

PROGRAMACIÓN ANATOMÍA APLICADA
1º BACHILLERATO DISTANCIA SEMIPRESENCIAL
CURSO 2016/2017

Tutor: Ernesto García García

PROGRAMACIÓN BIOLOGÍA Y GEOLOGÍA

1º BACHILLERATO SEMIPRESENCIAL CURSO 2016/2017

Tutor: Ernesto García García

ÍNDICE

1.- Introducción

2.- Objetivos

3.- Contenidos y temporalización

4.- Metodología y materiales didácticos

5.- Evaluación

5.1.- Criterios de evaluación

5.2.- Criterios de calificación

-Calendario de exámenes y evaluaciones.

- Recuperaciones

5.3.- Estándares mínimos de aprendizaje

1.- INTRODUCCIÓN

La Anatomía Aplicada pretende aportar los conocimientos científicos que permitan comprender el cuerpo humano y la motricidad humana en relación con las manifestaciones artísticas corporales y con la salud. El cuerpo y el movimiento son medios de expresión y comunicación, por lo que comprender las estructuras y el funcionamiento del cuerpo humano y de la acción motriz dotará, al alumnado, de la base necesaria para que dentro de unos márgenes saludables, pueda mejorar su rendimiento en el proceso creativo y en las técnicas de ejecución artística, así como, en la propia vida. Para ello, esta materia está integrada por conocimientos, destrezas y actitudes de diversas áreas de conocimiento que se ocupan del estudio del cuerpo humano y de su motricidad, tales como, la anatomía, la fisiología, la biomecánica y las ciencias de la actividad física. Anatomía Aplicada abarca las estructuras y funciones del cuerpo humano más relacionadas con la acción motriz y su rendimiento, como son el sistema locomotor, el cardiopulmonar o los sistemas de control y regulación; profundiza en cómo estas estructuras determinan el comportamiento motor y las técnicas expresivas que componen las manifestaciones artísticas corporales, y los efectos que la actividad física tiene

sobre ellas y sobre la salud; en la misma línea, se abordan también nociones básicas de los sistemas de aporte y utilización de la energía y se profundiza en las bases de la conducta motora.

2.- OBJETIVOS

1. Entender el cuerpo como sistema vivo global que sigue las leyes de la biología, cuyos aparatos y sistemas trabajan hacia un fin común, y valorar esta concepción como la forma de mantener no sólo un estado de salud óptimo, sino también el mayor rendimiento físico.
2. Relacionar las diferentes acciones sensitivo-motoras que, ejercidas de forma global, convierten al ser humano en un excelente vehículo de expresión corporal, capaz de relacionarse con su entorno.
3. Identificar y desarrollar las diferentes técnicas y recursos físicos y mentales que el organismo ofrece como capacidad para realizar una actividad física optimizada.
4. Conocer y valorar los hábitos nutricionales, posturales e higiénicos que inciden favorablemente en la salud, en el rendimiento y en el bienestar físico.
5. Conocer los requerimientos anatómicos y funcionales peculiares y distintivos de las diversas actividades físicas en las que el cuerpo es el instrumento de expresión.
6. Establecer relaciones razonadas entre la morfología de las estructuras anatómicas implicadas en las diferentes manifestaciones físicas, su funcionamiento y su finalidad última en el desempeño del movimiento, profundizando en los conocimientos anatómicos y fisiológicos.
7. Discernir razonadamente entre el trabajo físico que es anatómica y fisiológicamente aceptable y preserva la salud, y el mal uso del cuerpo que disminuye el rendimiento físico y conduce a enfermedad o lesión.
8. Conocer las posibilidades de movimiento corporal pudiendo identificar las estructuras anatómicas que intervienen en los gestos de las diferentes actividades físicas, con el fin de gestionar la energía y mejorar la calidad del movimiento.
9. Manejar con precisión la terminología básica empleada en anatomía, fisiología, nutrición, biomecánica y patología para utilizar un correcto lenguaje oral y escrito y poder acceder a textos e información.

10. Aplicar con autonomía los conocimientos adquiridos a la resolución de problemas prácticos simples, de tipo anatomo-funcional y relativos a la actividad física del mismo sujeto o su entorno.
11. Ser capaz de autogestionar una preparación física adecuada a cada actividad con el fin de mejorar la calidad del movimiento y su rendimiento físico.
12. Reconocer los aspectos saludables de la práctica de la actividad física y conocer sus efectos beneficiosos sobre la salud física y mental.
13. Controlar las herramientas informáticas y documentales básicas que permitan acceder a las diferentes investigaciones que sobre la materia puedan publicarse a través de la red o en las publicaciones especializadas.

