



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Gerontología y actividad física

Asignatura	Gerontología y actividad física			
Código	P02G050V01902			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	1c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento				
Coordinador/a	Vila Suarez, Maria Elena			
Profesorado	Vila Suarez, Maria Elena			
Correo-e	evila@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

## Resultados de Formación y Aprendizaje

Código	
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.
B4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.
B7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.
B11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.
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.
B16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.
B22	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas
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.

## Resultados previstos en la materia

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
Ser capaz de comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en las personas mayores.	B2
Conocer y ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte en personas mayores provocan en aspectos fisiológicos y biomecánicos.	B3
Ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte en personas mayores provocan en aspectos comportamentales y sociales.	B4
Ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte provocan sobre la estructura de diferentes manifestaciones de la motricidad humana en personas mayores.	B7
Conocer y ser capaz de aplicar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional en el ámbito de las personas mayores.	B11

Saber utilizar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la B12  
Actividad Física y del Deporte en el ámbito de las personas mayores.

Ser capaz de identificar y aplicar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional en le B13  
ámbito de las personas mayores.

Conocer y ser capaz de promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de B16  
práctica de la actividad física y del deporte en las personas mayores.

Ser capaz de identificar habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en B25  
equipo en el ámbito de las personas mayores.

Ser capaz de identificar y adaptarse a nuevas situaciones, aplicar la resolución de problemas y el B26  
aprendizaje autónomo en el ámbito de las personas mayores.

Adquirir conocimientos básicos para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección B3  
de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas para personas mayores. B4  
B22

## Contenidos

### Tema

Bloque temático 1. Gerontología y actividad física: aspectos físicos, biológicos, sociales y psíquicos relacionados con la actividad física y la corporeidad de las personas mayores. Tema 1. Cambios en la anatomía y fisiología de los órganos y sistemas durante el envejecimiento. Tema 2. Aspectos psicológicos y sociales del envejecimiento.

Bloque temático 2. Epidemiología y demografía del envejecimiento. Tema 3. Definiciones y conceptos. Tema 4. Epidemiología y demografía del envejecimiento. Tema 5. Teorías del envejecimiento en el ser humano.

Bloque temático 3. Características de la motricidad humana en edad avanzada. El cuerpo y la vejez. Tema 6. Autonomía funcional y valoración. Tema 7. Capacidades físicas y coordinativas.

Bloque temático 4. Políticas de promoción de salud y calidad de vida en el envejecimiento. Tema 8. Políticas de promoción de salud y calidad de vida.

Bloque temático 5. El ocio activo en las personas mayores. Características, necesidades y demandas de actividades de las personas mayores. Tema 9. El ocio activo en las personas mayores.

## Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Estudio de casos	0	19	19
Trabajo tutelado	28	14	42
Lección magistral	22	22	44
Actividades introductorias	2	1	3
Resolución de problemas y/o ejercicios	2	0	2
Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas	0	29	29
Resolución de problemas y/o ejercicios	0	10	10
Presentación	1	0	1

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

## Metodologías

	Descripción
Estudio de casos	En las clases presenciales se plantearán diferentes situaciones que exijan capacidad de reflexión, relación de contenidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Trabajo tutelado	En las clases prácticas fundamentalmente se plantearán situaciones que deberán resolver con la ayuda del profesor o con trabajo autónomo. Se realizaran de individual o colectiva, según la actividad. Será necesario realizar búsqueda bibliográfica y se manejará bibliografía actual sobre temáticas relacionadas con los contenidos de la asignatura.
Lección magistral	En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo.
Actividades introductorias	En los primeros días de clase se explicará el programa de la materia.

## Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Lección magistral	En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo.

Estudio de casos	En las clases presenciales se plantearán diferentes situaciones que exijan capacidad de reflexión, relación de contenidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Trabajo tutelado	En las clases prácticas fundamentalmente se plantearán situaciones que deberán resolver con la ayuda del profesor o con trabajo autónomo. Se realizaran de individual o colectiva, según la actividad. Será necesario realizar búsqueda bibliográfica y se manejará bibliografía actual sobre temáticas relacionadas con los contenidos de la asignatura.
<b>Pruebas</b>	<b>Descripción</b>
Resolución de problemas y/o ejercicios	Actividades de apoyo en horario de tutoría destinadas a orientar y/o supervisar las tareas de la materia.

<b>Evaluación</b>			
	Descripción	Calificación	Resultados de Formación y Aprendizaje
Estudio de casos	Trabajo temático y memoria de prácticas	40	B2 B11 B12 B13 B16 B22 B25 B26
Trabajo tutelado	Propuesta de sesión	10	B3 B7 B16 B25 B26
Lección magistral	Examen de contenidos	40	B2 B3 B4 B7 B16 B22 B26
Resolución de problemas y/o ejercicios	Resolución y entrega de trabajos prácticos	10	B26

### Otros comentarios sobre la Evaluación

En la evaluación continua, es necesario alcanzar un 5 en el examen y en el trabajo temático para poder acceder a las notas de los otros dos apartados de la evaluación y calcular el promedio de la materia. La realización del trabajo tiene carácter obligatorio y es un requisito fundamental para poder superar la materia. Las notas de los diferentes apartados se guardarán para la segunda convocatoria para los que se presenten en modalidad continua. Para optar a la evaluación continua se debe asistir a un mínimo del 80% de las clases prácticas.

De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de julio.

La evaluación global consta de dos pruebas, un examen y un trabajo que versará sobre un contenido desarrollado en los contenidos de la asignatura. Ambos deben obtener un 5 sobre 10 para poder superar la materia.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el enlace

<http://fcced.uvigo.es/es/docencia/examenes/>

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

#### Bibliografía Complementaria

- BELSKY, J.K., **Psicología del envejecimiento. Teoría, investigaciones e intervenciones**, Ed. Masson. Barcelona,
- BERMEJO GARCÍA, L., **Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores: Guía de buenas prácticas.**, Panamericana: Madrid,
- BUENDÍA, J., **Gerontología y salud. Perspectivas actuales**, Ed. Biblioteca Nueva. Madrid.,
- JONES, C. & ROSE, D., **Physical activity instruction of older adults**, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,
- MELÉNDEZ ORTEGA, A., **Actividad física para personas mayores: las razones para hacer ejercicio**, Ed. Gymnos. Madrid,
- MORROW, J. R.; JACKSON, A. W.; DISCH, J. G. & MOOD, D. P., **Measurement and evaluation in human performance**, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,

SPIRDUSO, W. W. & ECKERT, H. M., **Physical activity and aging. Human Kinetics**, Champaign, IL, EEUU.,

SPIRDUSO, W., **Physical dimensions of aging.**, Human Kinetics. Champaign,IL, EEUU,

VELLAS, B.; LAFONT, C.; ALLARD,M. y ALBAREDE, J.L., **Transtornos de la postura y riesgo de caída. Del envejecimiento satisfactorio a la pérdida de autonomía.**, Ed. Glosa. Barcelona,

---

### **Recomendaciones**

#### **Asignaturas que continúan el temario**

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

Nuevas tecnologías para la educación musical en la escuela/P02G110V01942

#### **Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

#### **Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401