



Memoria final

Proyectos de Innovación Docente 2022-2023

1. Identificación del proyecto

Título:	OCW Fundamentos de la motricidad
Programa:	PRAUZ (Programa de Recursos en Abierto en la UZ)
Centro:	Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

2. Coordinadores del proyecto

Coordinador	Nerea Cristina Estrada Marcén
Correo electrónico	nereaes@unizar.es
Departamento	Departamento de Expresión Musical, Plástica y Corporal
Centro	Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

3. Resumen del proyecto

La asignatura "Fundamentos y manifestaciones básicas de la motricidad" se encuentra dentro de la troncalidad del grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Se trata de una asignatura que cursa la totalidad del alumnado. Nuestra intención es poner a disposición de todo el alumnado del grado los contenidos de la asignatura, que consideramos de total relevancia, puesto que guardan relación con la práctica totalidad de las salidas profesionales del futuro

titulado. Los contenidos pueden ser de interés tanto si se piensan dedicar a la docencia, como al entrenamiento, la salud, o el rendimiento deportivo.

4. Participantes en el proyecto

Nombre y apellidos	Correo electrónico	Departamento	Centro
Jaime Casterad Seral	jcaster@unizar.es	Departamento de Fisiología y Enfermería	Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

5. Rellene, de forma esquemática, los siguientes campos a modo de ficha-resumen del proyecto

Otras fuentes de financiación sin detallar cuantía

No existen otras fuentes de financiación

Tipo de proyecto (Experiencia, Estudio o Desarrollo)

Desarrollo de un OpenCourseWare (OCW). Un curso OCW es una publicación en abierto y gratuita de materiales docentes universitarios dirigidos al público en general y orientados al autoestudio. En este caso, los contenidos no corresponden con los de una asignatura en concreto, pero abordan contenidos básicos en la formación del futuro graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Los materiales a los que se accede en este OCW no consisten en meros apuntes o una colección de archivos pdf, sino que se ha tratado de crear unidades formativas, con abordaje de contenidos prácticos, especialmente diseñadas para el autoaprendizaje.

Contexto de aplicación/Público objetivo (titulación, curso...)

Este OCW va dirigido al alumnado de primer ciclo del grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. A través de los contenidos ofrecidos en este curso en abierto se pretende que el alumnado comprenda y asimile los conceptos y

conocimientos necesarios para analizar la estructura de la motricidad humana desde un punto de vista pluridimensional, así como para identificar y relacionar entre sí las capacidades perceptivo-motrices y las habilidades motrices.

Curso académico en que se empezó a aplicar este proyecto

Curso académico 2022-23

Interés y oportunidad para la institución/titulación

Se busca potenciar que el alumnado evalúe y analice la motricidad humana, empleando para ello estrategias de intervención adecuada, siendo capaz de analizar de forma crítica las propuestas metodológicas encaminadas a la mejora de las bases motrices del individuo.

Métodos/Técnicas/Actividades utilizadas

El alumnado encuentra acceso a información clave en relación a las bases de la motricidad, ordenada y estructurada de forma que facilite la comprensión. Las lecturas relacionadas refuerzan los contenidos, y las propuestas prácticas, persiguen mejorar la comprensión sobre cómo tratar los diversos contenidos de forma práctica, y al mismo tiempo servir de ejemplos para intervenciones futuras del alumnado.

Tecnologías utilizadas

Se ha elaborado un OCW a través de moodle, con acceso libre, en el que se ha presentado la información de forma estructurada y ordenada. Se presentan archivos en formato pdf y vídeos de elaboración propia del profesorado creador del curso, específicamente diseñados para este OCW. Los vídeos presentados han sido elaborados con el programa "Active Presenter", habiendo recibido el profesorado formación específica para ello a través de las propuestas formativas del CIFICE.

Tipo de innovación introducida: qué soluciones nuevas o creativas desarrolla

Creación del curso OWC con acceso abierto para toda la comunidad universitaria. Propuesta de nuevos materiales y de actividades prácticas para reforzar

contenidos básicos en la formación del Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Impacto del proyecto

Los vídeos, de elaboración propia y directamente relacionados con los contenidos teóricos, están diseñados para facilitar la comprensión de los mismos. Este tipo de soporte suele generar mayor interés para la Comunidad Universitaria, más familiarizada con medios audiovisuales que generaciones anteriores. Por este motivo se hace necesario un cambio de abordaje para mejorar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Características que lo hacen sostenible

El material generado, en forma de archivos pdf y de vídeos, quedarán depositados en un curso OWC con acceso abierto para toda la comunidad universitaria. Los contenidos abordados son básicos, y aunque es verdad que el conocimiento siempre se actualiza y renueva, son bastante atemporales. El curso podría contemplar en un futuro pequeñas actualizaciones que no modificarían la esencia del planteamiento inicial.

