



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

## 1. ASIGNATURA / COURSE TITLE

Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.

### 1.1. Código / Course Lumber

16852

### 1.2. Materia / Content area

Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.

### 1.3. Tipo / Course type

Formación optativa / Elective subject

### 1.4. Nivel / Course level

Grado / Bachelor (first cycle)

### 1.5. Curso / Year

4º / 4<sup>th</sup>

### 1.6. Semestre / Semester

2º / 2<sup>nd</sup> (Spring semester)

### 1.7. Número de créditos / Credit allotment

6 créditos ECTS / 6 ECTS credits

### 1.8. Requisitos previos / Prerequisites

Haber cursado las materias del *Módulo de Enseñanza de la Actividad Física y el deporte*.



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

### 1.9. Requisitos mínimos de asistencia a las sesiones presenciales / **Minimum attendance requirement**

En esta asignatura se han programado sesiones en las que se desarrollarán talleres teórico-prácticos. En el transcurso de estas sesiones, los alumnos serán evaluados de los contenidos que se hayan practicado. Por lo tanto, es necesario que el alumno asista obligatoriamente al 80% de las sesiones prácticas.

Si el alumno no asiste a más de un 20% de las sesiones prácticas, no podrá superar la asignatura.

Los alumnos que por causa justificada, no asistan a alguna de las sesiones prácticas (nunca más del 20% del total), deberán solicitar al profesor la evaluación de los contenidos impartidos en dichas sesiones. La realización de estas recuperaciones, estará condicionada por la disponibilidad del profesor y del programa de la asignatura.

### 1.10. Datos del equipo docente / **Faculty data**

Docente(s) / <b>Lecturer(s)</b>	ISMAEL SANZ ARRIBAS
Departamento de / <b>Department of</b>	Educación Física, Deporte y Motricidad Humana/ <b>Physical Education, Sport and Human Motricity</b>
Facultad / <b>Faculty</b>	Formación de Profesorado y Educación/ <b>Teacher Training College</b>
Despacho - Módulo / <b>Office - Module</b>	Despacho I-203.1
Teléfono / <b>Phone:</b>	91 497 3574
Correo electrónico/ <b>Email:</b>	Ismael.sanz@uam.es
Página web/ <b>Website:</b>	<a href="http://www.uam.es/educacionfisicaydeporte">http://www.uam.es/educacionfisicaydeporte</a>
Horario de atención al alumnado/ <b>Office hours:</b>	Por determinar



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

## 1.11. Competencias / Competencies

### Competencias Básicas

CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

### Competencias generales

CG1. Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG2. Desarrollar habilidades y estrategias que incidan en la capacidad para trabajar en forma autónoma.

CG3. Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG4. Mostrar disposición y habilidad para el trabajo en equipo.

CG5. Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

CG6. Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

CG7. Ajustar las propias capacidades, los recursos y condiciones del entorno para adaptarse a nuevas situaciones en las que debe aplicar conocimientos y habilidades profesionales.

CG8. Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

CG9. Resolver con eficacia y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y, si procede, innovadoras.

CG10. Mostrar capacidad de aprender nuevos conocimientos y habilidades a lo largo de su vida profesional y personal.

CG11. Adoptar y mostrar una actitud favorable a la búsqueda de la calidad en el desempeño de sus funciones profesionales, sea cual sea su ámbito de acción e intervención, incluyendo un alto nivel sistemático de reflexión crítica sobre su propia práctica profesional.

### **Competencias específicas**

CE1. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.

CE2. Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en el diseño y puesta en práctica de propuestas y programas de educación física.

CE3. Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de la población en la práctica de actividades físicas inadecuadas o realizadas de forma incorrecta.

CE4. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte escolar orientados al desarrollo personal y social de las personas implicadas y dotados de una dimensión educativa.

CE5. Seleccionar y saber utilizar, en la puesta en práctica de programas de educación física, el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad y para cada contexto.

CE6. Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte entre la población.



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

CE24. Elaborar y comunicar, de manera crítica y fundamentada, argumentos y juicios sobre el valor de la actividad física y el deporte, y sobre sus posibilidades de contribuir al desarrollo y bienestar de las personas y de la sociedad, y al desarrollo sostenible, así como sobre su especial relación con la salud y la calidad de vida.

CE25. Analizar e interpretar los diferentes estudios referidos a las prácticas de actividad físico-deportiva, con el objeto de emitir juicios razonados sobre la relación de dicha actividad con las características y necesidades sociales, económicas y culturales de las sociedades democráticas.

### Resultados de aprendizaje

- Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de la población en la práctica de actividades físicas inadecuadas o realizadas de forma incorrecta.
- Seleccionar y aplicar las técnicas de primeros auxilios en función del tipo de accidente y lesión según los protocolos de actuación establecidos, en la puesta en práctica de programas de educación física.
- Promocionar y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y del deporte entre la población escolar.
- Identificar y prevenir posibles trastornos en el desarrollo y funcionamiento de los sistemas y órganos.
- Saber distinguir patologías propias derivadas de la actividad física.
- Aplicar conocimientos, normas y técnicas a la creación de entornos de enseñanza y aprendizaje saludables y seguros. Conocer la forma de plantear y estructurar una unidad didáctica para evitar riesgos de lesión.
- Conocer las normas generales de actuación ante un accidentado.
- Conocer y prevenir las lesiones más frecuentes durante la práctica físico-deportiva.
- Conocer la responsabilidad legal y el funcionamiento de los seguros médicos.



