



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Deportes náuticos

Asignatura	Deportes náuticos			
Código	P02G050V01904			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	2c
Lengua Impartición	Castellano			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Rial Fernández, Ramón Benigno Tenreiro Varela, Pablo			
Profesorado	Rial Fernández, Ramón Benigno Tenreiro Varela, Pablo			
Correo-e	rrial@uvigo.es ptenreirov@fcc.es			

### Web

Descripción general	<p>La materia «Deportes *Náuticos» se imparte en el segundo cuatrimestre del tercer curso del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.</p> <p>En esta materia se proporciona una visión general del Remo y del Piragüismo. Desde una perspectiva teórica, se abordan diferentes aspectos desde un punto de vista general referentes a *sua *estructura externa, el medio en el que se desarrollan, los tipos de embarcaciones y las *suas modalidades, la técnica básica, *maniobras, fundamentos de su entrenamiento, tipos de competiciones, didáctica, aspectos recreativos, etc. Desde una perspectiva práctica, se realiza un recorrido a través de distintos tipos de embarcaciones.</p> <p>Debido al medio en el que se desarrollan las prácticas (río Lérez) es requisito imprescindible saber nadar.</p>
---------------------	--

## Competencias

Código	
B7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.
B10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.
B23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.
C1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
C8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo
C9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo
C10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo

## Resultados de aprendizaje

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	B7
Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.	B10
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	B12
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	B13
Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	B14
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva acomodada para cada tipo de actividad.	B23
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	B24
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	B25
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	B26
Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	C1
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo.	C8
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo.	C9
Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo.	C10

## Contenidos

### Tema

TEMA 1: Fundamentación teórica de los deportes náuticos: remo y piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición</li> <li>- Orígenes y evolución histórica</li> <li>- Análisis del remo y del piragüismo y sus factores</li> <li>- Los reglajes de las embarcaciones:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Reglajes en banco hizo</li> <li>. Reglajes en banco móvil</li> <li>. Reglajes en piragüismo y kayak</li> </ul> </li> </ul>
TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de los deportes náuticos: remo y piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica básica del remo y del piragüismo</li> <li>- Fases de la palada en el remo</li> <li>- Técnica básica de banco fizo</li> <li>- Técnica básica de banco móvil</li> <li>- Defectos técnicos mas frecuentes en el remo</li> <li>- Técnica básica del piragüismo</li> <li>- Maniobras en el piragüismo. Transporte, vuelco y vaciado. De equilibrio y conducción. De propulsión y combinadas</li> <li>- La palada en kayak. Fases de la palada. Ejercicios y corrección de errores.</li> <li>- Fundamentos tácticos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. La regata. Tipos. Partes</li> <li>. La estrategia</li> </ul> </li> <li>- Puestos específicos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Puestos específicos en el remo de banco hizo</li> <li>. Puestos específicos en el remo de banco móvil</li> <li>. Puestos específicos en el piragüismo</li> </ul> </li> </ul>
TEMA 3: Estructura formal y funcional de los deportes náuticos: remo y piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modalidades y especialidades</li> <li>- Categorías</li> <li>- Distancias de competición</li> <li>- Características de las embarcaciones</li> <li>- Características del sistema de masas</li> <li>- Distancias y tiempos de competición</li> <li>- Frecuencia de palada en competición</li> <li>- Relación distancia/tiempo de competición/tipo de esfuerzo</li> <li>- Tipos de competiciones en el remo y en el piragüismo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>. En función del recorrido</li> <li>. En función del sistema de competición</li> <li>. Programa olímpico</li> </ul> </li> </ul>

TEMA 4: El proceso de iniciación deportiva en los deportes náuticos

- Didáctica del remo y del piragüismo:
  - . Enseñanza y aprendizaje
  - . Iniciación y metodología
  - . Etapas de formación
- El medio acuático:
  - . Natural: ríos, lagos, mar
  - . Artificiales: pantanos, pistas
  - . Normas de seguridad
  - . Variables medioambientales externas