3.- CONTENIDOS Y TEMPORALIZACIÓN

UNIDAD 1: Organización básica del cuerpo humano

Los niveles de organización del cuerpo humano.

Organización general del cuerpo humano.

Funciones vitales del cuerpo humano.

Los tejidos del cuerpo humano. Clasificación, función y relación con los diferentes sistemas. Los órganos y sistemas: localización, funciones y relación entre sus funciones.

Unidad 2. El sistema de aporte y utilización de la energía

2.1.- Concepto de metabolismo. Metabolismo aeróbico y anaeróbico: principales vías metabólicas, participación enzimática y procesos energéticos relacionados con la actividad física Estructura del ATP. Importancia del ATP como molécula transportadora de energía. Obtención de ATP y necesidades de ATP del organismo

2.2.- Mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física y los mecanismos de recuperación

2.3.- El sistema digestivo, estructura y elementos que lo conforman. Nutrición y Alimentación. Funcionamiento del aparato digestivo. Procesos de digestión: digestión mecánica y química. Proceso de absorción de nutrientes y finalidad de los mismos.

Localización de la absorción de los distintos nutrientes. La nutrición y sus principios inmediatos. Necesidades nutricionales del organismo.

2.4.- Hidratación. Importancia .Cálculo del consumo de agua diario para mantener la salud en distintas circunstancias.

2.5.- La dieta equilibrada. Aspectos cuantitativos y cualitativos. Elaboración de dietas. Tipos de dietas. Balance ingesta actividad física.

2.6.- Tipos de hábitos saludables y perjudiciales para la salud Búsqueda de factores sociales actuales, incluyendo los derivados del propio trabajo artístico, que conducen a la aparición en los trastornos del comportamiento nutricional Trastornos del comportamiento nutricional: dietas restrictivas, anorexia, bulimia y obesidad. Aspectos sociales responsables de la aparición en los trastornos del comportamiento nutricional energéticos relacionándolos con una dieta sana y equilibrada.

Unidad 3: Sistema cardio-respiratorio

Patologías cardiovasculares y actividades artísticas. Participación y adaptación del aparato respiratorio en el ejercicio físico. Conceptos de latido cardíaco, volumen respiratorio y capacidad pulmonar. Tipos de respiración. Coordinación de la respiración con el movimiento corporal. Aparato de la fonación. Producción de distintos tipos de sonidos mediante las cuerdas vocales. Coordinación de la fonación con la respiración. Órganos respiratorios implicados en la declamación y el canto. Análisis de hábitos y costumbres saludables relacionadas con el sistema cardiopulmonar y consecuencias en las actividades artísticas. Utilización del sistema respiratorio, incluido el aparato de fonación, durante la declamación y el canto. Disfonías funcionales por el mal uso de la voz. Hábitos y costumbres saludables para el sistema de fonación y del aparato respiratorio

Unidad 4. El sistema locomotor

1.- Las características del movimiento

Elementos de la acción motora y factores que intervienen en los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, de determinadas acciones motoras.

Características de la ejecución de las acciones motoras propias de la actividad artística, describiendo su aportación a la finalidad de las mismas y su relación con las capacidades coordinativas.

2. Estructura y función del sistema esquelético.

2.1.- Tipos de huesos y función que desempeña.

2.2.- Tipos de articulaciones según su movilidad: sinartrosis, anfiartrosis y diartrosis.

2.3.- Estructura y función del sistema muscular. Tipos de músculos y funciones que desempeñan.

2.4.- Fisiología de la contracción muscular. Principios de mecánica y de la cinética y su aplicación al funcionamiento del aparato locomotor y al movimiento.

2.5.- Principales huesos, articulaciones y músculos implicados en los diferentes movimientos. Función en la ejecución de un movimiento y fuerzas que actúan en el mismo.

2.6.- Tipos de palancas: primer, segundo y tercer orden. Clasificación de los principales movimientos articulares en función de los planos (sagital, frontal y transversal) y ejes del espacio (transversal, antero-posterior, vertical): uniaxiales, biaxiales, triaxiales, noaxial. La práctica sistematizada de ejercicio físico y sus efectos sobre los elementos estructurales y funcionales del sistema locomotor relacionándolos con las diferentes actividades artísticas y los diferentes estilos de vida.

2.7.- Alteraciones derivadas del mal uso postural. Alternativas saludables. Importancia del cuidado de la postura del cuerpo para evitar lesiones y trabajar de forma segura. Control de la postura aplicando medidas preventivas en la ejecución de movimientos propios de las actividades artísticas. La acción postural como fuente de salud y enfermedad: la repetición gestual y los errores posturales en las diferentes manifestaciones artísticas como origen de lesión.

