



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Exercicio Físico, Saúde e Calidade de Vida: Pautas para o seu Desenvolvemento

Materia	Exercicio Físico, Saúde e Calidade de Vida: Pautas para o seu Desenvolvemento			
Código	P02M081V01207			
Titulación	Máster Universitario en Necesidades Específicas de Apoio Educativo			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	3	OP	1	2c
Lingua de impartición	Galego			
Departamento				
Coordinador/a	Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Profesorado	Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Correo-e	ivanmartinez@uvigo.es			
Web	<a href="http://masterapoioeducativo.webs.uvigo.es/">http://masterapoioeducativo.webs.uvigo.es/</a>			
Descrición xeral	A materia é un compendio da evidencia actual dispoñible e a experiencia acreditada de profesionais e institucións en promoción de Exercicio Físico Saudable , cuxo obxectivo é adquirir competencias para a prescrición de AF e Exercicio no ámbito das actividades da vida diaria (AVD) de poboacións especiais.			

## Competencias

Código	
A1	Posuír e comprender coñecementos que acheguen unha base ou oportunidade de ser orixinais no desenvolvemento e/ou aplicación de ideas, adoito nun contexto de investigación.
A2	Que os estudantes saiban aplicar os coñecementos adquiridos e a súa capacidade de resolución de problemas en contornos novos ou pouco coñecidos dentro de contextos máis amplos (ou multidisciplinares) relacionados coa súa área de estudo.
A3	Que os estudantes sexan capaces de integrar coñecementos e se enfrontar á complexidade de formular xuízos a partir dunha información que, sendo incompleta ou limitada, inclúa reflexións sobre as responsabilidades sociais e éticas vinculadas á aplicación dos seus coñecementos e xuízos.
A4	Que os estudantes saiban comunicar as súas conclusións, e os coñecementos e razóns últimas que as sustentan, a públicos especializados e non especializados dun xeito claro e sen ambigüidades.
B1	Saber aplicar os coñecementos adquiridos sobre o funcionamento dos procesos neuropsicológicos, das dificultades de aprendizaxe e os trastornos do desenvolvemento, a través de respostas axustadas de tipo organizativo, curricular e social dos centros educativos e os servizos de apoio, incluíndo a actividade física para poboacións especiais.
B2	Ser capaz de sintetizar e integrar os coñecementos adquiridos sobre avaliación e intervención para aplicalos en contextos sociais e de aprendizaxe do estudante, conforme ás necesidades de apoio das persoas con necesidades específicas así como a promoción da actividade física tendo en conta a poboacións especiais, fomentado melloras na súa saúde e calidade de vida, desde a intervención para a atención á diversidade sen diferenciar en canto a xénero, oportunidades e accesibilidade para todos
B3	Desenvolver e saber comunicar adecuadamente o resultado dos seus programas de asesoramento e de intervención educativa coas familias de persoas con dificultades de aprendizaxe e desenvolvemento, fomentado a participación como unha metodoloxía para a integración, e estimulando a realización de proxectos que, tendo en conta os valores democráticos da sociedade europea actual, inclúan as TIC, o deporte adaptado e a actividade física para persoas con distintas capacidades.
C1	Saber aplicar sistemas de avaliación e intervención á determinación das necesidades educativas especiais dos estudantes con discapacidade intelectual, motriz e sensorial; de dificultades de aprendizaxe derivadas do contexto sociocultural, de discriminación por razóns de xénero, clase e etnia e de dificultades de aprendizaxe específicas (lectura, escritura e cálculo) delimitando os ámbitos prioritarios de actuación e os apoios requiridos para promover a aprendizaxe significativa e relevante.

C3	Coñecer os sistemas adecuados para intervir na mellora da competencia persoal do alumnado naqueles ámbitos do seu desenvolvemento psicolóxico, social, de actividade física e deportivo que poidan relacionarse coas súas necesidades educativas especiais.
C4	Xerar destrezas para aprender a deseñar, en colaboración co profesorado de aula, plans de traballo individualizado para o alumnado con necesidades educativas específicas integrados na resposta organizativa do centro e nos servizos de apoio, utilizando as TIC e favorecidos por actividades de deporte adaptado ou paralímpico e que potencien actividades de saúde e calidade de vida.
C6	Saber avaliar as implicacións do uso de diferentes respostas educativas ante os problemas derivados da atención á diversidade.

