



DATOS IDENTIFICATIVOS

Especialización en deportes individuais

Materia	Especialización en deportes individuais			
Código	P02G050V01907			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	4	1c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Martínez Patiño, María José			
Profesorado	Martínez Patiño, María José			
Correo-e	mjpatino@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias

Código	
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.
B6	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis.
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.

Resultados de aprendizaxe

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
1. Distinguir as bases das diferentes metodoloxías de aprendizaxe no ámbito do deporte individual	B2
2. Capacitar ao alumno-a en a aplicación correcta de fichas de observación para detectar erros.	B5
3. Extraer información cualitativa da observación da acción deportiva.	B6
4. Aplicar adecuadamente tarefas *motrices para a mellora do xesto técnico	B11
5. Capacitar ao alumno-a en a efectividade na mellora do rendemento do deportista	B17
6. Orientar e guiar ao alumno-*as no coñecemento teórico-práctico do adestramento en deportes individuais	B18
7. Distinguir e aplicar os diferentes métodos de adestramento en relación coas capacidades físicas de forma adecuada en relación cos deportes individuais	
8. Interpretar os fundamentos teóricos nos que se basean as distintas unidades básicas de planificación aplicadas no deporte individual.	
9. Empregar o coñecemento da evolución das capacidades físicas mediante a maduración biolóxica e o adestramento para planificar a carreira deportiva do deportista	

Contidos

Tema

1. Talento deportivo	1.1 Fases da formación do deportista.
2. O deportista	1.2. A iniciación deportiva.
3. O adestrador no deporte individual de alto nivel.	1.3. Adestramento en etapas inferiores
4. As carreiras.	2.1. Fases do ciclo vital do deportista
5. Os saltos	2.2. Desenvolvemento da elite no deporte individual
6. Os lanzamentos. A forza	3.1. Desenvolvemento do liderado do adestrador
7. A flexibilidade. *Estructuración e manifestación da flexibilidade. Métodos, avaliación e planificación da flexibilidade.	3.2. O adestrador no deporte individual
8. Planificación do adestramento en deportes individuais.	4.1. Desenvolvemento e adestramento da carreira lisa
	4.2. Desenvolvemento e adestramento da velocidade.
	4.3. Desenvolvemento e adestramento da carreira de valos.
	4.4. Desenvolvemento e adestramento da resistencia
	5.1. Desenvolvemento e adestramento dos saltos verticais
	5.2. Desenvolvemento e adestramento dos saltos horizontais
	6.1. Adestramento e desenvolvemento dos lanzamentos
	6.2. Desenvolvemento e adestramento da forza.
	6.3. O adestramento da forza no deporte individual. Adestramento de forza para prevención de lesións.
	7. A flexibilidade como medio de prevención de lesións. *Profilaxis no deporte individual: O quecemento
	8. Planificar no deporte individual en función do nivel deportivo e do nivel competitivo

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	29	90	119
Sesión maxistral	11	20	31

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Prácticas de laboratorio	Traballo práctico a desenvolver pista de atletismo (módulo cuberto) ximnasio e bosque.
Sesión maxistral	Realización na aula ou nas diferentes instalacións con clases maxistras, intervencións dos grupos e debates sobre as diferentes temáticas a desenvolver en clase ou temas de actualidade vinculados á materia. As clases teóricas terán un compoñente participativo moi importante con análise de vídeos, documentación e exposicións individuais ou en grupo.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	O alumno recibirá atención individualizada no horario de *tutorías establecido a tal fin durante todo o curso académico. Para a consulta do horario de *tutorías e o lugar débese consultar a web da *Facultade de Ciencias da Educación e *do deporte. (webs.*uvigo.é/*feduc)

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Prácticas de laboratorio	A asistencia ás prácticas que se realizarán en clase será o 40% da nota final da materia. Nesta valoración terase en conta a participación do alumno e as preparacións e intervencións do alumno nos contidos expostos na materia. O alumno-a debe asistir a clase práctica coa roupa e calzado adecuados. Permítese a utilización de zapatillas de cravos nalgunha práctica da materia.	40	B2 B5 B6 B11 B17 B18
Sesión maxistral	En relación coa docencia impartida nas clases teóricas está previsto que se realice un control para valorar as aprendizaxes da materia. O valor desta proba representa o 60% da nota final da materia. Tamén se terá en conta para a avaliación final a participación do alumno nos debates previstos, a asistencia á análise dos vídeos así como a valoración e achega do alumno sobre os documentos en relación coa materia. amén forma parte deste apartado de avaliación as exposicións individuais ou en grupo.	60	B2 B5 B6 B11 B17 B18

Outros comentarios sobre a Avaliación

Para aprobar a materia nas seguintes convocatorias, mantéñense os mesmos criterios que na primeira.

Bibliografía. Fuentes de información

AITKEN, R., Teaching Tenses, Walton-on-Thames: Nelson, 1992.

BESTARD MONROIG, J. & PEREZ MARTIN, C., La didáctica de la lengua inglesa. Fundamentos lingüísticos y metodológicos, Madrid: Síntesis, 1992.

BRUMFIT, C. et al. eds. Teaching English to Children. From Practice to Principle. London: Nelson, 1994.

DAKIN, J., Songs and Rhymes for the Teaching of English, Harlow: Longman, 1968 (+ cass. & teacher's book).

FINOCCHIARO, M. & BRUMFIT, C., The Functional-Notional Approach. From Theory to Practice, Oxford: O.U.P.,1983.

HANCOCK, M. Singing Grammar. Teaching grammar through songs. Cambridge: C.U.P., 1998 (+ 2 cass.).

SCOTT, W.A. & YTREBERG, L.H., Teaching English to Children, Harlow: Longman, 1990.

WILLIS, J., Teaching English through English, Harlow: Longman, 1981.

XUNTA DE GALICIA, Deseño Curricular Base. Educación Primaria, Santiago: Consellería. de Educación., 1991

2.MANUAIS DE AULA

English in mind : [English for Spanish speakers]. [Level] 1 / Herbert Puchta and Jeff Stranks

English in mind : [English for Spanish speakers]. [Level] 2 / Herbert Puchta and Jeff Stranks

Face2face. Pre-intermediate / Chris Redston... [et al.]

Recomendacións
