



## **GUÍA DOCENTE**

### **EJERCICIO FÍSICO Y SALUD EN CONTEXTOS ESCOLARES**

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

**CURSO ACADÉMICO 2023-2024**

# 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>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>5</b>
<b>CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA</b>	<b>5</b>
<b>CRONOGRAMA ORIENTATIVO DE LA ASIGNATURA</b>	<b>6</b>
<b>METODOLOGÍA</b>	<b>7</b>
<b>ACTIVIDADES FORMATIVAS</b>	<b>7</b>
<b>EVALUACIÓN</b>	<b>8</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>9</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>	2023-2024		

## DATOS DEL PROFESORADO

---

<b>Responsable de Asignatura</b>	María del Carmen Carcelen Fraile
<b>Número de grupos</b>	1
<b>Correo electrónico</b>	carmen.carcelen@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.

## **CRONOGRAMA ORIENTATIVO DE LA ASIGNATURA**

---

Unidad 1 Semanas 1-3

Unidad 2 Semanas 4-5

Unidad 3 Semanas 6-8

Unidad 4 Semanas 9-13

Unidad 5 Semanas 14-16

Recomendación para realizar la actividad 1, semana 3.

Recomendación para realizar la actividad 2, semana 7.

Recomendación para realizar los foros, desde la semana 2 hasta la semana 16.

Nota: La distribución expuesta tiene un carácter general y orientativo, ajustándose a las características y circunstancias de cada curso académico y grupo clase.

## METODOLOGÍA

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 escritas, de manera individual y en grupo, con exámenes que permitan conocer, de manera objetiva, el grado de conocimiento del alumno.

## ACTIVIDADES FORMATIVAS

ACTIVIDAD FORMATIVA	HORAS	PORCENTAJE DE PRESENCIALIDAD (e-presencialidad)
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 apoyovirtual	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%

Las actividades formativas tienen un porcentaje de presencialidad del 100% a excepción del Trabajo autónomo.

## 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.

## 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.