



## Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte

### Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

#### Asignaturas

##### Curso 4

| Código        | Nombre                                                                  | Cuatrimestre | Cr.totales |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|
| P02G050V01701 | Ocio y turismo deportivo                                                | 1c           | 6          |
| P02G050V01702 | Gestión y organización de los sistemas deportivos II                    | 1c           | 6          |
| P02G050V01801 | Actividades físicas y de aventura en el medio natural                   | 2c           | 6          |
| P02G050V01905 | Actividades físicas de ocio                                             | 1c           | 6          |
| P02G050V01906 | Especialización en deportes colectivos                                  | 1c           | 6          |
| P02G050V01907 | Especialización en deportes individuales                                | 1c           | 6          |
| P02G050V01908 | Ejercicio físico para personas mayores                                  | 1c           | 6          |
| P02G050V01909 | Marketing y dirección de empresas deportivas                            | 1c           | 6          |
| P02G050V01910 | Programas de ejercicio físico y bienestar                               | 1c           | 6          |
| P02G050V01911 | Psicología del entrenamiento deportivo                                  | 1c           | 6          |
| P02G050V01913 | Emprendimiento e innovación en las ciencias del deporte                 | 1c           | 6          |
| P02G050V01914 | Entrenamiento de readaptación para la actividad física y el deporte     | 1c           | 6          |
| P02G050V01915 | Nuevas tendencias de ejercicio físico en adultos mayores con patologías | 1c           | 6          |
| P02G050V01916 | Especialización en deportes individuales II                             | 2c           | 6          |
| P02G050V01981 | Prácticas externas: Practicum                                           | 2c           | 18         |
| P02G050V01991 | Trabajo de Fin de Grado                                                 | 2c           | 6          |

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Ocio y turismo deportivo</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
| Asignatura                      | Ocio y turismo deportivo                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
| Código                          | P02G050V01701                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |       |              |
| Titulación                      | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                                                                                                                                                                                                                                                        |            |       |              |
| Descriptores                    | Creditos ECTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                 | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | OB         | 4     | 1c           |
| Lengua                          | Castellano                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |       |              |
| Impartición                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
| Departamento                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
| Coordinador/a                   | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Profesorado                     | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan<br>Serrano Gómez, Virginia                                                                                                                                                                                                                                                       |            |       |              |
| Correo-e                        | ivanmartinez@uvigo.es                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |       |              |
| Web                             | <a href="http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002">http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002</a> |            |       |              |
| Descripción general             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |

### Resultados de Formación y Aprendizaje

| Código |                                                                                                                                                  |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                           |
| B4     | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.          |
| B6     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.         |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.             |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                                     |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.                           |
| B21    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                                  |
| B22    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas           |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                           |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                                     |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                 |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                           |
| C21    | Capacidad para diseñar el programa de funcionamiento de las instalaciones deportivas y seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado |
| C22    | Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional                                                                        |

### Resultados previstos en la materia

| Resultados previstos en la materia                                                                                                       | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.  | B4                                    |
| Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano. | B6                                    |
| Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.     | B12                                   |
| Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                             | B13                                   |
| Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.                   | B20                                   |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                          | B21                                   |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas.  | B22                                   |
| Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva acomodada para cada tipo de actividad.                    | B23                                   |
| Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                             | B24                                   |
| 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                                   |

|                                                                                                                                                |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Capacidad para diseñar el programa de funcionamiento de las instalaciones deportivas y seleccionar el material y equipación deportiva adecuada | C21 |
| Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional                                                                      | C22 |
| Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                         | B2  |

## Contenidos

| Tema                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TEMA 1: Fundamentos teóricos del ocio y el turismo deportivo                                                                                                                                         | Orígenes del turismo en España, impacto económico y empleo, perfil de turista, turismo y sostenibilidad, la AF y Deporte como producto turístico, legislación turística, terminología del sector.                              |
| TEMA 2: Actividades de ocio y deporte en el sector turístico                                                                                                                                         | Producto y destino turístico en AF y Deporte, operadores turísticos, agencias especializadas en turismo deportivo, impacto y legado, mercados y segmentos, instalaciones y servicios de ocio y deporte en el sector turístico. |
| TEMA 3: La organización y dirección de actividades de ocio y deporte en el sector turístico: turismo rural, turismo náutico, turismo deportivo, turismo de aventura y turismo en complejos hoteleros | Modelos de negocio y límites económicos, ecológicos, sociales y territoriales, gestión de calidad en servicios de esparcimiento, ocio y turismo activo, los eventos deportivos como producto turístico.                        |
| TEMA 4: Animación deportiva en el sector turístico                                                                                                                                                   | La animación turística y la animación deportiva en el sector turístico.                                                                                                                                                        |

## Planificación

|                                        | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|----------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                      | 22.5           | 23.5                 | 46            |
| Prácticas con apoyo de las TIC         | 30             | 15                   | 45            |
| Estudio de casos                       | 2              | 54                   | 56            |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | 0              | 1                    | 1             |
| Examen de preguntas objetivas          | 0              | 1                    | 1             |
| Estudio de casos                       | 0              | 1                    | 1             |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                                | Descripción                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección magistral              | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto que va a realizar el estudiante.                                                                                 |
| Prácticas con apoyo de las TIC | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollarán a través de las TIC de forma autónoma.                   |
| Estudio de casos               | Análisis de un hecho, problema o suceso real con la finalidad de conocerlo, interpretarlo, resolverlo, generar hipótesis, contrastar datos, reflexionar, completar conocimientos, diagnosticarlo y entrenarse en procedimientos alternativos de solución. |

## Atención personalizada

| Metodologías                   | Descripción                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prácticas con apoyo de las TIC | En función de las circunstancias, el alumnado recibirá atención individualizada en modo presencial /despacho virtual (horario de tutorías previa cita) o no presencial (correo electrónico). |

## Evaluación

|                                        | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje                           |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------|
| Resolución de problemas y/o ejercicios | El alumnado resolverá problemas/ejercicios de forma presencial, individual y autónoma siguiendo las indicaciones del profesor.<br>Los ejercicios deberán estar cumplimentados y entregados a través de Moovi dentro del plazo establecido.<br>No serán válidos a efectos de la evaluación los ejercicios entregados fuera de plazo. Corresponde a la evaluación de Grupos-B | 40           | B2<br>C22<br>B4<br>B6<br>B13<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24 |

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |    |                                                                               |            |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Examen de preguntas objetivas | Prueba objetiva (test) con 4 opciones de respuesta. Para anular el efecto del azar cada respuesta incorrecta resta. Corresponde a la evaluación del Grupo-A.                                                                                                                                                                 | 30 | B2<br>B4<br>B6<br>B12<br>B13<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 | C21<br>C22 |
| Estudio de casos              | El alumnado organizado en equipos de hasta 3 personas trabajará durante todo el cuatrimestre en el análisis de un estudio de caso, siguiendo las indicaciones del profesor que deberá entregar en Moovi en el plazo establecido. No serán válidos a efectos de la evaluación los estudios de caso entregados fuera de plazo. | 30 |                                                                               |            |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

#### PRIMERA CONVOCATORIA:

- Modalidad de **EVALUACIÓN CONTINUA** consta de 3 pruebas:
  - Examen (Grupo-A)
  - Resolución de problemas y/o ejercicios de forma individual (Grupo-B)
  - Estudio de caso en equipo
    - Para superar la materia en esta modalidad de evaluación será requisito imprescindible:
      - La asistencia presencial al 80% de las sesiones prácticas (Grupo-B )
      - Obtener un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada una de las tres pruebas.
  - La calificación de la materia resultará de la suma y ponderación del resultado de las 3 pruebas.
- Modalidad de **EVALUACIÓN GLOBAL\*** consta de 1 prueba global (examen) que constará de 3 partes:
  - Preguntas objetivas (test) con un peso del 30% sobre la calificación final (Grupo-A)
  - Preguntas de respuesta corta con un peso del 40% sobre la calificación final (Grupos-B)
  - Preguntas de desarrollo con un peso del 30% sobre la calificación final
    - Para superar la materia en esta modalidad de evaluación será requisito imprescindible:
      - Obtener un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada una de las 3 partes.

#### SEGUNDA CONVOCATORIA Y SIGUIENTES:

- Modalidad de **EVALUACIÓN GLOBAL** (idem primera convocatoria)

*\* A elección da modalidade de avaliación global supón a renuncia ao dereito de seguir avaliándose das actividades da modalidade de avaliación continua que resten e á cualificación obtida ata ese momento en calquera das probas que xa tiveron lugar (Art. 19, Regulamento sobre a avaliación, calificación e a calidade da docencia (aprobado no claustro do 18 de abril de 2023)).*

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Jiménez Martín, Pedro J., **Deporte y turismo**, Síntesis, 2011

**Ministerio de Industria, Comercio y Turismo**, <https://turismo.gob.es>,

**TURESPAÑA** es el organismo público, adscrito al Ministerio de Industria, Comercio y Turismo a través de la Secretaría de Estado de Turismo, responsable del marketing de España como destino de viajes, <https://www.tourspain.es>,

**Turismo de Galicia. Organismo público dependiente de la Xunta de Galicia, responsable del marketing de Galicia como destino turístico.**, [https://www.turismo.gal/inicio?langId=es\\_ES](https://www.turismo.gal/inicio?langId=es_ES),

**ANETA (Asociación Nacional de Empresas de Turismo Activo)**, <https://www.aneta.es>,

---

### **Bibliografía Complementaria**

Del Alcázar Martínez, B., **Los canales de distribución en el sector turístico**, Esic, 2002

Puertas, X. y Font, S., **Juegos y actividades deportivas para la animación turística**, Síntesis, 2002

---

---

### **Recomendaciones**

---

#### **Asignaturas que continúan el temario**

Gestión y organización de los sistemas deportivos II/P02G050V01702

---

---

#### **Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

Actividades físicas y de aventura en el medio natural/P02G050V01801

Emprendimiento e innovación en las ciencias del deporte/P02G050V01913

---

---

#### **Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

Fundamentos de los deportes colectivos I/P02G050V01303

Fundamentos de los deportes colectivos II/P02G050V01403

Fundamentos de los deportes individuales/P02G050V01304

Actividad física y deporte adaptado/P02G050V01601

Actividad física y deporte recreativo/P02G050V01602

Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I/P02G050V01501

Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II/P02G050V01603

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                                |                                                        |            |       |              |
|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Gestión y organización de los sistemas deportivos II</b> |                                                        |            |       |              |
| Asignatura                                                  | Gestión y organización de los sistemas deportivos II   |            |       |              |
| Código                                                      | P02G050V01702                                          |            |       |              |
| Titulación                                                  | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |            |       |              |
| Descriptores                                                | Creditos ECTS                                          | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                                             | 6                                                      | OB         | 4     | 1c           |
| Lengua                                                      | Castellano                                             |            |       |              |
| Impartición                                                 | Gallego                                                |            |       |              |
| Departamento                                                |                                                        |            |       |              |
| Coordinador/a                                               | Lago Filgueira, José Ángel                             |            |       |              |
| Profesorado                                                 | Lago Filgueira, José Ángel                             |            |       |              |
| Correo-e                                                    | jal@uvigo.es                                           |            |       |              |
| Web                                                         |                                                        |            |       |              |
| Descripción general                                         |                                                        |            |       |              |

| <b>Resultados de Formación y Aprendizaje</b> |                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código                                       |                                                                                                                                         |
| B2                                           | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                  |
| B4                                           | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. |
| B12                                          | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.    |
| B13                                          | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                            |
| B14                                          | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.               |
| B21                                          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                         |
| B22                                          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas  |
| B24                                          | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                            |
| B25                                          | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                        |
| B26                                          | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                  |
| C26                                          | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa        |

| <b>Resultados previstos en la materia</b>                                                                                                  |                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia                                                                                                         | Resultados de Formación y Aprendizaje              |
| 1. Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. | B2<br>B4<br>B12<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25 |
| 2. Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                  | B14<br>B21<br>B22<br>B25                           |
| 3. Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte     | B12<br>B13<br>B14<br>B26                           |
|                                                                                                                                            | C26                                                |

| <b>Contenidos</b> |
|-------------------|
| Tema              |

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Planificación y organización en el deporte | Los sistemas deportivos: privado y público, organización. Políticas deportivas, financiación, subvenciones deportivas. La contratación y gestión pública y privada en el deporte. Planificación y programación y organización en el deporte. Los RR.HH. Los proyectos deportivos.  |
| 2. Planificación de los espacios deportivos.  | Contextualización, los espacios deportivos y las instalaciones deportivas, materiales y los pavimentos deportivos, el mantenimiento de las instalaciones deportivas, familiarización con los conceptos fundamentales y su planificación. Seguridad en las equipaciones deportivas. |
| 3. Los espacios y equipamientos deportivos    | Concepto y tipos, normativa aplicable, censos, pavimentos, mantenimiento.                                                                                                                                                                                                          |

### Planificación

|                                                      | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                                    | 22.5           | 33.75                | 56.25         |
| Trabajo tutelado                                     | 10             | 0                    | 10            |
| Resolución de problemas de forma autónoma            | 26             | 39                   | 65            |
| Examen de preguntas objetivas                        | 0.3            | 0                    | 0.3           |
| Examen de preguntas de desarrollo                    | 1.5            | 7.5                  | 9             |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | 9.5            | 0                    | 9.5           |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

