

## Guia docent

### Identificació de l'assignatura

<b>Assignatura / Grup</b>	22151 - Educació Física, Oci i Recreació / 1
<b>Titulació</b>	Grau d'Educació Primària (Pla 2013) - Tercer curs
<b>Crèdits</b>	6
<b>Període d'impartició</b>	Segon semestre
<b>Idioma d'impartició</b>	Català

### Professors

Professor/a	Horari d'atenció als alumnes					
	Hora d'inici	Hora de fi	Dia	Data d'inici	Data de fi	Despatx / Edifici
Aina Maria Galmés Panadés						
<i>Responsable</i>						Cal concertar cita prèvia amb el/la professor/a per a fer una tutoria
<a href="mailto:aina.galmes@uib.es">aina.galmes@uib.es</a>						

### Contextualització

L'assignatura Educació Física, Oci i Recreació forma part del bloc de formació didàctic disciplinar dels estudis de Grau d'Educació Primària, del mòdul Educació Física. La matèria en la qual s'insereix l'assignatura pretén facilitar la comprensió del coneixement d'activitats específiques de l'Educació Física, la programació i el disseny de tasques per a la seva aplicació a l'etapa d'educació primària tan en el seu àmbit formal com a no formal.

És assumpte de l'assignatura oferir a l'alumnat els coneixements necessaris sobre els aspectes de la matèria d'educació per a l'oci i el temps lliure i la seva aplicació en diferents àmbits amb l'objecte de proporcionar una base teòric-pràctica suficient per a la millor comprensió d'altres continguts, així com aprofundir en aspectes psicopedagògics del procés d'ensenyança-aprenentatge i proporcionar una base teòric-pràctica sobre com actuar en casos d'emergència durant les activitats d'oci i recreació.

L'alumnat ha de conèixer els elements del currículum per poder aplicar-los de forma pràctica en l'ensenyament de l'Educació Física escolar, extraescolar i en altres àmbits educatius no formals; per aconseguir-ho es profunditzarà en els aspectes psicopedagògics de l'ensenyança-aprenentatge de l'Educació Física i les seves noves aportacions en el camp dels jocs, l'esport i la recreació.

Des d'una perspectiva personal, es preveu potenciar la capacitat de reflexió sobre les pràctiques portades a terme, per millorar la tasca docent i utilitzar l'avaluació com element regulador i promotor per la millora de l'ensenyament i l'aprenentatge.

### Requisits

No hi ha requisits previs per cursar l'assignatura, tot i que s'aconsella que les assignatures siguin cursades d'acord a l'ordre establert en el pla d'estudis. Es recomana tenir un domini de la llengua catalana per tal de seguir l'assignatura sense dificultats idiomàtiques.

## Guia docent

### Recomanables

Es recomana haver cursat i superat les assignatures d'Educació Física i la seva Didàctica (22115) i Educació Física i Hàbits Saludables (22121)

Tenir predisposició, iniciativa i motivació

### Competències

#### Específiques

- \* Coneixement del currículum escolar de l'Educació Física. Capacitat de domini de la teoria i la didàctica específica de l'Educació Física, els fonaments i les tècniques de programació de l'àrea i disseny de sessions, unitats didàctiques i la programació anual, així com les estratègies d'intervenció i avaluació dels resultats.
- \* Desenvolupament i avaluació dels continguts del currículum mitjançant recursos didàctics apropiats i promoure les competències corresponents als estudiants.
- \* Saber utilitzar, conèixer i aplicar els fonaments del joc, de les tècniques d'iniciació esportiva, les tècniques de primers auxilis, dels esports, de les activitats en el medi natural per a la seva aplicació i orientació en el centre, en horari escolar i extraescolar, així com conèixer els recursos per a fomentar la participació esportiva al llarg de la vida.
- \* Conèixer els aspectes que relacionen l'activitat física amb l'oci, el temps lliure i la recreació per a poder establir bases d'actuació adequades en el medi escolar.

