



IDENTIFYING DATA

(*)Actividade física e deporte recreativo

Subject	(*)Actividade física e deporte recreativo			
Code	P02G050V01602			
Study programme	(*)Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptors	ECTS Credits	Choose	Year	Quadmester
	6	Mandatory	3rd	2nd
Teaching language				
Department				
Coordinator	Silva Alonso, Telmo			
Lecturers	Fernández Fraga, Fernando Silva Alonso, Telmo			
E-mail	telmosilva@edu.xunta.es			
Web				
General description				

Competencies

Code	
A24	(*)Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A25	(*)Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas
A26	(*)Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa
A28	(*)Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas
A29	(*)Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa
B7	(*)Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B10	(*)Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	(*)Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	(*)Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B16	(*)Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte
B21	(*)Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	(*)Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
B24	(*)Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	(*)Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	(*)Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

Learning aims

Expected results from this subject	Training and Learning Results
(*)Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad físico-deportiva recreativa, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	A24

(*)Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físicodeportivas recreativas.	A25	B21
(*)Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico- deportiva recreativa.	A26	B23
(*)Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de las actividades físico-deportivas recreativas para toda la población.		B16
(*)Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas.	A28	
(*)Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa.	A29	
(*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos de las actividades físicas y deportes recreativos.		B7 B10
(*)Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las actividades físicas y deportes recreativos.		B12
(*)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
(*)Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.		B13
(*)Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.		B24

Contents

Topic	
(*)Fundamentos teóricos del ocio, el tiempo libre y la recreación.	(*)Fundamentos teóricos del ocio, el tiempo libre y la recreación.
(*)Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de las actividades físico-recreativas.	(*)Actividades con el frisbee Floorball Intercrosse Mazaball Ballnetto Kinball Otras actividades físicas y deportes recreativos
(*)Organización y planificación de actividades de ocio y tiempo libre.	(*)Organización y planificación de actividades de ocio y tiempo libre.

Planning

	Class hours	Hours outside the classroom	Total hours
Master Session	16.5	24.75	41.25
Troubleshooting and / or exercises	6	12	18
Case studies / analysis of situations	4	8	12
Laboratory practises	26	39	65
Other	2	11.75	13.75

*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

Methodologies

	Description
Master Session	(*)Exposición teórica dos contenidos por parte do profesor.
Troubleshooting and / or exercises	(*)Actividades prácticas nas que os alumnos encontran solucións a problemas diversos e reais.
Case studies / analysis of situations	(*)Exposición e análise de casos concretos e de interese.
Laboratory practises	(*)Práctica, experiencia e experimentación de situacións de aplicación.

Personalized attention

Methodologies	Description
Master Session	
Troubleshooting and / or exercises	
Case studies / analysis of situations	
Laboratory practises	

Assessment

	Description	Qualification
Case studies / analysis of situations	(*)Asistencia e implicación do/da alumno/a	40
Laboratory practises	(*)Asistencia e implicación do/da alumno/a	10

Other comments on the Evaluation

Sources of information

Camerino Foguet, Oleguer, **Deporte recreativo**, 2ª,

Ortí Ferreres, Joan, **La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos**, 1ª,

Camerino e Castañer, **1001 ejercicios y juegos de recreación**, 1º,

Jardi e Rius, **1000 ejercicios y juegos con material alternativo**, 1º,

Recommendations**Subjects that continue the syllabus**

(*)Actividades físicas de lecer/P02G050V01905
