



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Exercicio e Condición Física no Eido do Rendemento e a Saúde

|                       |  |              |            |                    |
|-----------------------|--|--------------|------------|--------------------|
| Materia               | Exercicio e Condición Física no Eido do Rendemento e a Saúde   |              |            |                    |
| Código                | P02M156V01201  |              |            |                    |
| Titulación            | Máster Universitario en Investigación en Actividade Física, Deporte e Saúde                          |              |            |                    |
| Descritores           | Creditos ECTS<br>20  | Sinale<br>OP | Curso<br>1 | Cuadrimestre<br>2c |
| Lingua de impartición | Castelán<br>Galego   |              |            |                    |
| Departamento          | Didácticas especiais   |              |            |                    |
| Coordinador/a         | García García, Óscar   |              |            |                    |
| Profesorado           | Cancela Carral, José María<br>García García, Óscar   |              |            |                    |
| Correo-e              | oscargarcia@uvigo.es   |              |            |                    |
| Web                   | <a href="http://www.healthyfit.es">http://www.healthyfit.es</a>                                      |              |            |                    |
| Descrición xeral      | Análise do método científico e a súa aplicación no ámbito da actividade física saudable e do deporte |              |            |                    |

## Competencias

|        |   |
|--------|---|
| Código |   |
| 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.   |
| A5     | Que os estudantes posúan as habilidades de aprendizaxe que lles permitan continuar estudando dun xeito que terá que ser, en grande medida, autodirixido e autónomo.   |
| B4     | Analizar de forma crítica, evaluar e sintetizar ideas novas e complexas no ámbito de estudo da actividade física, saúde e deporte.  |
| C2     | Desenvolvemento da capacidade de pensamento científico á hora de abordar a investigación no ámbito da actividade física, saúde e deporte.   |
| C4     | Mostrar as actitudes vinculadas cos hábitos de excelencia, compromiso ético e calidade no exercicio investigador no no ámbito da actividade física, saúde e deporte.  |
| C6     | Ser capaz de analizar, organizar, seleccionar, clasificar e compilar a información recolleita no no ámbito da actividade física, saúde e deporte.   |
| C10    | Manexar paquetes informáticos para a introdución e análise dos datos recolleitos no ámbito da actividade física, saúde e deporte.   |
| C11    | Ser capaz de seleccionar de forma correcta os modelos de análises de datos apropiados para os deseños de investigación máis utilizados no ámbito da actividade física, saúde e deporte.   |
| C13    | Executar as técnicas de análise estatística máis utilizadas na investigación do ámbito no ámbito da actividade física, saúde e deporte.   |
| C16    | Ser capaz de incorporar novas tecnoloxías e integrar coñecementos doutros ámbitos profesionais e científicos  |
| D2     | Comunicar eficazmente en ámbitos académicos e divulgativos ideas e conceptos vinculados co estudos da actividade física, a saúde e o deporte.   |

D4 Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.

### Resultados de aprendizaxe

| Resultados previstos na materia  | Resultados de Formación e Aprendizaxe                       |
|--|---|
| Coñecer e saber utilizar as técnicas de investigación sobre exercicio e condición física no ámbito do rendimento e a saúde | A3<br>C2<br>C6<br>C10<br>C11<br>C13<br>C16<br>D4            |
| Saber analizar os resultados e interpretalos.  | A2<br>A3<br>A4<br>A5<br>B4<br>C4<br>C10<br>C11<br>C13<br>D2 |