#### Genèriques

- \* Capacitat d'anàlisi i síntesis, d'organització, de planificació i presa de decisions.
- \* Capacitat d'anàlisi crític i de proposta i aplicació de noves solucions

#### Bàsiques

- \* Podeu consultar les competències bàsiques que l'estudiant ha d'haver assolit en acabar el grau a l'adreça següent: [http://estudis.uib.cat/ca/grau/comp\\_basiques/](http://estudis.uib.cat/ca/grau/comp_basiques/)

### Continguts

La matèria d'Educació Física, Oci i Recreació està organitzada en sis blocs.

#### Continguts temàtics

- Bloc 1. Planificació i programació de l'Educació Física
  - 1.1 El disseny curricular de l'Educació Física a l'educació primària
  - 1.2 Funcions de la planificació de l'Educació Física
  - 1.3 Funcions i requisits de la programació de l'Educació Física
  - 1.4 Factors que regeixen la planificació de l'Educació Física
  - 1.5 Procés de planificació de l'Educació Física
- Bloc 2. Les competències clau en Educació Física

## Guia docent

- 2.1 Les competències clau: concepte
- 2.2 Contribució de l'EF al desenvolupament de les competències clau
- 2.3 Disseny i programació de l'Educació Física en base a les competències clau
- 2.4 Avaluació de les competències clau des de l'Educació Física
- Bloc 3. Avaluació de l'Educació Física
  - 3.1. Concepte i racionalitats de l'avaluació
  - 3.2. Tipus d'avaluació en Educació Física
  - 3.3. El procés d'avaluació en Educació Física
  - 3.4. Tècniques i instruments d'avaluació en l'Educació Física
- Bloc 4. Educació Física Inclusiva
  - 4.1. Contextualització de la inclusió en l'Educació Física
  - 4.2. Determinants que influeixen en la inclusió
  - 4.3. L'ensenyament multinivell i cooperatiu a l'Educació Física
  - 4.4. Estratègies per afavorir la inclusió en Educació Física
- Bloc 5. Oci i Recreació
  - 5.1. Aproximació al concepte Oci i Recreació. Evolució
  - 5.2. La funcionalitat social de l'Oci i la Recreació
  - 5.3. Noves tendències d'Oci i Recreació
  - 5.4. Tractament de l'activitat física per l'Oci i la Recreació en els diferents nivells de concreció curricular
- Bloc 6. Salut i seguretat en l'Educació Física, Oci i Recreació
  - 6.1 Reanimació Cardi-Pulmonar i Posició Lateral de Seguretat
  - 6.2 Patologies freqüents i actuacions a tenir en compte a l'EF, Oci i Recreació

## Metodologia docent

En aquest apartat es fa una descripció de la metodologia que s'emprarà durant el curs acadèmic per l'assoliment de les competències de l'assignatura.

La metodologia utilitzada en les **sessions teòriques** serà diversa, entre les diferents estratègies es troben:

- Exposicions dels continguts per part del professor
- Treball individual i en grup petit mitjançant activitats presencials i no presencials com per exemple exposicions orals
- Lectures i comentaris d'articles
- Participació en seminaris / debats, tant dels continguts propis de l'assignatura com d'altres temes d'actualitat educativa que puguin ser d'interès al llarg del curs

En referència a les **sessions pràctiques**, les estratègies utilitzades seran:

## Guia docent

-Treball en grup mitjà (aquest tipus de formació ajudarà i fomentarà l'experimentació de l'alumnat amb el propi cos així com possibilitarà una major comprensió de la relació entre teoria i pràctica, en la matèria d'Educació Física).

Per facilitar i afavorir el treball no presencial i autònom de l'alumnat, l'assignatura es treballarà a través de Campus Extens. Mitjançant les eines telemàtiques de què disposem, es mantindran tutories electròniques a través del correu intern, es posaran a l'abast dels estudiants materials o recursos per facilitar la comprensió dels continguts (per exemple: blocs temàtics, articles, enllaços a documents, vídeos i altres materials multimèdia), es dinamitzarà la participació del grup, fomentant la col·laboració, es realitzaran activitats d'avaluació i/o autoavaluació i es mantindrà l'organització del treball.

