

GUÍA DE LA ASIGNATURA DE GRADO "CONDICIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA" 2012/2013

UNIVERSIDAD DE MURCIA



Enviar a la Impresora



Versión PDF

1. Identificación

1.1. De la Asignatura

| | |
|--|--|
| Curso Académico | 2012/2013 |
| Titulación | GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA |
| Nombre de la Asignatura | CONDICIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA |
| Código | 1189 |
| Curso | CUARTO |
| Carácter | OPTATIVA |
| Nº Grupos | 1 |
| Créditos ECTS | 3 |
| Estimación del volumen de trabajo del alumno | 75 |
| Organización Temporal/Temporalidad | 2º Cuatrimestre |
| Idiomas en que se imparte | ESPAÑOL |
| Tipo de Enseñanza | Presencial |

1.2. Del profesorado: Equipo Docente

| Coordinador de la asignatura JUAN LUIS YUSTE LUCAS Grupo: 1 | Área/Departamento | DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL / EXPRESIÓN PLÁSTICA, MUSICAL Y DINÁMICA | | | | | | | |
|---|--|---|---|-----|---------|-------|----------------------|-------|-------------|
| | Categoría | PROFESORES TITULARES DE ESCUELAS UNIVERSITARIAS | | | | | | | |
| | Correo Electrónico / Página web / Tutoría electrónica | jlyuste@um.es Tutoría Electrónica: NO | | | | | | | |
| | Teléfono, Horario y Lugar de atención al alumnado | <table border="1"> <thead> <tr> <th>Duración</th> <th>Día</th> <th>Horario</th> <th>Lugar</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Segundo Cuatrimestre</td> <td>Lunes</td> <td>10:00-13:00</td> <td>868887078, Facultad de Educación B1.3.004</td> </tr> </tbody> </table> | Duración | Día | Horario | Lugar | Segundo Cuatrimestre | Lunes | 10:00-13:00 |
| Duración | Día | Horario | Lugar | | | | | | |
| Segundo Cuatrimestre | Lunes | 10:00-13:00 | 868887078, Facultad de Educación B1.3.004 | | | | | | |

2. Presentación

La Condición Física en Educación Primaria es una asignatura optativa del Grado en Educación Primaria, con carácter obligatorio para el alumnado que desee optar por la Mención de Educación Física. Tiene asignados 3 ECTS lo que supone un total de 75 horas de trabajo para el estudiante. Está ubicada en 4º curso de la titulación, su duración es cuatrimestral (7º cuatrimestre) y se impartirá por primera vez en el curso académico 2012-2013.

La actividad educativa de la asignatura está orientada al conocimiento y aplicación del acondicionamiento físico en escolares de primaria y en tres direcciones principales: educativa, recreativa y sociocultural, siendo su naturaleza eminente práctica. A su vez, el componente teórico consiste en la comprensión de las bases necesarias para poder acometer un correcto trabajo con niños de 6 a 12 años de edad, así como la adquisición de conocimientos sobre su didáctica en Ed. Primaria.

El carácter de medio atribuido a la condición física en educación primaria permite que otras asignaturas de la mención se enriquezcan al potenciar sus metodologías partiendo de un conocimiento científico de la condición física en escolares. Además de este carácter "instrumental", la asignatura pretende hacer entender el valor de la condición física en la situación actual en la que nos encontramos.

Considerar el acondicionamiento físico en niños como una reducción del entrenamiento del adulto, aparte de ser incorrecto, es contraproducente en la formación de nuestros escolares, ya que, los sistemas, métodos y técnicas de entrenamiento utilizados en adulto, se basan en considerar al organismo como algo estable que no evoluciona; por tanto, resulta inapropiado aplicar estos a escolares, en el que su organismo se hallan en continuo crecimiento, siendo por ello imposible soportar cargas utilizadas en adultos. Así, el lugar más adecuado y recomendado para el desarrollo de la condición física en edades de 6 a 12 años, es el medio educativo (profesionales cualificados, planificación de actividades, entre otras consideraciones), pudiendo, de este modo, dar el matiz pedagógico de calidad en escolares de primaria (considerar la condición física desde un punto de vista de la satisfacción del movimiento; priorizar el juego motor para el desarrollo de la condición física; conocimiento de los periodos sensibles para el desarrollo de la condición física y consideración del acondicionamiento físico como un proceso de aprendizaje).

