

# Índice

---

Presentación .....	7
Una Educación Física saludable y mediada por TIC .....	7
Aportes de la neurociencia a la educación .....	8
El modelo TPACK: integrando tecnología, pedagogía y currículo en el aula .....	8
El modelo TPACKPEC: integrando neurociencia, tecnología, salud y metodología en Educación física. ....	10
a) Dimensión curricular. ....	11
b) Dimensión pedagógica. ....	11
c) Dimensión personal .....	11
d) Dimensión tecnológica .....	12
Hacia una evaluación auténtica, contextualizada y centrada en el desempeño .....	12
Características e instrumentos de la evaluación auténtica .....	14
Recursos prácticos de la dimensión curricular (14 recursos) .....	19
Recurso 1. Diseña una presentación interactiva sobre la sesión de actividad física .....	19
Recurso 2. ¿Qué pasa en tu cuerpo cuando hace actividad física? ...	20
Recurso 3. Memory de los estiramientos .....	23
Recurso 4. Reto run .....	25
Recurso 5. Collage de fuerza .....	29
Recurso 6. Soy responsable de mis hábitos de salud. ....	30
Recurso 7. Informe de hábitos saludables .....	31

Recurso 8. Escoge tu menú de calentamiento.....	34
Recurso 9. Aprendemos la secuencia del calentamiento general ....	36
Recurso 10. ¿Cómo podemos volver a la calma?.....	38
Recurso 11. Instrumento de evaluación formativa que facilita la auto regulación del aprendizaje del alumnado.....	39
Recurso 12. Hata de yoga y tai chi para la vuelta a la calma .....	40
Recurso 13. El pasaporte saludable.....	41
Recurso 14. Valoramos la condición física mediante test saludables.....	43
Proyecto @duofit .....	46
Recursos prácticos de la dimensión pedagógica .....	63
Retos (6 recursos).....	63
Real (3 recursos) .....	77
Expandida + Personalización (3 recursos) .....	86
Cooperación (6 recursos) .....	93
Proyecto gamificado Edufis Awaken .....	106
Recursos prácticos de la dimensión personal.....	116
Emociones (7 recursos) .....	116
Motivaciones (2 recursos).....	131
Proyecto educa verd play.....	138
Recursos prácticos de la dimensión tecnológica (4 recursos) .....	150
Recursos prácticos para la evaluación (8 recursos).....	158
Referencias y bibliografía .....	170