Posible aplicación a otras áreas de conocimiento

El curso ofertado podría tener interés para otros miembros de la Comunidad Universitaria, como pueden ser el alumnado del Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas, o el de Magisterio en cualquiera de sus especialidades.

6. Contexto del proyecto

Necesidad a la que responde el proyecto, mejoras obtenidas respecto al estado del arte, conocimiento que se genera.

Se pretende que la asignatura sirva al alumnado para comprender y asimilar los conceptos y conocimientos necesarios para analizar la estructura de la motricidad humana desde un punto de vista pluridimensional, así como para experimentar diferentes actividades de carácter práctico que permitan identificar y relacionar entre sí las capacidades perceptivo-motrices y las habilidades motrices tanto de forma individual como inmersas en otras manifestaciones físico-deportivas. Como consecuencia, serán capaces de diseñar y aplicar intervenciones didácticas basadas en lo aprendido, y contrastadas y complementadas con los argumentos bibliográficos correspondientes.

Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje esperados proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta medida a su logro. De esta forma, se contribuye al logro de los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible:

Objetivo 3: Salud y bienestar.

Objetivo 4: Educación de calidad

7. Objetivos iniciales del proyecto

Qué se pretendía obtener cuando se solicitó el proyecto.

Tratábamos de que el alumnado que accediese al curso en abierto pudiese lograr los siguientes objetivos:

- Conocer cuáles son los fundamentos y las manifestaciones básicas de la motricidad, sabiendo definirlos y clasificarlos, y conociendo su evolución a lo largo de las etapas del desarrollo humano.
- Conocer la aplicabilidad de los contenidos trabajados en la asignatura a distintos ámbitos de desarrollo profesional del Graduado.
- Conocer y analizar las diferentes fases por las que atraviesa la persona al aprender habilidades motrices y deportivas.
- Clasificar, diferenciar y describir las características anatómicas, mecánicas, estructurales y funcionales de los ejercicios físicos.
- Aplicar los conocimientos adquiridos teniendo las bases para el diseño de tareas de intervención en distintos ámbitos de aplicación de la actividad física, utilizando un distinto enfoque en función de las características de la persona y de las circunstancias contextuales.
- Conocer progresiones metodológicas encaminadas a facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje de una habilidad motriz concreta.
- Conocer estrategias de evaluación y análisis de la motricidad humana.
- Diferenciar las propuestas pedagógicas válidas para conseguir los objetivos didácticos fijados de las que no lo son.
- Comprender y tener en cuenta la importancia de los factores personales y ambientales en el proceso de enseñanza-aprendizaje de habilidades motrices.

- Comprender la necesidad de un punto de vista interdisciplinar como requisito indispensable en la intervención sobre la motricidad humana.

