



# UNIVERSIDAD DE CASTILLA - LA MANCHA

## GUÍA DOCENTE

### 1. DATOS GENERALES

<b>Asignatura:</b> ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LA EDUCACIÓN INFANTIL	<b>Código:</b> 47331
<b>Tipología:</b> OPTATIVA	<b>Créditos ECTS:</b> 6
<b>Grado:</b> 302 - GRADO EN MAESTRO EN EDUCACIÓN INFANTIL (CR)	<b>Curso académico:</b> 2021-22
<b>Centro:</b> 102 - FACULTAD DE EDUCACIÓN DE CIUDAD REAL	<b>Grupo(s):</b> 24
<b>Curso:</b> 3	<b>Duración:</b> C2
<b>Lengua principal de impartición:</b> Español	<b>Segunda lengua:</b> Inglés
<b>Uso docente de otras lenguas:</b>	<b>English Friendly:</b> S
<b>Página web:</b>	<b>Bilingüe:</b> N

Profesor: ALBERTO PINTO GIL - Grupo(s): 24				
Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
Facultad de Educación/3.11	DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, ARTÍSTICA Y MÚSICA	6623	Alberto.Pinto@uclm.es	Al inicio del cuatrimestre estará disponible en la web de la Facultad y en Campus Virtual de la asignatura.
Profesor: MAIRENA SANCHEZ LOPEZ - Grupo(s): 24				
Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
Facultad de Educación/3.11	DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, ARTÍSTICA Y MÚSICA	3216	Mairena.Sanchez@uclm.es	Al inicio del cuatrimestre estará disponible en la web de la Facultad y en Campus Virtual de la asignatura.

### 2. REQUISITOS PREVIOS

No se han establecido

### 3. JUSTIFICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS, RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS Y CON LA PROFESIÓN

La actividad física en los escolares se asocia a beneficios a corto, medio y largo plazo que van más allá del riesgo cardiovascular. La actividad física, tiene efectos beneficiosos en el desarrollo integral de los niños: favorece el desarrollo psicomotor, mejora la autonomía, la autoestima, y las relaciones sociales, disminuye la ansiedad, mejora la calidad del sueño, mejora el rendimiento académico y, en general, la calidad de vida de los niños.

Pero quizás lo más importante es que los niños activos tienen más probabilidades de ser adultos activos, y por lo tanto seguirán beneficiándose durante toda su vida del efecto protector de la actividad física, ya que se asocia a una reducción de la morbilidad y la mortalidad de enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes, enfermedad pulmonar, cáncer, osteoporosis y trastornos psicológicos de los adultos. A pesar de las evidencias científicas sobre los beneficios de la actividad física, numerosos estudios revelan que nuestros escolares no alcanzan las recomendaciones de actividad física mínimas para conseguir beneficios en su salud.

La escuela representa el entorno ideal para promover, crear y consolidar hábitos saludables en la infancia que perduren en la vida adulta.

La Educación Infantil adquiere una gran relevancia como etapa inicial del proceso formativo orientado hacia la salud. Esta se tiene que caracterizar por: sensibilizar al niño por lo que representa la salud, empezar a desarrollar actitudes positivas hacia la misma y, de manera muy importante, acompañarle en los primeros pasos del camino que lleva a la consecución de la necesaria autonomía personal.

La asignatura Actividad física y salud en Educación Infantil está integrada en el módulo 2.Mención Cualificadora para la Mención en Educación Física. Dicho módulo comprende las materias Optativas (Juego motor, Expresión y ritmo corporal, Áreas de juego e Iniciación al medio acuático) y la Formación didáctica práctica vinculada a la mención (Percepción y movimiento), que contribuyen a la formación integral del futuro maestro en Educación Infantil con la Mención en Educación Física.

