



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Anatomía: Anatomía y kinesiología humana

Asignatura	Anatomía: Anatomía y kinesiología humana			
Código	P02G050V01201			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS 6	Seleccione FB	Curso 1	Cuatrimestre 2c
Lengua Impartición				
Departamento	Biología funcional y ciencias de la salud Didácticas especiales			
Coordinador/a	Vila Suarez, Maria Elena Garcia Garcia, Oscar			
Profesorado	Diz Gomez, Jose Carlos Garcia Garcia, Oscar Padin Iruegas, Maria Elena Vila Suarez, Maria Elena			
Correo-e	oscargarcia@uvigo.es EVILA@UVIGO.ES			
Web				
Descripción general				

## Competencias de titulación

Código			
A1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza- aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas		
A3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte		
A4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas		
A7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles		
A8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo		
A11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo		
B2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte		
B3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte		

## Competencias de materia

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
Conocer las características del ejercicio físico sistematizado, criterios para su clasificación, terminología específica y representación gráfica del mismo.	A1 A3 A8	B2
Conocer la aplicación del ejercicio con la finalidad de desarrollo de las cualidades psicofísicas.	A3 A4 A7 A8 A11	B3

Estudiar la dimensión mecánica del movimiento corporal analizándolo desde los puntos de vista articular y muscular.

A1  
A3  
A8

## Contenidos

Tema	
Tema 1. El movimiento corporal y el ejercicio físico. Concepto y finalidad. Diferentes enfoques en la aplicación del ejercicio.	<input type="checkbox"/> Movimiento corporal. <input type="checkbox"/> Tareas motrices.
Tema 2. Fundamentos de realización motriz. Mecanismos implicados en la acción motriz. Factores en la ejecución de los movimientos.	- Mecanismos implicados en la acción motriz. - Factores en la ejecución de los movimientos.
Tema 3. Características formales del ejercicio físico.	<input type="checkbox"/> Intensidad <input type="checkbox"/> Intención <input type="checkbox"/> Forma <input type="checkbox"/> Técnica
Tema 4. Movimientos articulares	- Movimientos que puede efectuar cada articulación del cuerpo humano. - Grados de amplitud. - Planos y ejes de orientación del movimiento.
Tema 5. Análisis de posiciones y de movimientos de mecánica simple y de mecánica compleja.	- Movimientos de mecánica simple. - Movimientos de mecánica compleja.
Tema 6. Estudio de la acción muscular en los ejercicios.	- Tipos de contracción muscular. - Acciones y funciones de los músculos. - Participación conjunta de los músculos en el movimiento. - Influencia de la gravedad y de otras fuerzas externas sobre la acción muscular.
Tema 7. Análisis de posiciones y de movimientos de mecánica simple y de mecánica compleja atendiendo a la participación muscular.	- Análisis de movimientos de mecánica simple: participación muscular - Análisis de movimientos de mecánica compleja: participación muscular
Tema 8. Las cualidades físicas básicas. Efectos en el organismo.	<input type="checkbox"/> Concepto y clases de cualidades físicas básicas. <input type="checkbox"/> Concepto y factores de acondicionamiento físico. <input type="checkbox"/> Procesos adaptativos al ejercicio físico. <input type="checkbox"/> Periodización de la práctica del ejercicio físico. <input type="checkbox"/> Evolución de las capacidades motrices. <input type="checkbox"/> Fundamentos para el desarrollo de la condición física.
Tema 9. Manifestación, desarrollo y valoración de las capacidades dependientes del aparato locomotor.	<input type="checkbox"/> La fuerza. Concepto, clases y diversas clasificaciones. <input type="checkbox"/> Sistemas de desarrollo de la fuerza. <input type="checkbox"/> Valoración de la fuerza muscular. <input type="checkbox"/> La velocidad: concepto, clases y factores de los que depende. <input type="checkbox"/> La flexibilidad: concepto y factores de los que depende. <input type="checkbox"/> Sistemas de desarrollo: dinámicos y estáticos.
Tema 10. Manifestación, desarrollo y valoración de las capacidades dependientes de los procesos de obtención y utilización de energía.	<input type="checkbox"/> La resistencia. Concepto y clases. <input type="checkbox"/> Sistemas de adquisición de la resistencia. <input type="checkbox"/> Valoración de la resistencia.
Tema 11. Cualidades psicomotoras relacionadas con la acción muscular.	<input type="checkbox"/> Concepto y clases de cualidades psicomotoras. <input type="checkbox"/> La coordinación. Concepto y tipos, según los diferentes criterios: <input type="checkbox"/> Formas de desarrollo de la coordinación. <input type="checkbox"/> El equilibrio. Concepto y clasificaciones.

## Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Prácticas de laboratorio	28	25	53
Resolución de problemas y/o ejercicios	5	5	10
Sesión magistral	16	20	36
Pruebas de tipo test	1	50	51

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

	Descripción
Prácticas de laboratorio	En el horario de prácticas de laboratorios se desarrollarán tareas y ejercicios dirigidos por el profesor sobre aspectos presentados en las clases teóricas.
Resolución de problemas y/o ejercicios	Los conceptos teóricos serán acompañados en las clases teóricas con ejercicios y resolución de problemas.
Sesión magistral	Se utilizará la exposición por parte del profesor como medio principal de enseñanza.

## Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Sesión magistral	Se intentará atender de forma individualizada a los alumnos, reconociendo sus problemas particulares.
Prácticas de laboratorio	Se intentará atender de forma individualizada a los alumnos, reconociendo sus problemas particulares.
Resolución de problemas y/o ejercicios	Se intentará atender de forma individualizada a los alumnos, reconociendo sus problemas particulares.

## Evaluación

	Descripción	Calificación
Prácticas de laboratorio	Es obligatorio asistir al menos al 80% de las prácticas para poder obtener una evaluación positiva	0
Resolución de problemas y/o ejercicios	Se revisarán los ejercicios realizados por los alumnos. Es obligatorio realizar todos los ejercicios propuestos en las clases	10
Pruebas de tipo test	se realizara un examen tipo test de respuesta unica donde es necesario obtener al menos un 60 por ciento de respuestas correctas, teniendo en cuenta que cada 4 errores descuenta una positiva	90

## Otros comentarios sobre la Evaluación

En sucesivas convocatorias los criterios de evaluación serán idénticos a los presentados anteriormente.

Es necesario obtener al menos un 60% de respuestas bien contestadas en el examen tipo test, teniendo en cuenta que cada 4 preguntas mal contestadas restan una positiva

El examen será tipo test, con 40 preguntas, 5 posibles respuestas y una sola verdadera. Es preciso tener un 60% de aciertos para poder aprobar. Cada cuatro preguntas mal respondidas descuenta un acierto.

## Fuentes de información

Alter, J.M. (2004). *Los estiramientos*. Barcelona: Paidotribo

FKapandji, I.A. (2006). *Cuadernos de fisiología articular*. Tomos, I, II y III. Madrid: ed. Médica-Panamericana.

Nacleiro, F. (2011). *Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones*. Barcelona: Editorial médica-panamericana. *Entrenamiento de la técnica. Contribuciones para un enfoque interdisciplinario*. Barcelona: Paidotribo.

VVAA. (2001). *Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física*. Barcelona: Paidotribo

## Recomendaciones