



**UNIVERSIDAD DEL  
ATLÁNTICO MEDIO**

**GUÍA DOCENTE**

**EJERCICIO FÍSICO Y SALUD  
EN CONTEXTOS ESCOLARES**

**GRADO EN MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL  
MODALIDAD A DISTANCIA**

**CURSO ACADÉMICO 2021-2022**

## ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	<b>3</b>
<b>DATOS DEL PROFESORADO</b> .....	<b>3</b>
<b>REQUISITOS PREVIOS</b> .....	<b>3</b>
<b>COMPETENCIAS</b> .....	<b>4</b>
<b>REQUISITOS PREVIOS</b> .....	<b>5</b>
<b>CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA</b> .....	<b>5</b>
<b>METODOLOGÍA: Escenario A</b> .....	<b>6</b>
ACTIVIDADES FORMATIVAS.....	6
EVALUACIÓN.....	7
<b>METODOLOGÍA: Escenario B</b> .....	<b>8</b>
ACTIVIDADES FORMATIVAS.....	8
EVALUACIÓN.....	9
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>10</b>

## RESUMEN

---

<b>Centro</b>	Universidad del Atlántico Medio		
<b>Titulación</b>	Maestro en Educación Infantil		
<b>Asignatura</b>	Ejercicio Físico y Salud en Contextos Escolares	<b>Código</b>	F4C3G09036
<b>Materia</b>	Mención en Educación Física		
<b>Carácter</b>	Formación optativa		
<b>Curso</b>	4º		
<b>Semestre</b>	1		
<b>Créditos ECTS</b>	6		
<b>Lengua de impartición</b>	Castellano		
<b>Curso académico</b>	2021-2022		

## DATOS DEL PROFESORADO

---

<b>Responsable de Asignatura</b>	Javier Simón Grima
<b>Correo electrónico</b>	javier.simon@pdi.atlanticomedio.es
<b>Tutorías</b>	De lunes a viernes previa cita.

## REQUISITOS PREVIOS

---

Sin requisitos previos.

## COMPETENCIAS

---

### Competencias básicas:

#### CB1

Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

#### CB2

Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

#### CB3

Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

#### CB4

Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

#### CB5

Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

### Competencias generales:

#### CG1

Conocer los objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación de la Educación Infantil.

#### CG2

Promover y facilitar los aprendizajes en la primera infancia, desde una perspectiva globalizadora e integradora de las diferentes dimensiones cognitiva, emocional, psicomotora y volitiva.

### Competencias específicas:

#### CE48

Conocer los fundamentos musicales, plásticos y de expresión corporal del currículo de esta etapa así como las teorías sobre la adquisición y desarrollo de los aprendizajes correspondientes.

#### CE50

Saber utilizar el juego como recurso didáctico, así como diseñar actividades de aprendizaje basadas en principios lúdicos.

## REQUISITOS PREVIOS

---

Cuando el estudiante supere esta asignatura será capaz de:

- Identificar las bases anatómicas y fisiológicas de la Educación Física.
- Diseñar y evaluar programaciones didácticas en relación a la Educación Física.
- Analizar los factores implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física.
- Utilizar de forma adecuada el vocabulario propio de la especialidad.

## CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

---

Se abordarán los conceptos básicos del acondicionamiento físico, la adaptación, la resistencia, la velocidad, la fuerza y la flexibilidad, el concepto de conductas saludables, así como la implicación del ejercicio físico sobre la salud.

Unidad 1. Conceptos básicos de alimentación, nutrición y dietética

Unidad 2. Recomendaciones en torno a los alimentos y nutrientes.

Unidad 3. Estrategias Nutricionales y Tipos de Dieta.

Unidad 4. Desmitificando Algunos Aspectos de la Nutrición.

Unidad 5. Nutrición Adaptada a Escolares.

**ESCENARIO A – PRESENCIALIDAD ADAPTADA  
(MEMORIA VERIFICADA)**

**METODOLOGÍA: Escenario A**

Metodología teórica-práctica con clases magistrales para establecer los fundamentos de la materia y talleres prácticos en los que el alumno construye su propio aprendizaje. Asimismo, se desarrollarán trabajos y tareas orales y escritos, de manera individual y en grupo, con exámenes que permitan conocer, de manera objetiva, el grado de conocimiento del alumno.

**ACTIVIDADES FORMATIVAS**

<b>ACTIVIDAD FORMATIVA</b>	<b>HORAS</b>	<b>PORCENTAJE DE PRESENCIALIDAD (e-presencialidad)</b>
Clases programadas síncronas, clases de carácter expositivo y práctico	15	100%
Clases programadas asíncronas, clases magistrales grabadas	6	0%
Tutorías, individuales y/o grupales, y seguimiento con apoyo virtual	12	50%
Trabajos individuales o en pequeño grupo, casos prácticos, proyectos, foros, test de autoevaluación, etc., con apoyo virtual	24	25%
Estudio individual y trabajo autónomo	91	0%
Examen final presencial	2	100%

## EVALUACIÓN

---

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	% CALIFICACIÓN FINAL
Participación en debates y actividades durante el desarrollo de las clases programadas, seminarios, talleres u otros medios participativos.	20%
Realización de trabajos y proyectos (individuales o en grupo), realizados fuera de las clases programadas, en los que se valorará el cumplimiento de las competencias y los objetivos marcados así como el rigor de los contenidos.	40%
Examen prueba presencial de tipo teórico-práctico.	40%

### Sistemas de evaluación:

El sistema de calificaciones (R.D. 1125/2003, de 5 de septiembre) será:

*0 – 4,9 Suspenso (SS)*

*5,0 – 6,9 Aprobado (AP)*

*7,0 – 8,9 Notable (NT)*

*9,0 – 10 Sobresaliente (SB)*

La mención de “matrícula de honor” podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0. Se podrá conceder una matrícula por cada 20 alumnos o fracción.

