

Contenidos

Tema 1. Educación Física y Salud

La educación física y la salud
Definición de educación física y su relación con la salud
Educación Física y Salud: evidencia científica
Otro término relacionado con la salud: la calidad de vida

Tema 2. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (I)

La aptitud o condición física
El entrenamiento y la adaptación
La fatiga y la recuperación
Los componentes del entrenamiento
Principios del entrenamiento

Tema 3. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (II)

La forma atlética o deportiva
La adaptación al entrenamiento
Sistemas energéticos de producción de energía
Antes de empezar: la seguridad
Las capacidades condicionales y coordinativas

Tema 4. Educación Física y Salud: entrenamiento en Educación Primaria (III)

Evaluación de la intensidad del esfuerzo en Educación Física
Trabajo de las capacidades condicionales en Educación Física: Educación Primaria
Evaluación de las capacidades condicionales en Educación Física: Educación Primaria

Tema 5. Educación física y Salud: primeros auxilios básicos (I)

Introducción y principios generales
Evaluación del accidentado
Orden de actuación: reanimación cardiopulmonar básica
Alteraciones de consciencia. Posición lateral de seguridad
Obstrucción de la vía aérea: asfixias

Tema 6. Educación Física y Salud: primeros auxilios básicos (II)

Hemorragias: shock
Traumatismos
Lesiones debidas a la temperatura
Urgencias neurológicas
Otras urgencias
El botiquín

Tema 7. Didáctica de la educación física, en relación a la salud y a la mejora de la calidad de vida en Educación Primaria

La higiene en Educación Física

Enseñanza de los primeros auxilios en Educación Primaria

Actividad física y salud

Tema 8. Didáctica de la educación física, en relación a la educación en valores en Educación Primaria

Metodología de la educación en actitudes, valores y normas

Influencia del contexto social en la educación en actitudes, valores y normas

Evaluación en la educación en actitudes, valores y normas

Intervención educativa en actitudes, valores y normas en Educación Física

Tema 9. Actualidad y futuro de la educación física

La educación física actual

El futuro de la educación física