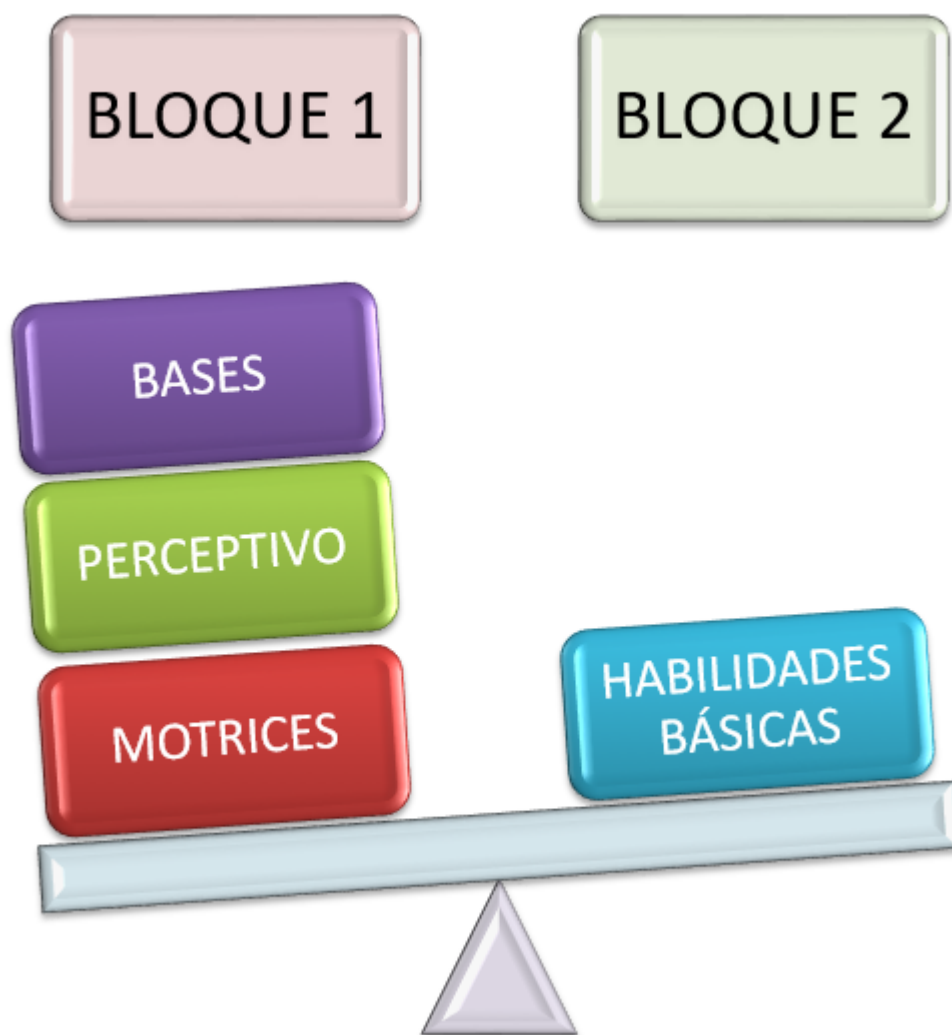
El curso en abierto pretende contribuir al cumplimiento del objetivo nº 4, dentro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030 (ODS). Se trata de "Educación de Calidad", al cual consideramos estar contribuyendo buscando formas alternativas de abordar la docencia de la asignatura, además de permitir a todo el alumnado llegar a dichos contenidos, y no sólo al alumnado de la asignatura optativa en la que se abordan. También se contribuye a la consecución del ODS nº 3 (Salud y bienestar), puesto que se contribuye a que el alumnado diseñe, desarrolle procesos de intervención, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.

8. Métodos de estudio/experimentación y trabajo de campo

Métodos/técnicas utilizadas, características de la muestra, actividades realizadas por los estudiantes y el equipo, calendario de actividades.

El OCW va dirigido a toda la Comunidad Universitaria, pero de forma específica al alumnado de los grados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en Magisterio (en cualquiera de sus especialidades), y en el Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas.

Los contenidos abordados pueden ser clasificados en dos grandes bloques, teniendo el primero de ellos un mayor peso específico en el curso diseñado:



Mientras que en el segundo bloque, de Habilidades motrices básicas, sólo encontramos un tema (Tema 7), en el primer tema nos encontramos con los 6 temas descritos a continuación:

CONTENIDOS BLOQUE I: Bases perceptivo motrices

TEMA "0"	• DEFINICIÓN DE CONCEPTOS BÁSICOS PREV
TEMA 1	• ESQUEMA CORPORAL
TEMA 2	• ATPO
TEMA 3	• LATERALIDAD
TEMA 4	• RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN
TEMA 5	• P. ESPACIAL Y TEMPORAL
TEMA 6	• EQUILIBRIO Y COORDINACIÓN

El equipo de trabajo, formado por dos profesores de la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, ha creado los distintos materiales contemplados en el curso, y los ha estructurado de forma coherente entre los meses de noviembre y mayo de 2023. El equipo se ha reunido para acordar los contenidos, el formato de los videos y del resto de herramientas, y la puesta en marcha del curso OCW.

Se han creado vídeos con el programa "Active presenter", de corta duración, cuyo contenido se estructura de la siguiente manera:

1. Presentación: breve definición de la actividad e indicaciones.
2. Explicación y ejecución de la actividad: explicación de la secuencia o pasos para llevar a cabo la actividad .
3. Despedida: descripción final del objetivo de esa actividad, si fuese necesario se incluirían recomendaciones.