El desarrollo de la condición física, debe estar inmerso en un proceso de enseñanza-aprendizaje en el que priorice el aprendizaje de habilidades y destrezas.

Para el tratamiento de variables que mejoran la condición física en niños, veremos aquellos factores determinantes específicos, los efectos del crecimiento, las adaptaciones y períodos propicios para su desarrollo y los riesgos a corto y largo plazo. Por otra parte, no podemos obviar que el estudio de la

adaptación de las capacidades físicas de escolares de primaria de 6 a 12 años de edad, plantea una serie de problemas técnicos, no debiendo por ello separar la contribución relativa al entrenamiento de la inherente al desarrollo y crecimiento en estas edades. Desde una perspectiva metodológicas científica, ello implicaría recurrir a estudios longitudinales utilizando un grupo experimental, siendo las condiciones idóneas poder contar a su vez con niños de similares características, y ubicarlos en el grupo control. Sin embargo, si alzamos la mirada y observamos la realidad en la que vamos a tener que llevar a cabo nuestro desarrollo profesional, este tipo de estudios son de difícil desarrollo, lo que nos obliga al planteamiento de enfoques transversales que, a su vez, dificulta la cuantificación de la cantidad espontánea de población experimental. Si a esto le sumamos acometer trabajos seleccionando participantes por conveniencia, nos lleva a resultados y conclusiones que, probablemente, se alejen de la realidad de nuestros escolares de primaria en las clases de educación física.

Los conocimientos respecto al desarrollo de la condición física acometida en las clases de la condición física en primaria, siguen siendo parciales por diversos motivos (éticos, dificultad debida al entorno, realización de esfuerzo a intensidades elevadas y su repetición en similares condiciones, entre otros).

Esta asignatura pretende que el futuro docente conozca las posibilidades educativas que ofrece un trabajo de condición física acorde a unos parámetros recomendados y bajo un prisma lúdico, sin llegar a caer en el relativismo lúdico, así como también la metodología de aplicación para conseguir la formación del niño en el contexto escolar y extraescolar, además de aportar un bagaje de experiencia y conocimientos que se pueden utilizar en contextos distintos a los curriculares. Dentro del desarrollo del niño, la condición física representa un medio para su desarrollo y formación ideal, ya que de manera natural contribuye a esta. Por tanto, el presente documento aporta orientaciones desde un prisma educativo sobre el tratamiento de aquellos aspectos relacionados con la mejora de la condición física en escolares de primaria a través de la educación física.

3. Condiciones de acceso a la asignatura

3.1 Incompatibilidades

No se precisa tener cursada ninguna asignatura previa

3.2 Recomendaciones

Como recomendaciones indicar las siguientes:

1. Los conocimientos de Didáctica General, Psicología del Desarrollo y Psicología de la Educación.
2. Nivel de B2 en Lengua Española.

Por otra parte, indicar que, para que el alumnado pueda seguir la asignatura correctamente, debe tener en cuenta lo siguiente:

1. Correcto nivel de la informática, sobre todo en el manejo de programas diversos (procesador de textos, presentación de diapositivas y hojas de cálculo).
2. Conocimiento de los sistemas de búsqueda de información en la Web, así como de la plataforma

de Aula Virtual y de sus herramientas telemáticas (tutorías virtuales, foros, etc.).

3. Conocimientos básicos en inglés sobre terminología en el ámbito del acondicionamiento físico en Educación Física.

4. Competencias

4.1 Competencias Transversales

- Ser capaz de expresarse correctamente en español en su ámbito disciplinar. [Transversal1]
- Ser capaz de gestionar la información y el conocimiento en su ámbito disciplinar, incluyendo saber utilizar como usuario las herramientas básicas en TIC. [Transversal3]
- Ser capaz de proyectar los conocimientos, habilidades y destrezas adquiridos para promover una sociedad basada en los valores de la libertad, la justicia, la igualdad y el pluralismo. [Transversal5]
- Ser capaz de trabajar en equipo y para relacionarse con otras personas del mismo o distinto ámbito profesional. [Transversal6]
- Desarrollar habilidades de iniciación a la investigación. [Transversal7]

4.2 Competencias de la asignatura y su relación con las competencias de la titulación

Competencia 1. Conocer las capacidades físicas básicas, su relación con el currículo del área de Educación Física y su desarrollo en las edades de los escolares que cursan Educación Primaria.

- CET1. Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos.

