



Guía docente				
Datos Identificativos				2019/20
Asignatura (*)	Educación física, educación para la salud y calidad de vida	Código	652439020	
Titulación	Mestrado Universitario en Innovación, Orientación e Avaliación Educativa			
Descriptores				
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos
Máster Oficial	2º cuatrimestre	Primero	Optativa	3
Idioma	Castellano			
Modalidad docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Didácticas Específicas e Métodos de Investigación e Diagnóstico en Educación			
Coordinador/a		Correo electrónico		
Profesorado		Correo electrónico		
Web				
Descripción general	<p>La educación física y el deporte constituyen un medio con gran potencial en la promoción de la salud, entendida ésta, como un estado de bienestar a nivel físico, psíquico y social, estrechamente vinculada al concepto de calidad de vida. No sólo se trata de adquirir conocimientos básicos que ayuden al individuo a conocer su cuerpo y los efectos saludables que para él tienen las buenas prácticas, o la prevención de determinadas enfermedades, sino de que adquiera hábitos de vida que contribuyan a mantener y mejorar su salud, entre los que ocupan un lugar relevante la adquisición de conocimientos prácticos para su puesta en práctica.</p> <p>La generación de hábitos de vida saludables tiene que ir acompañada con prácticas satisfactorias y vivencias agradables, tanto en escolares como en adultos. No se pueden generar hábitos a través de modelos que generen presión, ansiedad y estrés. Se considera muy importante que la población en general tenga buenas sensaciones y se divierta en el transcurso de sus prácticas deportivas, para generar la necesidad de incorporarlas como hábitos para toda la vida. Si las experiencias son frustrantes o muy exigentes, es probable que las personas prefieran realizar otras actividades.</p> <p>Consideramos necesario la aplicación de programas a gran escala que fomenten la práctica deportiva, para toda la población en general. Es indispensable adaptarse a la diversidad de gustos y necesidades de las personas, para lo que se requiere una mayor flexibilidad de las actuales estructuras, que permita ampliar la cobertura de los programas.</p>			

Competencias del título	
Código	Competencias del título
A1	Ser capaz de aplicar los conocimientos adquiridos y resolver problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con la Innovación, orientación y evaluación educativa.
A18	Desarrollar temáticas propias de la Sociedad de la Información aplicadas a la educación para promover la igualdad social y regional, y la mejora del bienestar y la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas.
A25	Ser capaz de desarrollar la innovación educativa y metodología de investigación en los ámbitos la educación física y de la dramatización y la expresión corporal a través de la investigación y la evaluación.
A29	Elaborar y desarrollar modelos teóricos y estrategias pedagógicas que sustenten procesos innovadores de dinamización educativa.
A30	Adquirir y saber aplicar los conocimientos teóricos y metodológicos que capaciten al alumnado para promover procesos de acción socioeducativa en el contexto institucional y geográfico de la Administración Local.
A31	Ser capaz de identificar las principales líneas de investigación en orientación y de analizar y valorar los métodos y técnicas de investigación utilizados.
B2	Capacidad de adaptación a situaciones nuevas.
B3	Trabajar de forma autónoma y con iniciativa.
B6	Capacidad de innovar (creatividad) dentro de contextos educativos formales y no formales.
B8	Ser capaz de comunicarse con sus compañeros, con la comunidad educativa y con la sociedad en general en el ámbito de sus áreas de conocimiento.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.
C3	Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.



C8	Valorar la importancia que tiene la investigación, la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad.
----	---

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje	Competencias del título		
Capacidad para relacionar la educación física con la salud y la calidad de vida y transmitir dichas relaciones	AI30	BI8	CM1 CM8
Valorar críticamente la posibilidad de generar hábitos saludables a través del trabajo del currículum de educación física			CM1
Capacidad para generar propuestas de innovación educativa para la promoción de estilos de vida activos a través de los contenidos de educación física	AI24 AI28	BI2	
Valorar la importancia que tienen la realización de trabajos de investigación relacionados con la evaluación de programas de educación física	AI17		CM8
Capacidad para diseñar, justificar, aplicar y evaluar propuestas de intervención para trabajar la salud a través de la educación física.	AI1 AI29	BI3 BI6 BI8	CM3
Capacidad para realizar un análisis crítico de fuentes documentales relacionadas con la materia.	AI30		CM8
Capacidad para resolver tareas de forma colaborativa relacionadas con la materia.	AI28	BI3	CM1

Contenidos	
Tema	Subtema
1. Educación física, salud y calidad de vida	Marco conceptual. Estilos de vida y salud. Educación física y promoción de la salud.
2. Hacia una educación física para la salud	Los contenidos de la educación física La salud en el currículum de educación física. Promoción de hábitos saludables desde la educación física. - Hábitos de práctica físico-deportiva - Hábitos higiénicos - Hábitos posturales - Hábitos alimenticios: imagen corporal y problemas asociados - Mitos y falsas creencias sobre la educación física
3. Innovación en educación física	Propuestas educativas para la promoción de estilos de vida activos.
4. Investigación en educación física	Los programas de educación física y deporte: problemas para su evaluación. Pautas para la evaluación de programas físico-deportivos. Experiencias en evaluación de programas físico-deportivos.