Esta asignatura en el título de grado de maestro de Educación Infantil pretende profundizar en los contenidos vistos en la asignatura obligatoria de 1º curso "Habilidades motrices y salud en Educación Infantil" de 6 créditos ECTS

### 4. COMPETENCIAS DE LA TITULACIÓN QUE LA ASIGNATURA CONTRIBUYE A ALCANZAR

#### Competencias propias de la asignatura

Código	Descripción
2.3.II.01.	Conocer y aplicar los elementos del currículo relativos a la Educación Física de Educación Infantil, así como las teorías sobre la adquisición y desarrollo de los aprendizajes correspondientes.
2.3.II.02.	Elaborar propuestas didácticas que utilicen la motricidad para el desarrollo global del alumnado de Educación Infantil.
2.3.II.03.	Conocer los principios más importantes para la práctica de actividad física y su influencia en el desarrollo de la salud física, social y psicológica en la etapa de Educación Infantil, creando una opinión crítica y reflexiva.
CB02	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
CB03	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
CB04	Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
	Promover y facilitar los aprendizajes en la primera infancia, desde una perspectiva globalizadora e integradora de las diferentes

CG02	dimensiones cognitiva, emocional, psicomotora y volitiva.
CG03	Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad que atiendan a las singulares necesidades educativas de los estudiantes, a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos.
CG08	Conocer fundamentos de dietética e higiene infantiles. Conocer fundamentos de atención temprana y las bases y desarrollos que permiten comprender los procesos psicológicos, de aprendizaje y de construcción de la personalidad en la primera infancia.
CG11	Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo en los estudiantes.
CT03	Correcta comunicación oral y escrita.
CT04	Compromiso ético y deontología profesional.
CT05	Promover el respeto a los derechos fundamentales y de igualdad entre hombres y mujeres.
CT07	Promover los valores propios de una cultura de paz y de valores democráticos.

## 5. OBJETIVOS O RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPERADOS

### Resultados de aprendizaje propios de la asignatura

#### Descripción

Enseñar por medio de la Educación Física valores educativos, sabiendo detectar situaciones de exclusión o de riesgo de exclusión y proponer actuaciones para corregirla y prevenirla.

Conocer diferentes diseños de planificación educativa y realizar programaciones de Educación Física.

Saber analizar el contexto social y familiar desde el punto de vista de la Educación Física de cualquier centro educativo o estructura formativa cualquiera.

Saber analizar las posibilidades que ofrece la realización de estilos de vida saludable, así como los inconvenientes de no seguir dichas indicaciones.

Conocer y saber aplicar los instrumentos de evaluación para los diferentes bloques de contenidos que componen la asignatura de Educación Física.

Planificar y diseñar actividades motrices en función del nivel de control motor en el que se encuentre el niño, siendo sensible a las necesidades educativas que pueda presentar.

Saber analizar y poner en práctica el currículo oficial del área de Educación Física para Infantil (periodo: 0-6 años).

Saber las distintas metodologías a realizar en cada uno de los espacios educativos, siendo capaz de elegir la mejor de ellas según las características del grupo de alumnos y el centro educativo.

### Resultados adicionales

- Conocer y detectar problemas posturales, higiénicos, de la falta de actividad física o sueño, de la calidad de vida y de alimentación en educación infantil.
- Saber diseñar acciones para prevenir y promover la salud desde el centro escolar.
- Manejar los principios básicos de un desarrollo y comportamiento saludables.
- Analizar críticamente textos sobre el papel de la actividad física y su relación con la salud.
- Diseñar y plantear actividades motrices en contextos globalizados o ambientes de aprendizaje diversos (la selva, el carnaval, las estaciones del año, etc), mostrando actitudes sobre el cuidado de la salud.
- Evaluar la actividad física y la condición física en educación infantil.

