indirectos de los servicios deportivos extraescolares : a propósito de un caso. *Aloma: revista de psicología, ciencias de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 31(2); 99-107, <https://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/view/271112>
 - Reverter-Masia, J., Plaza-Montero, D., Jové-Deltell, M.C., Hernández-González, V., (2014). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria: el caso de Torre Vieja (Alicante). *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25; 48-52.
 - Reverter-Masia, J., Hernández-González, V. (2011). Uso de las revistas científicas en los profesionales de la Educación Física. <http://hdl.handle.net/10459.1/44638>.
 - Saénz-López, P. (1997): *Educación Física y su didáctica. Manual para el profesor*. Sevilla, Wanceulen.
 - Sáez Pastor, F. i Gutiérrez Sánchez, A. (2007). Los contenidos de las capacidades condicionales en la educación física. *Revista de Investigación en Educación*, n.4: 36-60.
 - Sánchez Bañuelos, F. (1984): *Didáctica de la educación física y el deporte*, Gymnos, Madrid.
 - Sánchez Bañuelos, F. (1989). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
 - Sein-Echaluce, M.; Fidalgo-Blanco, A., García-Peñalvo, F.J. (2017). Teamwork and Flip teaching to improve students' active learning. IV Congreso Internacional sobre Aprendizaje, Innovación y Competitividad (CINAIC 2017).
 - Seirulo, F. (1986). *Apuntes de Educación Física de base*. Barcelona. INEFC.
 - Singer, R. (1986). *El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte*. Hispano Europea. Barcelona.
 - Trujillo Navas, F. (2010). La organización del grupo-clase y de las tareas en la clase de educación física. *Revista Digital de Educación Física*, n.2. ISSN: 1989-8304.
 - Vázquez, B. (1989): *La Educación Física en la Educación Básica*, Gymnos, Madrid.
 - Vicente, M. (1988): *Teoría pedagógica de la actividad física*, Bases Epistemológicas Gymnos, Madrid.
 - Villada, P. i Vizueté, M. (2002). *Los fundamentos teóricos-didácticos de la educación física*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Madrid.
 - Vicián, J. i altres (eds.) (2006): *La planificación de la sesión de educación física: tipos de sesiones y ejemplos*, www.efdeportes.com.
 - Zagalaz, M. L. (1998): *La Educación Física Femenina en España*, Universidad de Jaén, Jaén. — (2001): *Bases teóricas de la educación física y el deporte*, Universidad de Jaén, Jaén.