### Contidos

| Tema  |   |
|---|---|
| O método científico no estudo do exercicio e a condición física no ámbito do rendimento e a saúde.  | Particularidades do método científico no estudo do exercicio e da condición física no rendimento deportivo<br><br>Particularidades do método científico no estudo do exercicio e da condición física na saúde                           |
| Deseños de investigación para a análise do exercicio físico e a condición física nos ámbitos do rendimento e da saúde.                                      | Deseños de investigación de efecto do exercicio e a condición física no rendimento<br><br>Deseños de investigación de efecto do exercicio e a condición física no rendimento  |
| Implementación dun deseño para a análise do exercicio físico e a condición física nos ámbitos do rendimento e da saúde.                                     | Implementación dun deseño de investigación para a análise do exercicio físico e a condición física no rendimento<br><br>Implementación dun deseño de investigación para a análise do exercicio físico e a condición física na saúde     |
| Recollida e procesamento de datos correspondentes a un deseño para a análise do exercicio físico e a condición física nos ámbitos do rendimento e da saúde. | Recollida e procesamento de datos nun deseño de investigación no ámbito do rendimento<br><br>Recollida e procesamento de datos nun deseño de investigación no ámbito da saúde   |
| Comunicación oral e escrita dun deseño para a análise do exercicio físico e a condición física nos ámbitos do rendimento e da saúde.                        | Comunicación oral e escrita dun deseño de investigación de análise do exercicio e a condición física no rendimento<br><br>Comunicación oral e escrita dun deseño de investigación de análise do exercicio e a condición física na saúde |

### Planificación

|   | Horas na aula | Horas fóra da aula | Horas totais |
|---|---------------|--------------------|--------------|
| Lección maxistral                         | 6             | 30                 | 36           |
| Prácticas de laboratorio                  | 70            | 150                | 220          |
| Seminario                                 | 6             | 15                 | 21           |
| Debate                                    | 6             | 15                 | 21           |
| Flipped Learning                          | 12            | 30                 | 42           |
| Resolución de problemas de forma autónoma | 0             | 100                | 100          |
| Resolución de problemas e/ou exercicios   | 1             | 20                 | 21           |
| Traballo                                  | 1             | 38                 | 39           |

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

| <b>Metodoloxía docente</b>                |   |
|---|---|
|   | Descrición  |
| Lección maxistral                         | Exposición dos principais contidos teóricos da materia con axuda de medios audiovisuais.  |
| Prácticas de laboratorio                  | Realización practica de procedementos experimentais (recollida e xestión de datos) e formación no manexo de instrumentos de investigación   |
| Seminario                                 | Resolución de dúbidas e seguimento de traballos   |
| Debate                                    | Reunións e actividades de grupo de investigación para abordar os diferentes proxectos e iniciativas en marcha: seguimentos de experimentos, análises de artigos, exposición de traballos (comunicacións en congresos, artigos en preparación) |
| Flipped Learning                          | O estudante recibirá a través da plataforma de *teledocencia *fatic documentación para que poida traballar sobre ela e posteriormente poder expor ao profesor dúbidas ou problemas de aprendizaxe relacionada con estes contidos              |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Desenvolvemento de traballos parciais sobre o desenvolvemento e a resolución de problemas dun deseño de investigación, recollida de datos, análises e informe dos resultados, así como comunicación oral e escrita da mesma                   |

### **Atención personalizada**

| <b>Metodoloxías</b>      | <b>Descrición</b>  |
|--------------------------|--|
| Lección maxistral        | O alumno recibirá atención personalizada no horario destinado a iso en cada curso académico. Tamén se establecerán tutorías pactadas para realizar o seguimento e control da súa actividade dos contidos teóricos dentro da materia. As tutorías ou reunións serán realizadas ben de forma presencial ou mediante modalidade virtual, ben a través dos despachos virtuais dos profesores (1006, prof. Dr. Óscar García García), ou de correo electrónico ou mediante os foros da plataforma de teledocencia Moovi. |
| Prácticas de laboratorio | O alumno recibirá atención personalizada no horario destinado a iso en cada curso académico. Tamén se establecerán tutorías pactadas para realizar o seguimento e control da súa actividade dos contidos teóricos dentro da materia. As tutorías ou reunións serán realizadas ben de forma presencial ou mediante modalidade virtual, ben a través dos despachos virtuais dos profesores (1006, prof. Dr. Óscar García García), ou de correo electrónico ou mediante os foros da plataforma de teledocencia Moovi. |
| Seminario                | O alumno recibirá atención personalizada no horario destinado a iso en cada curso académico. Tamén se establecerán tutorías pactadas para realizar o seguimento e control da súa actividade dos contidos teóricos dentro da materia. As tutorías ou reunións serán realizadas ben de forma presencial ou mediante modalidade virtual, ben a través dos despachos virtuais dos profesores (1006, prof. Dr. Óscar García García), ou de correo electrónico ou mediante os foros da plataforma de teledocencia Moovi. |