TEMA 5: Los deportes náuticos en su vertiente recreativa y de rendimiento

- Aspectos recreativos
- El club. Organización
- Aspectos de rendimiento:
  - . Tecnología aplicada
  - . Materiales
- Estructura biomecánica del remo y del piragüismo

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Lección magistral	22	3	25
Prácticas de laboratorio	26	20	46
Trabajo tutelado	1	0	1
Tutoría en grupo	0	12.5	12.5
Prácticas autónomas a través de TIC	0	26	26
Examen de preguntas objetivas	1	14.5	15.5
Informe de prácticas	4	20	24

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

### Metodologías

	Descripción
Lección magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos teóricos sobre la materia objeto de estudio.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia. Se desarrollan en el río Lérez.
Trabajo tutelado	El estudiante, de manera individual elabora una memoria de prácticas sobre la materia.
Tutoría en grupo	Entrevistas que el alumnado mantiene con el profesorado de la materia para asesoramiento/desarrollo de actividades de la misma y del proceso de aprendizaje.
Prácticas autónomas a través de TIC	Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia a través de las TIC y de manera autónoma.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Tutoría en grupo	Se entiende por atención personalizada el tiempo que el profesor reserva para atender y resolver las dudas del alumnado en relación a materia.

### Evaluación

	Descripción	Calificación	Resultados de Formación y Aprendizaje
Prácticas de laboratorio	Por el carácter práctico de la materia, habrá que asistir al menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa como requisito previo para superar la materia en el cuatrimestre; suponen el 60% de la calificación final y se realizarán en el río Lérez (también podrá hacerse alguna práctica en tierra en los remoergómetros). La evaluación de la docencia práctica se realizará de forma continua mediante el control de asistencia diaria de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y el nivel técnico alcanzado a lo largo del cuatrimestre (se evaluará el transporte del material, su ajuste, el manejo y maniobrabilidad técnica de la embarcación, etc.). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con la su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas.	60	B7 C1 B10 C8 B13 C9 B23 C10 B24 B25 B26

Examen de preguntas objetivas	Encaminada a evaluar la integración de los contenidos teóricos por parte del alumnado. Se entiende también por contenido teórico cualquier explicación o concepto que se maneje en las sesiones prácticas. Esta prueba se realizará en la fecha oficial y constará de 50 preguntas tipo test con 3 opciones de respuesta donde por cada 3 respuestas erróneas se descontará una respuesta correcta y su parte proporcional. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	B7 B10 B14 B24	C1 C8 C9 C10
Informe de prácticas	Al rematar el cuatrimestre los alumnos, de manera individual, deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas y entregarla en formato papel. Para elaborar esta memoria el profesor facilitará un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas de laboratorio. Para completar este informe, el profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente en el pantalán a los alumnos los objetivos, características, contenidos, etc. de la misma y los alumnos deberán tomar las notas oportunas; del mismo modo los alumnos al rematar la sesión y trabajando por su cuenta deberán completar la ficha. En caso de que los profesores detectaran que las memorias fueran copiadas entre dos o mas alumnos, éstos deberán hacer un trabajo individual relacionado con la materia. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del exámen oficial (fuera de este plazo no se recogerá ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	B7 B10 B12 B23 B26	C1 C8 C10

### Otros comentarios sobre la Evaluación

**Prácticas de laboratorio:** Por el carácter práctico de la materia, habrá que asistir por lo menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa como requisito previo para superar la materia en el cuatrimestre; suponen el 60% de la calificación final y se realizarán en el río Lérez (también podrá hacerse alguna práctica en tierra en los remoergómetros). La evaluación de la docencia práctica se realizará de forma continua mediante el control de asistencia diaria de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y el nivel técnico alcanzado a lo largo largo del cuatrimestre (se evaluará el transporte del material, su ajuste, el manejo y maniobrabilidad técnica de la embarcación, etc.). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas.