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

- Conocer y experimentar por sí mismo, aunque sea de forma básica, el tratamiento de las lesiones ligamentosas y musculares propias de la actividad física.
- Reconocer sintomatologías propias de la actividad física.
- Conocer y experimentar métodos de relajación y respiración.
- Mostrar una actitud favorable hacia la mejora de la calidad de la enseñanza y aprendizaje y al propio desarrollo profesional. El alumno debe ser capaz de producir un auto feed-back de su proceso de enseñanza.

## 1.12. Contenidos del programa / [Course contents](#)

- Tema 1
  - Responsabilidad legal. Seguros. Limitaciones profesionales.
    - Responsabilidad civil y penal.
  - Educación Física y prevención en la práctica de ejercicio físico en el ámbito escolar.
  - La prevención en las instalaciones deportivas y centros escolares.
  - Los riesgos de la práctica deportiva en el ámbito escolar.
  - Educación Física, higiene personal e higiene ambiental.
- Tema 2
  - Primeros auxilios en el ámbito curricular y extracurricular: Evaluación y autocontrol en el accidente.
    - Soporte vital básico. Reanimación-cardio-pulmonar.
    - Pérdida de conocimiento.
    - Traumatismos. Hemorragias. Heridas.
    - Lesiones por frío y por calor.
    - Quemaduras.
    - Intoxicaciones.
    - Lesiones del aparato locomotor y su tratamiento inmediato.
- Tema 3
  - Salvamento acuático en el ámbito curricular y extracurricular:
    - Prevención de accidentes en el medio acuático.
    - Actuación ante accidentes en el medio acuático.
    - Utilización de materiales de rescate específicos del medio acuático.



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

- Protocolos de actuación en los accidentes habituales del medio acuático.
  - Víctimas inconscientes.
  - Víctimas conscientes.
  - Víctimas con lesión de columna vertebral.
- Tema 4
  - Estilos de vida y valoración de la influencia del ambiente en la práctica del ejercicio físico.
    - Exposición al frío.
    - Exposición al calor.
    - Exposición a los agentes contaminantes.
- Tema 5
  - Alimentación e hidratación en la actividad física.
  - Actividad física recomendable para población escolar con:
    - Trastornos endocrinos (diabetes tipo I).
    - Obesidad.
    - Hipertensión.

### 1.13. Referencias de consulta / Course bibliography

- Andrew, J. (2011). Drowning and immersion injury. *Anaesthesia & Intensive Care Medicine*, 12(9), 399-402.
- Botella, J y otros. (2000). Medicina para montañeros. Ed. Desnivel Madrid.
- Cantó, R; Jiménez, J. (1998). La columna vertebral en edad escolar. Ed. Gymnos. Madrid.
- De Andrés, J.A.; Arriazu, I. (2003). Manual básico de atención primaria inmediata. Morales y Torres Editores, s.l. Barcelona.
- European Resuscitation Council. (2010). Recomendaciones del ERC para el soporte vital avanzado en adultos. En [www.erc.edu](http://www.erc.edu).
- Capra, Fritjof (1996). El Tao de la Física. Ed. Sirio
- Harrell, A. (2001). Does supervision by lifeguards make a difference in rule
- Hinrich, H. (1999). Lesiones deportivas. Ed. Hispano europea. Barcelona
- Palacios, J. (2000) Salvamento acuático. Galicia edit: Xañino.
- Palacios, J. (2008). Socorrismo acuático, formación para la prevención y la intervención en el medio acuático. A Coruña: sa de ga.
- Palacios, J. (2009) Competencias y módulos formativos para el coordinador de socorrismo en espacios acuáticos. In J. Palacios Aguilar (ed.), IV Jornadas de socorrismo basados en la evidencia científica y



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

soporte vital prehospitalario en el medio acuático. La coordinación de los servicios de socorrismo. A Coruña: Universidad da Coruña.

- Pelletier, R., & Gilchrist, J. (2011). Fatalities in swimming pools with lifeguards: USA 2000-2008. *Injury Prevention*, 17(4), 250-253.
- Pfeiffer, R; Magnus, B. (2000) Las lesiones deportivas. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Samur (2003). Soporte vital básico. En [www.samur.org](http://www.samur.org)
- Sanz Arribas, I. (2011) "La coordinación de socorristas en piscinas con gran superficie de lámina de agua" *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 11. (44) pp. 650-673
- Sanz, I. (2010). Rescate de accidentados con posible lesión de columna vertebral en el medio acuático. In V. Martínez de Haro (ed.), *Actividad física, salud y calidad de vida* (pp. 271-284). Madrid: fundación estudiantes.
- Schwebel, D. C., Heater, J., Holder, E., & Marciani, F. (2010). Lifeguards: A forgotten aspect of drowning prevention. *Injure & Violence*, 2(1), 1-3.
- Szpilman, D., & Marcio, S. (2004). In-water resuscitation-is it worthwhile? *Resuscitation*, 63(1), 25-31.
- VVAA (2001). Manual ACSM de medicina deportiva. 2ª edición. Ed. Paidotribo. Barcelona

## 2. MÉTODOS DOCENTES/ TEACHING METHODOLOGY

La metodología didáctica se establecerá en función de la consecución de aprendizajes significativos y de la participación activa del alumnado.