## 6. TEMARIO

### Tema 1: Actividad física, condición física y salud

**Tema 1.1** Importancia de la actividad física para mejorar salud en la infancia.

**Tema 1.2** Beneficios de la actividad física y riesgo de los comportamientos sedentarios de los escolares en la infancia

**Tema 1.3** Recomendaciones de actividad física para la salud en la infancia

### Tema 2: La condición física orientada a la salud en educación infantil.

### Tema 3: Métodos para la medición de la actividad física y la condición física en educación infantil

### Tema 4: Seguridad, prácticas desaconsejadas y educación postural. Primeros Auxilios

### Tema 5: Estrategias de promoción de la actividad física saludable en la escuela

### Tema 6: Actividad física saludable para todos. Atención a la discapacidad y diferentes problemas de salud

### Tema 7: La actividad física y la salud en el currículo de Educación Infantil.

## 7. ACTIVIDADES O BLOQUES DE ACTIVIDAD Y METODOLOGÍA

Actividad formativa	Metodología	Competencias relacionadas	ECTS	Horas	Ev	Ob	Descripción
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL]	Método expositivo/Lección magistral	2.3.II.01. 2.3.II.03. CB02 CB03 CG02 CG03 CG08 CG11 CT04	1.2	30	S	N	La presencia y participación activa en las actividades propuestas (lecturas de textos, comentarios de texto o visualización de vídeos para posteriormente establecer debates).
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL]	Prácticas	2.3.II.01. 2.3.II.02. CB02 CB03 CB04 CG03 CG11 CT03 CT04	1.12	28	S	N	Aprovechamiento a las clases prácticas en el gimnasio y participación activa en las mismas (realización de las tareas motrices propuestas en dichas clases).
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA]	Trabajo en grupo	2.3.II.01. 2.3.II.02. 2.3.II.03. CB02 CB03 CB04 CG11 CT03	0.8	20	S	S	Trabajo en pequeños grupos que consistirá en el diseño de materiales didácticos para la promoción de la actividad física en el ámbito escolar, familiar y comunitario. La extensión será de entre 3 y 8 folios y se debe exponer en el aula utilizando el recurso que el alumnado considere más oportuno. Este trabajo se planteará entre las semanas 8º-9º del cuatrimestre, y se irá elaborando en las 3 semanas posteriores. Su presentación será entre las semanas 13º-14º. Los detalles sobre el

							contenido y una rúbrica de evaluación sobre el mismo estarán disponibles en campus virtual al comienzo del cuatrimestre. Se penalizará el plagio en los trabajos entregados. En el caso de que el alumnado no supere este trabajo en convocatoria ordinaria, podrá recuperarlo realizando el mismo trabajo y entregándolo en convocatoria extraordinaria.
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA]	Trabajo autónomo	2.3.II.01. 2.3.II.02. 2.3.II.03. CB02 CG03 CG11 CT03 CT04	1	25	S	S	Consistirá en la elaboración de prácticas individuales sobre contenidos teóricos y prácticos vistos en clase como comentarios de texto, diseño de tareas, ejercicios prácticos, búsqueda de información, etc. Las tareas se irán planteando a lo largo del curso y se entregarán en un plazo de 2 semana una vez solicitadas. Los detalles de cada uno de los trabajos individuales se especificarán en Campus Virtual. Se penalizará el plagio en los trabajos entregados. En el caso de que el alumnado no supere estos trabajos en convocatoria ordinaria, podrá recuperarlo realizando las mismas actividades o similares, y entregándolos en convocatoria extraordinaria.
Prueba final [PRESENCIAL]	Pruebas de evaluación	2.3.II.01. 2.3.II.02. 2.3.II.03. CB02 CB03 CB04 CG08 CT03 CT04	0.08	2	S	S	Los contenidos impartidos se valorarán a través de una prueba escrita a desarrollar donde se valorarán aspectos teórico-prácticos visto en la asignatura. Esta constará de una parte tipo test con opciones de respuesta múltiple y preguntas cortas sobre conceptos, clasificaciones, diseño de actividades y resolución de ejercicios. En el caso de que el alumnado no supere esta prueba en convocatoria ordinaria, podrá recuperarla realizando una prueba de naturaleza similar en convocatoria extraordinaria o de finalización. Se penalizará el plagio según normativa establecida por la UCLM.
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA]	Trabajo autónomo	2.3.II.01. 2.3.II.03. CB02 CB03 CB04 CG02 CG08 CG11 CT04	1.8	45	N	-	
<b>Total:</b>			<b>6</b>	<b>150</b>			
<b>Créditos totales de trabajo presencial: 2.4</b>							<b>Horas totales de trabajo presencial: 60</b>
<b>Créditos totales de trabajo autónomo: 3.6</b>							<b>Horas totales de trabajo autónomo: 90</b>