2.8.- Técnicas de conocimiento corporal valorando la aportación de las mismas en las actividades artísticas corporales y en la salud.

2.9.- Principales patologías y lesiones relacionadas con el sistema locomotor en las actividades artísticas y causas principales de las mismas. Las posturas y gestos motores. Principios de ergonomía.

Unidad 5.- Los sistemas de coordinación y de regulación

5.1.- Estructura y función de los sistemas implicados en el control y regulación de la actividad del cuerpo humano y su relación entre ellos. Sistemas sensorial y motor. Movimientos reflejos y voluntarios.

5.2.- Fisiología del sistema de regulación, y su implicación en las diferentes actividades artísticas.

5.3.- Clasificación de las hormonas, características y función. Función de las hormonas en la actividad física. Beneficios del mantenimiento de una función hormonal normal para el rendimiento físico del artista.

5.4.- La termorregulación y regulación de aguas y sales minerales. Su relación con la actividad física. Beneficios del mantenimiento de la función hormonal en el rendimiento físico.

Unidad 6. Expresión y comunicación corporal

Características principales de la motricidad humana. Papel en el desarrollo personal y social. Elementos básicos del cuerpo en relación con la expresión y la comunicación. Habilidades motrices específicas del ser humano. Comunicación a través de actividades artísticas corporales. Habilidades expresivas en la comunicación corporal.

Unidad 7. Elementos comunes

Conocimiento de la estructura de un artículo académico. Búsqueda de artículos científicos y revistas en bases de datos científicas. Búsqueda de tesis doctorales y ponencias o comunicaciones de congresos. Web of Knowledge (WOK) Pubmed/Medline Google Académico (Google Scholar)

TEMPORALIZACIÓN

UNIDADES 1 Y 2Primer trimestre

UNIDADES 3 Y 4.....Segundo trimestre

UNIDADES 5 Y 6.....Tercer trimestre

UNIDAD 7: Elementos comunes se desarrollará a lo largo de todo el curso.

4.- METODOLOGÍA Y MATERIALES DIDÁCTICOS.

Seguiremos la programación que se adjunta, mediante apuntes que el profesor proporcionará a los alumnos, para realizar los exámenes presenciales. Dichos apuntes los podéis recoger en conserjería del nocturno y distancia, también los mandaré por el portal: <https://avanza.educarex.es/cursos/>.

También se mandarán una serie de tareas para que el alumno realice. Para la entrega de las tareas utilizaremos la plataforma avanza.

5.- ORGANIZACIÓN TUTORIAL

HORARIO DE TUTORÍAS COLECTIVAS: Miércoles, de 20:25 a 21:20 horas.

El horario de tutorías individuales se hará público en el portal Avanza, en la página del Centro (apartado Distancia) y en los tableros del Centro.

Durante **las tutorías colectivas:**

- **Tutorías prácticas:** el profesor orientará al alumno en la planificación y en el desarrollo de las destrezas de la materia, además, explicará de manera resumida, los contenidos de cada tema y ayudará a la realización de las tareas propuestas en cada evaluación.

La temporalización viene en el apartado de contenidos.

De las tareas a realizar se informará al alumno al comienzo de cada evaluación.

- **Tutorías de orientación:** para informar de la organización y desarrollo del ámbito.
 - – **Al inicio del trimestre,** para planificar la materia e informar de la metodología y de la forma de trabajo.
 - – **Sesión de seguimiento:** a mediados de cada trimestre para orientar al alumno de la marcha del curso y solucionar los posibles problemas surgidos.
 - – Sesión de preparación de la evaluación, al final de cada trimestre antes de los exámenes, para informar al alumno del desarrollo de la evaluación.

En las tutorías individuales el profesor atenderá a todos los alumnos que presenten dudas sobre las unidades explicadas o que entren en la evaluación, así como cualquier duda referente a la realización de tareas y de organización. Esta atención se puede hacer tanto de manera presencial o telemática a través del portal de educación de adultos preferiblemente, <https://avanza.educarex.es/cursos/>.

6.- EVALUACIÓN

6.1.-Criterios de evaluación:

1. Interpretar el funcionamiento del cuerpo humano como el resultado de la integración anatómica y funcional de los elementos que conforman sus distintos niveles de organización y que lo caracterizan como una unidad estructural y funcional.

2. Argumentar los mecanismos energéticos intervinientes en una acción motora con el fin de gestionar la energía y mejorar la eficiencia de la acción. Describir los procesos de digestión y absorción de alimentos y nutrientes explicando las estructuras orgánicas implicadas en cada uno de ellos y su relación con la actividad física y la salud. Valorar los hábitos nutricionales, que inciden favorablemente en la salud y en el rendimiento de las actividades artísticas corporales. Identificar los trastornos del comportamiento nutricional más comunes y los efectos que tienen sobre la salud.

