



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Actividade física e deporte recreativo

|                       |  |        |       |              |
|-----------------------|--|--------|-------|--------------|
| Materia               | Actividade física e deporte recreativo             |        |       |              |
| Código                | P02G050V01602                                      |        |       |              |
| Titulación            | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |        |       |              |
| Descritores           | Creditos ECTS                                      | Sinale | Curso | Cuadrimestre |
|                       | 6  | OB     | 3     | 2c           |
| Lingua de impartición | Castelán<br>Galego                                 |        |       |              |
| Departamento          | Didácticas especiais                               |        |       |              |
| Coordinador/a         | Fernández Fraga, Fernando<br>Varela Lorenzo, Raúl  |        |       |              |
| Profesorado           | Fernández Fraga, Fernando<br>Varela Lorenzo, Raúl  |        |       |              |
| Correo-e              | fffraga@uvigo.es<br>raulvl@uvigo.es                |        |       |              |
| Web                   |  |        |       |              |
| Descrición xeral      |  |        |       |              |

## Competencias

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| 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 físicodeportivas.                  |
| B23    | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado 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, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.   |

## Resultados de aprendizaxe

| Resultados previstos na materia   | Resultados de Formación e Aprendizaxe |
|---|---------------------------------------|
| (*)Capacidad para diseñar, desenvolver e avaliar los procesos de enseñanza e aprendizaxe relativos a la actividad físico-deportiva recreativa, con atención a las características individuais y contextuales de las personas. | B7<br>B10<br>B12                      |
| (*)Capacidad para planificar, desenvolver e controlar la realización de actividades físicodeportivas recreativas.   | B21                                   |
| (*)Capacidad para seleccionar e saber utilizar el material e equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico- deportiva recreativa.  | B23                                   |
| (*)Capacidad para promover e avaliar la formación de hábitos perdurables e 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.                                     | B13<br>B16<br>B23<br>B24 |
| (*)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. | B10<br>B23<br>B25        |
| (*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos de las actividades físicas y deportes recreativos.   | B7<br>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                      |

## Contidos

| Tema   |  |
|--|--|
| 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<br>Floorball<br>Intercrosse<br>Mazaball<br>Ballnetto<br>Kinball<br>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.  |

## Planificación

|   | Horas na aula | Horas fóra da aula | Horas totais |
|---|---------------|--------------------|--------------|
| Sesión maxistral                        | 16.5          | 24.75              | 41.25        |
| Resolución de problemas e/ou exercicios | 6             | 12                 | 18           |
| Estudo de casos/análises de situacións  | 4             | 8                  | 12           |
| Prácticas de laboratorio                | 26            | 39                 | 65           |
| Outras                                  | 2             | 11.75              | 13.75        |

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

## Metodoloxía docente

|   | Descrición   |
|---|--|
| Sesión maxistral                        | Exposición teórica dos contidos por parte do profesor.                                     |
| Resolución de problemas e/ou exercicios | Actividades prácticas nas que os alumnos encontran solucións a problemas diversos e reais. |
| Estudo de casos/análises de situacións  | Exposición e análise de casos concretos e de interese.                                     |
| Prácticas de laboratorio                | Práctica, experiencia e experimentación de situacións de aplicación.                       |

## Atención personalizada

| Metodoloxías                            | Descrición   |
|---|--|
| Sesión maxistral                        | Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a |
| Resolución de problemas e/ou exercicios | Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a |
| Estudo de casos/análises de situacións  | Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a |
| Prácticas de laboratorio                | Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a |

## Avaliación

|  | Descrición   | Cualificación | Resultados de Formación e Aprendizaxe |
|--|--|---------------|---------------------------------------|
| Estudo de casos/análises de situacións | Asistencia e implicación do/da alumno/a            | 40            | B7<br>B10<br>B12                      |
| Prácticas de laboratorio               | Asistencia e implicación do/da alumno/a            | 10            | B10<br>B13<br>B16<br>B21<br>B25       |
| Outras                                 | Proba que poderá ser tipo test e/ou resposta curta | 50            | B10<br>B23<br>B24<br>B26              |

### **Outros comentarios sobre a Avaliación**

A proba de avaliación (**Outras** - 90%) poderá ser una proba tipo test e/ou proba de respostas curta. Requisito indispensable para superar a materia será a obtención de un mínimo de un cinco sobre diez en dicha prueba.

Requisito indispensable para superar a materia será a **asistencia obrigatoria** a un mínimo dun **80%** das **prácticas de laboratorio**.

A avaliación das **prácticas de laboratorio** (o 10%) farase tendo en conta a asistencia e a implicación do alumnado na realización das mesmas.

No **RESTO DE CONVOCATORIAS** aplicaranse os mesmos criterios de avaliación.

### **Bibliografía. Fontes de información**

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**, 1ª,

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

### **Recomendacións**

#### **Materias que continúan o temario**

Actividades físicas de lecer/P02G050V01905