



## Educación física y salud II

**Sku:** 3408EC

**Horas:** 10

### OBJETIVOS

- Ser capaz de relacionar los conceptos de educación física y salud.
- Conocer la manera en la que afecta la educación física a las habilidades del alumno.
- Fomentar estilos de vida saludables.

### CONTENIDOS

**Unidad 1. Introducción. Unidad 2. La educación para la salud a través de las clases de educación física: más allá de la condición física.**

1. La promoción de la salud en el medio escolar.
2. Propuesta de modelo práctico para trabajar los contenidos específicos de la salud en escolares.
3. Los objetivos y contenidos como elementos curriculares de la educación física para la salud.

**Unidad 3. La promoción de la salud en los centros educativos.**

1. Habilidades sociales o interpersonales
2. Habilidades cognitivas
3. Habilidades para el control de emociones

**Unidad 4. Estilos de vida saludables.**

1. La higiene.
2. La alimentación.
3. La actividad física.

**Unidad 5. Orientación de la educación física hacia la salud. Tendencias**