

## GUÍA DOCENTE 2024-2025

### DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

<b>ASIGNATURA:</b>	Fundamentos de la Actividad Física y la Motricidad
<b>PLAN DE ESTUDIOS:</b>	Grado en Psicología
<b>FACULTAD:</b>	Ciencias de la Salud
<b>CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:</b>	Optativa
<b>ECTS:</b>	6
<b>CURSO:</b>	Tercero
<b>SEMESTRE:</b>	Primero
<b>IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:</b>	Castellano
<b>PROFESORADO:</b>	Dra. Susana Pulgar Muñoz
<b>DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:</b>	<a href="mailto:Susana.pulgar@uneatlantico.es">Susana.pulgar@uneatlantico.es</a>

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

<b>REQUISITOS PREVIOS:</b>
No aplica
<b>CONTENIDOS:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tema 1. Conceptos básicos relacionados con la actividad física. <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1.1. Actividad física.</li> <li>● 1.2. Ejercicio físico.</li> <li>● 1.3. Condición física.</li> <li>● 1.4. Acondicionamiento físico y entrenamiento físico-deportivo.</li> <li>● 1.5. Fitness y Wellness.</li> <li>● 1.6. La recreación física.</li> <li>● 1.7. El Deporte.</li> </ul> </li> <li>● Tema 2. La Educación Física. <ul style="list-style-type: none"> <li>● 2.1. Concepto de educación física.</li> </ul> </li> </ul>

- 2.2. Evolución del término educación física.
- 2.3. Concepto contemporáneo de educación física.
- 2.4. Ámbitos de la educación física.
- 2.5. Funciones que cumple la educación física.
- 2.6. Fines de la educación física.
- 2.7. Los objetivos de la educación física.
- 2.8. Los contenidos de la educación física.
- 2.9. Paradigmas de la educación física.
  
- Tema 3. Etapas del desarrollo motor.
  - 3.1. Conceptos desarrollados en el desarrollo motor.
  - 3.2. Desarrollo madurativo según Gallahue.
  - 3.3. Fases dentro del modelo teórico según Gallahue.
  - 3.4. Desarrollo motor en las etapas del ciclo vital.
  
- Tema 4. El aprendizaje y desarrollo de las habilidades motrices.
  - 4.1. Definición conceptual de las habilidades motrices.
  - 4.2. Evolución del concepto habilidades motrices básicas.
  - 4.3. Relación entre habilidades motrices básicas y específicas.
  - 4.4. Patrón maduro y patrón motor evolutivo.
  - 4.5. Clasificación de las habilidades motrices básicas.
  - 4.6. Principales habilidades motrices básicas.
  
- Tema 5. Fases de habilidades especializadas.
  - 5.1. La técnica deportiva.
  - 5.2. La táctica deportiva.
  - 5.3. La estrategia deportiva.
  - 5.4. Relación entre táctica y estrategia.
  
- Tema 6. Las capacidades perceptivo-motrices.
  - 6.1. El esquema corporal.
  - 6.2. la lateralidad
  - 6.3. La especialidad.
  - 6.4. La temporalidad.
  
- Tema 7. Funciones perceptivo-coordinativas.
  - 7.1. Componentes y factores de la condición física y la condición físico-motora.
  - 7.2. Concepto de coordinación motriz.
  - 7.3. Clasificación de coordinación motriz.
  - 7.4. Actividades de desarrollo de la coordinación motriz.
  - 7.5. Factores de la coordinación motriz. Las capacidades coordinativas.
  - 7.6. Factores que afectan al grado de complejidad de la coordinación motriz.

- 7.7. Desarrollo y fases sensibles de la coordinación motriz.
  
- Tema 8. Procesamiento de la información.
  - 9.1. Control del movimiento: concepto, teoría y modelos.
  - 9.2. El mecanismo perceptivo.
  - 9.3. El mecanismo de decisión.
  - 9.4. El mecanismo de ejecución.
  
- Tema 9. Control de la información.
  - 10..1. La información en la acción deportiva.
  - 10.2. Tipos de administración de la información.
  - 10.3. Feedback en función del momento en que se aporte la información.
  - 10.4. Feedback en función de la frecuencia con la que se administre la información.
  - 10.5. Feedback en función del formato de la información.
  - 10.6. Feedback en función del contenido de la información.
  - 10.7. El conocimiento de los resultados.
  - 10.8. El conocimiento de la ejecución.
  
- Tema 10. El proceso de enseñanza-aprendizaje.
  - 11.1. Aspectos generales del proceso de enseñanza-aprendizaje motor.
  - 11.2. Aspectos específicos al proceso de enseñanza-aprendizaje motor.
  
- Tema 11. Las tareas motrices.
  - 12.1. Concepto, objetivo y características de las tareas motrices.
  - 12.2. Clasificaciones de las tareas motrices.
  - 12.3. Características y criterios para su programación.
  - 12.4. Criterios pedagógicos a la hora de elegir y presentar las tareas.

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

### RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN Y DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

RAK1-Comprender la evolución de la Psicología como ciencia y los diferentes enfoques y teorías que han contribuido a su desarrollo.

- Comprender los fundamentos de la motricidad humana, en su interrelación con procesos psicológicos y el aprendizaje, así como los efectos de la actividad física sobre el desarrollo integral del individuo.
- Describir los factores psicológicos, sociales, culturales y ambientales que influyen en la práctica de la actividad física y del deporte, desde un punto de vista sociológico.