### Activitats de treball presencial (1,92 crèdits, 48 hores)

Modalitat	Nom	Tip. agr.	Descripció	Hores
Classes teòriques	Exposició dels continguts	Grup gran (G)	Mitjançant el mètode expositiu, el professor establirà els fonaments teòrics dels temes que componen la matèria. A més, es proporcionarà informació, per a cada tema, sobre el mètode de treball aconsellable i el material didàctic que haurà d'utilitzar l'alumnat per a preparar de forma autònoma els continguts.	20
Classes pràctiques	Assistència a les pràctiques	Grup mitjà (M)	Realització de sessions pràctiques relacionades amb els continguts teòrics treballats a classe. Sessions dirigides pel professor.	20
Classes pràctiques	Treball pràctic sobre els continguts teòrics - Simulació docent	Grup mitjà (M)	Treball de simulació docent dirigit pels alumnes en grups reduïts sobre els continguts tractats en les classes teòriques i sota la supervisió del professor, durant les sessions pràctiques.	2
Tutories ECTS	Revisió i resolució de dubtes	Grup petit (P)	Una de les competències genèriques fonamentals que tractam d'inculcar a l'estudiant és la capacitat per treballar de forma autònoma, les tutories juguen un paper molt rellevant per tal de fer un seguiment correcte del treball autònom. Mitjançant les tutories, l'estudiant podrà resoldre dubtes en relació als continguts exposats a les activitats presencials i al material de suport lliurat pel professor.	2
Avaluació	Examen teòric	Grup petit (P)	Es realitzarà una prova d'avaluació situada en el període d'avaluació del mes de Juny i una prova d'avaluació corresponent al període d'avaluació extraordinària. Aquesta avaluació permetrà valorar si l'alumne coneix i sap aplicar correctament els procediments del temari.	2
Avaluació	Justificació registre Exercici físic	Grup petit (P)	Cada alumne realitzarà un registre de l'exercici físic que dugui a terme durant 8 setmanes, aquest registre l'anomenarem "diari". Aquest registre consistirà en un recull d'evidències que ha complert amb les recomanacions del Organització Mundial de la Salut sobre exercici físic per població adulta.  El mateix alumne autoavaluarà aquesta tasca, i explicarà a la mestra el conjunt d'evidències de la tasca realitzada i l'autoavaluació que ha fet del diari.	2

A començament del semestre hi haurà a disposició dels estudiants el cronograma de l'assignatura a través de la plataforma UIBdigital. Aquest cronograma inclourà almenys les dates en què es faran les proves d'avaluació contínua i les dates de lliurament dels treballs. A més, el professor o la professora informará els estudiants

## Guia docent

si el pla de treball de l'assignatura es durà a terme a través del cronograma o per una altra via, inclosa la plataforma Aula digital.

### Activitats de treball no presencial (4,08 crèdits, 102 hores)

Modalitat	Nom	Descripció	Hores
Estudi i treball autònom individual	Preparació dels continguts	Després de l'exposició dels continguts presentats oralment pel professorat, l'alumne haurà d'aprofundir en cada un dels temes a partir de lectures obligatòries i recomanades per cada un dels temes.	35
Estudi i treball autònom individual	Registre exercici físic	Cada alumne realitzarà un registre de l'exercici físic que dugui a terme durant 8 setmanes, aquest registre l'anomenarem "diari".  Aquest registre consistirà en un recull d'evidències que ha complert amb les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut sobre exercici físic per població adulta. L'exercici físic es podrà enregistrar de diverses maneres, segons les possibilitats de cada alumne i les característiques de l'activitat. Per exemple: pulsòmetres, podòmetres, aplicacions mòbils, polseres d'activitat, etc.  L'alumne haurà de realitzar: 5 dies a la setmana, 60 minuts d'exercici físic a una intensitat moderada-vigoroosa. Si s'augmenta el temps o la freqüència de pràctica d'exercici físic es podrà valorar positivament.	11
Estudi i treball autònom en grup	Preparació de la simulació docent	Els alumnes hauran de preparar la simulació docent que exemplificaran a les sessions pràctiques. Simulacions que estaran vinculades directament amb la temàtica de l'assignatura.	11
Estudi i treball autònom individual o en grup	Intervencions en grup i lectura d'articles	Durant el desenvolupament de l'assignatura s'aniran facilitant per mitjà de l'eina educativa i telemàtica Moodle diferents articles relacionats amb els continguts teòrics presentats a les classes expositives. Els alumnes hauran de llegir i reflexionar sobre els articles per comentar-los posteriorment a classe.	15
Estudi i treball autònom individual o en grup	Preparació de la programació anual	Després de les exposicions dels continguts presentats oralment pel professorat, l'alumne haurà d'anar desenvolupant la programació anual d'Educació Física atenent al guió presentat a classe.	30

### Riscs específics i mesures de protecció

Les activitats d'aprenentatge d'aquesta assignatura no comporten riscos específics per a la seguretat i salut dels alumnes i, per tant, no cal adoptar mesures de protecció especials.

### Avaluació de l'aprenentatge dels estudiants

L'avaluació de l'aprenentatge dels estudiants, es divideix en cinc apartats.

Es destaquen els següents aspectes:

1. Qualsevol actitud que obstaculitzi les dinàmiques d'aula podrà tenir repercussió sobre la nota final de l'assignatura, podent arribar a ser motiu de desqualificació.
2. El plagi d'alguna part o de la totalitat d'un treball o copiar a un examen és motiu de desqualificació; l'estudiant haurà de repetir el treball havent d'esperar a la següent convocatòria per a la seva presentació.

## Guia docent

3. La presència d'errades ortogràfiques i/o gramaticals a qualsevol activitat acadèmica lliurada per l'alumnat serà qualificada negativament.

4. Serà imprescindible citar i referenciar correctament amb normativa APA

### Frau en elements d'avaluació

D'acord amb l'article 33 del Reglament acadèmic, "amb independència del procediment disciplinari que es pugui seguir contra l'estudiant infractor, la realització demostradorament fraudulenta d'algun dels elements d'avaluació inclosos en guies docents de les assignatures comportarà, a criteri del professor, una menysvaloració en la seva qualificació que pot suposar la qualificació de «suspens 0» a l'avaluació anual de l'assignatura".

### Exposició dels continguts

Modalitat	Classes teòriques
Tècnica	Tècniques d'observació ( <b>no recuperable</b> )
Descripció	Mitjançant el mètode expositiu, el professor establirà els fonaments teòrics dels temes que componen la matèria. A més, es proporcionarà informació, per a cada tema, sobre el mètode de treball aconsellable i el material didàctic que haurà d'utilitzar l'alumnat per a preparar de forma autònoma els continguts.
Criteris d'avaluació	Participar en debats, reflexions i comentaris sobre continguts relacionats amb l'assignatura, com poden ser lectures d'articles.

Percentatge de la qualificació final: 0%

### Assistència a les pràctiques

Modalitat	Classes pràctiques
Tècnica	Tècniques d'observació ( <b>no recuperable</b> )
Descripció	Realització de sessions pràctiques relacionades amb els continguts teòrics treballats a classe. Sessions dirigides pel professor.
Criteris d'avaluació	Realització de sessions pràctiques relacionades amb els continguts teòrics treballats a classe. Sessions dirigides pel professor.

Assistència al 80% de les sessions pràctiques amb una participació activa, que implica: assistir puntualment a les sessions, participar amb interès, dur roba esportiva adequada per la pràctica i intervenir en les activitats de reflexió.

En el cas de no assistir al 80% de les pràctiques s'haurà de fer un examen pràctic sobre els continguts realitzats a les sessions pràctiques (en aquest cas valdrà un 30%). La recuperació d'aquesta part es podrà realitzar en el període d'avaluació complementària (al final del semestre) i també en el període d'avaluació extraordinària (al final de l'any acadèmic).

Percentatge de la qualificació final: 0% amb qualificació mínima 5

### Treball pràctic sobre els continguts teòrics - Simulació docent

Modalitat	Classes pràctiques
Tècnica	Proves objectives ( <b>no recuperable</b> )
Descripció	Treball de simulació docent dirigit pels alumnes en grups reduïts sobre els continguts tractats en les classes teòriques i sota la supervisió del professor, durant les sessions pràctiques.
Criteris d'avaluació	Treball de simulació docent dirigit pels alumnes en grups reduïts sobre els continguts tractats en les classes teòriques i sota la supervisió del professor. Els alumnes en petits grups hauran de dur a terme la simulació docent d'una sessió amb uns determinats

## Guia docent

continguts.

La preparació de la simulació docent representarà el 10% de la nota final, i la posada en pràctica de la simulació docent un altre 10%, sent requisit aprovar la posada en pràctica amb una qualificació mínima de 5 sobre 10 per aprovar l'assignatura.

Percentatge de la qualificació final: 20% amb qualificació mínima 5

### Examen teòric

Modalitat	Avaluació
Tècnica	Proves objectives ( <b>recuperable</b> )
Descripció	Es realitzarà una prova d'avaluació situada en el període d'avaluació del mes de Juny i una prova d'avaluació corresponent al període d'avaluació extraordinària. Aquesta avaluació permetrà valorar si l'alumne coneix i sap aplicar correctament els procediments del temari.
Criteris d'avaluació	Es realitzarà una prova d'avaluació situada en el període d'avaluació del mes de Juny i una prova d'avaluació corresponent al període d'avaluació extraordinària. Aquesta avaluació permetrà valorar si l'alumne coneix i sap aplicar correctament els procediments del temari. - Prova tipus test/preguntes curtes.  En cas de cursar l'itinerari B, l'examen tindrà un pes del 40% sobre la nota final, i serà requisit treure una nota igual o superior a 5.

Percentatge de la qualificació final: 30% amb qualificació mínima 5

### Justificació registre Exercici físic

Modalitat	Avaluació
Tècnica	Treballs i projectes ( <b>recuperable</b> )
Descripció	Cada alumne realitzarà un registre de l'exercici físic que dugui a terme durant 8 setmanes, aquest registre l'anomenarem "diari". Aquest registre consistirà en un recull d'evidències que ha complert amb les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut sobre exercici físic per població adulta. El mateix alumne s'autoavaluarà aquesta tasca, i explicarà a la mestra el conjunt d'evidències de la tasca realitzada i l'autoavaluació que ha fet del diari.
Criteris d'avaluació	L'alumne realitzarà una explicació individual del treball i l'autoavaluació al final de les 8 setmanes de registre.  És requisit aprovar el treball amb una qualificació mínima de 5 sobre 10 per aprovar l'assignatura.

Percentatge de la qualificació final: 0% amb qualificació mínima 5

### Registre exercici físic

Modalitat	Estudi i treball autònom individual
Tècnica	Treballs i projectes ( <b>recuperable</b> )
Descripció	Cada alumne realitzarà un registre de l'exercici físic que dugui a terme durant 8 setmanes, aquest registre l'anomenarem "diari". Aquest registre consistirà en un recull d'evidències que ha complert amb les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut sobre exercici físic per població adulta. L'exercici físic es podrà enregistrar de diverses maneres, segons les possibilitats de cada alumne i les característiques de l'activitat. Per exemple: pulsòmetres, podòmetres, aplicacions mòbils, polseres d'activitat, etc. L'alumne haurà de realitzar: 5 dies a la setmana, 60 minuts d'exercici físic a una intensitat moderada-vigorosa. Sis'augmenta el temps o la freqüència de pràctica d'exercici físic es podrà valorar positivament.
Criteris d'avaluació	Es realitzarà un registre individual de l'exercici físic realitzat durant 8 setmanes, complint amb les recomanacions de la OMS.

## Guia docent

És requisit aprovar el treball amb una qualificació mínima de 5 sobre 10 per aprovar l'assignatura.

Percentatge de la qualificació final: 10% amb qualificació mínima 5

### Intervencions en grup i lectura d'articles

Modalitat	Estudi i treball autònom individual o en grup
Tècnica	Tècniques d'observació ( <b>no recuperable</b> )
Descripció	Durant el desenvolupament de l'assignatura s'aniran facilitant per mitjà de l'eina educativa i telemàtica Moodle diferents articles relacionats amb els continguts teòrics presentats a les classes expositives. Els alumnes hauran de llegir i reflexionar sobre els articles per comentar-los posteriorment a classe.
Críteris d'avaluació	Durant el desenvolupament de l'assignatura s'aniran facilitant per mitjà de l'eina educativa i telemàtica Moodle diferents articles relacionats amb els continguts teòrics presentats a les classes expositives.  Els alumnes hauran de llegir articles que seran avaluats mitjançant la seva defensa en les classes teòriques.  També es podran encarregar tasques en grup que hauran de presentar a les sessions teòriques.

Percentatge de la qualificació final: 5% amb qualificació mínima 0

### Preparació de la programació anual

Modalitat	Estudi i treball autònom individual o en grup
Tècnica	Proves objectives ( <b>recuperable</b> )
Descripció	Després de les exposicions dels continguts presentats oralment pel professorat, l'alumne haurà d'anar desenvolupant la programació anual d'Educació Física atenent al guió presentat a classe.
Críteris d'avaluació	Després de les exposicions dels continguts presentats oralment pel professorat, l'alumne haurà d'anar desenvolupant la programació anual d'Educació Física atenent al guió presentat a classe.  S'avaluaran que totes les parts presentades al guió de la planificació anual d'Educació Física estiguin presents i argumentats de forma coherent.  En cas de cursar l'itinerari B la programació tindrà un pes del 30% sobre la nota final, serà requisit indispensable treure una nota igual o superior a 5, i es realitzarà de manera individual.

Percentatge de la qualificació final: 35% amb qualificació mínima 5

### Recursos, bibliografia i documentació complementària

Els recursos bibliogràfics que es presenten són d'interès per a l'assignatura, serveixen per ampliar i complementar diferents aspectes tractats tant en els continguts teòrics com en els pràctics.

#### Bibliografia bàsica

- Blázquez Sánchez, D. (eds) (2010). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Bolívar Botia, A. y Moyà Otero, J. (eds) (2007). *Las competencias básicas: cultura imprescindible de la ciudadanía*. Carpeta "Construyendo ciudadanía". Madrid: Proyecto Atlántida.
- Cañizares, J. M. y Carbonero, C. (2009). *Programación didáctica en Educación Primaria. Guía para su realización*. Sevilla: Wanceulen.
- Díaz Lucea, J. (2005). *La evaluación formativa como instrumento de aprendizaje en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Díaz Lucea, J. (2008). *La programación didáctica. Dossier para su elaboración*. Barcelona: AVEF.



## Guia docent

Domingo Blázquez y Enric M. Sebastiani. (2009). Enseñar por competencias en Educación Física. Barcelona: INDE.

Lleixà, T. (2007). Educación física y competencias básicas. Contribución del área a la adquisición de las competencias. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, núm. 23, pp. 31-37.

López Rodríguez, A. (2013). La evaluación de la enseñanza y los aprendizajes en la educación física: Consideraciones en torno a un sistema de evaluación formativa. *Tándem: Didáctica de la Educación Física* (43) 70-77.

Miraflores Gómez, E.; Martín Fernández, G. (2014). *Cómo programar la educación física en primaria*. Madrid: CCS.

Pérez Gómez, A.I. (2008). La naturaleza de las competencias básicas y sus aplicaciones pedagógicas. Cuadernos de educación de Cantabria. 1, Consejería de Educación de Cantabria.

Ruiz Omeñaca, J. V. (2008). Educación física para la escuela rural. Singularidades, implicaciones y alternativas en la práctica pedagógica. Barcelona: INDE.

Sánchez Bañuelos, F. (2005). *Didáctica de la Educación Física*. Madrid: Pearson.

Vargas Zuñiga, F. (2004). 40 preguntas sobre competencia laboral. Montevideo: Cinterfor/OIY (Papeles de la oficina técnica, 13).

Velázquez Buendía, R., & Hernández Álvarez, J. L. (2013). Educación física: de la programación de la enseñanza a la práctica de aula. *Tándem: Didáctica de La Educación Física*.

Viciana, J. (2001). El proceso de planificación educativa en educación física. La jerarquización vertical y horizontal como principios de su diseño. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd32/planif.htm>.

Zabala, A. y Arnau, L. (2007). 11 ideas clave. *Cómo aprender y enseñar competencias*. Barcelona: Graó.

### Altres recursos

---

Apunts: Educació Física i Esports. (INEFC) <http://www.inefc.net/apunts/catalan/caste.htm>

Currículum Illes Balears [http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum\\_IB/curriculum\\_.htm](http://weib.caib.es/Normativa/Curriculum_IB/curriculum_.htm)

Revista de Psicología del deporte. (Universitat de les Illes Balears) <http://www.uib.es/facultat/psicologia/RPD>

Revista digital d'Educació Física i Esports <http://www.efdeportes.com>