Además, se han creado cuestionarios vinculados con los contenidos, y se han seleccionado lecturas de ampliación y refuerzo de los temas.

9. Conclusiones del proyecto

Conclusiones: lecciones aprendidas, impacto.

La creación de los materiales, y la ordenación y estructuración de los mismos, he supuesto una gran inversión de tiempo y esfuerzo por parte del profesorado, pero pensamos que este curso creado ha quedado bien fundamentado y contempla la información clave relacionada con los fundamentos de la motricidad.

Cada tema guarda una estructura similar con el resto, lo que pensamos podrá facilitar la comprensión global del curso. De esta forma, en todos los temas se incluye un índice que contempla los principales epígrafes, una introducción al contenido, las definiciones clave según la bibliografía de referencia, las principales clasificaciones o taxonomías, aspectos de los que dependa, aspectos clave en el diseño de tareas que pretendan trabajar dicho contenidos, y referencias bibliográficas clave, pudiendo algunos temas variar del resto en cuanto estructura en función su naturaleza.

10. Continuidad y Expansión

Transferibilidad (que sirva como modelo para otros contextos), Sostenibilidad (que pueda mantenerse por sí mismo), Difusión realizada .

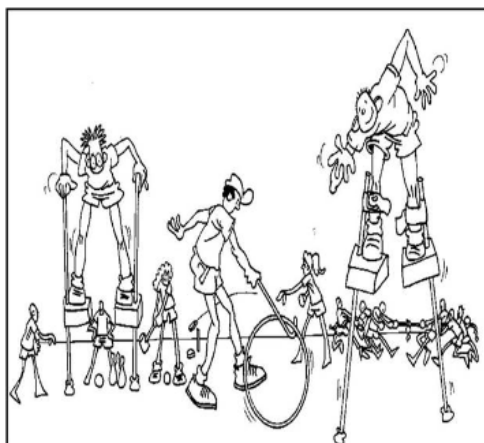
Pensamos que este curso es sostenible puesto que sus contenidos son vigentes y perdurables en el tiempo, al margen de los avances que puedan surgir en el ámbito, aunque consideramos que no supondrían grandes cambios con respecto a la información actualmente presentada.

11. Resultados del proyecto indicando si son acordes con los objetivos planteados en la propuesta y cómo se han comprobado

Método de evaluación, Resultados.

Como resultado de este proyecto, se ha creado un curso OCW que tiene la siguiente estructura:

General



PRESENTACIÓN DE LOS MATERIALES INCLUIDOS

Bienvenidos al curso OCW "Fundamentos de la motricidad". En esta sección se presentan los materiales incluidos, y se describen los objetivos del curso y los datos del profesorado creador de los materiales.



La presentación cuenta con un archivo donde se incluye la licencia, y se contemplan los datos del profesorado creador de los materiales (con enlace a Sideral), se describen los objetivos perseguidos con el curso, y se describen los materiales que se incluyen.

TEMA 0



TEMA 0: "DEFINICIÓN DE CONCEPTOS BÁSICOS PREVIOS: CONCEPTOS RELACIONADOS AL ÁMBITO DE LA MOTRICIDAD"

Archivo: 1 Carpeta

El tema 0 sirve para la Definición de conceptos básicos vinculados a la motricidad. Cuenta con los siguientes elementos:

 Tema 0 1.6MB

 LECTURAS COMPLEMENTARIAS

 PRÁCTICA RELACIONADA CON EL TEMA 0: REPRESENTACIÓN GRÁFICA DEL EJERCICIO

 VIDEO "LA CIENCIA DE LOS BEBÉS"

Este tema cuenta con:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con dos archivos pdf con lecturas complementarias de refuerzo y consolidación de contenidos
- Una carpeta donde se incluye un vídeo explicativo elaborado a partir de "Active presenter" y una tarea relacionada (con 5 vídeos en base a los cuales realizar la tarea).

- Un enlace a un vídeo on line, que refuerza los contenidos vinculados al tema.