Competencia 2. Intervenir en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física para desarrollar las capacidades físicas de los alumnos y su relación con las otras partes de la materia.

- CET1. Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos.
- CET2. Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro
- CET4. Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto de los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana

Competencia 3. Analizar las tareas propias de la Educación Física para reconocer los elementos cuantitativos de la ejecución motriz y su relación con los contenidos propios de

la materia.

- CET1. Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos.
- CET10. Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. (b) Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes

5. Contenidos

TEMA 1 Fundamentos de la condición física en escolares de primaria.

TEMA 2 Bases científicas para el desarrollo de la condición física en escolares de 6 a 12 años de edad.

TEMA 3 Condición Física y su desarrollo en el área de Educación Física en Educación Primaria.

TEMA 4 Educación Física y modificaciones de parámetros fisiológicos.

TEMA 5 Materiales e instrumentos de evaluación de la condición física a través de la Educación Física.

TEMA 6 Investigación aplicada a la condición física en Educación Física.

PRÁCTICAS

Práctica 1 Actividades para el trabajo del acondicionamiento físico general. :Global

Práctica 2 Actividades para el trabajo del sistema cardiovascular. :Global

Práctica 3 Actividades para el trabajo del sistema musculoesquelético. :Relacionada con los contenidos Tema 1, Tema 2, Tema 3, Tema 4, Tema 5 y Tema 6

Práctica 4 Actividades para trabajar en rango de intensidad MVPA. :Global

Práctica 5 Actividades para el trabajo en rango de intensidad VPA. :Global

Práctica 6 Actividades utilizando cuestionarios de cansancio y diversión percibida. :Global

Práctica 7 Actividades utilizando pulsometría (frecuencia cardíaca media), cuestionarios y diversión percibida para establecer correlaciones. :Global

Práctica 8 Actividades correlacionando composición corporal, pulsometría, diversión y cansancio percibido. :Global

Práctica 9 Actividades trabajando en rango de intensidad MVPA y modificaciones de peso corporal. :Global

Práctica 10 Tests para evaluar la condición física en alumnos de primaria. :Relacionada con los contenidos Tema 5

Práctica 11 Evaluación final y puesta en común. :Global

6. Metodología Docente

| Actividad Formativa | Metodología | Horas Presenciales | Trabajo Autónomo | Volumen de trabajo |
|-------------------------------|--|--------------------|------------------|--------------------|
| Presentación de la asignatura | | 2 | 0 | 2 |
| Clases teóricas | Clases expositivas. Utilizadas para introducir y explicar en el aula los temas principales detallados en el apartado de contenidos. En ellas se utilizará una modalidad de clase magistral participativa, mediante la transmisión de información en un tiempo ocupado principalmente por la exposición oral y el apoyo de las TICs. Durante dicha exposición se podrán plantear preguntas o situaciones problemáticas sobre un tema, introducir pequeñas actividades prácticas, resolver las dudas que puedan plantearse, presentar informaciones incompletas, orientar la búsqueda de información, ocasionar el debate individual o en grupo, etc. | 12 | 26.4 | 38.4 |
| Clases prácticas | Clases prácticas. Impartidas en el aula específica, dirigidas por el profesor y con una participación activa del alumno, desarrollarán las competencias específicas del "saber hacer" en aquellos temas que lo requieren. A través de éstas, el alumno, adquirirá conocimientos didácticos y metodológicos relacionados con el proceso de enseñanza aprendizaje del área de educación física. | 12 | 21 | 33 |
| Evaluación | | 2 | 0 | 2 |

7. Horario de la asignatura

<http://www.um.es/web/educacion/contenido/estudios/grados/educacion-primaria/2012-13#horarios>

8. Sistema de Evaluación

| | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|---|
| | Métodos / Instrumentos | PORTAFOLIO DEL ALUMNO Lectura y análisis de artículos Respuestas a preguntas comprensivas. Búsqueda de información relevante Diseño de tareas y/o sesiones de EF. |
| Competencia Evaluada 1,2,3 | | Presentación Inclusión de todas las actividades y de su valoración Corrección en su realización. Claridad expositiva Estructuración y sistematización. |

| | | |
|--------------------------------------|--------------------------------|---|
| | Criterios de Valoración | Originalidad y creatividad Capacidad crítica y autocrítica Capacidad de análisis y síntesis Organización del tiempo Incorporación de bibliografía Autoevaluación |
| | Ponderación | 50% |
| Competencia Evaluada 1,2,3 | Métodos / Instrumentos | PRUEBA ESCRITA |
| | Criterios de Valoración | Dominio de los contenidos teóricos y prácticos. |
| | Ponderación | 30% |
| Competencia Evaluada 1 | Métodos / Instrumentos | PRESENTACIÓN ORAL Y DEFENSA DE TRABAJOS |
| | Criterios de Valoración | Presentación Claridad expositiva Estructuración y sistematización. Originalidad y creatividad Organización del tiempo Incorporación de bibliografía |
| | Ponderación | 20% |