Ev: Actividad formativa evaluable

Ob: Actividad formativa de superación obligatoria (Será imprescindible su superación tanto en evaluación continua como no continua)

8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y VALORACIONES			
Sistema de evaluación	Evaluación continua	Evaluación no continua*	Descripción
Prueba final	50.00%	50.00%	Los contenidos impartidos se valorarán a través de una prueba escrita a desarrollar con un 50 % de la nota, en la que se requiere una nota de 4 puntos sobre 10 para poder sumar el resto de los apartados.
Trabajo	35.00%	50.00%	El alumno deberá entregar diferentes prácticas a lo largo del cuatrimestre. El trabajo individual será evaluado y calificado atendiendo a: a. Seguir esquema de trabajo dado en clase. b. Entregado en fecha y horario correspondiente. c. La elaboración, aportaciones personales y originalidad del diseño del material. Se requiere una nota de 4 puntos sobre 10 para poder sumar el resto de los apartados. El trabajo de grupo será evaluado y calificado atendiendo a: a. Seguir esquema de trabajo dado en clase. b. Entregado en fecha y horario correspondiente. c. Presentación en el aula al resto del grupo. d. 50 (presentación), 50% (conocimientos). Se requiere una nota de 4 puntos sobre 10 para poder sumar el resto de los apartados.

Valoración de la participación con aprovechamiento en clase	15.00%	0.00%	Se valorará la participación con aprovechamiento tanto en las clases realizadas en el aula como en el gimnasio.
<b>Total:</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	

\* En **Evaluación no continua** se deben definir los porcentajes de evaluación según lo dispuesto en el art. 6 del Reglamento de Evaluación del Estudiante de la UCLM, que establece que debe facilitarse a los estudiantes que no puedan asistir regularmente a las actividades formativas presenciales la superación de la asignatura, teniendo derecho (art. 13.2) a ser calificado globalmente, en 2 convocatorias anuales por asignatura, una ordinaria y otra extraordinaria (evaluándose el 100% de las competencias).

#### Criterios de evaluación de la convocatoria ordinaria:

##### Evaluación continua:

- El alumnado que tenga "No Presentado", o "Suspense" en alguno de los apartados se les guardará la nota del resto de apartados hasta la convocatoria extraordinaria. De esta manera en la convocatoria extraordinaria sólo deben recuperar la parte suspensa.
- Se superará la asignatura siempre que se obtenga una nota mínima de 5 puntos sobre 10.

##### Evaluación no continua:

- El alumnado que no puedan asistir regularmente a las actividades formativas presenciales, deberá contactar con el profesorado al inicio del cuatrimestre (3 primeras semanas desde el inicio) y establecer un plan de trabajo, con seguimiento periódico del mismo.
  - Su evaluación constará de una prueba final (examen) más la elaboración de trabajos.
- Se superará la asignatura siempre que se obtenga una nota mínima de 5 puntos sobre 10.

#### Particularidades de la convocatoria extraordinaria:

- Mismas que en convocatoria ordinaria.

#### Particularidades de la convocatoria especial de finalización:

- Mismas que en convocatoria ordinaria.