### **Avaliación**

|   | Descrición   | Cualificación | Resultados de Formación e Aprendizaxe |    |  |          |
|---|--|---------------|---------------------------------------|----|--|----------|
| Resolución de problemas e/ou exercicios | A proba consistirá en unha batería de dez preguntas de resposta curta, sobre todos os contidos impartidos en a materia   | 25            | A3<br>A5                              | B4 | C2<br>C6                                   |          |
| Traballo                                | O traballo consistirá en realizar un deseño de investigación sobre un tema orixinal en o exercicio e condición física en o ámbito de a saúde ou de o rendemento, establecendo un posicionamiento sobre o tema a tratar a través de as referencias en a literatura, sinalando obxectivos, hipóteses e desenvolvendo o método que se debería levar a cabo para facer realidade o deseño de investigación | 75            | A2<br>A3<br>A4<br>A5                  | B4 | C2<br>C4<br>C6<br>C10<br>C11<br>C13<br>C16 | D2<br>D4 |

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

O alumno deberá superar todas as probas de avaliación para poder superar a materia. En caso de non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xullo. A avaliación en sucesivas convocatorias realizarase de igual forma que a exposta inicialmente co dúas probas. As datas oficiais dos exames pódense consultar na páxina web da facultade de Ciencias da Educación e do Deporte <http://fcced.uvigo.es>

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

#### **Bibliografía Básica**

Nacleiro, F., **Entrenamiento Deportivo: fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes**, 1ª, medica panamericana., 2011

Tomas, J.R. y Nelson , J.K., **Métodos de investigación en actividad física**, 1, Paidotribo, 2006

Polit, DF, **Investigación científica en ciencias de la salud : Principios y métodos**, 1ª, McGraw-Hill, 2000

## **Bibliografía Complementaria**

Hohmann, A., Lames, M., y Letzeier, M., **Introducción a la ciencia del entrenamiento**, 1ª, Paidotribo, 2005

McGarry, T.; O'Donogue, P. y Sampaio, J., **Handbook of Sports performance analysis**, 1, Routledge, 2013

Narváez, V. P. D., **Metodología de la investigación científica y bioestadística: para médicos, odontólogos y estudiantes de ciencias de la salud**, 1ª, RIL, 2009

---

## **Recomendacións**

### **Materias que se recomenda ter cursado previamente**

Análise Multivariante/P02M156V01109

Deseños Observacionais Aplicados á Investigación no Deporte/P02M156V01105

O Proceso de Investigación nas Ciencias da Actividade Física e o Deporte/P02M156V01101

Metodoloxía Cualitativa nas Ciencias da Actividade Física e do Deporte/P02M156V01106

Metodoloxía Experimental e Cuasiexperimental nas Ciencias da Actividade Física e o Deporte/P02M156V01103

Metodoloxía Selectivo Correlacional/P02M156V01104

Revisión Sistemática e Metaanálise/P02M156V01107

---

## **Plan de Continxencias**

### **Descrición**

Como consecuencia do COVID-19 e de acordo coas medidas extraordinarias e urxentes en caso de crise sanitaria, aprobadas polo Consello de Goberno do 12 de xuño de 2020 e da Resolución Reitoral do 17 de xuño de 2020 para o seu implementación, elaborouse unha instrución desde a VOAP para a elaboración das guías docentes.

En base a iso, a docencia desta materia para o curso 2021/2022 en caso de rebrote do COVID-19 será mediante modalidade semipresencial, na que nin o profesor nin o alumnado asisten á aula de forma física, salvo nas sesións prácticas. As clases teóricas levasen a cabo por campus remoto e mediante a plataforma moodle. Chegado o caso activaríase esta modalidade mediante RR.

Mantéñense os contidos da materia, tanto teóricos como prácticos

A metodoloxía docente neste caso basearase fundamentalmente na aprendizaxe inversa "Flipped Learning" en substitución das outras metodoloxías, onde o estudante traballará de forma autónoma os documentos facilitados polo profesor a través da plataforma de teledocencia Faitic (Moovi) e nas clases presenciais virtuais exporanse e resolveranse os problemas, dúbidas e carencias detectadas polo estudante e polo profesor.

O sistema de avaliación será o mesmo.