Fechas de exámenes

<http://www.um.es/web/educacion/contenido/estudios/grados/educacion-primaria/2012-13#exámenes>

9. Bibliografía (básica y complementaria)

-  Adams, J.B. (2009). High School Physical Education Students' Heart Rates during different activities. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance* 80(9): 8.
-  Aragones, M., Casajús, J., Rodriguez, F., Cabañas, M.D. (1993). Protocolos de medidas antropométricas. En: Esparza F (ed). *Manual de Cineantropometría*. Pamplona: GREC-FEMEDE.
-  Aranceta, J., Serra, L., Foz-Sala, M., Moreno, B. (2005). Prevalencia de obesidad en España. *Medicina Clínica*, 125: 460-466.
-  Armstrong, N., Balding, J., Gentle, P., Kirby, B. (1990). Patterns of physical activity among 11-16 year old British Children. *British Medical Journal*: 301, 203-205.
-  Armstrong, N., Bray, S. (1990). Primary school children is physical activity patterns during autumn and summer. *Bulletin of Physical Education* 26: 23-26.
-  Armstrong, N., Bray, S. (1991). Physical activity patterns defined by continuous heart rate monitoring. *Archives of Disease in Childhood* 66: 245-247.
-  Armstrong, N., Welsman, J. R., Kirby, B. J. (2000). Longitudinal changes in 11-13 years-olds physical activity. *Acta Paediatrica* 89: 775-780.
-  Aznar, S., y Webster, T. (2006). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo. Ministerio de Educación y Ciencia. Disponible en: <http://www.msc.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf>
-  Baquet, B., Berthoin, S., Van Praagh, E. (2002). Are intensified physical education sessions able to elicit heart rate at a sufficient level to promote aerobic fitness in adolescents? *Research Quarterly for Exercise and Sport* 73(3): 282-288.