9. SECUENCIA DE TRABAJO, CALENDARIO, HITOS IMPORTANTES E INVERSIÓN TEMPORAL	
<b>No asignables a temas</b>	
<b>Horas</b>	<b>Suma horas</b>
Prueba final [PRESENCIAL][Pruebas de evaluación]	2
<b>Tema 1 (de 7): Actividad física, condición física y salud</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	5
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Prácticas]	5
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	9
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	8
<b>Tema 2 (de 7): La condición física orientada a la salud en educación infantil.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	8
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Prácticas]	13
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo en grupo]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	6
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	16
<b>Tema 3 (de 7): Métodos para la medición de la actividad física y la condición física en educación infantil</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	4
<b>Tema 4 (de 7): Seguridad, prácticas desaconsejadas y educación postural. Primeros Auxilios</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	4
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Prácticas]	4
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	6
<b>Tema 5 (de 7): Estrategias de promoción de la actividad física saludable en la escuela</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	4
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Prácticas]	4
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo en grupo]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	10
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	6
<b>Tema 6 (de 7): Actividad física saludable para todos. Atención a la discapacidad y diferentes problemas de salud</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	4
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Prácticas]	2
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	3
<b>Tema 7 (de 7): La actividad física y la salud en el currículo de Educación Infantil.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	2
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	2
<b>Actividad global</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Suma horas</b>
Prueba final [PRESENCIAL][Pruebas de evaluación]	2
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	25
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	30
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Prácticas]	28
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo en grupo]	20

10. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS					
Autor/es	Título/Enlace Web	Editorial	Población	ISBN	Año Descripción
Mairena Sánchez-López; Abel Ruiz-Hermosa; Vicente Martínez-Vizcaíno; Andrés Redondo-Tébar	MOVI-da 10!: Un programa de descansos activos para mejorar la salud y favorecer los aprendizajes en Educación Infantil	Servicio de Publicaciones de la Universidad de Castilla-La Mancha		978-84-9044-450-4	2021
	<a href="http://doi.org/10.18239/divulga_2020.08.00">http://doi.org/10.18239/divulga_2020.08.00</a>				
Mairena Sánchez-López; Abel Ruiz-Hermosa; Vicente Martínez-Vizcaíno; Andrés Redondo-Tébar	MOVI-da 10!: Un programa de descansos activos para mejorar la salud y favorecer los aprendizajes en Educación Infantil	Servicio de Publicaciones de la Universidad de Castilla-La Mancha		9	2021
Cadenas-Sánchez C, et al.	Physical fitness reference standards for preschool children:The PREFIT project				2019
	<a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1440244018309113?casa_token=ArdxxAz0zR0AAAAA:p1uo_zogWAIYZRfhdqZ6FJguu5Plai564XwgrZ6a7tBjz6OAd6mTrIOPXRdnnPmUmtrz9mSI4g">https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1440244018309113?casa_token=ArdxxAz0zR0AAAAA:p1uo_zogWAIYZRfhdqZ6FJguu5Plai564XwgrZ6a7tBjz6OAd6mTrIOPXRdnnPmUmtrz9mSI4g</a>				
Torres Luque G y Hernández García R	Etapa Infantil y Motricidad: Estrategias para su desarrollo en Educación Física			8417964118	2019
Cadenas-Sánchez C, et al.	Assessing physical fitness in preschool children: Feasibility, reliability and practical recommendations for the PREFIT battery				2016
	<a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1440244016000347?casa_token=-ovOnVtUae4AAAAA:flktu0dzLHpMA16RR-8mJqW1ZqCw8wjxed6lRkqC1KEsqhMSYJifWb__WyxhCv91XPCNRQoVng">https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1440244016000347?casa_token=-ovOnVtUae4AAAAA:flktu0dzLHpMA16RR-8mJqW1ZqCw8wjxed6lRkqC1KEsqhMSYJifWb__WyxhCv91XPCNRQoVng</a>				
Gasol Foundation	Estudio PASOS, 2019				Resultados principales del estudio PASOS 2019 sobre la 2019 actividad física, los estilos de vida y la obesidad de la población española de 8 a 16 años
	<a href="https://www.gasolfoundation.org/wp-content/uploads/2019/11/Informe-PASOS-2019-online.pdf">https://www.gasolfoundation.org/wp-content/uploads/2019/11/Informe-PASOS-2019-online.pdf</a>				
Wick K, et al.	Interventions to Promote Fundamental Movement Skills in Childcare and Kindergarten: A Systematic Review and Meta-Analysis				2017
	DOI 10.1007/s40279-017-0723-1				
Fundación para la Investigación Nutricional	Informe 2016:Actividad Física en niños y adolescentes en España				2016
	<a href="https://www.activehealthykids.org/wp-content/uploads/2016/11/spain-report-card-long-form-2016.pdf">https://www.activehealthykids.org/wp-content/uploads/2016/11/spain-report-card-long-form-2016.pdf</a>				
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad	Recomendaciones de Actividad física para la salud y Reducción del sedentarismo				2015
	<a href="http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/Recomendaciones_ActivFisica.htm">http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/Recomendaciones_ActivFisica.htm</a>				
Janssen, I. y Leblanc, A. G.	Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth				2010
	<a href="https://www.researchgate.net/publication/284891266_Systematic_Review_of_the_Health_Benefits_of_Physical_Activity_and_Fitness_in_School-Aged_Children_and_Youth">https://www.researchgate.net/publication/284891266_Systematic_Review_of_the_Health_Benefits_of_Physical_Activity_and_Fitness_in_School-Aged_Children_and_Youth</a>				
Stiglic N, Viner RM	Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews			10.1136/bmjopen-2	2019
	<a href="https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/9/1/e023191.full.pdf">https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/9/1/e023191.full.pdf</a>				
Sánchez					