**ESCENARIO B - SUSPENSIÓN COMPLETA DE LA  
ACTIVIDAD PRESENCIAL****METODOLOGÍA: Escenario B**

Metodología teórica-práctica con clases magistrales para establecer los fundamentos de la materia y talleres prácticos en los que el alumno construye su propio aprendizaje. Asimismo, se desarrollarán trabajos y tareas orales y escritos, de manera individual y en grupo, con exámenes que permitan conocer, de manera objetiva, el grado de conocimiento del alumno.

**ACTIVIDADES FORMATIVAS**

<b>ACTIVIDAD FORMATIVA</b>	<b>HORAS</b>	<b>PORCENTAJE DE PRESENCIALIDAD (e-presencialidad)</b>
Clases programadas síncronas, clases de carácter expositivo y práctico	15	100%
Clases programadas asíncronas, clases magistrales grabadas	6	0%
Tutorías, individuales y/o grupales, y seguimiento con apoyo virtual	12	50%
Trabajos individuales o en pequeño grupo, casos prácticos, proyectos, foros, test de autoevaluación, etc., con apoyo virtual	24	25%
Estudio individual y trabajo autónomo	91	0%
Examen final presencial	2	100%



## EVALUACIÓN

---

La evaluación se realizará a través del campus virtual, en modalidad online. Para ello los docentes disponen del espacio “test” en el campus virtual de cada asignatura. Estos test podrán incluir preguntas de diverso Ppo (test, cortas,...) permitiendo al docente adaptar el examen teórico-práctico de su asignatura a esta opción. Cada test permite valorar individualmente la puntuación de cada pregunta, modificándola posteriormente según la respuesta del alumno/a. Una vez corregido y valorado cada test, se comunica al alumno vía campus virtual la nota obtenida en el mismo. Los demás ítems de la evaluación permanecen igual. Lo único que cambia es la realización del examen presencial, que pasará a realizarse vía online.

La herramienta utilizada para comprobar la identidad del alumno y evitar conductas fraudulentas será Respondus.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	% CALIFICACIÓN FINAL
Participación en debates y actividades durante el desarrollo de las clases programadas, seminarios, talleres u otros medios participativos.	20%
Realización de trabajos y proyectos (individuales o en grupo), realizados fuera de las clases programadas, en los que se valorará el cumplimiento de las competencias y los objetivos marcados así como el rigor de los contenidos.	40%
Examen prueba presencial de tipo teórico-práctico.	40%

### Sistemas de evaluación:

El sistema de calificaciones (R.D. 1125/2003, de 5 de septiembre) será:

*0 – 4,9 Suspenso (SS)*

*5,0 – 6,9 (Aprobado (AP)*

*7,0 – 8,9 Notable (NT)*

*9,0 – 10 Sobresaliente (SB)*

La mención de “matrícula de honor” podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0. Se podrá conceder una matrícula por cada 20 alumnos o fracción.

## BIBLIOGRAFÍA

---

- **Básica**

Alcoriza J, de Cos AI, Gómez AM (1990). Raciones estándar de materias primas y recetas culinarias para uso en encuestas alimentarias. *Nutrición Clínica*. Vol 10/2.

Daza, C. H. (1997). Nutrición infantil y rendimiento escolar. *Colombia médica*, 28(2), 92-98.

Dapcich V, Salvador G, Ribas L, Pérez C, Aranceta J, Serra LI (2004). Guía de la alimentación saludable. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). Madrid.

Henry, C. J. K., & Chapman, C. (Eds.). (2002). *The nutrition handbook for food processors*. Elsevier.

Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. (2013) *Tablas de composición de alimentos*. Ediciones Pirámide. Madrid. (16ª ed. Ampliada y revisada).

- **Complementaria**

Carbajal Azcona, Á. (2013). *Manual de nutrición y dietética*.

Carbajal A. (2001). Ingestas recomendadas en personas de edad avanzada. *Alimentación, Nutrición y Salud*; 8/4:100-114.

Espinoza, I. (1998). Guía práctica para la evaluación antropométrica del crecimiento, maduración y estado nutricional del niño y adolescente. *Arch Venez Puer Ped*, 61(1), 52.

FAO/WHO (2001). *Human vitamin and mineral requirements. Report of a joint FAO/WHO Expert Consultation Bangkok, Thailand*. Food and Nutrition Division. FAO. Roma. 2001.

Fennema, O. R. (1993). *Química de los alimentos* (No. 664: 543). Acribia.

García-Gabarra, Antoni, Castellà-Soley, Marta, & Calleja-Fernández, Alicia. (2017). Ingestas de energía y nutrientes recomendadas en la Unión Europea: 2008-2016. *Nutrición Hospitalaria*, 34(2), 490-498. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.937>

González Hermida, A., Vila Díaz, J., Guerra Cabrera, C., Quintero Rodríguez, O., Dorta Figueredo, M., & Pacheco, J. (2010). Estado nutricional en niños escolares. Valoración clínica, antropométrica y alimentaria. *MediSur*, 8(2), 15-22.

Sun, D. W. (2014). *Emerging technologies for food processing*. Elsevier.

Trescastro-López, E. M., Bernabeu-Mestre, J., & Galiana-Sánchez, M. E. (2013). Nutrición y salud pública: políticas de alimentación escolar en la España contemporánea (1931-1978).

Vaquero P. (2003) Nutrición en la gestación y lactación. En: Nutrición y dietética. MT García-Arias, MC García- Fernández (Eds). Secretariado de Publicaciones y Medios Audiovisuales. Universidad de León.