-  Biddle, S., Mitchell, J. and Armstrong, N (1991). Assessment of physical activity in children: a comparison of continuous heart rate monitoring, self-report and interview techniques. *British Journal of Physical Education Research Suppl.* 10: 4-8.
-  Boreham C, Riddoch C. (2001). The physical activity, fitness and health of children. *Journal of Sports Sciences*, 19:915-929.
-  Costa, M., y López, E. (2000). *Educación para la Salud. Una estrategia para cambiar los estilos de vida.* Madrid: Ediciones Pirámide.
-  Dudley, D.A., Okely, A.D., Cotton, W.G., Pearson, P., Caputi, P. (2011). Physical activity levels and movement skill instruction in secondary physical education (in press).
-  Duncan, J.S., Badland, H.M., Schofield, G. (2009). Combining GPS with heart rate monitoring to measure physical activity in children: a feasibility study. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12(5): 583-585.
-  Durant, R.H., Baranowski, T., Davis, H., Rhodes, T., Thomson, W.O., Graves, K.A et al. (1993). Reliability and variability of indicators of heart rate monitoring in children. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 25: 389-95.
-  Ekelund, U., Poortvliet, E., Yngve, A., Nilsson, A., Hurtig-Wennlof, A., & Sjostrom, M. (2001). Heart rate as an indicator of physical activity intensity in adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33(5), Supplement abstract 1406.
-  Fairclough S., Stratton, G. (2005). Improving health-enhancing physical activity in girl's physical education. *Health and Education Research*, 20(4): 448-457.
-  Faulkner, J., Greedy, G., Hunsicker, P. (1963). Heart rate during physical education periods. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 34: 95-98.
-  Gao, Z. Hanno, J.C., Carson, R.L. (2009). Middle schools students' heart rates during different curricular activities in physical education. *International Council of Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance Journal of Research*, 4(1): 16-19.
-  Gavarry, O., Bernard, T., Giacomoni, M., Seymat, M., Euzet, J.P. y Falgairette, G. (1998). Continuous heart rate monitoring over 1 week in teenagers aged 11-16 years. *European Journal of Applied Physiology* 77(12): 125-132.
-  Generelo, E. (1996): Una aproximación al estudio del compromiso fisiológico en la educación física escolar y deporte educativo. *Consejo Superior de Deportes* 10: 53-88.
-  Howe, C.A., Freedson, P.S., Alazán, S., Feldman, H.A, Osganian, S.K. (2012). A recess intervention to promote moderate-to-vigorous physical activity. *Pediatric Obesity* 7, 82-88.
-  Kulinna, P.H., Martin, J., Lai, Q., Kliber, A. (2003). Student physical activity patterns: grade, gender and activity influences. *Journal of Teaching in Physical Education* 22:298-310.
-  Laurson, K.R., Brown, D.D., Cullen, R.W., Dennis, K.K. (2008). Heart rates of High School Physical Education Students during team sports, individual sports and fitness activities. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 79(1): 85-91.
-  Lobstein, T.J., Frelut, M.L. (2003). Prevalence of overweight children in Europe. *Obesity Reviews* 4: 195-200.
-  Marfell-Jones, M., Olds, T., Stewart, A. and Carter, L. (2006). *International standards for anthropometric assessment (2006).* ISAK: Potchefstroom, South Africa.
-  Marques, A., Ferro, N., Diniz, J., Carreiro da Costa, F. (2011). Health related fitness in physical education. 45 versus 90 minutes classes. *British Journal of Sports Medicine* 45: A11.
-  Moreno, C., Muñoz, V., Pérez, P. J., y Sánchez, I. (2005). Los adolescentes españoles y su salud. Resumen del estudio Health Behaviour in School Aged Children (HBSC-2002) (Ed.). Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
-  Nader, P.R. (2003). Frequency and intensity of activity of third-grade children in physical education. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 157(2): 185-190.
-  Norton, K., Whittingham, N., Carter, L., Kerr, D., Gore, C., Marfell-Jones, M. Measurement techniques in anthropometry. In: Norton K, Olds T, (eds). *Antropométrica.* Sydney: UNSW; 1996.
-  OMS (2004). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Documento: http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_w eb.pdf (Fecha de acceso: 3 de abril de 2012).
-  OMS (2008). El aumento de la actividad física reduce el riesgo de enfermedades cardíacas y la diabetes. Documento: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/PAGuide-2007-spanish.pdf> (Fecha de acceso: 3 de abril de 2012).