Planificación				
Metodologías / pruebas	Competencias	Horas presenciales	Horas no presenciales / trabajo autónomo	Horas totales
Actividades iniciales		1	1	2
Sesión magistral		9	18	27
Análisis de fuentes documentales		3	0	3
Trabajos tutelados		3	21	24
Presentación oral		3	6	9
Aprendizaje colaborativo		3	6	9
Atención personalizada		1	0	1

(*) Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos



Metodoloxías

Metodoloxías	Descrición
Actividades iniciais	Al comezar o curso se levan a cabo actividades iniciais para coñecer as competencias, intereses e motivacións do alumnado para o logro dos obxectivos a alcanzar. Así podremos coñecer información de interese (punto de partida) para articular mellor a docencia e optimizar os procesos de ensinanza-aprendizaxe.
Sesión magistral	Exposición oral complementada con o uso de medios audiovisuais e a introdución de algunhas preguntas dirixidas aos estudantes, con a finalidade de transmitir coñecementos e facilitar o aprendizaxe. A clase magistral é tamén coñecida como "conferencia", "método expositivo" ou "lección magistral". Esta última modalidade se suele reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasións especiais, con un contido que supón unha elaboración orixinal e baseada no uso case exclusivo da palabra como vía de transmisión da información á audiencia.
Análisis de fontes documentais	Técnica metodolóxica que supón a utilización de documentos audiovisuais y/o bibliográficos (fragmentos de reportaxes documentais ou películas, noticias de actualidade, paneles gráficos, fotografías, biografías, artigos, textos legislativos, etc.) relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para o análise dos mesmos. Se pode empregar como introdución xeral a un tema, como instrumento de aplicación do estudo de casos, para a explicación de procesos que non se poden observar directamente, para a presentación de situacións complexas ou como síntese de contidos de carácter teórico ou práctico.
Traballo tutelados	Metodoloxía deseñada para promover o aprendizaxe autónomo dos estudantes, baixo a tutela do profesor e en escenarios variados (académicos e profesionais). Está referida prioritariamente ao aprendizaxe do "cómo facer as cousas". Constitúe unha opción baseada na asunción por parte dos estudantes da responsabilidade por o propio aprendizaxe. Este sistema de ensinanza baséase en dous elementos básicos: o aprendizaxe independente dos estudantes e o seguimento de ese aprendizaxe por parte do profesor-tutor.
Presentación oral	Presentación oral por parte dos alumnos do proxecto de innovación e do traballo da investigación do día realizado.
Aprendizaxe colaborativo	Conxunto de procedementos de ensinanza-aprendizaxe guiados de forma presencial y/o apoiados con tecnoloxías da información e as comunicacións, que se basan na organización da clase en pequenos grupos nos que o alumnado traballa xuntamente na resolución de tarefas asignadas polo profesorado para optimizar o propio aprendizaxe e o dos outros membros do grupo.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelados Aprendizaxe colaborativo	Traballo tutelados e Aprendizaxe colaborativo: Se realizarán diversos traballos en clase. En algunhas ocasións é necesario que o profesorado guíe este traballo para o seu axuste de cara á consecución das competencias da materia.

Evaluación

Metodoloxías	Competencias	Descrición	Calificación
Presentación oral		Consiste na exposición en clase (e posterior discusión) do análise de fontes documentais e dos traballos tutelados.	30
Traballo tutelados		"Proxecto de Innovación": Este traballo consiste no deseño dun proxecto de Innovación Educativa centrada na promoción da Educación Física, a Saúde y/o a Calidade de Vida centrada nun ámbito concreto (Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria, Bachillerato, Universidade, Adultos, Tercera Edade, Pedagogía Terapéutica, etc.).	40
Análisis de fontes documentais		Este traballo ten como denominación na materia "A investigación do día": consiste en buscar e analizar un artigo dunha revista científica centrada en algunha das áreas da materia seguindo uns criterios indicados polo profesora.	30

Observacións avaliación



--

Fuentes de información

Básica	
Complementaria	

Recomendaciones

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Ocio y deporte: perspectivas para la acción socioeducativa en la infancia/652439021

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Asignaturas que continúan el temario

Otros comentarios

(*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías