

Programación semanal

En la programación semanal te presentamos un reparto del trabajo de la asignatura a lo largo de las semanas del cuatrimestre.

	Temas	Trabajos (3 puntos)	Eventos (1,5 puntos)	Lecturas (1,5 puntos)
Semana 1	Tema 1. Educación Física y Salud 1.1. ¿Cómo estudiar este tema? 1.2. La educación física y la salud 1.3. Definición de educación física y su relación con la salud 1.4. Educación Física y Salud: evidencia científica 1.5. Otro término relacionado con la salud: la calidad de vida		Asistencia a 2 sesiones presenciales virtuales, a elegir a lo largo del cuatrimestre (0,175 cada una) Test Tema 1 (0,05 puntos)	Lectura: Diseña tu propia encuesta de calidad de vida (0,7 puntos)
Semana 2	Tema 2. Educación Física y Salud: entrenamiento (I) 2.1. ¿Cómo estudiar este tema? 2.2. La aptitud o condición física 2.3. El entrenamiento y la adaptación 2.4. La fatiga y la recuperación 2.5. Los componentes del entrenamiento			
Semana 3	Tema 2. Educación Física y Salud: entrenamiento (I) (continuación) 2.6. Principios del entrenamiento	Trabajo: Los principios del entrenamiento en Educación Física (0,75 puntos)	Test Tema 2 (0,05 puntos)	
Semana 4	Tema 3. Educación física y Salud: Entrenamiento en Educación Primaria (II) 3.1. ¿Cómo estudiar este tema? 3.2. La forma atlética o deportiva 3.3. La adaptación al entrenamiento 3.4. Sistemas energéticos de producción de energía 3.5. Antes de empezar: la seguridad 3.6. Las capacidades condicionales			
Semana 5	Tema 3. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (II) (continuación) 3.7. Las capacidades condicionales (desde la velocidad) 3.8. Las capacidades coordinativas	Trabajo: Las capacidades condicionales en Educación Física (0,75 puntos)	Test Tema 3 (0,05 puntos)	
Semana 6	Tema 4. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (III) 4.1. ¿Cómo estudiar este tema? 4.2. Evaluación de la intensidad del esfuerzo en Educación Física 4.3. Trabajo de las capacidades condicionales en Educación Física: Educación Primaria			
Semana 7	Tema 4. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (III) (continuación) 4.4. Trabajo de las capacidades condicionales en Educación Física: Educación Primaria (desde el trabajo de la resistencia)	Trabajo: Entrenamiento y evaluación de las capacidades condicionales en Educación Física (1,5 puntos)		

	Temas	Trabajos (3 puntos)	Eventos (1,5 puntos)	Lecturas (1,5 puntos)
Semana 8	Tema 4. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (III) (continuación) 4.5. Trabajo de las capacidades condicionales en Educación Física: Educación Primaria (desde una composición corporal saludables 4.6. Evaluación de las capacidades condicionales en Educación Física: Educación Primaria		Test Tema 4 (0,05 puntos)	
Semana 9	Tema 5. Educación Física y Salud: primeros auxilios básicos (I) 5.1. ¿Cómo estudiar este tema? 5.2. Introducción y principios generales 5.3. Evaluación del accidentado 5.4. Orden de actuación: reanimación cardiopulmonar básica		Foro: ¿Primeros auxilios en Educación Primaria? (0,7 puntos)	
Semana 10	Tema 5. Educación física y Salud: primeros auxilios básicos (I) (continuación) 5.5. Alteraciones de consciencia. Posición lateral de seguridad 5.6. Obstrucción de la vía aérea: asfixias		Test Tema 5 (0,05 puntos)	
Semana 11	Tema 6. Educación Física y Salud: primeros auxilios básicos (II) 6.1. ¿Cómo estudiar este tema? 6.2. Hemorragias: shock 6.3. Traumatismos 6.4. Lesiones debidas a la temperatura 6.5. Urgencias neurológicas 6.6. Otras urgencias 6.7. El botiquín		Test Tema 6 (0,05 puntos)	
Semana 12	Tema 7. Didáctica de la educación física, en relación a la salud y a la mejora de la calidad de vida en Educación Primaria 7.1. ¿Cómo estudiar este tema? 7.2. La higiene en Educación Física 7.3. Enseñanza de los primeros auxilios en Educación Primaria 7.4. Contenidos de la actividad física y salud		Test Tema 7 (0,05 puntos)	
Semana 13	Tema 8. Didáctica de la Educación física, en relación a la Educación en Valores, en Educación Primaria 8.1. ¿Cómo estudiar este tema? 8.2. Metodología de la educación en actitudes, valores y normas 8.3. Influencia del contexto social en la educación en actitudes, valores y normas 8.4. Evaluación en la educación en actitudes, valores y normas 8.5. Intervención educativa en actitudes, valores y normas en Educación Física		Test Tema 8 (0,05 puntos)	Lectura: El deporte y la educación en valores en Educación Física (0,8 puntos)
Semana 14	Tema 9. Actualidad y futuro de la educación física. 9.1. ¿Cómo estudiar este tema? 9.2. La educación física actual 9.3. El futuro de la educación física		Test Tema 9 (0,05 puntos)	
Semana 15	Semana de repaso			
Semana 16	Semana de exámenes			