#### **RESULTADOS PROPIOS DE LA ASIGNATURA:**

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

Habilidades o destrezas:

- Proponer alternativas a situaciones problemáticas relacionadas con la práctica de la actividad física y del deporte, teniendo como base el análisis de los procesos y factores psicológicos que influyen en esta práctica.
- Diseñar programas de intervención y entrenamiento psicológico en el deporte.

Competencias:

- Aplicar los principales modelos y técnicas de evaluación e intervención psicológica en el deporte.

## METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

#### **METODOLOGÍAS DOCENTES:**

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método expositivo
- Estudio y análisis de casos
- Resolución de ejercicios
- Aprendizaje cooperativo/trabajo en grupo
- Trabajo autónomo

#### **ACTIVIDADES FORMATIVAS:**

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

Actividades formativas	Horas	% Presencialidad
Clases expositivas	7,5	100
Clases prácticas	15	100
Seminarios y talleres	15	100
Supervisión de actividades	7,5	100
Tutorías (individual / en grupo)	7,5	100
Preparación de clases	15	0
Estudio personal y lecturas	30	0
Elaboración de trabajos	30	0
Trabajo en campus virtual	15	0
Actividades de evaluación	7,5	100

El primer día de clase, la profesora proporcionará información más detallada al respecto.

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

### CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

	Actividades de evaluación	Ponderación
Evaluación continua	Exámenes parciales	25%
	Trabajo en grupo	20%
	Interés y participación del alumno en la asignatura	5%
Evaluación final	Examen teórico-práctico final	50%

La calificación del instrumento de la evaluación final (tanto de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria, según corresponda) **no podrá ser inferior, en ningún caso, a 4,0 puntos** (escala 0 a 10) para aprobar la asignatura y consecuentemente poder realizar el cálculo de porcentajes en la calificación final.

### CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

La convocatoria extraordinaria tendrá lugar durante el mes de julio (consúltase el calendario académico fijado por la universidad). Esta consistirá en la realización de un examen teórico práctico con un valor del 50 % de la nota final de la asignatura. El resto de la nota se complementará con la calificación obtenida en la evaluación continua de la convocatoria ordinaria.

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- Casamichana, D. (2014). *Fundamentos de la Actividad Física y la Motricidad Humana*. Material didáctico propio de la institución.

### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Alvarez Bedolla, A. (2003). Estrategia, táctica y técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos. *Lecturas: Educación Física y deportes* (60), 7.
- Baena, A. C. M., Chillón, P., Martín-Matillas, M., López, I. P., Castillo, R., Zapatera, B., ... Cerezo, C. R. (2012). Motivos de abandono y no práctica de actividad físicodeportiva. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(1).
- Ballesteros Arribas, J. M., Dal-Re Saavedra, M., Pérez-Farinós, N., & Villar Villalba, C. (2007). La estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad: estrategia NAOS. *Revista Española de Salud Pública*, 81, 443-449.
- Castañer, M., & Camerino, O. (1991). La educación física en la enseñanza primaria. Inde.
- Castejón Oliva, F. J. (2010). La toma de decisiones en expertos y Noveles: Diferencias y consideraciones páticas. In V. López & J. Sargatal (Eds.), *La táctica deportiva y la toma de decisiones* (pp. 69-88). .diversitas 66.
- Espar, F. (1998). El concepto de táctica individual en los deportes colectivos. *Apunts. Educación Física y Deporte*, 51, 16-22.
- Jiménez Sánchez, A. C. (2010). La táctica individual o el problema sobre qué y cómo deciden los deportistas en los deportes colectivos. In V. López & J. Sargatal (Eds.), *La táctica deportiva y la toma de decisiones* (pp. 15-33).
- Macarro Moreno, J., Romero Cerezo, C., & Torres Guerrero, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*.
- Ostojic, S. M., Castagna, C., Calleja-González, J., Jukic, I., Idrizovic, K., & Stojanovic, M. (2014). The biological age of 14-year-old boys and success in adult soccer: do early maturers predominate in the top-level game? *Research in Sports Medicine*, 22(4), 398-407.

- Pérez, L. M. R., & Baumann, J. F. (1997). Deporte y aprendizaje: procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Visor.

#### WEBS DE REFERENCIA:

- Revista Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity: <http://revistas.udc.es/index.php/SPORTIS/index>
- Revista RETOS: <http://www.retos.org>
- Revista Internacional de Ciencias del Deporte: <http://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/>
- Acción Motriz: <http://www.accionmotriz.com>
- Journal of Sport and Health Reseach: <http://www.journalshr.com>
- Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista.html>
- Apunts. Educación Física y Deportes: <http://www.revista-apunts.com/es/>
- Revista Motricidade: <http://revistas.rcaap.pt/motricidade>
- TRANCES. Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud: <http://www.trances.es/>
- Journal of Human Sport and Exercise: <http://www.jhse.ua.es/index>
- EmásF. Revista digital de Educación Física: <http://emasf.webcindario.com/>
- Revista de Psicología del Deporte: <http://www.rpd-online.com>
- RIPED - Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte: <http://www.webs.ulpgc.es/riped/>