



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