Teniendo en cuenta las características de la asignatura la parte principal de la materia se desarrollará en el aula, sin embargo será necesaria la utilización de un gimnasio u otro espacio similar para el desarrollo de las prácticas.

La organización y desarrollo de la enseñanza será principalmente teórica y se utilizarán unas sesiones de práctica donde poner en marcha los conocimientos adquiridos.

a) en el aula:

- Exposiciones de tipo teórico-conceptual por parte del profesor.
- Situaciones de reflexión y análisis colectivo de cuestiones relativas a los contenidos de la asignatura.
- Debates o discusiones en grupo sobre contenidos de la asignatura.



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

- Realización de trabajos y su exposición, realizados en grupos reducidos.

**b) en la práctica:**

- Desarrollo y realización práctica de las técnicas y protocolos de actuación.

- En las sesiones prácticas, los alumnos desarrollarán los protocolos y secuencias de actuación específicos. Al final de la práctica se realizará una evaluación de los contenidos desarrollados en la sesión.

- Análisis y reflexión en y sobre la práctica realizada.

- La participación activa del alumnado consiste en la búsqueda de información, realización de exposiciones, prácticas, etc.

- Habrá prácticas obligatorias de RCP, rescate en medio acuático y otros primeros auxilios que el alumno deberá de realizar adecuadamente.

**c) Individualmente o grupos:** En cuanto a la realización de los trabajos durante el curso, tienen como objeto profundizar en determinados contenidos vistos en las sesiones de clase. Las características de cada trabajo serán indicadas oportunamente por el profesor o profesora correspondiente.

### 3. Tiempo de trabajo del estudiante / **Student workload**

		Nº de horas	Porcentaje
Presencial	Clases teóricas	46 h	60 horas (40,0%)
	Clases prácticas		
	Tutorías programadas a lo largo del semestre	4 h	
	Seminarios	8 h	
	Realización del examen final	2 h	
No presencial	Realización de actividades prácticas	90 h	90 horas (60,0%)
	Realización de trabajos		
	Estudio semanal		
	Preparación del examen		
Carga total de horas de trabajo: 25 horas (6 ECTS)		150 h	



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

#### 4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final / Evaluation procedures and weight of components in the final grade

- Parte teórica, mediante examen escrito: 60% (6 puntos sobre 10).
  - El examen tendrá la condición de superar unas preguntas que los profesores estiman como de absoluta necesidad sin las cuales no se evaluará el resto del mismo.
- Parte práctica (incluye lecturas, trabajo y pruebas prácticas): 40% (4 puntos sobre 10).
  - Entrega en las fechas indicadas por el profesor, de los resúmenes de lecturas recomendadas (10% de la nota final) (1 punto sobre 10).
  - Evaluación de las sesiones prácticas. 30% de la nota final (3 puntos sobre 10).
- Para superar la asignatura, es necesario aprobar el examen escrito, asistir a las prácticas y tener superadas todas las pruebas prácticas.

#### 5. Cronograma / Course calendar

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
1	Temas 1 y 3	3,5	5
2	Temas 1 y 3	3,5	5,5
3	Temas 1 y 3	3,5	5,5
4	Temas 1 y 3	3,5	5,5
5	Temas 1 y 3	3,5	5,5
6	Temas 2 y 3	3,5	5



Asignatura: Educación Física, salud escolar y primeros auxilios.  
Código: 16852  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Nivel: Grado  
Tipo: Formación Optativa  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso: 2016 - 2017

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
7	Temas 2 y 3	3,5	5
8	Temas 2 y 3	3,5	5,5
9	Temas 2 y 3	3,5	5,5
10	Temas 2 y 4	3,5	5,5
11	Temas 2 y 4	3,5	5
12	Temas 4 y 5	3,5	5,5
13	Temas 4 y 5	3,5	5,5
13	Temas 4 y 5	3,5	5,5
15	Temas 4 y 5	3,5	5,5
16	Temas 4 y 5	3,5	5,5
Tutorías programadas según ritmo Aprendizaje		4	
		60 horas	90 horas

Las horas de programación de seminarios han sido distribuidas entre las 16 semanas del semestre (0.5 horas complementarias) y, por tanto, forman parte del horario de obligado cumplimiento para estudiantes y profesorado. El docente podrá, cuando así sea necesario por las características de la actividad a realizar (práctica fuera de la universidad, visita didáctica, asistencia a una conferencia relevante para la formación,...) agrupar las 8 horas en algunas de las semanas del semestre.