

# PROYECTO DOCENTE

## ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN LA ESCUELA

Curso: 2023/24

### DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

---

<b>Titulación:</b>	GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA
<b>Año Plan de Estudios:</b>	2010
<b>Curso de Implantación:</b>	2011/12
<b>Centro Responsable:</b>	Facultad de Ciencias de la Educación
<b>Nombre Asignatura:</b>	Acondicionamiento Físico en la Escuela
<b>Código:</b>	5410027
<b>Tipología:</b>	OPTATIVA
<b>Curso:</b>	CUARTO
<b>Periodo de Impartición:</b>	PRIMER CUATRIMESTRE
<b>Créditos ECTS:</b>	6
<b>Horas Totales:</b>	150
<b>Área/s:</b>	DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA
<b>Departamento/s:</b>	MOTRICIDAD HUMANA Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

### PROFESORADO

---

**Jiménez Roldán, Manuel Jesús**

manueljr@euosuna.org

Tutoría: Martes - 11:00 a 13:00

## OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

---

### TEÓRICOS

1. El profesor guiará al estudiante para adquirir y utilizar un vocabulario científico que permita expresar con rigor las ideas propias del campo del Acondicionamiento Físico en la escuela.
2. Conocer y analizar el cuerpo teórico de conocimientos que constituyen el contenido de la disciplina.
3. Estudiar las características y la evolución de cada una de las cualidades físicas y motrices así como los métodos de desarrollo de las mismas.
4. Plantear y resolver problemas extraídos de la teoría y de la práctica, con una actitud crítica y creativa.
5. Justificar actuaciones sobre la base de las aportaciones científicas dentro de la teoría y práctica del entrenamiento deportivo en edad escolar.
6. Crear, elaborar y diseñar métodos y estrategias de actuación generales sin ceñirse a cánones o tópicos en un intento de adaptarlas cumpliendo las leyes y principios propios de este ámbito de estudio.

### PRÁCTICOS

7. Participar en el diseño de actividades y tareas que se programan en el desarrollo de actividades físicas y deportivas en edad escolar.
8. Lograr la vivencia motora generalizada de los medios y elementos que se dispone para llevar a cabo el desarrollo de las distintas cualidades motrices.
9. Valorar y analizar los fundamentos esenciales de la evaluación para el control del proceso de entrenamiento.
10. El profesor guiará al estudiante para adquirir actitudes favorables hacia la participación

e implicación en el desarrollo de la preparación deportiva y hacia la colaboración como pauta de relación profesional.

#### COMPETENCIAS

##### GENERALES DEL TÍTULO

GT.1 Comprender y relacionar los conocimientos generales y especializados propios de la profesión teniendo en cuenta tanto su singularidad epistemológica como la especificidad de su didáctica.

GT.2 Concebir la profesión docente como un proceso de aprendizaje permanente adaptándose a los cambios científicos, pedagógicos y sociales a lo largo de la vida y

comprometido con la innovación, la calidad de la enseñanza y la renovación de prácticas

docentes, incorporando procesos de reflexión en la acción y la aplicación contextualizada

de experiencias y programas de validez bien fundamentada.

GT.3 Comprender la complejidad de los procesos educativos en general y de los procesos

de enseñanza-aprendizaje en particular.

##### GENERALES DE PRIMARIA

GP.1 Analizar y sintetizar la información.

GP.2 Organizar y planificar el trabajo.

GP.3 Identificar, formular e investigar problemas.

GP.4 Examinar alternativas y tomar decisiones.

GP.6 Buscar, seleccionar, utilizar y presentar la información usando medios tecnológicos

avanzados.

GP.7 Desenvolverse inicialmente en el desempeño profesional.

GP.8 Adquirir y desarrollar habilidades de relación interpersonal.

GP.9 Trabajar en equipo y comunicarse en grupos multidisciplinares.

GP.10 Expresar y aceptar la crítica.

GP.11 Apreciar la diversidad social y cultural, en el marco del respeto de los Derechos Humanos y la cooperación internacional.

GP.12 Asumir los compromisos y obligaciones éticas propias a la función docente.

GP.13 Transferir los aprendizajes y aplicar los conocimientos a la práctica.

GP.14 Investigar y seguir aprendiendo con autonomía.

GP.15 Actualizar sus conocimientos y habilidades, integrando las innovaciones que se

produzcan en su campo profesional, así como las nuevas propuestas curriculares.

GP.16 Diseñar y gestionar proyectos e iniciativas para llevarlos a cabo.

GP.17 Innovar con creatividad.

GP.18 Trabajar de forma autónoma y liderar equipos.

GP.19 Afrontar los retos personales y laborales con responsabilidad, seguridad, voluntad

de autosuperación y capacidad autocrítica.