TEMA 1



Gráfico: "El hombre de Vitruvio" Leonardo Da Vinci (1492 aprox)

TEMA 1: "CONOCIMIENTO DEL PROPIO CUERPO: ESQUEMA CORPORAL"



Tema 1 973.1KB



LECTURAS COMPLEMENTARIAS



PRÁCTICA RELACIONADA CON EL TEMA 1: Papel de los propioceptores en el tra



Cuestionario práctica relacionada con el tema 1

El tema 1, que trata el contenido del Esquema corporal, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con un archivo pdf con lectura complementaria de refuerzo y consolidación de contenidos
- Una carpeta donde se incluye un artículo de revisión sobre los estiramientos y una tarea relacionada a partir de un cuestionario de moodle.

TEMA 2



Gráfico: Laocoonte y sus hijos (Escultura Griega, Museo del Vaticano)

TEMA 2: "CONOCIMIENTO DEL PROPIO CUERPO: TONO Y ACT"



Tema 2 2.4MB

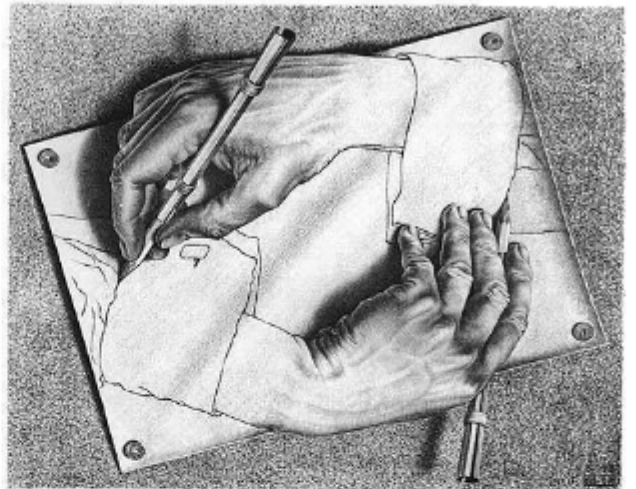


LECTURAS COMPLEMENTARIAS

El tema 2, que trata el contenido del tono y la actitud postural, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con dos archivos pdf con lecturas complementarias de refuerzo y consolidación de contenidos

TEMA 3



TEMA 3: "CONOCIMIENTO DEL PROPIO CUERPO: LAT



Tema 3 1.2MB



LECTURAS COMPLEMENTARIAS



PRÁCTICA RELACIONADA CON EL TEMA 3

El tema 3, que trata el contenido de la lateralidad, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con tres archivos pdf con lecturas complementarias de refuerzo y consolidación de contenidos
- Una carpeta donde se incluyen cuatro archivos, uno de ellos de síntesis sobre la relación entre lateralidad y competencia deportiva. Hay también un enlace a un cuestionario que se puede realizar si se desea para reforzar los aspectos clave relacionados con el tema.

TEMA 4



TEMA 4: " CONOCIMIENTO DEL PROPIO CUERPO: RESPIRACIÓN Y

  Tema 4  1.1MB

  LECTURAS COMPLEMENTARIAS 

El tema 4, que trata los contenidos de respiración y relajación, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con tres archivos pdf con lecturas complementarias de refuerzo y consolidación de contenidos

TEMA 5



TEMA 5: " PERCEPCIÓN DEL ENTORNO: ESPACIALIDAD Y TIEMPO"

  Tema 5  2.3MB

  LECTURAS COMPLEMENTARIAS 

  PRÁCTICA RELACIONADA CON EL TEMA 5: HABILIDADES VISUALES 

El tema 5, que trata el contenido de la percepción espacial y temporal, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con un archivo pdf con lectura complementaria de refuerzo y consolidación de contenidos
- Una carpeta con un vídeo elaborado con "Active presenter", y un enlace a un cuestionario para realizar una tarea de refuerzo

TEMA 6



TEMA 6: "LAS CAPACIDADES SOPORTE: COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO"

  Tema 6  1.6MB

  LECTURAS COMPLEMENTARIAS 

El tema 6, que trata el contenido de la coordinación y el equilibrio, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos
- Una carpeta con un archivo pdf con lectura complementaria de refuerzo y consolidación de contenidos

TEMA 7



TEMA 7: "MANIFESTACIONES BÁSICAS DE LA MOTRICIDAD. LAS HABILIDADES Y DESTREZAS FÍSICAS BÁSICAS"

  Tema 7  1.2MB

El tema 7, que trata el contenido de las Habilidades y destrezas físicas básicas, se estructura de la siguiente forma:

- Un archivo pdf con la fundamentación teórico-práctica de los contenidos