López M, Gutiérrez Díaz del Campo D, Ruiz de la Hermosa Fernández Infante A, López Vera C, Sánchez Brotons MI	Proyectos Escolares Saludables. Descansos Activos. Guía para profesores	UCLM		2015
			<a href="https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/13451/Proyectos_escolares_saludables.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/13451/Proyectos_escolares_saludables.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>	
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad	DAME10		DAME10: se han desarrollado actividades físicas de 5-10 minutos de duración, ¿descansos activos¿, para trabajar en el aula contenidos curriculares de todas las áreas de	2015
			conocimiento, de una manera sencilla, divertida y significativa para el alumnado de segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria y primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria	
			<a href="http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/Promocion_Salud_Escuela.htm">http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/Promocion_Salud_Escuela.htm</a>	
Organización Mundial de la Salud	Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud.			2010
			<a href="https://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/es/">https://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/es/</a>	
Ministerio de Sanidad	Encuesta Nacional de Salud			2017
			<a href="https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/">https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/</a>	
Ministerio de Consumo	Estudio ALADINO. Vigilancia de la obesidad Infantil			2015
			<a href="http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/vigilancia_obesidad_infantil.htm">http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/vigilancia_obesidad_infantil.htm</a>	
Masini A, et al.	Evaluation of school-based interventions of active breaks in primary schools: A systematic review and meta- analysis			2020
			<a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S144024401930800X">https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S144024401930800X</a>	
Sánchez López M, García López LM, Ruiz Hermosa A (coords.)	FICHAS DE DESCANSOS ACTIVOS para Educación Infantil y Primaria Guía para el profesorado	UCLM	978-84-9044-396- 5	2020
			<a href="http://doi.org/10.18239/divulga_2020.04.00">http://doi.org/10.18239/divulga_2020.04.00</a>	
Pate RR, et al.	Physical Activity and Health in Children Younger than 6 Years: A Systematic Review			2019
			<a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31095085/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31095085/</a>	
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad	Actividad Física y Salud de 3 a 6 años Guía para docentes de Educación Infantil			2016
			<a href="https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/GuiaAF_3_6anos_docentes.pdf">https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/GuiaAF_3_6anos_docentes.pdf</a>	