#### ESPECÍFICAS DE PRIMARIA

EP.1 Conocer los fundamentos científicos y didácticos de cada una de las áreas y las competencias curriculares de la Educación Primaria: su proceso de construcción, sus principales esquemas de conocimiento, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios

de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en relación con los procedimientos

de enseñanza y aprendizaje respectivos.

EP.3 Diseñar, planificar, investigar y evaluar procesos educativos individualmente y en equipo.

EP.5 Fomentar en el alumnado hábitos lectores y el análisis crítico de textos de los diversos dominios científicos y humanísticos incluidos en el currículo escolar.

EP.11 Colaborar en la detección, diagnóstico y evaluación de las necesidades educativas

del alumnado y asumir la programación y puesta en práctica de las medidas de atención a

la diversidad que correspondan.

EP.13 Mantener una actitud crítica y autónoma en relación con los saberes, valores y prácticas que promueven las instituciones sociales valorando especialmente el papel de la

ciencia y la tecnología en la sociedad, así como la importancia de una sólida formación humanística.

#### ESPECÍFICAS MODULARES

M57. Comprender los principios que contribuyen a la formación cultural, personal y social

desde la educación física.

M58. Conocer el currículo escolar de la educación física.

M59. Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades

deportivas dentro y fuera de la escuela.

M60. Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes en los estudiantes.

### **CONTENIDOS O BLOQUES TEMÁTICOS**

---

Bloque temático I. Fundamentos del acondicionamiento físico en niños.

Bloque temático II Evaluación de la condición física en niños.

Bloque temático III. Diseño y planificación de programas de acondicionamiento físico en niños.

### **RELACIÓN DETALLADA Y ORDENACIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS**

---

Bloque temático I. Fundamentos del acondicionamiento físico en niños.

Tema 1. Aspectos básicos del acondicionamiento físico en la escuela.

Tema 2. El niño y el adolescente en la actividad físico-deportiva.

Tema 3. Recomendaciones de actividad física en edad escolar.

Tema 4. Concepto y características básicas de la carga de entrenamiento en edad escolar.

Tema 5. Principios del entrenamiento en edad escolar.

Tema 6. Capacidades coordinativas: Equilibrio y coordinación.

Tema 7. Capacidades condicionales: Fuerza.

Tema 8. Capacidades condicionales: Resistencia.

Tema 9. Capacidades condicionales: Flexibilidad.

Tema 10. Capacidades condicionales: Velocidad.

Bloque temático II: Evaluación de la condición física en niños.

Tema 11. Evaluación de la condición física en edad escolar.

Bloque temático III. Diseño y planificación de programas de acondicionamiento físico en niños.

Tema 12. Diseño y la planificación de unidades didácticas o programas de acondicionamiento físico en edad escolar: Pautas para su elaboración.

### **ACTIVIDADES FORMATIVAS**

---

Clases Teóricas: 40 horas

Clases Prácticas: 20 horas

### **SISTEMAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

---

**a) Normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas**

[https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA\\_REGULADORA\\_EVALUACION.pdf](https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA_REGULADORA_EVALUACION.pdf)

**b) Criterios de Evaluación Generales:**

Sistema de evaluación A.

Sobre los contenidos teóricos.

Al inicio del curso el profesor/a establecerá en el proyecto docente los criterios de calificación de la parte teórica de la asignatura. Para superar esta parte de la asignatura es

preciso obtener al menos un 50% de su valor máximo.

Sobre los contenidos prácticos.

Al inicio del curso el profesor/a establecerá en el proyecto docente los criterios de calificación de la parte práctica de la asignatura. Para superar esta parte de la asignatura

es preciso que el alumno participe de manera activa en el mínimo de sesiones prácticas presenciales establecidas por el profesor/a a principio de curso y obtenga una puntuación

de, al menos, un 50% de su valor máximo.

Criterio de calificación

Opción A de calificación.

-Dos pruebas/exámenes parciales presencial sobre los contenidos teóricos (40% de la calificación final). En caso de suspender uno o los dos parciales, en la primera convocatoria

oficial el alumno/a deberá presentarse a la/s parte/s suspensa/s. Cada prueba constará de un total de 20 preguntas tipos test y 2 preguntas de desarrollo. Las preguntas incorrectas restarán.

-Dossier actividades de clase (30% de la calificación final). Entrega de actividades relacionadas con los contenidos teóricos vistos en clase. No entregar alguna de las actividades significa que el estudiante no podrá continuar con la metodología de trabajo y deberá examinarse en convocatoria oficial.

\*Asistencia a las clases teóricas mínimo de un 80%.