-  Pelclová, J., Frömel, K., Skalík, K., Stratton, G. (2008). Dance and aerobic dance in physical education lessons: the influence of the students role on physical activity in girls. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Gymnica*, 38(2): 85-92.
-  Rivas, F.J. (1992). Frecuencia cardiaca en las clases de E.F. de enseñanza secundaria. *Revista de Educación Física Renovación de Teoría y Práctica*, 46: 29-36.
-  Robertson, A., Lobstein, T. y Knai, C. (2007): Obesity and socioeconomic groups in Europe: Evidence review and implications for action. Documento: http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/ev20081028_rep_en.pdf (Fecha de acceso: 3 de abril de 2012).
-  Sallis, J.F., Patrick, K. (1994). Physical activity guidelines for adolescents: a consensus statement. *Pediatric Exercise Science*, 6, 302-314.
-  Sarradel, J., Generelo, E., Zaragoza, J., Clemente, J.A., Abarca-Sos, A., Murillo, B., Aibar, A. (2011). Gender differences in heart rate responses to different types of physical activity in physical education classes. *Motricidad. European Journal of Human Movement* 26: 65-76.
-  Serra, L., Aranceta, J., Ribas-Barba, L., Pérez-Rodrigo, C., García-Closas, R. (2000). Estudio enKid: objetivos y metodología. En: Serra, L., Aranceta, J., editores. *Desayuno y equilibrio alimentario. Estudio enKid*. Barcelona: Masson S.A., 1-8.
-  Serra, L., Ribas-Barba, L., Aranceta, J., Pérez-Rodrigo, C., Saavedra, P., Peña-Quintana, L. (2003). Obesidad infantil y juvenil en España. Resultados del estudio enKid (1998-2000). *Medicina Clínica* 121(19): 725-732.
-  Sierra-Robles, A. (2004). Formación docente para el control de la carga en la clase de educación física. *Revista de Investigación en Educación*. (2) pp. 33-48.
-  Sirard, J.R., Pate, R.R. (2001). Physical activity assessment in children and adolescents. *Sports Medicine*, 31(6): 439-454.
-  Slaughter, M.H., Lohman, T.G., Boileau, R. A., Horswill, C. A., Stillman, R.J., van Loan, M.D., Bembien, D.A.(1988). Skinfold equations for estimation of body fatness in children and youths. *Human Biology*, 60: 709-723.
-  Stratton, G. (1997). Children's heart rates during British physical education lessons. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16:357-367.
-  Strong, W.B., Malina, R. M., Blimkie, C. J. R., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., Hergenroeder, A. C., Must, A., Nixon, P. A., Pivarnik, J. M., Rowland, T., Trost, S. y Trudeau, F. (2005). Evidence based physical activity for schooled youth. *The Journal of Pediatrics*, 146, 732-737.
-  U.S. Department of Health and Human Services (2000). *Healthy people 2010: Understanding and improving health*. 2ª Ed pp 22-28. Washington D.C.: U.S. Government Printing Office.
-  Valera, G., Silvestre, D. (2009). Introducción. En: *Obesidad en el siglo XXI: ¿qué se puede y se debe hacer?* G. Varela y D. Silvestre (coord.). Madrid: International Marketing and Communication.
-  Wang, G.Y., Pereira, B., Mota, J. (2005). Indoor physical education measured by heart rate monitor. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 45(2): 171-177.
-  Welsman, J.R., Armstrong, N. (1997). Physical activity patterns of 5 to 11-year-old children. In: *Children and Exercise XIX: promoting health and well-being*. Eds: Armstrong, N., Kirby, B.J., Welsman, J. R. London: E & FN Spon, 139-144.
-  Welsman, J.R., Armstrong, N. (1998). Physical activity patterns of 5 to 7-year-old children and their mothers. *European Journal of Physical Education* 3: 145-155.
-  Welsman, J.R., Armstrong, N. (2000). Physical activity patterns in secondary schoolchildren. *European Journal of Physical Education* 5: 147-157.
-  World Health Organization (2007). A guide for population-based approaches to increasing levels of physical activity: implementation of the WHO Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. Documento: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/PA-promotionguide-2007.pdf> (Fecha de acceso: 3 de Abril de 2012).
-  Yuste, J.L. (2005). Influencia de la condición de estar federado, autopercepción de competencia motriz y valoración de las clases de Educación Física sobre los niveles de actividad física habitual en adolescentes escolarizados. Tesis Doctoral. Murcia: Universidad de Murcia.
-  American College of Sports Medicine (2011). Position Stand. Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Cardiorespiratory, Musculoskeletal, and Neuromotor Fitness in Apparently Healthy Adults: Guidance for Prescribing Exercise. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 43(7): 1334-1359.

10. Observaciones

El orden de las actividades prácticas, es sólo una previsión, por lo que puede no corresponder a su futura secuenciación cronológica real, la cual será determinada por el profesorado según el desarrollo de las sesiones. Por otra parte, las condiciones para participar en las clases prácticas, serán expuestas el primer día de clase y puesta en el aula virtual.

Respecto a la evaluación:

- La evaluación de los aprendizajes de los estudiantes se realizará basada en el desarrollo de competencias.
- Para superar la asignatura el alumno tendrá que alcanzar un mínimo de 5 puntos, siendo necesario haber puntuado en todos los instrumentos por encima del 50% de la ponderación.
- En caso de suspenso, para la siguiente convocatoria se respetará la puntuación del alumno en los apartados superados, debiendo mejorar su rendimiento, hasta alcanzar el aprobado, en el resto de criterios de calidad, especialmente en los que no haya alcanzado el mínimo establecido.
- La asistencia a las clases presenciales será obligatoria. En el caso de no asistir al 85% de las clases presenciales, el alumno solo podrá optar a un examen en modalidad de "No asistente". Este examen consistirá en una prueba escrita que evalúe la consecución de las competencias de la asignatura. Dicha prueba contendrá de forma general preguntas tipo test a elección correcta, preguntas tipo desarrollo y diseño de aplicaciones prácticas.
- La evaluación del sistema de enseñanza y práctica docente del profesorado se realizará mediante la aplicación de cuestionarios a los estudiantes.

Universidad de Murcia