3. Identificar el papel del sistema cardiopulmonar en el rendimiento de las actividades artísticas corporales. Relacionar el sistema cardio-pulmonar con la salud, reconociendo hábitos y costumbres saludables para el sistema cardiorespiratorio y el aparato de fonación, en las acciones motoras inherentes a las actividades artísticas corporales y en la vida cotidiana.

4. Reconocer la estructura y funcionamiento del sistema locomotor humano en movimientos propios de las actividades artísticas, razonando las relaciones funcionales que se establecen entre las partes que lo componen. Analizar la ejecución de movimientos aplicando los principios anatómicos funcionales, la fisiología muscular y las bases de la biomecánica, y estableciendo relaciones razonadas. Valorar la corrección postural identificando los malos hábitos posturales con el fin de trabajar de forma segura y evitar lesiones. Identificar las lesiones más comunes del aparato locomotor en las actividades artísticas, relacionándolas con sus causas fundamentales

5. Describir los sistemas de coordinación y regulación del cuerpo humano, identificando y detallando su estructura y función. Identificar el papel del sistema endocrino en la actividad física, reconociendo la relación existente entre todos los sistemas del organismo humano.

6. Reconocer las características principales de la motricidad humana y su papel en el desarrollo personal y de la sociedad. Identificar las diferentes acciones que permiten al ser humano ser capaz de expresarse corporalmente y de relacionarse con su entorno. Diversificar y desarrollar sus habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control aplicándolas a distintos contextos de práctica artística.

7. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la

utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. Aplicar destrezas investigativas experimentales sencillas coherentes con los procedimientos de la ciencia utilizándolas en la resolución de problemas que traten del funcionamiento del cuerpo humano, la salud y la motricidad humana. Demostrar, de manera activa, motivación, interés y capacidad para el trabajo en grupo y para la asunción de tareas y responsabilidades

6.2.- Criterios de calificación:.

Habrán tres evaluaciones a lo largo del curso, una ordinaria y una extraordinaria.

En cada evaluación, de los alumnos, se tendrá en cuenta:

- los **exámenes presenciales que contarán un 65%** de la nota total y las **tareas un 35%**

Los exámenes presenciales constarán de aproximadamente 10 preguntas, , relativamente cortas y alguna de desarrollar, lo más objetivas posibles, según las distintas asignaturas. Se tendrán en cuenta la expresión y la ortografía. Si el alumno comete una falta se le restará 0,2 puntos.

Las tareas se entregarán por el portal, <https://avanza.educarex.es/cursos/> como se indica en la propia tarea.

Para hacer la media entre la nota de los exámenes y las tareas, se tiene que obtener un mínimo de 5 en cada parte.

El alumnado perderá el derecho a la evaluación continua cuando haya entregado, en cómputo anual, de manera efectiva menos del 50% de las actividades propuestas. Se entiende que un alumno entrega una tarea de manera efectiva cuando es remitida en tiempo y forma y obtenga una calificación no inferior a 3 puntos sobre 10.

Además durante el presente curso no se aplicará el punto 5º de las instrucciones referido a la “ Anulación de matrícula por inactividad”

Aclaraciones sobre fecha de exámenes

Los alumnos que estén matriculados en alguna asignatura de 2º de bachillerato, se les considerará como alumnos de 2º con pendientes de primero. Estos alumnos realizarán los exámenes de la 3ª evaluación a

principios de mayo, para que puedan examinarse a finales de mayo de las asignaturas de 2º y, de esta manera, poder presentarse a las pruebas de acceso a la Universidad.

Recuperaciones

De exámenes presenciales

Los alumnos podrán recuperar los contenidos de la 1ª evaluación en el examen de la 2ª, donde se incluirán una serie de preguntas específicas de estos contenidos. Además en los exámenes de la 3ª evaluación se incluirán preguntas de todo el temario para que los alumnos que no han superado los contenidos de las anteriores evaluaciones puedan recuperar.

Los alumnos que hayan superado los contenidos de las 1ª y 2ª evaluación, en el examen de la 3ª solo tendrán que realizar las preguntas específicas de la 3ª evaluación.

Tareas

El alumnado que no haya obtenido un 5 en la parte de tareas, podrá entregarlas para la 3ª evaluación, en el plazo que se abrirá 10 días antes de dicha evaluación.