### Resultados de aprendizaxe

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Comprender a natureza do exercicio físico, a saúde e calidade de vida: en persoas con discapacidade.	A1 B1 C1
Coñecer os principais desenvolvementos e estratexias de orientación profesional e académica que poden ser empregados co alumnado de Educación Secundaria.	
Coñecer as distintas condicións experimentais da intervención do en actividade físico, a saúde e calidade de vida: en persoas con discapacidade	A1 B1 C1
Ser capaz de elaborar e deseñar programas de intervención no natureza do exercicio físico, a saúde e calidade de vida: en persoas con discapacidade e aplicalos conforme ás ás necesidades de apoio específico dos persoas	A2 A3 B1 B2 C3 C4
Sintetizar os principais resultados obtidos na aplicación, conforme ás condicións do deseño, valorando a súa achega ao coñecemento actual.	A3 B2 C3 C4
Avaliar os resultados dos programas de intervención aplicados en termos do coñecemento actual do curso.	A2 A3 B1 B2 C3 C4 C6
Ser capaz de comunicar e aplicar os seus resultados en situacións de apoio educativo	A4 B3 C1

### Contidos

Tema	
1. Análise e Valoración da Marcha en Poboacións Especiais (PE)	1.1. Valoración estática 1.2. Valoración dinámica
2. A prescripción do exercicio físico de camiñar en PE.	2.1. A elección do calzado. 2.2. A elección do recorrido 2.3. A indumentaria 2.4. O uso do podómetro 2.5. O uso do pulsómetro
3. A marcha con bastóns ou Nordic Walking en poboacións especiais	3.1. A técnica de camiñar con bastóns 3.2. Enseñanza-aprendizaxe

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	3	0	3
Seminarios	5	10	15
Traballos de aula	7	7	14
Traballos e proxectos	0	43	43

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

### Metodoloxía docente

Descrición

Sesión maxistral	Exposición por parte do profesorado do contido principal dos temas.
Seminarios	Actividades enfocadas ao traballo sobre temas específicos da materia e á análise dos procedementos utilizados na formulación sobre o tema.
Traballos de aula	Desenvolvemento de exercicios ou proxectos na aula baixo as directrices e supervisión do docente. Pode estar vinculado con actividades autónomas do estudante.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Seminarios	Orientacións ao alumnado de forma presencial (en aula ou titoría) e de forma non presencial (correo electrónico, campus virtual, teléfono ou videoconferencia) sobre cuestións relacionadas coas propostas de seminario, os traballos ou calquera actividade de aula.
Traballos de aula	Orientacións ao alumnado de forma presencial (en aula ou titoría) e de forma non presencial (correo electrónico, campus virtual, teléfono ou videoconferencia) sobre cuestións relacionadas coas propostas de seminario, os traballos ou calquera actividade de aula.
Probas	Descrición
Traballos e proxectos	Orientacións ao alumnado de forma presencial (en aula ou titoría) e de forma non presencial (correo electrónico, campus virtual, teléfono ou videoconferencia) sobre cuestións relacionadas coas propostas de seminario, os traballos ou calquera actividade de aula.

### Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe		
Seminarios	Valoración da participación activa do estudante na discusión de documentos científicos, casos ou outras actividades propostas na aula	20	A2 A3	B1 B2 B3	C1 C3 C4
Traballos de aula	Avaliación dos exercicios ou proxectos realizados na aula e/ou das actividades autónomas do estudante	40	A1 A2	B1 B2	C1 C3 C4 C6
Traballos e proxectos	Elaboración e presentación oral e escrita de informes, por parte dos estudantes, relacionados cos contidos e/ou procedementos do módulo correspondente	40	A1 A2 A3 A4	B1 B2 B3	C1 C3 C4 C6

### Outros comentarios sobre a Avaliación

Este máster ten a modalidade de ensino presencial, por tanto a asistencia a clase e a realización dos traballos de aula son obrigatorios para a avaliación continua. Esta asistencia debe ser, polo menos, do 80% estando admitido faltar ao 20% da presencialidade.

Para superar a materia será necesario que os estudantes obteñan en cada proba ou actividade obxecto de avaliación como mínimo o 50% da cualificación nese apartado

Aqueles estudantes que non superen algunha das probas ou actividades poderán presentarse á avaliación do segundo cuadrimestre, que se celebrará no período oficial establecido, acorde ao programa da materia.

Haberá unha segunda convocatoria no mes de xullo na que se avaliarán as competencias non adquiridas polo estudante durante o curso académico.

### Bibliografía. Fontes de información

#### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

ACSM (2000). *Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio*. Champaign, IL Human Kinetics

Ibañez,J., Esevenri, E. y Gorostiaga, E. (2005). *Ejercicio físico en la prevención y tratamiento de la obesidad*. Edit. Gobierno de Navarra.

Willhem ,A., Nuereuther, C. y Mittermaier, R. (2009). *Manual práctico de Nordic Walking*. Edit. Tutor.

#### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

---

## **Recomendacións**

---

### **Outros comentarios**

---

RECOMÉNDASE:

- A asistencia á primeira sesión de clase para poder coñecer os obxectivos da materia, a planificación xeral e as opcións de avaliación da mesma.
  - A asistencia continuada ás sesións de clases e ás titorías para poder seguir o desenvolvemento da materia por parte dos estudantes
  - O uso continuado da plataforma virtual na que se recollen actividades, orientacións e criterios de avaliación para o correcto desenvolvemento da materia.
-