-Prácticas. Asistencia al 80% de las horas prácticas y participación activa. Elaboración (15% de la calificación final) y presentación de sesiones prácticas (15% de la calificación final). Podrán realizarse actividades prácticas fuera del aula y en horario no lectivo.

Sistema de evaluación B.

Aquellos alumnos/as que no cumplan con el requisito de asistencia mínima a las sesiones

prácticas estipulado en el proyecto docente deberán realizar una prueba específica, la cual

será definida en dicho documento correspondiente al curso académico en cuestión.

En esta

prueba se contemplará la figura del estudiante con necesidades académicas especiales (al

que se le realizarán, dentro de dicha prueba, las adaptaciones pertinentes), las situaciones

personales de grave dificultad o discapacidad, los casos de embarazo y la compaginación

de estudios con las actividad laboral. Para superar la asignatura es preciso obtener al

menos un 50% de su valor máximo.

En caso de que el alumno/a no supere la totalidad de los apartados contemplados en la

evaluación, las puntuaciones obtenidas en aquellos que sí han sido superados serán respetadas hasta la convocatoria del mes de diciembre del curso en consideración.

En todo el proceso de evaluación se seguirá lo dispuesto en el Título III, Capítulo 4º del

Reglamento General de Actividades Docentes de la Universidad de Sevilla, así como en la

Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas, aprobada por el

Consejo de Gobierno en su sesión de 29 de septiembre de 2009.

Opción B de calificación.

-Examen presencial sobre los contenidos teóricos (70% de la calificación final). El examen consta de 30 preguntas tipo test y los errores restarán.

-Examen presencial sobre los contenidos prácticos en la convocatoria oficial (30% de la

calificación final). Se desarrollarán 5 preguntas de desarrollo.

\*Es necesario superar todas las partes propuestas para superar la asignatura.

Las partes aprobadas se guardan hasta la convocatoria extraordinaria.

### ***c) Criterios de Evaluación para alumnos con necesidades académicas especiales***

Se realizarán las adaptaciones necesarias para aquellos alumnos que requieran cualquier adaptación de manera justificada.

## **METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA – APRENDIZAJE**

Clases teóricas

El profesor/a mediante la exposición de contenidos guiará el proceso de aprendizaje basado en el análisis de la información acompañado de un proceso de búsqueda y crítica

para debatir y crear un conocimiento más profundo en el que el alumno/a gana protagonismo e implicación en el desarrollo de los contenidos teóricos.

Prácticas

El profesor/a o los alumnos/as guiarán y desarrollarán sesiones prácticas cuyos contenidos

estarán directamente relacionados con los contenidos teóricos de los distintos bloques

temáticos que ayudarán a reforzar, ampliar y vivenciar dichos contenidos.

### **HORARIOS DEL GRUPO DEL PROYECTO DOCENTE**

---

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-541>

### **CALENDARIO DE EXÁMENES**

---

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-541>

### **TRIBUNALES ESPECÍFICOS DE EVALUACIÓN Y APELACIÓN**

---

Pendiente de Aprobación

### **BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA**

---

Vinuesa Lope, M., & Vinuesa Jiménez, I. (2016). Conceptos y métodos para el entrenamiento

físico: Ministerio de Defensa. Secretaría General Técnica

Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Barcelona: Paidotribo.

Wilmore, J. H., y Costill, D. (2007). Fisiología del esfuerzo y del deporte (6ª ed.).

Barcelona: Paidotribo

### Bibliografía Especifica

ACSM (2007). Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio (2ª ed.). Barcelona: Paidotribo.

Bissonnette, R. (2000). Tareas de evaluación en educación física en enseñanza primaria. Barcelona: Paidotribo.

De la Reina, L., y Martínez de Haro, V. (2003). Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico. Madrid: CV Ciencias del Deporte.

Díaz, J. (2005). La evaluación formativa como instrumento de aprendizaje en educación física. Barcelona: Inde.

Rusch, H., y Weineck, J. (2004). Entrenamiento y práctica deportiva escolar. Barcelona: Paidotribo.

García Manso, J. M., Ruiz, J. A., y Navarro, M. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones. Madrid: Gymnos.

Granell, J. C., y Cervera, V. R. (2001). Teoría y planificación del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.

Heyward, V. H. (2008). Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio (5ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Latorre, P.A., y Herrador, J.A. (2003). Prescripción del ejercicio físico para la salud en la edad escolar: aspectos metodológicos, preventivos e higiénicos. Barcelona: Paidotribo.

Faigenbaum, A. D., Lloyd, R. S., & Oliver, J. L. (2020). Essentials of youth fitness. Champaign, IL: Human Kinetics.

### INFORMACIÓN ADICIONAL

---