Asimismo para la convocatoria extraordinaria, se abrirán de nuevo todas las tareas y exámenes online, entre junio y julio, siendo la fecha de finalización de tareas el 14 de julio a las 23:55.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES DEL CURSO 2016-17 **BACHILLERATO SEMIPRESENCIAL Y @VANZA**

Planificación temporal de las actividades del presente curso 2016-2017

Es conveniente que las distintas tareas se vayan realizando y enviando a medida que se trabajen las distintas unidades. Hay que tener en cuenta, además, las fechas de cierre de las tareas según se detalla a continuación.

También se puede ver cómo se estructura el curso, cuál es la duración de los tres trimestres y cuándo son las distintas evaluaciones, vacaciones, etc.

El **calendario concreto de los exámenes** se publicará en la plataforma @vanza y en la página del Centro (apartado DISTANCIA) al menos un mes antes de su celebración.

ACTIVIDADES	TEMPORALIZACIÓN
Apertura UNIDAD 1	26 de Septiembre
Apertura UNIDAD 2	26 de Septiembre
Período de entrega de tareas 1ª	Desde el 3 de Octubre hasta el 8 de

Evaluación	Diciembre
EXÁMENES DE LA 1ª EVALUACIÓN	Desde el 12 hasta el 19 de Diciembre
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y ENTREGA DE NOTAS	21 de Diciembre
VACACIONES DE NAVIDAD	Desde el 23 de Diciembre al 6 de Enero (ambos inclusive)
Apertura UNIDAD 3	22 de Diciembre
Apertura UNIDAD 4	22 de Diciembre
Periodo de entrega de tareas 2ª Evaluación	Desde el 23 de Diciembre hasta el 24 de Marzo
EXÁMENES DE LA 2ª EVALUACIÓN	Desde el 28 de Marzo hasta el 4 de Abril
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y ENTREGA DE NOTAS	6 de Abril
VACACIONES DE SEMANA SANTA	Desde el 10 al 17 de Abril (ambos inclusive)
Apertura UNIDAD 5	7 de Abril
Apertura UNIDAD 6	7 de Abril
Período de entrega de tareas 3ª Evaluación para las Materias de 1º de alumnos matriculados en 2º	Desde el 7 de Abril hasta el 8 de Mayo
EXÁMENES FINALES DE MATERIAS DE 1º BACHILLERATO DE ALUMNOS MATRICULADOS EN 2º	Desde el 10 hasta el 12 de Mayo
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y PUBLICACIÓN DE CALIFICACIONES	15 de Mayo
Período de entrega de tareas 3ª Evaluación para las Materias de 2º de Bachillerato	Desde el 7 de Abril hasta el 15 de Mayo
EXÁMENES DE LA 3ª EVALUACIÓN Y FINALES DE 2º DE BACH.	Desde el 18 hasta el 22 de Mayo
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y ENTREGA DE NOTAS	24 de Mayo
Periodo de entrega de tareas 3ª Evaluación para los alumnos matriculados sólo en 1º de Bachillerato	Desde el 7 de Abril hasta el 12 de Junio
EXÁMENES DE LA 3ª EVALUACIÓN Y FINALES DE 1º DE BACHILLERATO	Desde el 15 al 19 de Junio
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y	

ENTREGA DE NOTAS	21 de Junio
Período de entrega de tareas CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA de las Materias de 1º de alumnos matriculados en 2º	Desde 15 de mayo hasta el 5 de Junio
Periodo de entrega de tareas CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA de las Materias de 2º de Bachillerato	2. Desde 24 de mayo hasta el 12 de Junio
EXÁMENES DE LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE MATERIAS DE 1º BACHILLERATO DE ALUMNOS MATRICULADOS EN 2º	Desde al 7 al 9 de junio
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y PUBLICACIÓN DE CALIFICACIONES	13 de junio
EXÁMENES DE LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA DE 2º BACHILLERATO	Desde el 15 hasta el 19 de Junio
SESIÓN DE EVALUACIÓN	21 de Junio
Periodo de entrega de tareas CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA SEPTIEMBRE para los alumnos matriculados sólo en 1º de Bachillerato	Desde el 22 de Junio hasta el 14 de Julio
CONVOCATORIA DE SEPTIEMBRE 1º BACHILLERATO	Exámenes desde el 1 al 4 de Septiembre
SESIÓN DE EVALUACIÓN Y ENTREGA DE NOTAS	6 de Septiembre

5.3.- Estándares mínimos de aprendizaje.

En la determinación de los estándares mínimos de aprendizaje evaluables, nos ceñiremos a los marcados en la programación de esta asignatura del departamento didáctico de Biología y Geología

Profesor de la asignatura: Ernesto García García.