



DATOS IDENTIFICATIVOS

Actividades físicas de lecer

Materia	Actividades físicas de lecer			
Código	P02G050V01905			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	4	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Varela Lorenzo, Raúl			
Profesorado	Varela Lorenzo, Raúl			
Correo-e	raulvl@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias

Código			
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.		
B9	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza.		
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.		
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.		
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.		
C29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa		

Resultados de aprendizaxe

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Coñecemento e comprensión dos fundamentos das actividades físicas de lecer.	B4 B9	
Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica das actividades físicas de lecer.	B4 B9 B16	C29
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas de lecer.	B16 B25	
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos ás actividades físicas de lecer, con atención ás características individuais e contextuais das persoas	B4	C29
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	B16 B24 B25	
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas de lecer inadecuadas.	B9 B24	C29
Saber empregar as ferramentas de Google Drive para a elaboración de presentacións colectivas, cuestionarios e páxina web.		
Empregar os recursos da Web 2.0. mediante o manejo da ferramenta Google Drive e Google Sites.		

Contidos

Tema	
Bloque Temático 1. Aproximación conceptual ao tempo libre e lecer.	Tema 1. Aproximación conceptual ao tempo libre e lecer.
Bloque temático 2. Fundamentos de actividades de raqueta e pa.	Tema 2. Fundamentos de actividades de raqueta e pa. Tema 3. Os deportes alternativos de raqueta e pa (*Shuttleball, pas elásticas, *indiacas...) Tema 4. O bádinton, o tenis e o *padel. Elementos básicos da técnica. Tema 5. Outros deportes de raqueta de cancha dividida e de muro.
Bloque temático 3. Bailes e danzas colectivas para a recreación.	Tema 6. Bailes e danzas colectivas para a recreación.
(*Bloque temático 4. Actividad física de ocio y relajación	(*Tema 7. La relajación. Yoga. Tai-chi. la danza.
Bloque temático 4. Xogos tradicionais para ocupar o tempo de lecer	Tema 7. Xogos tradicionais con material complexo
Bloque temático 5. Organización das actividades físicas para o lecer.	Tema 8. Organización das actividades físicas para o lecer.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	36	0	36
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	10	30	40
Traballos tutelados	0	30	30
Presentacións/exposicións	3.5	21	24.5
Sesión maxistral	6	0	6
Observación sistemática	2	0	2
Traballos e proxectos	3.5	0	3.5
Probas de resposta curta	2	6	8

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Prácticas de laboratorio	(*Prácticas de laboratorio
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	(*Resolución de problemas y/o exercicios de forma autónoma
Traballos tutelados	(*Trabajos tutelados
Presentacións/exposicións	(*Presentaciones/exposiciones
Sesión maxistral	(*Sesión magistral

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	Mediante as titorías individuais ou grupais nos horarios de atención ao alumno
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Mediante as titorías individuais ou grupais nos horarios de atención ao alumno
Traballos tutelados	Mediante as titorías individuais ou grupais nos horarios de atención ao alumno

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Presentacións/exposicións	Presentación multimedia. Exposición práctica.	18	B4 B9 B16 B24
Observación sistemática	Do traballo e as capacidades do alumno.	20	B4 B9 B16 B24 B25

Traballos e proxectos	Traballo teórico. Traballo práctico.	60	B4 B9 B16 B24 B25	
Probas de resposta curta	Exame final da materia.	2	B4 B9 B16 B24 B25	C29

Outros comentarios sobre a Avaliación

O alumno que supere os traballos con nota **positiva** poderá quedar **exento** da proba de exame final.

A realización de prácticas -como a asistencia- non é obrigatoria, pero valorarase na nota final.

En caso de non realizar ou non superar os traballos, a porcentaxe destes apartados pasará a computarse no **exame final** (80%).

En segunda **convocatoria** o 100% da nota corresponderá a unha proba teórico-práctica sobre os contidos desenvolvidos no a materia.

Bibliografía. Fontes de información

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Xogo motor/P02G050V01105

Actividade física e deporte recreativo/P02G050V01602