**Exámen de preguntas objetivas:** Supone el 20% de la calificación final. Esta prueba se realizará en la fecha oficial y está encaminada a evaluar la integración de los contenidos teóricos (se entiende también por contenidos teóricos, cualquier explicación o concepto que se maneje en las sesiones prácticas de laboratorio). Esta prueba escrita constará de 50 preguntas tipo test con 3 opciones de respuesta donde por cada 3 respuestas erróneas se descontará una respuesta correcta y su parte proporcional. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

**Informe de prácticas:** Supone el 20% de calificación final. Al rematar el cuatrimestre los alumnos, de manera individual, deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas y entregarla en formato papel. Para elaborar esta memoria el profesor facilitará un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas de laboratorio. Para completar este informe, el profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente en el pantalán a los alumnos los objetivos, características, contenidos, etc. de la misma y los alumnos deberán tomar las notas oportunas; del mismo modo los alumnos al rematar la sesión y trabajando por su cuenta deberán completar la ficha. En caso de que los profesores detectaran que las memorias fueran copiadas entre dos o mas alumnos, éstos deberán hacer un trabajo individual relacionado con la materia. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del exámen oficial (fuera de este plazo no se recogerá ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

**Observaciones:** Una vez cumplido el requisito de asistencia a un mínimo del 80% a las prácticas de laboratorio con participación activa, la calificación final del alumno será la nota media ponderada de cada uno de los tres apartados (60%-20%-20%) siempre con la premisa de haber alcanzado una puntuación mínima de 5 en cada uno de los tres apartados. Si el alumno no llega a 5 en cualquiera de los tres apartados a su calificación en la nota final será de suspenso. La calificación positiva de una o dos partes se conservará únicamente hasta la siguiente convocatoria de julio. De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de julio.

Aquellos alumnos que no cumplieran con el requisito previo de asistir al menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa no podrán superar la materia en la primera convocatoria y deberán presentarse la convocatoria de julio, teniendo que hacer el pertinente exámen teórico tipo test, que ponderará un 60%, y deberán presentar un trabajo en formato papel consistente en una "*Progresión didáctica para el aprendizaje del remo y del piragüismo*", que ponderará un 40% (las pautas para la elaboración de este trabajo serán facilitadas por los profesores). Estos alumnos tendrán que alcanzar

una puntuación mínima de 5 puntos tanto en el examen como en el trabajo.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el enlace <http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>.

---

## **Fuentes de información**

### **Bibliografía Básica**

Molina Castillo, C., **Remo de Competición**, 1ª ed, Wanceulen, 1997

Bennett, Jeff, **Manual del kayakista de aguas bravas**, 1ª ed, Paidotribo, 2001

De Bergia Cervantes, E. y otros, **Iniciación al Piragüismo**, 1ª ed, Gymnos, 1997

Isorna-Folgar, M. y otros, **Entrenamiento en piragüismo de aguas tranquilas: avances para la mejora en preparación física, técnica, táctica, psicológica, nutricional y tecnológica**, 1ª ed, 2.0 Editora, 2014

Francisco García, José Manuel y García Soidán, José Luis, **Iniciación al Remo**, 1ª ed, Xunta de Galicia (Secretaría Xeral para o Deporte), 1991

Francisco García, José Manuel, **Remo de Banco Fixo**, 1ª ed, Lea, 1996

### **Bibliografía Complementaria**

Briones Pérez de La Blanca, Enrique, **Remo: Entrenamiento de Base y de Elite**, 1ª ed, Wanceulen, 1990

Escuela Nacional de Entrenadores, **Apuntes del Curso Nacional de Entrenador de Club: Bloque Específico**, F.E.R., 2002

Sánchez Hernández, J.L. y otros, **Piragüismo I**, Comité Olímpico Español, 1993

Sánchez Hernández, J.L. y otros, **Piragüismo II**, Comité Olímpico Español, 1993

---

## **Recomendaciones**