### Metodologías

|                                           | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección magistral                         | 2.-Sesión magistralExposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Trabajo tutelado                          | 5.-TalleresActividades enfocadas a la adquisición de conocimientos y habilidades manipulativas e instrumentales sobre una temática concreta, con asistencia específica por parte del profesor a las actividades individuales y/o grupales que desarrollan los estudiantes.<br>10.- Trabajos de aulaEl estudiante desarrolla ejercicios o proyectos en el aula bajo las directrices y supervisión del profesor. Puede estar vinculado su desarrollo con actividades autónomas del estudiante.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Resolución de problemas de forma autónoma | 6.-Resolución de problemas y/o ejerciciosActividad en la que se formulan problema y/o ejercicios relacionados con la asignatura. El alumno debe desarrollar las soluciones adecuadas o correctas mediante la ejercitación de rutinas, la aplicación de fórmulas o algoritmos, la aplicación de procedimientos de transformación de la información disponible y la interpretación de los resultados. Se suele utilizar como complemento de la lección magistral.<br><br>11.- Prácticas de laboratorioActividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollan en espacios especiales con equipamiento especializado (laboratorios científico-técnicos, de idiomas, etc). |

### Atención personalizada

| Metodologías                              | Descripción                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Resolución de problemas de forma autónoma | Se entiende por atención personalizada el tiempo reservado por cada docente para atender y resolver las dudas del alumnado. En estas actividades lo/la docente tiene como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado. |
| Trabajo tutelado                          | Se entiende por atención personalizada el tiempo reservado por cada docente para atender y resolver las dudas del alumnado. En estas actividades lo/la docente tiene como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado. |

### Evaluación

| Descripción | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|-------------|--------------|---------------------------------------|
|-------------|--------------|---------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                     |    |                                                                  |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------|-----|
| Trabajo tutelado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Pruebas de resolución que plantea el profesor para el aprendizaje de contenidos.                                                                                                                                                    | 10 | B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26             | C26 |
| Resolución de problemas de forma autónoma                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Pruebas para la evaluación que incluyen actividades, problemas o ejercicios prácticos a resolver. Los alumnos deben dar respuesta a la actividad formulada, aplicando los conocimientos teóricos y prácticos de la materia.         | 25 | B2<br>B4<br>B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26 |     |
| Examen de preguntas objetivas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Prueba para evaluación de las competencias adquiridas que constará preguntas cerradas en la que los alumnos seleccionan una única respuesta verdadera de entre varias opciones.                                                     | 15 | B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26             |     |
| Examen de preguntas de desarrollo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Pruebas para evaluación de las competencias que incluyen preguntas abiertas sobre un tema. Los alumnos deben desarrollar, relacionar, organizar y presentar los conocimientos que tienen sobre la materia en una respuesta extensa. | 40 | B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26             | C26 |
| Informe de prácticas, Elaboración de un documento por parte del alumno en el que se reflejan las prácticas características del trabajo llevado a cabo. Los alumnos deben describir las tareas y procedimientos desarrollados, mostrar los resultados obtenidos u observaciones realizadas, así como el análisis y tratamiento de datos. Diseño de construcciones que elabora el alumno sobre cuestiones planteadas en el aula. |                                                                                                                                                                                                                                     | 10 | B2<br>B4<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26               | C26 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

La calificación final de la materia resultará de la ponderación de las tres pruebas de evaluación, ( test, Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma y pruebas de respuesta larga, de desarrollo).Será requisito imprescindible para aprobar la materia tener superadas las tres partes.El alumno/a que no realice alguna de las tres pruebas de evaluación obtendrá una calificación final de SUSPENSO. En julio y en el resto de las convocatorias extraordinarias se evaluará únicamente mediante uno examen tipo test (100%), o con pruebas de desarrollo combinado con test, siendo la puntuación de 50% cada una de las partes.

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Mestre,J.; García,E., **La gestión del deporte municipal**, Primera edición, INDE, 1997

Mestre,J., **La planificación deportiva. Teoría y Práctica**, Segunda edición, INDE, 1997

Mestre,J.;Brotos,J., **La gestión deportiva: clubes y federaciones**, Primera edición, INDE, 2002

[www.csd.mec.es](http://www.csd.mec.es), **Portal del Consejo Superior de Deportes (CSD)**,

Paris,F., **La planificación estratégica en las organizaciones deportivas**, Primera edición, Paidotribo, 1998

Paramio, J.L. y otros, **Manual de Equipamientos e instalaciones deportivas**, Primera edición, Síntesis, 2010

#### Bibliografía Complementaria

<http://www.rbi.es/info-profesional/publicaciones-construccion/instalaciones-deportivas-xxi/>, **Instalaciones Deportivas XXII**, Editor Iñaki Lasa,

[www.femp.es](http://www.femp.es), **Portal de la Federación Española de Municipios y Provincias**, Área Temática de Deporte y Ocio,

<https://deporte.xunta.gal>, **Portal da Secretaría Xeral para o Deporte**,

<https://www.palco23.com>, **Palco23**, Economía del deporte,

---

**Recomendaciones**

---

**Asignaturas que continúan el temario**

---

Gestión y organización de los sistemas deportivos II/P02G050V01702

---

**Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

---

Emprendimiento e innovación en las ciencias del deporte/P02G050V01913

---

**Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

---

Gestión y organización de los sistemas deportivos I/P02G050V01504

---

| DATOS IDENTIFICATIVOS                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |       |              |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| Actividades físicas y de aventura en el medio natural |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |       |              |
| Asignatura                                            | Actividades físicas y de aventura en el medio natural                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |            |       |              |
| Código                                                | P02G050V01801                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |            |       |              |
| Titulación                                            | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |            |       |              |
| Descriptores                                          | Creditos ECTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                                       | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | OB         | 4     | 2c           |
| Lengua                                                | Castellano                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |       |              |
| Impartición                                           | Gallego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
| Departamento                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |       |              |
| Coordinador/a                                         | Prieto Lage, Iván<br>Alonso Fernández, Diego<br>Zarzosa Alonso, Fernando                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |       |              |
| Profesorado                                           | Alonso Fernández, Diego<br>Prieto Lage, Iván<br>Zarzosa Alonso, Fernando                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |       |              |
| Correo-e                                              | fzarzosa@uvigo.es<br>diego_alonso@uvigo.es<br>ivanprieto@uvigo.es                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |       |              |
| Web                                                   | <a href="http://http://fcced.uvigo.es/gl/">http://http://fcced.uvigo.es/gl/</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |       |              |
| Descripción general                                   | La asignatura «Actividades físicas y de aventura en el medio natural» se imparte en el segundo cuatrimestre del cuarto curso del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |       |              |
|                                                       | <p>En esta asignatura se da una visión general de las actividades y deportes en la naturaleza. Desde una perspectiva teórica se abordan las diferentes concepciones actuales más significativas referentes al ámbito de las actividades y deportes en la naturaleza, y desde una perspectiva práctica se realiza un recorrido a través de las actividades más representativas.</p> <p>Asimismo, esta asignatura es fundamental dentro del plan de estudios de la titulación impartida en la Universidade de Vigo, puesto que es la única, dentro de este, donde el alumnado tiene la oportunidad de obtener los conocimientos necesarios sobre el ámbito de las actividades y deportes en el medio natural, imprescindibles en la formación de un Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.</p> <p>Esta guía docente se ha elaborado ajustándose totalmente a lo establecido en la memoria de la titulación y a la normativa específica de la universidad y del centro.</p> |            |       |              |

| <b>Resultados de Formación y Aprendizaje</b> |                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código                                       |                                                                                                                                                                                                                      |
| B9                                           | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del ejercicio físico, juego motor, danza, expresión corporal y actividades en la naturaleza.                                                                           |
| B13                                          | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                                                                                                         |
| B15                                          | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B18                                          | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.                                                          |
| B24                                          | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                                                                                                         |
| B25                                          | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                                                                     |
| B26                                          | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                                                               |
| C22                                          | Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional                                                                                                                                            |
| C25                                          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físico-deportivas recreativas                                                                                                       |
| C26                                          | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa                                                                                     |
| C29                                          | 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                                  |

| <b>Resultados previstos en la materia</b>                                                                                                                   |                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia                                                                                                                          | Resultados de Formación y Aprendizaje |
| 1. El alumnado será capaz de conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. | B18                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                 |     |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------|
| 2. El alumnado será capaz de conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional de las actividades en medio natural                                                                                                     | B13 | C22        |
| 3. El alumnado será capaz identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de las equipaciones e instalaciones deportivas de las actividades en medio natural                                                     |     | C25<br>C26 |
| 4. El alumnado será capaz de conocer y comprender los fundamentos de las actividades en la naturaleza                                                                                                                           | B26 |            |
| 5. El alumnado será capaz de identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el entorno natural                                                                       |     | C26<br>C29 |
| 6. El alumnado será capaz de diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas | B15 | C25        |
| 7. El alumnado será capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuada para cada tipo de actividad en medio natural                                                                              | B9  | C26<br>C29 |
| 8. El alumnado será capaz de actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                                                                                          | B24 |            |
| 9. El alumnado será capaz de mostrar habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo                                                                                                            |     | B25        |
| 10. El alumnado será capaz de adaptarse a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo                                                                                                              | B26 |            |

## Contenidos

### Tema

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Fundamentos teóricos de las actividades físicas en el medio natural: orientación y bases cartográficas, planificación de itinerarios, seguridad, y otros fundamentos teóricos relacionados. | 1.1. Fundamentos teóricos<br>1.1.1. Concepto de Actividades Físicas en el medio Natural<br>1.1.2. Generalidades<br>1.1.2.1. Que son las AFMN<br>1.1.2.2. Organización y regulación de las AFMN |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

2. Actividades físico deportivas en el medio natural: actividades de permanencia, senderismo, deporte de orientación, escalada y otros deportes de aventura.
- 2.1. Senderismo y montañismo
    - 2.1.1. Montañismo y trekking: concepto y lugar en la evolución de los deportes de montaña
    - 2.1.2. Medio ambiente de montaña
    - 2.1.3. Meteorología
    - 2.1.4. Formación técnica
    - 2.1.5. Preparación y desarrollo de una actividad
    - 2.1.6. Orientación y cartografía
    - 2.1.7. Técnicas de acampada y vivac
    - 2.1.8. Seguridad
    - 2.1.9. Desarrollo profesional
  - 2.2. Orientación
    - 2.2.1. Introducción a la orientación: generalidades
    - 2.2.2. Representación gráfica e interpretación de dibujos o esquemas
    - 2.2.3. Cartografía. introducción a la interpretación de mapas elaborados (topográficos y/o de orientación).
    - 2.2.4. Utilización del compás
    - 2.2.5. Orientación.
    - 2.2.6. Aplicación en el ámbito educativo
    - 2.2.7. Organización de actividades de orientación y seguridad.
  - 2.3. Técnicas de aire libre
    - 2.3.1. Actividades Físicas en medio Natural. Generalidades
    - 2.3.2. Ámbitos de aplicación de las actividades al aire libre
    - 2.3.3. Aplicación al ámbito escolar
    - 2.3.4. AFMN. Entorno profesional
    - 2.3.5. Organización de actividades y seguridad
  - 2.4. Escalada y técnicas con cuerdas
    - 2.4.1. Introducción a la escalada: Generalidades (tipos)
    - 2.4.2. Aspectos técnicos de la escalada
    - 2.4.3. Cabuyería.
    - 2.4.4. Seguridad: normas básicas
    - 2.4.5. Aplicación en el ámbito escolar
  - 2.5. Organización de actividades
    - 2.5.1. Organización de un proyecto de actividades en medio natural
    - 2.5.2. Organización de una ruta de senderismo. Seguridad
    - 2.5.3. Organización de AFAMN en la educación no formal
    - 2.5.4. Organización de AFAMN en la educación formal
  - 2.6. Bicicleta de montaña
    - 2.6.1. La bicicleta y el ciclismo
    - 2.6.2. Conducir y circular en bicicleta. Normas de seguridad
    - 2.6.3. Ajuste y mantenimiento de la bicicleta
    - 2.6.4. Mecánica de la bicicleta
    - 2.6.5. Rutas en bicicleta de montaña. Seguridad
    - 2.6.6. Actividades recreativas en bicicleta de montaña. Organización y seguridad
  - 2.7. Otras actividades de aventura en el medio natural
    - 2.7.1. Introducción al tiro con arco
    - 2.7.2. Introducción al surf
    - 2.7.3. Seguridad: normas básicas

## Planificación

|                                           | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                         | 21             | 0                    | 21            |
| Resolución de problemas de forma autónoma | 0              | 24                   | 24            |
| Trabajo tutelado                          | 1.5            | 31.5                 | 33            |
| Prácticas de laboratorio                  | 27             | 0                    | 27            |
| Examen de preguntas objetivas             | 3              | 42                   | 45            |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

| Descripción |
|-------------|
|-------------|

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección magistral                         | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio que se combinarán con actividades interactivas en gran grupo para los estudiantes que asistan a clase.                                                                                                |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Actividad en la que se formulan ejercicios relacionados con la asignatura. El estudiantado debe desarrollar los ejercicios de forma autónoma.                                                                                                                                                |
| Trabajo tutelado                          | Registro y análisis por parejas o pequeños grupos (a decisión del profesorado) de una ruta por Galicia/España. Exportación de las rutas a Wikiloc, análisis MIDE y valoración de los requerimientos energéticos y condicionales. Elaboración de un informe de la ruta.                       |
| Prácticas de laboratorio                  | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollan en espacios especiales con equipamiento especializado (pabellón de la facultad o exteriores). |

### Atención personalizada

| Metodologías                              | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección magistral                         | La atención personalizada del estudiantado se realizará tanto durante el desarrollo de las sesiones de aula como posteriormente en el despacho físico o virtual (Sala 50 - Prof. Diego Alonso Fernández / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos.                                                             |
| Prácticas de laboratorio                  | La atención personalizada del estudiantado se realizará tanto durante el desarrollo de las sesiones de laboratorio (en el pabellón o en los exteriores de la Facultad), como posteriormente en el despacho físico o virtual (Sala 50 - Prof. Diego Alonso Fernández / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos. |
| Trabajo tutelado                          | La atención personalizada del estudiantado se realizará tanto durante el desarrollo de las sesiones de aula como posteriormente en el despacho físico o virtual (Sala 50 - Prof. Diego Alonso Fernández / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos.                                                             |
| Resolución de problemas de forma autónoma | La atención personalizada del estudiantado se realizará en el despacho físico o virtual (Sala 50 - Prof. Diego Alonso Fernández / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) o a través de correos electrónicos.                                                                                                                            |

### Evaluación

|                                           | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |                          |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|--------------------------|
| Lección magistral                         | Durante algunas clases teóricas se realizarán ejercicios interactivos en gran grupo donde se concederán puntos de la nota final en función de la posición en dicha actividad.<br><br>Se evaluarán los siguientes resultados de aprendizaje: 1,2,3,4,5,6,7,8 y 10                                                      | 5            | B9<br>B13<br>B15<br>B18<br>B24<br>B26 | C22<br>C25<br>C26<br>C29 |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Habrán 12 cuestionarios/tareas en Moovi. Tras realizar todas las actividades propuestas, si la media es inferior a 7,5 puntos, la puntuación de este apartado será de 0 puntos.<br><br>Se evaluarán los siguientes resultados de aprendizaje: 1,2,3,4,5,6,7 y 10                                                      | 24           | B9<br>B13<br>B15<br>B18<br>B26        | C22<br>C25<br>C26<br>C29 |
| Trabajo tutelado                          | Realización de un trabajo en pequeños grupos relacionado con la creación de una ruta al aire libre mediante la aplicación de Wikiloc.<br><br>Se evaluarán los siguientes resultados de aprendizaje: 1,4,5,9 y 10                                                                                                      | 22           | B18<br>B25<br>B26                     | C26                      |
| Prácticas de laboratorio                  | Asistencia y realización de las 12 clases prácticas de la materia. El estudiante que tenga 3 faltas o más perderá la evaluación continua (y por tanto debe examinarse mediante el procedimiento de EVALUACIÓN GLOBAL -NO CONTINUA-).<br><br>Se evaluarán los siguientes resultados de aprendizaje: 1,3,4,5,6,8,9 y 10 | 24           | B9<br>B15<br>B18<br>B24<br>B25<br>B26 | C25<br>C26<br>C29        |
| Examen de preguntas objetivas             | Examen de preguntas cerradas con diferentes alternativas de respuesta.<br><br>El estudiante deberá sacar un mínimo de 4 sobre 10 para que la puntuación del examen compute en calificación final.<br><br>Se evaluarán los siguientes resultados de aprendizaje: 1,2,3,4,5,6,7 y 10                                    | 25           | B9<br>B13<br>B15<br>B18<br>B26        | C22<br>C25<br>C26<br>C29 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Todo el estudiantado asista o no a las aulas, tiene derecho a ser evaluado (mediante examen o según establezca la guía docente).

## **CONVOCATORIA 2º CUATRIMESTRE (mayo-junio)**

Estudiantado de **EVALUACIÓN CONTINUA** (calificaciones y CRITERIOS para cumplir la evaluación continua):

- Realización de **ejercicios interactivos en gran grupo** durante algunas clases teóricas a través de la app Kahoot, donde se concederán puntos de la nota final en función de la calificación en dicha actividad. Estos ejercicios suponen el 5% de la nota final.
- **Cuestionarios/tareas en Moovi.** La calificación de los cuestionarios/tareas supone un 24%. Habrá 12 cuestionarios/tareas. Tras realizar las actividades propuestas, si el estudiante tiene una media inferior a 7,5 puntos, este apartado computará 0 puntos.
- **Asistencia y REALIZACIÓN de las clases prácticas.** La calificación de las mismas supone un 24%. El estudiante que tenga 3 faltas o más (hay que participar en al menos 9) dejará de ser evaluado por el procedimiento de evaluación continua y automáticamente pasará a ser evaluado mediante el procedimiento de evaluación global -no continua- (no hay ninguna posibilidad de justificar una falta de asistencia; de ahí que se puedan tener hasta dos). El estudiante que asista a la práctica pero NO la realice no le computará como una falta de asistencia, pero sí tendrá una calificación de cero en dicha sesión (por tanto, no aumenta puntuación). Como en principio hay 12 prácticas, cada una tendrá un valor de un 2% de la nota final. En el caso de que, por festivo, hubiese un menor número de prácticas, ese 24% se reduciría un 2% por cada práctica que no hubiera, pasando ese porcentaje al examen de preguntas objetivas. La práctica de surf es voluntaria, por lo tanto no se considera falta si no se asiste, pero si el estudiante la realiza le puntuará.
- **Trabajo tutelado** sobre la creación de una ruta al aire libre mediante la aplicación de Wikiloc y bajo una serie de parámetros establecidos por el profesorado. La calificación de este trabajo supone un 22%. Será un trabajo en grupos de cuatro personas.
- **Examen de preguntas objetivas.** La calificación supone un 25%. Consiste en un examen de preguntas cerradas con diferentes alternativas de respuesta de la materia. El estudiante deberá sacar un mínimo de 4 sobre 10 para que la puntuación del examen compute en calificación final. Suspender este examen (con menos de un 4) no implica perder la evaluación continua.

Un estudiante supera la asignatura cuando haya obtenido un mínimo de cinco sobre diez en la suma de los apartados anteriores.

Si en la convocatoria de 2º cuatrimestre (mayo-junio), un estudiante pierde la evaluación continua, deberá presentarse mediante el procedimiento de evaluación global -no continua-.

Estudiantado de **EVALUACIÓN GLOBAL -NO CONTINUA-** (para el estudiantado que no cumple los criterios de la evaluación continua):

- **Examen de preguntas objetivas.** La calificación supone un 33%. Consiste en un examen de preguntas cerradas con diferentes alternativas de respuesta sobre la materia relacionadas con su parte teórica. El estudiante deberá sacar un mínimo de 5 sobre 10 para que la puntuación del examen compute en calificación final.
- **Examen de preguntas objetivas.** La calificación supone un 33%. Consiste en un examen de preguntas cerradas con diferentes alternativas de respuesta sobre la materia relacionadas con su parte práctica. El estudiante deberá sacar un mínimo de 5 sobre 10 para que la puntuación del examen compute en calificación final.
- **Trabajo tutelado.** La calificación supone un 34%. Entrega del trabajo sobre la creación de rutas al aire libre. El estudiante deberá sacar un mínimo de 5 sobre 10 para que la puntuación del trabajo compute en calificación final.

La calificación final de la asignatura se obtendrá realizando la suma de las tres partes. Un estudiante supera la asignatura cuando haya obtenido un mínimo de cinco sobre diez, siempre y cuando haya superado las tres pruebas.

## **CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA (junio-julio)**

Se evaluará mediante el procedimiento de evaluación no continua (se guardan las calificaciones de la evaluación continua de la convocatoria de 2º cuatrimestre -mayo-junio-).

## **CONVOCATORIA DE FIN DE CARRERA (septiembre)**

Se evaluará mediante el procedimiento de evaluación no continua (no se guardan las calificaciones de la evaluación continua de otras convocatorias).

### **Publicación de las calificaciones y exámenes oficiales**

Las calificaciones de cada convocatoria serán publicadas en Moovi, donde se indicarán las fechas de revisión de los exámenes.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el apartado "Docencia - Exámenes".

---

## **Fuentes de información**

### **Bibliografía Básica**

VIGO, M., **Manual para dirigentes de campamentos organizados**, Stadium, 2005

BERNAL RUIZ, J., **Organización de campamentos en la escuela**, Wanceulen, 2002

COLORADO, J., **Montañismo y Trekking. Manual completo**, Manuales Desnivel, 2010

SANTOS PASTOR, M. L., **Las actividades en el medio natural en la educación física escolar**, Wanceulen, 2002

MURCIA, M., **Prevención, seguridad y autorescate**, Desnivel editorial, 2001

VARIOS, **Señalización de Senderos**, FEDME, 2009

EEAM, **Escuela Española de alta montaña. Certificado de iniciación al montañismo**, Barrabés editorial, 2001

MILSON, F., **El libro de la bicicleta de montaña: mantenimiento y reparación**, OMEGA, 2009

Granero Gallegos, A., Baena Extremera, A., **Actividades físicas en el medio natural: Teoría y práctica para la Educación Física**, Wanceulen, 2010

### **Bibliografía Complementaria**

Rojas Pedregosa, P., **La bicicleta y su desarrollo práctico en Educación Secundaria**, Wanceulen, 2016

---

## **Recomendaciones**

### **Otros comentarios**

1. Cada semana, el estudiantado tiene en Moovi los contenidos que se impartirán en la asignatura, así como el material (apuntes, lecturas, vídeos, etc.) para trabajar estos contenidos. Para un mayor aprovechamiento de las clases teóricas y prácticas, se recomienda hacer uso de este material antes de asistir a dichas clases.
  2. Formalizar cuanto antes el grupo en Moovi (cuatro personas) para la realización del trabajo de la asignatura.
  3. Estudiar y trabajar el material de la asignatura de forma continuada, tanto para la realización de los cuestionarios semanales como para la preparación del examen.
  4. Plantear a los profesores de la materia todas las preguntas/consultas que se consideren necesarias en cada momento referidas al temario, prácticas, cuestionarios, trabajos, etc.
  5. Comunicar al profesorado las sugerencias de mejora de la asignatura.
  6. Realizar el trabajo de la materia a lo largo del cuatrimestre. En la primera semana de la materia se darán las directrices de cómo se debe realizar dicho trabajo. Por tanto, se recomienda la asistencia a la clase teórica.
  7. Se recomienda consultar el blog de la materia para ampliar información: <https://afamnuvigo.blogspot.com/>
-

| DATOS IDENTIFICATIVOS                                                                                                        |                                                    |                                       |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------|--------------|
| <b>Actividades físicas de lecer</b>                                                                                          |                                                    |                                       |               |              |
| Asignatura                                                                                                                   | Actividades físicas de lecer                       |                                       |               |              |
| Código                                                                                                                       | P02G050V01905                                      |                                       |               |              |
| Titulación                                                                                                                   | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |                                       |               |              |
| Descriptores                                                                                                                 | Creditos ECTS                                      | Seleccione                            | Curso         | Cuatrimestre |
|                                                                                                                              | 6                                                  | OP                                    | 4             | 1c           |
| Lengua                                                                                                                       |                                                    |                                       |               |              |
| Impartición                                                                                                                  |                                                    |                                       |               |              |
| Departamento                                                                                                                 |                                                    |                                       |               |              |
| Coordinador/a                                                                                                                | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                       |                                       |               |              |
| Profesorado                                                                                                                  |                                                    |                                       |               |              |
| Correo-e                                                                                                                     |                                                    |                                       |               |              |
| Web                                                                                                                          |                                                    |                                       |               |              |
| Descripción general                                                                                                          |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Resultados de Formación e Aprendizaxe</b>                                                                                 |                                                    |                                       |               |              |
| Código                                                                                                                       |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Resultados previstos na materia</b>                                                                                       |                                                    |                                       |               |              |
| Resultados previstos en la materia                                                                                           |                                                    | Resultados de Formación y Aprendizaje |               |              |
| <b>Contidos</b>                                                                                                              |                                                    |                                       |               |              |
| Tema                                                                                                                         |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Planificación</b>                                                                                                         |                                                    |                                       |               |              |
|                                                                                                                              | Horas en clase                                     | Horas fuera de clase                  | Horas totales |              |
| *Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Metodoloxía docente</b>                                                                                                   |                                                    |                                       |               |              |
|                                                                                                                              | Descripción                                        |                                       |               |              |
| <b>Atención personalizada</b>                                                                                                |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Avaliación</b>                                                                                                            |                                                    |                                       |               |              |
| Descripción                                                                                                                  | Calificación                                       | Resultados de Formación y Aprendizaje |               |              |
| <b>Otros comentarios sobre la Evaluación</b>                                                                                 |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Bibliografía. Fontes de información</b>                                                                                   |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Bibliografía Básica</b>                                                                                                   |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Bibliografía Complementaria</b>                                                                                           |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Recomendacións</b>                                                                                                        |                                                    |                                       |               |              |

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                  |                                                        |            |       |             |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------|-------|-------------|
| <b>Especialización en deportes colectivos</b> |                                                        |            |       |             |
| Asignatura                                    | Especialización en deportes colectivos                 |            |       |             |
| Código                                        | P02G050V01906                                          |            |       |             |
| Titulación                                    | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |            |       |             |
| Descriptores                                  | Creditos ECTS                                          | Seleccione | Curso | Cuatrimstre |
|                                               | 6                                                      | OP         | 4     | 1c          |
| Lengua                                        | Castellano                                             |            |       |             |
| Impartición                                   | Gallego                                                |            |       |             |
| Departamento                                  |                                                        |            |       |             |
| Coordinador/a                                 | Lago Peñas, Carlos                                     |            |       |             |
| Profesorado                                   |                                                        |            |       |             |
| Correo-e                                      |                                                        |            |       |             |
| Web                                           |                                                        |            |       |             |
| Descripción general                           |                                                        |            |       |             |

### Resultados de Formación y Aprendizaje

|        |                                                                                                                                                                              |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código |                                                                                                                                                                              |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                               |
| B3     | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                      |
| B4     | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                      |
| B6     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.                                     |
| B17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                     |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                             |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                       |
| C5     | Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar                                                           |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo                                |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo |
| C11    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo                                                                    |

### Resultados previstos en la materia

| Resultados previstos en la materia                                                                                             | Resultados de Formación y Aprendizaje |                                          |                             |                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| - Ser capaz de controlar el rendimiento y estado de forma en estas especialidades.                                             | A3<br>A4                              | B1<br>B1<br>B2<br>B3<br>B4<br>B25<br>B26 | C1<br>C5<br>C8<br>C9<br>C11 | D1<br>D3<br>D4<br>D5<br>D9 |
| - Ser capaz de diseñar herramientas para la detección, y el desarrollo de talentos (planes de formación a medio y largo plazo) | A4<br>A5                              | B6<br>B17                                | C5<br>C9<br>C11             |                            |
| - Adquirir habilidades de dirección de personas                                                                                | A1<br>A3<br>A4<br>A5                  | B1<br>B2<br>B3<br>B4<br>B6<br>B25        | C4<br>C5<br>C9<br>C11       | D1<br>D3<br>D4<br>D5<br>D8 |

### Contenidos

|      |
|------|
| Tema |
|------|

TEMA 1: OPTIMIZACIÓN Y CONTROL DEL RENDIMIENTO TÉCNICO, TÁCTICO Y ESTRATÉGICO  
 TEMA 2: OPTIMIZACIÓN Y CONTROL DE LA CONDICIÓN FÍSICA  
 TEMA 3: GESTIÓN DEL ESTADO DE FORMA EN DEPORTES COLECTIVOS  
 TEMA 4: DETECCIÓN, SELECCIÓN Y DESARROLLO DE TALENTOS EN DEPORTES COLECTIVOS  
 TEMA 5: DIRECCIÓN DE EQUIPOS

- 1.1. El entrenamiento deportivo en los deportes colectivos.
  - 1.2. Estructura de los deportes colectivos y Factores de rendimiento diferenciales
  - 1.3. El calendario de preparación y las fases de la forma como condicionantes el proceso de entrenamiento-competición. Densidad competitiva en largos períodos
  - 1.4. El entrenamiento-competición como realidad sistémica. El entrenamiento integrado
- 
- 2.1. Optimización y control de las capacidades Técnico-coordinativas en los deportes colectivos
  - 2.2. La técnica deportiva en los deportes colectivos: variabilidad y adaptabilidad
  - 2.3. Desarrollo del mapa técnico-coordinativo de los deportes colectivos
  - 2.4. Entrenamiento y control de los contenidos técnicos en los deportes colectivos
  - 2.5. Optimización y control de las capacidades Táctico-decisionales en los deportes colectivos
  - 2.6. La estrategia y táctica deportiva en los contextos de colaboración-oposición
  - 2.7. Desarrollo del mapa táctico-decisional en los deportes colectivos
  - 2.8. Entrenamiento y control de los contenidos tácticos en los deportes colectivos
  - 2.9. Optimización y control de las capacidades Físico-condicionales en los deportes colectivos
  - 2.10. Análisis de la carga externa e interna
  - 2.11. Desarrollo del mapa condicional en los deportes colectivos
  - 2.12. Entrenamiento y control de los contenidos físicos en los deportes colectivos: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

- 3.1. Diseño de la carga de entrenamiento: Modelos de planificación en los deportes colectivos.
- 3.2. Planificación contemporánea. Diseños con cargas concentradas. Microestructuración. Periodización táctica
- 3.3. El diseño del plan de entrenamiento-competición en deportes de largo período competitivo

- 4.1. Detección y selección de talentos en los deportes colectivos
- 4.2. El proceso de identificación de talentos  
Construcción del perfil de referencia para el alto rendimiento en los deportes colectivos
- 4.3. Pruebas y medidas para la selección de talentos en los deportes colectivos
- 4.4. Desarrollo del talento: Las etapas de formación en los deportes colectivos
- 4.5. Planificación a largo plazo en los deportes colectivos. Las diferentes etapas de formación y especialización
- 4.6. Establecimiento del curriculum en el área físico o condicional, área técnico o coordinativa, área táctico o decisional

- 5.1. Observación y análisis de la competición como medio para la dirección de equipos  
Valoración del rendimiento en los deportes colectivos: análisis de la competición
- 5.2. El proceso de recogida de datos: la observación. Los instrumentos de recogida y análisis informatizados. Las labores de scouting  
La modelización del proceso de entrenamiento: la acción
- 5.3. La dirección de equipos deportivos por parte del entrenador  
- Concepto de dirección de equipos: Determinantes que configuran la dirección. Modelos o estilos de dirección  
- La dirección durante el entrenamiento. La dirección antes del partido. La dirección durante el partido. La atención a la prensa
- 5.4. El entrenador como gestor de recursos humanos en los grupos deportivos.  
- El entrenador como gestor de recursos humanos: la dirección de profesionales. Modelos de liderazgo por parte del entrenador  
- La cohesión grupal del equipo y la dinámica de grupo  
- El equipo multidisciplinar de trabajo: el staff deportivo

- PRÁCTICA 1: entrenamiento integrado como recurso metodológico en los deportes colectivos  
 PRÁCTICA 2: entrenamiento técnico en los deportes colectivos: variabilidad y adaptabilidad: metodología analítica vs global  
 PRÁCTICA 3: entrenamiento táctico en los deportes colectivos: construcción del modelo de juego I  
 PRÁCTICA 4: entrenamiento táctico en los deportes colectivos: construcción del modelo de juego II  
 PRÁCTICA 5: entrenamiento de las capacidades físicas: resistencia  
 PRÁCTICA 6: entrenamiento de las capacidades físicas: fuerza  
 PRÁCTICA 7: diseños de sesiones de entrenamiento: contenidos simuladores y regenerativos  
 PRÁCTICA 8: observación y análisis del rendimiento en los deportes colectivos  
 PRÁCTICA 9: pruebas y tests para la detección de talentos en los deportes colectivos  
 PRÁCTICA 10: etapas de formación: ejemplo de secuenciación de medios técnico-tácticos  
 PRÁCTICA 11: etapas de formación: ejemplo de secuenciación de medios físicos  
 PRÁCTICA 12: dirección de equipos: role playing  
 PRÁCTICA 13: gestión de recursos humanos: caso NASA

| Planificación                          |                |                      |               |
|----------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
|                                        | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
| Lección magistral                      | 10             | 10                   | 20            |
| Estudio de casos                       | 10             | 20                   | 30            |
| Prácticas de laboratorio               | 30             | 17                   | 47            |
| Trabajo tutelado                       | 0              | 8                    | 8             |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | 3              | 1                    | 4             |
| Trabajo                                | 0              | 41                   | 41            |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

| Metodologías             |                                                     |
|--------------------------|-----------------------------------------------------|
|                          | Descripción                                         |
| Lección magistral        | Clases teóricas impartidas por el docente           |
| Estudio de casos         | En las clases se resolverán casos prácticos *reales |
| Prácticas de laboratorio | Clases prácticas impartidas por el docente          |
| Trabajo tutelado         | Los estudiantes deberán hacer trabajos tutelados    |

| Atención personalizada |                                                        |
|------------------------|--------------------------------------------------------|
| Metodologías           | Descripción                                            |
| Estudio de casos       | El docente atenderá a los estudiantes que lo requieran |
| Trabajo tutelado       | El docente atenderá a los estudiantes que lo requieran |

| Evaluación                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                                       |                       |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|-----------------------|
|                                        | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |                       |
| Prácticas de laboratorio               | Se valorará la participación activa en las clases                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 20           | B17<br>B25<br>B26                     | C5<br>C8<br>C9<br>C11 |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | El examen constará de preguntas cortas y de aplicación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 40           | B3<br>B4<br>B6<br>B17                 | C9<br>C11             |
| Trabajo                                | El trabajo de aplicación versará sobre la Planificación del proceso de entrenamiento-competición en un deporte colectivo. Podrá ser realizado por parejas, y podrá seleccionarse de entre dos temáticas:<br>- Propuesta de diseño de planificación de una temporada en un deporte colectivo<br>- Propuesta de secuenciación de contenidos en planificación a largo plazo en las etapas de formación en un deporte colectivo<br>Fecha de entrega: día del examen.<br>Su extensión no podrá superar las 100 páginas | 40           | B1<br>B3<br>B4<br>B6                  | C5<br>C9<br>C11       |

#### Otros comentarios sobre la Evaluación

Todo el alumnado asista o no a las aulas, tiene derecho a ser evaluado (mediante examen o segundo establezca la guía docente).

a) En la convocatoria del primer cuatrimestre (enero-febrero) el examen tendrá una valoración del 50%, el trabajo-proyecto un 35% y la participación activa en las sesiones prácticas un 15% (deberán asistir como mínimo al 80% de las sesiones prácticas). Los alumnos que no cumplan el 80% de asistencia práctica, deberán realizar un examen práctico y/o se incluirá una pregunta/s extras de desarrollo en el examen de preguntas cortas y aplicación. Es indispensable superar el examen teórico con una calificación mínima de 5 puntos para aprobar la materia.

b) De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de junio-julio. En esta convocatoria (junio-julio) y en la de fin de carrera (septiembre) el examen tendrá una valoración del 65% y el proyecto-trabajo un 35%. Se guardarán las notas del examen y trabajo de la convocatoria del primer cuatrimestre mayo si fuera el caso.

c) Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad:

<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>

---

## Fuentes de información

### Bibliografía Básica

Bompa, T., **Entrenamiento de equipos deportivos.**, Paidotribo, 2009

Carling, C., **Performance assessment for field sports: physiological, and match notational assessment in practice**, Routledge, 2009

Lago, C., **La preparación física en el fútbol**, Biblioteca Nueva, 2002

Martin, R. y Lago, C., **Deportes de equipo. Comprender la complejidad para elevar el rendimiento.**, INDE, 2005

### Bibliografía Complementaria

Bompa, T. O., **Periodización del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2000

Campos, J., Cervera, V.R., **Teoría y planificación del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

García, J. M., **Alto rendimiento: La adaptación y la excelencia deportiva**, Gymnos, 1999

Hughes, M y. Franks, I.A., **Notational analysis of sport: systems for better coaching and performance in sport**, Routledge, 2004

Manno, R., **Fundamentos del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2005

Martin, D.; Carl, K.; Lehnertz, K., **Manual de Metodología del Entrenamiento Deportivo**, Paidotribo, 2001

Matveiev, L., **Teoría general del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

Platonov, V. N., **Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico**, Paidotribo, 2001

Riera, J., **Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas**, INDE, 1989

Riera, J., **Habilidades en el deporte**, INDE, 2005

Thiess, G., Tschiene, P. y Nickel, H., **Teoría y metodología de la competición deportiva**, Paidotribo, 2004

Vasconcelos, A., **Planificación y organización del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2000

Verkhoshansky, Y., **Teoría y metodología del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2002

Viru, A. y Viru, M., **Análisis y control del rendimiento deportivo**, Paidotribo, 2003

Zhelyazkoz, T., **Bases del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

---

## Recomendaciones

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Fundamentos de los deportes colectivos I/P02G050V01303

Fundamentos de los deportes colectivos II/P02G050V01403

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                   |                                                         |            |       |             |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------|-------|-------------|
| <b>Especialización en deportes individuais</b> |                                                         |            |       |             |
| Asignatura                                     | Especialización en deportes individuais                 |            |       |             |
| Código                                         | P02G050V01907                                           |            |       |             |
| Titulación                                     | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte      |            |       |             |
| Descriptor                                     | Creditos ECTS                                           | Seleccione | Curso | Cuatrimstre |
|                                                | 6                                                       | OP         | 4     | 1c          |
| Lengua Impartición                             | Castelán                                                |            |       |             |
| Departamento                                   |                                                         |            |       |             |
| Coordinador/a                                  | Zarzosa Alonso, Fernando                                |            |       |             |
| Profesorado                                    | Zarzosa Alonso, Fernando                                |            |       |             |
| Correo-e                                       | fzarzosa@uvigo.es                                       |            |       |             |
| Web                                            |                                                         |            |       |             |
| Descrición general                             | *Análisis do proceso de ensino-aprendizaxe da *natación |            |       |             |

### Resultados de Formación e Aprendizaxe

| Código |                                                                                                                                                                           |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| B3     | Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.                                           |
| B4     | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica 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.                                             |
| 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.                                                                                        |
| C7     | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis                                                                   |
| C8     | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo                                  |
| C9     | Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo |
| C11    | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo                                                                  |

### Resultados previstos na materia

| Resultados previstos en la materia                                                       | Resultados de Formación y Aprendizaje |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----|
| Demostrar coñecemento e comprensión da especialización en deportes individuais.          | B3                                    | C7  |
| Coñecer e comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte. | B4                                    | C8  |
| Hábitos de calidade e excelencia no exercicio profesional.                               | B5                                    | C9  |
|                                                                                          | B6                                    | C11 |
|                                                                                          | B24                                   |     |
|                                                                                          | B25                                   |     |
|                                                                                          | B26                                   |     |

### Contidos

| Tema                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Optimización e control do rendemento técnico, táctico e estratéxico. | 1.1.- Adestramento técnico do *crol<br>1.2.- Adestramento técnico das costas<br>1.3.- Adestramento técnico da braza<br>1.4.- Adestramento técnico da bolboreta<br>1.5.- Adestramento técnico de movemento *ondulatorio *subacuático<br>1.6.- Adestramento técnico de saídas e viraxes |
| 2. Optimización e control da condición física.                          | 2.1.- Análise cuantitativa nos diferentes estilos                                                                                                                                                                                                                                     |
| 3. Análise sistemática do deporte.                                      | 3.1.- Regulamento de *natación en piscina e augas abertas                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4. Desenvolvemento e adestramento técnico e táctico das diferentes capacidades. | 4.1.- Desenvolvemento e adestramento técnico/táctico da resistencia<br>4.2.- Desenvolvemento e adestramento técnico/táctico da velocidade<br>4.3.- Desenvolvemento e adestramento técnico/táctico da forza<br>4.4.- Adestramento da forza para a prevención de lesións |
| 5. Dirección deportiva e xestión de grupos.                                     | 5.1. Dirección de equipos.                                                                                                                                                                                                                                             |

| Planificación                                          |                |                      |               |
|--------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
|                                                        | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
| Lección maxistral                                      | 27             | 0                    | 27            |
| Resolución de problemas                                | 1              | 1                    | 2             |
| Seminario                                              | 2              | 4                    | 6             |
| Traballo tutelado                                      | 2              | 4                    | 6             |
| Prácticas de laboratorio                               | 40             | 80                   | 120           |
| Exame de preguntas obxectivas                          | 2              | 0                    | 2             |
| Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas 1 |                | 1                    | 2             |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

| Metodoloxía docente      |                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                          | Descrición                                                                                                                                                                         |
| Lección maxistral        | Exposición oral con apoio audiovisual dos contidos da materia *objecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices do traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante. |
| Resolución de problemas  | O profesor exporá os aspectos básicos da materia                                                                                                                                   |
| Seminario                | Asistencia a actividades formativas, para analizar o funcionamento de programas acuáticos                                                                                          |
| Traballo tutelado        | Desenvolvemento de traballo en grupo sobre a temática da materia e *tutorizados polo docente.                                                                                      |
| Prácticas de laboratorio | Desenvolveranse os conceptos prácticos sobre o deporte                                                                                                                             |

| Atención personalizada |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metodoloxías           | Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Traballo tutelado      | O alumno recibirá atención individualizada no horario de titorías establecido a tal fin durante todo o curso académico. Para as consulta do horario de titorías e o lugar debese consultar a web da Facultade de Ciencias da Educación e do deporte. ( <a href="http://fcced.uvigo.es/gl/">http://fcced.uvigo.es/gl/</a> ) |

| Avaliación               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                                           |                       |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------|-----------------------|
|                          | Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje     |                       |
| Lección 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 35% da nota final.                                                                                                                                                                                                                      | 35           | B3<br>B4<br>B5<br>B6<br>B24<br>B25<br>B26 | C7<br>C8<br>C9<br>C11 |
| Traballo tutelado        | Desenvolveranse traballos propostos polo docente nos cales o alumno mediante o traballo en grupo terá que analizar os puntos que se determinen no temario. Si a planificación permíteo estes traballos exporanse e defenderán en clase.                                                                                                                                                                          | 15           | B3<br>B4<br>B5<br>B6<br>B24<br>B25<br>B26 | C8<br>C9              |
| Prácticas de laboratorio | A asistencia ás prácticas que se realizarán en clase será o 30% da nota final da materia. Nesta valoración terase en conta non soamente a participación do alumno senón tamén todas as preparacións e intervencións do alumno nos contidos expostos. Traballos dirixidos individuais e *grupales así como a actividade autónoma do alumno-a.<br><br>O alumno-a debe asistir a clase práctica coa roupa adecuada. | 15           | B3<br>B4<br>B5<br>B6<br>B24<br>B25<br>B26 | C7<br>C8<br>C9<br>C11 |

|                               |                                                                                                                                                                                              |    |                                           |                       |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|-----------------------|
| Exame de preguntas obxectivas | En relación coa docencia impartida nas clases prácticas está previsto que se realice un control para valorar as aprendizaxes da materia. O valor desta proba representa o 35% da nota final. | 35 | B3<br>B4<br>B5<br>B6<br>B24<br>B25<br>B26 | C7<br>C8<br>C9<br>C11 |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|-----------------------|

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Será necesario superar o exame para aprobar a materia. A asistencia ás prácticas pode chegar a supor o 30% da nota da materia entre os traballos realizados nas mesmas e a asistencia. A non asistencia ao 80% das prácticas levará á realización dun exame final que será o 100% da nota da materia con parte práctica 50% e parte teórica 50%.

### Bibliografía. Fontes de información

#### Bibliografía Básica

- Arellano, R., **Entrenamiento técnico de natación**, Cultivalibros, 2010
- Bompa, T.; Buzzichelli, C.A., **Periodización del entrenamiento deportiva**, Paidotribo, 2016
- Cancela Carral, José M<sup>a</sup>; Lorenzo Blanco, Ricardo; Camiña Fernández, Francisco; Pariente Baglietto,, **Tratado de Natación. De la iniciación al perfeccionamiento (Vol1)**, 1<sup>a</sup>, Paidotribo, 2008
- Cuartero, M.; Castillo, J.A.; Torralardona, X.; Murio, J., **Entrenamiento de las especialidades en natación**, Cultivalibros, 2010
- Federación Española de Natación, **Reglamento de natación**, 1<sup>a</sup>, Federación Española de Natación, 2005
- Hall, G.; Murphy, D., **Fundamentals of Fast Swimming: How to Improve Your Swim Technique**, The Race Club Inc., 2020
- Navarro, F.; Oca, A.; Rivas, A., **Planificación del entrenamiento y su control**, Cultivalibros, 2010

#### Bibliografía Complementaria

- American College of Sport Medicine., **Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio**, Paidotribo, 2005
- Arufo, V.; Martínez-Patiño, M.J. (eds), **Tratado de Atletismo en el Siglo XXI (Vol I-II-III)**, 1<sup>a</sup>, ACUGA, 2005
- Badillo, J.; Serna, J.R., **Bases de la Programación del entrenamiento de fuerza**, Inde, 2002
- Cancela Carral, José M<sup>a</sup>; Ramirez Farto, Emerson, **La iniciación deportiva: La natación**, 1<sup>a</sup>, Wanceulen, 2003
- Cancela Carral, José M<sup>a</sup>; Lorenzo Blanco, Ricardo; Camiña Fernández, Francisco; Pariente Baglietto,, **Tratado de Natación. De perfeccionamiento al Alto rendimiento (Vol2)**, 1<sup>a</sup>, Paidotribo, 2008
- Campos Granell, J.; Gallach, J., **Técnicas de Atletismo. Manual práctico de enseñanza**, 1<sup>a</sup>, Ed. Paidotribo, 2004
- Delavier, F., **Guía de los movimientos de Musculación. Descripción anatómica**, Paidotribo, 2001
- Fleck, S.J.; Kraemer W.J., **Designing Resistance Training Programs**, Human Kinetics, 2004
- Franco, Pedro; Navarro, Fernando, **Natación. Habilidades acuáticas para todas las edades**. Ed. Hispano-Europea, 1<sup>a</sup>, Hispano-Europea, 1980
- García Manso, J.M.; Navarro, M.; Ruiz, J.A., **Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones**, Gymnos, 1996
- González-Badillo, J.J.; Gorostiaga, E., **Fundamentos del entrenamiento de la fuerza. Aplicación al alto rendimiento deportivo**, Inde, 2002
- González, J.J.; Villegas, J.A., **Valoración del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales**, FEMEDE, 1999
- Haff, G.G.; Triplett, N.T., **Essentials of strength training and conditioning**, Human Kinetics, 2016
- Issurin, V., **Entrenamiento deportivo: periodización en bloques**, Paidotribo, 2012
- Izquierdo, M., **Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y deporte**, Panamericana, 2008
- Matveev, L.P., **Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico**, Paidotribo, 2001
- McDougall, J.D.; Wenger, H.A.; Green, A.J., **Evaluación fisiológica del deportista**, Paidotribo, 2000
- Naclerio, F., **Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes**, Panamericana, 2011
- Navarro, F., **La velocidad**, Gymnos, 1998
- Navarro, F., **La resistencia**, Gymnos, 1998
- Ortiz Cervera, V., **Entrenamiento de fuerza y explosividad para la actividad física y el deporte de competición**, Inde, 1996
- Platonov, V.N., **Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico**, Paidotribo, 2001
- Tous, J., **Nuevas tendencias en fuerza y musculación**, Ergo, 1999
- Weinck, J., **Entrenamiento total**, Paidotribo, 2005
- Wasserman, K.; Hansen, J.E.; Sue, D.Y.; Casaburi, R.; Whipp, B.J., **Principles of exercise testing and interpretation**, Lippincott Williams & Wilkins, 1999

### Recomendacións

#### Asignaturas que continúan el temario

Especialización en deportes individuais II/P02G050V01916

#### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Fundamentos dos deportes individuais/P02G050V01304

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

---

**Otros comentarios**

---

Ningún

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                 |                                                                              |            |       |             |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|-------------|
| <b>Exercicio físico para persoas maiores</b> |                                                                              |            |       |             |
| Asignatura                                   | Exercicio físico para persoas maiores                                        |            |       |             |
| Código                                       | P02G050V01908                                                                |            |       |             |
| Titulación                                   | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                           |            |       |             |
| Descritores                                  | Creditos ECTS                                                                | Seleccione | Curso | Cuatrimstre |
|                                              | 6                                                                            | OP         | 4     | 1c          |
| Lengua                                       | Castelán                                                                     |            |       |             |
| Impartición                                  |                                                                              |            |       |             |
| Departamento                                 | Didácticas especiais                                                         |            |       |             |
| Coordinador/a                                | Cancela Carral, José María                                                   |            |       |             |
| Profesorado                                  |                                                                              |            |       |             |
| Correo-e                                     |                                                                              |            |       |             |
| Web                                          | <a href="http://www.healthyfit.es">http://www.healthyfit.es</a>              |            |       |             |
| Descrición general                           | Avaliación e prescrición de exercicio físico no colectivo de persoas maiores |            |       |             |

### Resultados de Formación e Aprendizaxe

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
|--------|--|

### Resultados previstos na materia

|                                    |                                       |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|------------------------------------|---------------------------------------|

### Contidos

| Tema                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema I. Valoración da condición física e saúde nas persoas maiores.                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción á valoración.</li> <li>2. As Baterías de test.</li> <li>3. Os Cuestionarios.</li> <li>4. Outras ferramentas de valoración.</li> </ol>                                                                                                                                               |
| Tema II. Os efectos do exercicio físico nas persoas maiores.                                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción aos beneficios/prexuízos do exercicio físico en persoas maiores.</li> <li>2. Efectos Físicos.</li> <li>3. Efectos Psíquicos.</li> <li>4. Efectos Sociais.</li> </ol>                                                                                                                |
| Tema III. Prescrición do exercicio físico e patoloxías nas persoas maiores.                      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción ás patoloxías máis comúns en persoas maiores.</li> <li>2. Prescrición de exercicio físico en patoloxías dexenerativas, cardiovasculares e cerebrais.</li> <li>3. Prescrición de exercicio físico en patoloxías osteomusculares.</li> </ol>                                          |
| Tema IV. Programas específicos de exercicio físico para persoas maiores: Pautas de Intervención. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción ao deseño de programas de exercicio físico para persoas maiores.</li> <li>2. Modelos de programas: <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Programas de exercicio físico na auga.</li> <li>2.2. Programas de exercicio físico en seco.</li> </ol> </li> </ol>                   |
| Tema V. O deporte de competición nas persoas maiores.                                            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción á competición en persoas maiores.</li> <li>2. Adaptacións regulamentarias</li> <li>3. Atletas "Máster" vs Atletas "Maiores"</li> <li>4. Os deportes individuais de competición en persoas maiores.</li> <li>5. Os deportes colectivos de competición en persoas maiores.</li> </ol> |

### Planificación

|                               | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección maxistral             | 22.5           | 45                   | 67.5          |
| Traballo tutelado             | 0              | 6                    | 6             |
| Prácticas de laboratorio      | 27             | 27                   | 54            |
| Seminario                     | 0              | 2                    | 2             |
| Saídas de estudo              | 3              | 4.5                  | 7.5           |
| Traballo tutelado             | 6              | 6                    | 12            |
| Exame de preguntas obxectivas | 1.5            | 0                    | 1.5           |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

| <b>Metodoloxía docente</b> |                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            | Descrición                                                                                                                                                                        |
| Lección maxistral          | Exposición oral con apoio audiovisual dos contidos da materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices do traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante. |
| Traballo tutelado          | Desenvolvemento dun traballo grupal en base ás directrices e titorización dos profesores.                                                                                         |
| Prácticas de laboratorio   | Execución e análise de diferentes manifestacións de actividades físicas vinculadas ao temario da materia na instalación deportiva reservada para a mesma.                         |
| Seminario                  | Resolución de dúbidas, consultas sobre a materia e seguimento de traballos.                                                                                                       |
| Saídas de estudo           | Se prevee a visita a diferentes centros nos cales se observará e analizará un programa de exercicio físico para persoas maiores.                                                  |
| Traballo tutelado          |                                                                                                                                                                                   |

### **Atención personalizada**

| <b>Metodoloxías</b> | <b>Descrición</b>                                                                         |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Traballo tutelado   | Desenvolvemento dun traballo grupal en base ás directrices e titorización dos profesores. |

| <b>Avaliación</b>             |                                                                                                                                                        |              |                                       |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|
|                               | Descrición                                                                                                                                             | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |
| Traballo tutelado             | Desenvolverase en grupos traballos tutelados en base ás directrices do profesor/es. Devanditos traballos serán defendidos en clase. Contido teóricos.  | 30           |                                       |
| Traballo tutelado             | Desenvolverase en grupos traballos tutelados en base ás directrices do profesor/es. Devanditos traballos serán defendidos en clase. Contidos prácticos | 30           |                                       |
| Exame de preguntas obxectivas | Desenvolvécese un exame: tipo Test ou/e de preguntas curtas en base aos contidos desenvolvidos en clase.                                               | 40           |                                       |

### **Otros comentarios sobre la Evaluación**

Será imprescindible para superar a asignatura:

Alcanzar un mínimo de 5 puntos en cada unha das dúas probas de avaliación.

Presentar en tempo e forma os diferentes traballos vinculados aos diferentes temas da materia.

Presentar e defender o traballo tutorizado na aula.

O alumnado que non supere o 80% de asistencia ás clases prácticas, deberá realizar unha serie de exercicios teórico-prácticos (a coordinar coa profesora) vinculados á temática das devanditas clases.

En caso de non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xullo.

Só se gardará a nota da parte aprobada para a segunda convocatoria do mesmo curso académico.

As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade na ligazón:

<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>

Os mesmos criterios da convocatoria de xuño, rexen no resto de convocatorias.

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

#### **Bibliografía Básica**

ACSM, **Exercise and Physical Activity for Older Adults**, 2009

ACSM, **Position stand: the recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults**, 1998

Bouchard C, Shephard RJ, Stephens T, Sutton JR, y Mcpherson BD, **Exercise, fitness & health: A consensus of current knowledge**, Human Kinetics, 1990

Meléndez, A, **Actividades físicas para mayores. Las razones para hacer ejercicio.**, Gymnos, 2000

Spiriduso, WW, **Physical Dimensions of Aging**, Human Kinetics, 1995

#### **Bibliografía Complementaria**

Elsawy B, Higgins KE, **Physical activity guidelines for older adults**, 2010

Rodríguez FA, Gusi N, Valenzuela A, Nacher S, Nogués J, y Marina M, **Valoración de la condición física saludable en adultos (I): Antecedentes y protocolos de la batería Afisal-Inefc**, 1998

Rodríguez, F.A.,Valenzuela, A., Gusi,N.,Nacher, S.,yGallardo, I., **Valoración de la condición física saludable en adultos: Fiabilidad, aplicabilidad y valores normativos de la batería Afisal-inefc**, 1999

Rose, DJ., **Equilibrio y movilidad con personas mayores**, 2ª, Paidotribo, 2014

---

## **Recomendacións**

---

### **Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

---

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

---

| DATOS IDENTIFICATIVOS                                                                                                        |                                                    |                                       |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------|--------------|
| <b>Mercadotecnia e dirección de empresas deportivas</b>                                                                      |                                                    |                                       |               |              |
| Asignatura                                                                                                                   | Mercadotecnia e dirección de empresas deportivas   |                                       |               |              |
| Código                                                                                                                       | P02G050V01909                                      |                                       |               |              |
| Titulación                                                                                                                   | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |                                       |               |              |
| Descriptores                                                                                                                 | Creditos ECTS                                      | Seleccione                            | Curso         | Cuatrimestre |
|                                                                                                                              | 6                                                  | OP                                    | 4             | 1c           |
| Lengua                                                                                                                       |                                                    |                                       |               |              |
| Impartición                                                                                                                  |                                                    |                                       |               |              |
| Departamento                                                                                                                 |                                                    |                                       |               |              |
| Coordinador/a                                                                                                                |                                                    |                                       |               |              |
| Profesorado                                                                                                                  |                                                    |                                       |               |              |
| Correo-e                                                                                                                     |                                                    |                                       |               |              |
| Web                                                                                                                          |                                                    |                                       |               |              |
| Descripción general                                                                                                          |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Resultados de Formación e Aprendizaxe</b>                                                                                 |                                                    |                                       |               |              |
| Código                                                                                                                       |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Resultados previstos na materia</b>                                                                                       |                                                    |                                       |               |              |
| Resultados previstos en la materia                                                                                           |                                                    | Resultados de Formación y Aprendizaje |               |              |
| <b>Contidos</b>                                                                                                              |                                                    |                                       |               |              |
| Tema                                                                                                                         |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Planificación</b>                                                                                                         |                                                    |                                       |               |              |
|                                                                                                                              | Horas en clase                                     | Horas fuera de clase                  | Horas totales |              |
| *Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Metodoloxía docente</b>                                                                                                   |                                                    |                                       |               |              |
|                                                                                                                              | Descripción                                        |                                       |               |              |
| <b>Atención personalizada</b>                                                                                                |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Avaliación</b>                                                                                                            |                                                    |                                       |               |              |
| Descripción                                                                                                                  | Calificación                                       | Resultados de Formación y Aprendizaje |               |              |
| <b>Otros comentarios sobre la Evaluación</b>                                                                                 |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Bibliografía. Fontes de información</b>                                                                                   |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Bibliografía Básica</b>                                                                                                   |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Bibliografía Complementaria</b>                                                                                           |                                                    |                                       |               |              |
| <b>Recomendacións</b>                                                                                                        |                                                    |                                       |               |              |

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                     |                                                                                 |            |       |              |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Programas de ejercicio físico y bienestar</b> |                                                                                 |            |       |              |
| Asignatura                                       | Programas de ejercicio físico y bienestar                                       |            |       |              |
| Código                                           | P02G050V01910                                                                   |            |       |              |
| Titulación                                       | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                          |            |       |              |
| Descriptores                                     | Creditos ECTS                                                                   | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                                  | 6                                                                               | OP         | 4     | 1c           |
| Lengua                                           | Castellano                                                                      |            |       |              |
| Impartición                                      | Gallego                                                                         |            |       |              |
| Departamento                                     |                                                                                 |            |       |              |
| Coordinador/a                                    | Serrano Gómez, Virginia                                                         |            |       |              |
| Profesorado                                      | Serrano Gómez, Virginia                                                         |            |       |              |
| Correo-e                                         | vserrano@uvigo.es                                                               |            |       |              |
| Web                                              | <a href="http://http://fcced.uvigo.es/gl/">http://http://fcced.uvigo.es/gl/</a> |            |       |              |
| Descripción general                              |                                                                                 |            |       |              |

### **Resultados de Formación y Aprendizaje**

|        |                                                                                                                                                                                     |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código |                                                                                                                                                                                     |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                                      |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                                                              |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano                                                       |
| B6     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.                                            |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                                                                        |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.                                                           |
| B16    | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.                                                 |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.                         |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                                                                        |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                              |
| C25    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físico-deportivas recreativas                                                                      |
| C26    | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa                                                    |
| C29    | 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 |

### **Resultados previstos en la materia**

| Resultados previstos en la materia                                                                                                                    | Resultados de Formación y Aprendizaje |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----|
| El alumnado tendrá la capacidad de valorar distintas situaciones personales para planificar la práctica de actividad física de forma individualizada. | B2                                    | C25 |
|                                                                                                                                                       | B5                                    | C26 |
|                                                                                                                                                       | B6                                    | C29 |
|                                                                                                                                                       | B13                                   |     |
|                                                                                                                                                       | B14                                   |     |
|                                                                                                                                                       | B16                                   |     |
|                                                                                                                                                       | B18                                   |     |
| El alumnado mostrará hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                     | B26                                   |     |
|                                                                                                                                                       | B13                                   |     |
| El alumnado será capaz de adaptarse a las nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                   | B24                                   |     |
|                                                                                                                                                       | B26                                   | C25 |

|                                                                                                                                                                                                                     |                          |                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------|
| El alumnado mostrará habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                                               | B12<br>B13<br>B24<br>B26 |                   |
| El alumnado comprenderá la literatura científica del ámbito del ejercicio físico y el bienestar                                                                                                                     | B1<br>B2                 |                   |
| El alumnado mostrará la capacidad de identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud | B26                      | C25<br>C26<br>C29 |

## Contenidos

| Tema                                                                                                                     |                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Nuevas Tendencias del fitness, wellness & healthy                                                                     | 1.1. Programas de ejercicio físico y bienestar en los servicios deportivos actuales.<br>1.2. Nuevas Tendencias de programas con orientación físico saludable.            |
| 2. El Entrenamiento personal.                                                                                            | 2.1. La figura del entrenador personal.<br>2.2. Márketing y comunicación.<br>2.3. Aplicación de los programas de ejercicio físico y bienestar al entrenamiento personal. |
| 3. Fundamentos, estructura, diseño y control de programas de ejercicio físico y bienestar según el objetivo del usuario. | 3.1. Segmentos poblaciones en los practicantes de servicios deportivos.                                                                                                  |
| 4. Equipaciones de fitness, wellness & healthy                                                                           | 4.1. Las tendencias en la equipación de los servicios deportivos y el fitness<br>4.2. Equipaciones.                                                                      |

## Planificación

|                                        | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|----------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Prácticas de laboratorio               | 26             | 16                   | 42            |
| Resolución de problemas                | 2              | 10                   | 12            |
| Presentación                           | 2              | 5                    | 7             |
| Flipped Learning                       | 2              | 10                   | 12            |
| Trabajo tutelado                       | 2              | 22                   | 24            |
| Lección magistral                      | 18             | 2                    | 20            |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | 1              | 30                   | 31            |
| Examen de preguntas objetivas          | 2              | 0                    | 2             |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                          | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prácticas de laboratorio | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Según los contenidos se podrán desarrollar en espacios especiales con equipamiento especializado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Resolución de problemas  | Actividad en la que se formulan problemas y/o ejercicios relacionados con la asignatura. El alumno debe desarrollar las soluciones adecuadas o correctas mediante la ejercitación de rutinas, la aplicación de fórmulas o algoritmos, la aplicación de procedimientos de transformación de la información disponible y la interpretación de los resultados. Se suele utilizar como complemento de la lección magistral.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Presentación             | Exposición por parte del alumnado ante el docente y/o un grupo de estudiantes de un tema sobre contenidos de la materia o de los resultados de un trabajo, ejercicio, proyecto...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Flipped Learning         | El estudiante recibirá a través de la plataforma de teledocencia faitic documentación para que pueda trabajar sobre ella y posteriormente poder plantear al profesor dudas o problemas de aprendizaje relacionado con estos contenidos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Trabajo tutelado         | El estudiante, en pequeño grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia acordada previamente con el profesor/a.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Lección magistral        | El carácter de la materia hace necesario combinar varios tipos de metodologías, dependiendo de la naturaleza de los objetivos a alcanzar y los contenidos a tratar. Se abogará por una metodología activa, alternando exposiciones magistrales y trabajo en pequeño grupo en las sesiones teóricas y vivencia de las diferentes propuestas de tareas (del profesor y de los propios alumnos) en las sesiones prácticas.<br>Además, el alumno dispondrá de un soporte virtual de apoyo a la docencia, a través de plataforma telemática, con el que podrá realizar un seguimiento parcialmente on-line de la materia.<br>- Organización de la docencia:<br>Las sesiones de carácter teórico y práctico se desarrollarán en horario y localización fijadas por el centro. |

| <b>Atención personalizada</b> |                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Metodologías</b>           | <b>Descripción</b>                                                                                                                                                                                                                 |
| Prácticas de laboratorio      | En el horario de tutorías se resolverán dudas concretas sobre los contenidos, esta podrá ser según se acuerde de forma presencial, a través de los despachos virtuales de los profesores, correo electrónico y/o plataforma Moovi. |
| Trabajo tutelado              | En el horario de tutorías se resolverán dudas concretas sobre los contenidos, esta podrá ser según se acuerde de forma presencial, a través de los despachos virtuales de los profesores, correo electrónico y/o plataforma Moovi. |
| <b>Pruebas</b>                | <b>Descripción</b>                                                                                                                                                                                                                 |
| Examen de preguntas objetivas |                                                                                                                                                                                                                                    |

| <b>Evaluación</b>             |                                                                                                                                                                                   |              |                                       |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|
|                               | Descripción                                                                                                                                                                       | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |
| Prácticas de laboratorio      | Se valorará la asistencia, participación activa y resolución de actividades propuestas                                                                                            | 20           | C25<br>C26<br>C29                     |
| Presentación                  | Exposición por parte del alumnado ante el docente y/o un grupo de estudiantes de un tema sobre contenidos de la materia o de los resultados de un trabajo, ejercicio, proyecto... | 5            | B6<br>B12<br>B13<br>B24<br>B26        |
| Trabajo tutelado              | El estudiante, en pequeño grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia acordada previamente con el profesor/a.                                                     | 35           | B2<br>B5<br>B12<br>C25<br>C26<br>C29  |
| Examen de preguntas objetivas | El examen teórico podrá constar de preguntas cortas y/o tipo test de los diversos contenidos de la materia.                                                                       | 40           |                                       |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Todo el alumnado asista o no a las aulas, tiene derecho a ser evaluado (mediante examen o según establezca la guía docente).

a) En la 1ª convocatoria el examen tendrá una valoración del 40%, el trabajo un 35%, presentación 5%, y las sesiones prácticas un 20% (Deberán asistir como mínimo al 80% de las sesiones prácticas). Los alumnos que no cumplan el 80% de asistencia práctica, deberán realizar un examen práctico y/o se incluirá una pregunta/s extras de desarrollo en el examen de respuesta corta / test.

Es indispensable superar el examen teórico con una calificación mínima de 5 puntos para aprobar la materia.

b) De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la 2ª edición, en las mismas condiciones.

c) Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

American College of Sports Medicine, **ACSM's guidelines to exercise testing and prescription**, Lippincott Williams & Wilkins, 2009

Bouchard, C., Blair, S.N., Haskell, W., **Physical activity and health**, Human Kinetics, 2007

Buckley, J.P., Redgrave, A., Redgrave, S., **Exercise physiology in special populations**, Churchill Livingstone.-Dwyer, 2008

Coburn, J. W., Malek, M. H., **Manual NSCA. Fundamentos del Entrenamiento Personal**, Paidotribo, 2014

Dwyer, G.B., Davis, S.E., **ACSM's health-related physical fitness assessment manual**, Lippincott Williams & Wilkins, 2008

Earle, R., **Fundamentos del entrenamiento personal.**, Paidotribo, 2008

García-García, O. y Serrano Gómez, V., **Entrenamiento personal. Guía para el desarrollo profesional**, Medica Panamericana, 2017

Riva, L., **Physical activity and health guidelines. Recommendations for various ages, fitness levels, and conditions from 57 authoritative sources**, Human Kinetics., 2010

Werner, W.K., Hoeger, S.A., **Fitness and wellness.**, 8, Wadsworth, 2009

#### Bibliografía Complementaria

American College of Sports Medicine, **Exercise management for persons with chronic diseases and disabilities**, Human Kinetics, 2003

---

Busquet, L, **Las cadenas musculares (tomo I)**, Paidotribo, 2000

---

Colado, JC, **Acondicionamiento físico en el medio acuático**, Paidotribo, 2004

---

Gomariz, J.R., **Estiramientos de cadenas musculares**, La liebre de marzo, 2009

---

Isidro, F., Heredia, JR, Pinsach, P., Ramón-Costa, M., **Manual del entrenador personal: del fitness al wellness**, Paidotribo, 2007

---

Ratames, N, **Manual ACSM de Entrenamiento de la Fuerza y del Acondicionamiento Físico**, Paidotribo, 2015

---

Souchard, P, **RPG. Principios de la reeducación postural global**, Paidotribo, 2005

---

---

## **Recomendaciones**

---

### **Asignaturas que continúan el temario**

---

Actividades de fitness/P02G050V01901

---

---

### **Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

---

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

---

### **Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

---

Actividades de fitness/P02G050V01901

---

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                  |                                                        |            |       |              |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Psicología del entrenamiento deportivo</b> |                                                        |            |       |              |
| Asignatura                                    | Psicología del entrenamiento deportivo                 |            |       |              |
| Código                                        | P02G050V01911                                          |            |       |              |
| Titulación                                    | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |            |       |              |
| Descriptores                                  | Creditos ECTS                                          | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                               | 6                                                      | OP         | 4     | 1c           |
| Lengua                                        | Castellano                                             |            |       |              |
| Impartición                                   | Gallego                                                |            |       |              |
| Departamento                                  |                                                        |            |       |              |
| Coordinador/a                                 | Dosil Díaz, Joaquín                                    |            |       |              |
| Profesorado                                   | Dosil Díaz, Joaquín                                    |            |       |              |
| Correo-e                                      | jdosil@uvigo.es                                        |            |       |              |
| Web                                           |                                                        |            |       |              |
| Descripción general                           |                                                        |            |       |              |

| <b>Resultados de Formación y Aprendizaje</b> |                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código                                       |                                                                                                                                                                                                                      |
| B2                                           | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                                                                                               |
| B4                                           | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                                                              |
| B5                                           | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano                                                                                        |
| B6                                           | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.                                                                             |
| B7                                           | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.                                                                                        |
| B8                                           | Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.                                                                                         |
| B15                                          | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B17                                          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                                                             |
| B25                                          | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                                                                     |
| B26                                          | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                                                               |
| C2                                           | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar                                                               |

| <b>Resultados previstos en la materia</b>                                                                                                               |                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia                                                                                                                      | Resultados de Formación y Aprendizaje                  |
| Identificar e planificar a resolución de situaciones educativas que afectan a estudiantes con diferentes capacidades e distintos ritmos de aprendizaje. | B4<br>B5<br>B7<br>B15<br>B25<br>B26<br>C2              |
| Comprensión da psicoloxía específica de cada modalidade deportiva, así como tratar cos deportistas e adestradores.                                      | B2<br>B4<br>B6<br>B7<br>B8<br>B15<br>B17<br>B25<br>B26 |

## Contenidos

| Tema                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. La psicología en el entrenamiento y en la competición.                   | 1. La importancia de la psicología en el deporte.<br>2. La importancia de la psicología en el entrenamiento.<br>3. La importancia de la psicología en la Competición.<br>4. La figura del psicólogo del deporte.                           |
| 2. Evaluación, Planificación e Intervención Psicológica                     | 1. Concepto de entrenamiento mental<br>2. Niveles de asesoramiento mental<br>3. Evaluación y planificación del entrenamiento mental<br>4. Preparación psicológica de los entrenamientos<br>5. Preparación psicológica de las competiciones |
| 3. Programas de Entrenamiento Mental.                                       | 1. Psicología del atletismo<br>2. Psicología del tenis<br>3. Psicología del golf<br>4. Psicología del motociclismo<br>5. Psicología del automovilismo<br>6. Psicología del surf                                                            |
| 4. Preparación psicológica de las competiciones.                            | 1. Psicología del fútbol<br>2. Psicología del baloncesto<br>3. Psicología del volleyball                                                                                                                                                   |
| 5. Estrategias psicológicas de intervención.                                | 1. Técnicas de intervención psicológica<br>2. Establecimiento de objetivos<br>3. Relajación<br>4. Visualización<br>5. Técnicas cognitivas<br>6. Técnicas de biofeedback y neurofeedback<br>7. Técnicas de habilidades de comunicación      |
| 6. Asesoramiento Psicológico a Entrenadores, Padres, Directivos y Árbitros. | 1. Enfoque educativo de la iniciación deportiva<br>2. Motivos para comenzar y abandonar un deporte<br>3. Del triángulo al pentágono de la iniciación deportiva<br>4. Los componentes del pentágono de la iniciación deportiva              |

## Planificación

|                               | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Presentación                  | 2              | 0                    | 2             |
| Debate                        | 16             | 30                   | 46            |
| Lección magistral             | 28             | 28                   | 56            |
| Examen de preguntas objetivas | 2              | 35                   | 37            |
| Observación sistemática       | 2              | 0                    | 2             |
| Trabajo                       | 2              | 5                    | 7             |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                   | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Presentación      | Exposición por parte del alumno de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directoras de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar en grupos.                                                                                                                                                                          |
| Debate            | Exposición, por grupos, delante do grupo mediano, e despois por escrito ao profesor, dos resultados da valoración de tres alumnos/as de educación infantil (3, 4 e 5 anos), utilizando probas adaptadas a este alumnado co obxecto de detectar posibles causas das dificultades de aprendizaxe que poida manifestar un alumno/a e actuar en consecuencia. |
| Lección magistral | Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directoras dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante.                                                                                                                                                                         |

| <b>Atención personalizada</b> |                                                                                                                                        |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Metodologías</b>           | <b>Descripción</b>                                                                                                                     |
| Presentación                  | Los alumnos tendrán que presentar la planificación psicológica de una temporada, tanto de forma individual como en equipos.            |
| <b>Pruebas</b>                | <b>Descripción</b>                                                                                                                     |
| Examen de preguntas objetivas | Los alumnos tendrán que realizar una prueba tipo test con 40 preguntas y tres alternativas de respuesta.                               |
| Trabajo                       | Los alumnos tendrán que presentar un trabajo de entrenamiento mental en una modalidad deportiva, presentando el proyecto al finalizar. |

| <b>Evaluación</b>             |                                                                                                                                                                                         |              |                                                              |    |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------|----|
|                               | Descripción                                                                                                                                                                             | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje                        |    |
| Presentación                  | Defensa del trabajo presentado por escrito.                                                                                                                                             | 30           | B2<br>B4<br>B5<br>B6<br>B7<br>B8<br>B15<br>B17<br>B25<br>B26 | C2 |
| Examen de preguntas objetivas | 40% La evaluación final consistirá en una prueba tipo test de 40 pregunta, con 3 alternativas de respuesta y solo una verdadera. Cada dos respuestas incorrectas restarán una correcta. | 40           | B2<br>B4<br>B5<br>B6<br>B7<br>B8<br>B15<br>B17<br>B25<br>B26 | C2 |
| Trabajo                       | Presentación de un trabajo en el que se profundiza en la psicología de cada modalidad deportiva.                                                                                        | 30           | B2<br>B4<br>B5<br>B6<br>B7<br>B8<br>B15<br>B17<br>B25<br>B26 | C2 |

#### **Otros comentarios sobre la Evaluación**

El 100% de la evaluación de la materia se distribuye a través del 60% Exposición por parte del alumnado ante el/la docente y/o un grupo de estudiantes de un tema sobre contenidos de la materia o de los resultados de un trabajo, ejercicio, proyecto... Se puede llevar a cabo de manera individual o en grupo; y el 40% que es el examen de preguntas objetivas.

En las sucesivas convocatorias se mantendrán los mismos criterios para aprobar que en la primera.

Se debe ver la fecha de evaluación en la web de la facultad.

#### **Fuentes de información**

##### **Bibliografía Básica**

Dosil, J. (Ed), **El psicólogo del deporte: asesoramiento e intervención.**, 2, Síntesis, 2002

Dosil, J. (Ed), **The Sport Psychologist Handbook: a guide for sport-specific performance enhancement.**, 1, John Wiley & Sons, 2006

Dosil, J., **Psicología de la actividad Física y del Deporte**, 2, McGraw-Hill, 2008

##### **Bibliografía Complementaria**

Buceta, J.M., **Psicología del entrenamiento deportivo**, 1, Dykinson, 1998

Weinberg, R. y Gould, D., **Fundamentos en Psicología del Deporte**, 3, Panamericana, 2009

---

### **Recomendaciones**

#### **Asignaturas que continúan el temario**

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

#### **Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Emprendimiento e innovación en las ciencias del deporte**

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Emprendimiento e innovación en las ciencias del deporte                                                                                                                                                                                                                                                       |            |       |              |
| Código              | P02G050V01913                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                                                                                                                                                                                                                                                        |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | OP         | 4     | 1c           |
| Lengua              | Castellano                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |       |              |
| Impartición         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
| Departamento        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
| Coordinador/a       | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Profesorado         | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Correo-e            | ivanmartinez@uvigo.es                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |       |              |
| Web                 | <a href="http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002">http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002</a> |            |       |              |
| Descripción general |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |

**Resultados de Formación y Aprendizaje**

|        |                                                                                                                                                  |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código |                                                                                                                                                  |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.             |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                 |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                           |
| C19    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas           |
| C20    | Capacidad para gestionar los servicios deportivos públicos y privados                                                                            |
| C21    | Capacidad para diseñar el programa de funcionamiento de las instalaciones deportivas y seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado |

**Resultados previstos en la materia**

| Resultados previstos en la materia                                                                                                               | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.             | 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                                   |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas           | C19                                   |
| Capacidad para gestionar los servicios deportivos públicos y privados                                                                            | C20                                   |
| Capacidad para diseñar el programa de funcionamiento de las instalaciones deportivas y seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado | C21                                   |

**Contenidos**

|                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Tema-1 Modelos de negocio en Ciencias del Deporte | Deporte profesional, gestión de instalaciones, consultoría y asesoría, Fitness/Wellness, apuestas deportivas online, eSports, fabricación y venta de material y equipamiento..., estudios de casos de modelos de negocio emblemáticos en AF y Deporte ( Nike, BH, Polar, NBA, Anytime fitness, Curves, Adidas, Roland Garros, Masters de Augusta...)                                                           |
| Tema-2 Innovación en Ciencias del Deporte         | Concepto y metodología de innovación, tipos de innovación, la innovación en el modelo de negocio, marketing innovador, innovación abierta, innovación tecnológica, estudios de casos emblemáticos de innovación en AF y Deporte. (Decathlon, Less Mills, TRX, FMS, MacFit, Pilates, Crossfit, Bike24 ...)                                                                                                      |
| Tema-3 Emprendimiento en Ciencias del Deporte     | Necesidad no satisfecha, desarrollo de la idea innovadora para satisfacer la necesidad centrada en el cliente, plan para hacer de la idea un negocio, elección del modelo de negocio, estudio de viabilidad del negocio, puesta en marcha del negocio, nichos de mercado, estudio de casos emblemáticos de emprendimiento en AF y Deporte (Jim Sports, Sidecu-Supera, Distrito estudio, Check your motion,...) |

| <b>Planificación</b>                   |                |                      |               |
|----------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
|                                        | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
| Lección magistral                      | 22.5           | 33.75                | 56.25         |
| Prácticas con apoyo de las TIC         | 15             | 30                   | 45            |
| Estudio de casos                       | 15             | 30.75                | 45.75         |
| Examen de preguntas objetivas          | 0              | 1                    | 1             |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | 0              | 1                    | 1             |
| Estudio de casos                       | 0              | 1                    | 1             |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

| <b>Metodologías</b>            |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                | Descripción                                                                                                                                                                                                                                               |
| Lección magistral              | Exposición por parte del profesor de los contenidos fundamentales de la materia objeto de estudio de forma interactiva.                                                                                                                                   |
| Prácticas con apoyo de las TIC | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollarán a través de las TIC de forma autónoma.                   |
| Estudio de casos               | Análisis de un hecho, problema o suceso real con la finalidad de conocerlo, interpretarlo, resolverlo, generar hipótesis, contrastar datos, reflexionar, completar conocimientos, diagnosticarlo y entrenarse en procedimientos alternativos de solución. |

### **Atención personalizada**

| <b>Metodologías</b>            | <b>Descripción</b>                                                                                                                                                         |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prácticas con apoyo de las TIC | En función de las circunstancias, el alumnado recibirá atención individualizada en modo presencial (horario de tutorías previa cita) o no presencial (correo electrónico). |

| <b>Evaluación</b>                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                                       |                   |  |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|-------------------|--|
|                                        | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |                   |  |
| Examen de preguntas objetivas          | Prueba objetiva (test) con 4 opciones de respuesta en la que cada respuesta incorrecta resta para anular el efecto del azar.                                                                                                                                                                                      | 25           | B12<br>B25<br>B26                     | C19<br>C20<br>C21 |  |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | El alumnado resolverá problemas/ejercicios de forma individual y autónoma siguiendo las indicaciones del profesor. Los ejercicios deberán estar cumplimentados y entregados a través de Moovi dentro del plazo establecido. No serán válidos a efectos de la evaluación los ejercicios entregados fuera de plazo. | 40           | B12<br>B25<br>B26                     | C19<br>C20<br>C21 |  |
| Estudio de casos                       | El alumnado trabajará individualmente durante todo el cuatrimestre en el análisis de un estudio de caso, siguiendo las indicaciones del profesor que deberá entregar en Moovi en el plazo establecido. No serán válidos a efectos de la evaluación los estudios de caso entregados fuera de plazo.                | 35           | B12<br>B25<br>B26                     | C19<br>C20<br>C21 |  |

### **Otros comentarios sobre la Evaluación**

PRIMERA CONVOCATORIA:

- Modalidad de **EVALUACIÓN CONTINUA** consta de 3 pruebas:
  - Examen (Grupo-A)
  - Resolución de problemas y/o ejercicios de forma individual (Grupo-B)
  - Estudio de caso individual
    - Para superar la materia en esta modalidad de evaluación será requisito imprescindible:
      - La asistencia presencial al 80% de las sesiones prácticas (Grupo-B )
      - Obtener un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada una de las tres pruebas.
  - La calificación de la materia resultará de la suma y ponderación del resultado de las 3 pruebas.
- Modalidad de **EVALUACIÓN GLOBAL\*** consta de 1 prueba global (examen) que constará de 3 partes:

- Preguntas objetivas (test) con un peso del 20% sobre la calificación final (Grupo-A)
- Preguntas de respuesta corta con un peso del 45% sobre la calificación final (Grupos-B)
- Preguntas de desarrollo con un peso del 35% sobre la calificación final
  - Para superar la materia en esta modalidad de evaluación será requisito imprescindible:
    - Obtener un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada una de las 3 partes.

#### SEGUNDA CONVOCATORIA Y SIGUIENTES:

- Modalidad de **EVALUACIÓN GLOBAL** (idem primera convocatoria)

*\* A elección da modalidade de avaliación global supón a renuncia ao dereito de seguir avaliándose das actividades da modalidade de avaliación continua que resten e á cualificación obtida ata ese momento en calquera das probas que xa tiveron lugar (Art. 19, Regulamento sobre a avaliación, calificación e a calidade da docencia (aprobado no claustro do 18 de abril de 2023)).*

---

#### Fuentes de información

##### Bibliografía Básica

Lorente, Joaquín, **Piensa, es gratis.**, Planeta, 2009  
 Cornella, Alfons, **Cómo innovar sin ser google**, Profit, 2019  
 Blan, Steve y Dorf Bob, **El manual del emprendedor**, Centro libros PAPF, 2012  
 Ratten, Vanessa, **Sports innovation management**, Routledge, 2018  
 WordPress, <https://es.wordpress.com/>,  
 Global sport Innovation Center, <https://sport-gsic.com/?lang=es>,  
 Red profesional LinkedIn, <https://www.linkedin.com>,

##### Bibliografía Complementaria

---

#### Recomendaciones

##### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Gestión y organización de los sistemas deportivos II/P02G050V01702  
 Ocio y turismo deportivo/P02G050V01701

##### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Gestión y organización de los sistemas deportivos I/P02G050V01504

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Entrenamiento de readaptación para la actividad física y el deporte**

|                     |                                                                     |            |       |              |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Entrenamiento de readaptación para la actividad física y el deporte |            |       |              |
| Código              | P02G050V01914                                                       |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte              |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS                                                       | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6                                                                   | OP         | 4     | 1c           |
| Lengua              | Castellano                                                          |            |       |              |
| Impartición         |                                                                     |            |       |              |
| Departamento        |                                                                     |            |       |              |
| Coordinador/a       | Serrano Gómez, Virginia                                             |            |       |              |
| Profesorado         | Serrano Gómez, Virginia                                             |            |       |              |
| Correo-e            | vserrano@uvigo.es                                                   |            |       |              |
| Web                 |                                                                     |            |       |              |
| Descripción general |                                                                     |            |       |              |

**Resultados de Formación y Aprendizaje**

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| A1     | Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio. |
| A2     | Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.                                                                                       |
| A3     | Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.                                                                                                                    |
| A4     | Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.                                                                                                                                                                                                                   |
| A5     | Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.                                                                                                                                                                                                  |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                                                                                                                                                                                                             |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                                                                                                                                                                                                                                     |
| B3     | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                                                                                                                                                                                                    |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano                                                                                                                                                                                                                              |
| B7     | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.                                                                                                                                                                                                                              |
| B8     | Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.                                                                                                                                                                                                                               |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                                                                                                                                                                                       |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.                                                                                                                                                                                                                                  |
| B17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                                                                                                                                                                                                   |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.                                                                                                                                                                                                |
| B19    | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud.                                                                                                                                                                                                                                                         |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.                                                                                                                                                                                                                                     |
| B21    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                                                                                                                                                                                                                                            |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                                                                                                                                                                                                                                     |
| C7     | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles                                                                                                                                                                                                                                                    |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo                                                                                                                                                                                                              |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo                                                                                                                                                                               |

|     |                                                                                                                                                                                               |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C10 | Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo         |
| C11 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo                                                                                     |
| C12 | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo                                             |
| C13 | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud                                                                                             |
| C14 | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población adulta, mayores y discapacitados               |
| C15 | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud |
| C16 | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud                                                      |
| C17 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud                                                          |
| C18 | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados        |

### Resultados previstos en la materia

| Resultados previstos en la materia                                                                                                                               | Resultados de Formación y Aprendizaje |                                             |                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Definir entrenamiento de readaptación, entrenamiento preventivo, reaprendizaje motor, retorno a la actividad física cotidiana y retorno a la práctica deportiva. | A4                                    | B1<br>B2                                    | C16<br>C17                                   |
| Diferenciar entre alta médica, alta deportiva y alta funcional.                                                                                                  | A1<br>A3                              | B1<br>B2                                    | C10<br>C16<br>C17<br>C18                     |
| Entender los roles y las relaciones entre los componentes de un equipo interdisciplinar para la planificación y el desarrollo de un proceso de readaptación.     | A1<br>A2                              | B2<br>B8<br>B14<br>B17<br>B18<br>B19<br>B20 | C7<br>C8<br>C9<br>C15<br>C16                 |
| Describir los protocolos de entrenamiento físico más habituales en procesos de recuperación de lesiones.                                                         | A1<br>A2<br>A4                        | B18<br>B19<br>B21                           | C7<br>C8<br>C10<br>C13<br>C14<br>C15<br>C18  |
| Explicar los aspectos fundamentales que se deben considerar en un proceso de entrenamiento de readaptación.                                                      | A1<br>A4<br>A5                        | B1<br>B2<br>B17<br>B18<br>B19               | C7<br>C8<br>C9<br>C11<br>C12                 |
| Identificar las lesiones del aparato locomotor con mayor prevalencia en un contexto de práctica de actividad física.                                             | A1<br>A5                              | B7<br>B17<br>B18<br>B19<br>B23              | C10<br>C11<br>C13<br>C14                     |
| Determinar los objetivos, los métodos y los sistemas para el control de la calidad en un entrenamiento de readaptación.                                          | A3<br>A4                              | B18<br>B19<br>B20<br>B21                    | C7<br>C8<br>C11<br>C18                       |
| Programar de forma individual, segura y controlada los contenidos seleccionados para un entrenamiento de readaptación.                                           | A1<br>A3<br>A5                        | B2<br>B13<br>B17<br>B18                     | C7<br>C11<br>C13<br>C14<br>C15<br>C17<br>C18 |

|                                                                                             |                |                                                   |                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Determinar la carga óptima que mejore la seguridad y eficacia en programas de intervención. | A1<br>A5       | B1<br>B2<br>B3<br>B12<br>B13<br>B14<br>B19<br>B20 | C7<br>C8<br>C11<br>C15<br>C16<br>C17        |
| Aplicar estrategias de prevención para diferentes contextos de práctica.                    | A1<br>A2<br>A3 | B5<br>B7<br>B19<br>B20<br>B23                     | C7<br>C8<br>C13<br>C14<br>C16<br>C17<br>C18 |

## Contenidos

| Tema                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Definición de conceptos clave.                                                                                                               | Contextualización. Conceptos. Objetivos y principios básicos. Competencias del readaptador.                                                                                                                              |
| 2. Modelo multidisciplinar para la recuperación de lesiones.                                                                                    | Equipo multidisciplinar como parte activa del proceso.                                                                                                                                                                   |
| 3. Lesiones del aparato locomotor: prevalencia, factores de riesgo y efecto del ejercicio físico en prevención, calidad de vida y recuperación. | Principios fundamentales de las lesiones deportivas. Factores de riesgo y efecto del ejercicio en la prevención y calidad de vida. Etapas y objetivos del proceso lesivo. Lesiones más frecuentes del aparato locomotor. |
| 4. Criterios metodológicos para el entrenamiento de readaptación.                                                                               | Criterios metodológicos y de valoración. Prevención y planificación de la recuperación funcional.                                                                                                                        |
| 5. Estrategias de entrenamiento físico para la prevención de lesiones del aparato locomotor.                                                    | La prevención de lesiones a partir del entrenamiento físico. Casos de prevención de lesiones del aparato locomotor.                                                                                                      |
| 6. Estrategias de entrenamiento físico para la recuperación de la condición física en población deportista y población no deportista.           | Recuperación de lesiones a partir del entrenamiento en diferentes tipos de poblaciones. Casos de recuperación de lesiones en población deportista y no deportista.                                                       |
| 7. Procedimientos de evaluación y control en un proceso de entrenamiento de readaptación                                                        | Valoración de las cualidades físicas del deportista lesionado. Vuelta al deporte desde una perspectiva objetivable y cuantificable.                                                                                      |

## Planificación

|                               | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Trabajo tutelado              | 1              | 40                   | 41            |
| Lección magistral             | 18             | 0                    | 18            |
| Estudio de casos              | 4              | 10                   | 14            |
| Resolución de problemas       | 4              | 10                   | 14            |
| Portafolio/dossier            | 1              | 15                   | 16            |
| Prácticas de laboratorio      | 20             | 7.5                  | 27.5          |
| Presentación                  | 2              | 10                   | 12            |
| Flipped Learning              | 1              | 5                    | 6             |
| Examen de preguntas objetivas | 1.5            | 0                    | 1.5           |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                   | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado  | El estudiante, en pequeño grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia acordada previamente con el profesor/a.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Lección magistral | El carácter de la materia hace necesario combinar varios tipos de metodologías, dependiendo de la naturaleza de los objetivos a alcanzar y los contenidos a tratar. Se abogará por una metodología activa, alternando exposiciones magistrales y trabajo en pequeño grupo en las sesiones teóricas y vivencia de las diferentes propuestas de tareas (del profesor y de los propios alumnos) en las sesiones prácticas.<br>Además, el alumno dispondrá de un soporte virtual de apoyo a la docencia, a través de la plataforma TEMA ( <a href="http://www.uvigo.es/faitic">http://www.uvigo.es/faitic</a> ), con el que podrá realizar un seguimiento parcialmente on-line de la materia.<br>- Organización de la docencia:<br>Las sesiones de carácter teórico y práctico se desarrollarán en horario y localización fijadas por el centro. |

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Estudio de casos         | Actividad en la que se formulan estudios de caso y ejercicios relacionados con la asignatura que el alumno debe desarrollar                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Resolución de problemas  | Actividad en la que se formulan problemas y/o ejercicios relacionados con la asignatura. El alumno debe desarrollar las soluciones adecuadas o correctas mediante la ejercitación de rutinas, la aplicación de fórmulas o algoritmos, la aplicación de procedimientos de transformación de la información disponible y la interpretación de los resultados. Se suele utilizar como complemento de la lección magistral. |
| Portafolio/dossier       | Documento donde se recogen prácticas y ejercicios resueltos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Prácticas de laboratorio | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio.                                                                                                                                                                                                                                         |
| Presentación             | Presentación y exposición de trabajos y prácticas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Flipped Learning         | El estudiante recibirá a través de la plataforma de teledocencia faitic documentación para que pueda trabajar sobre ella y posteriormente poder plantear al profesor dudas o problemas de aprendizaje relacionado con estos contenidos                                                                                                                                                                                  |

### Atención personalizada

| Metodologías     | Descripción                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Flipped Learning | Las dudas concretas sobre los contenidos se resolverán durante lo horario de tutoría, esta podrá ser acordada de forma presencial, a través de los despachos virtuales del profesorado, correo electrónico y/o plataforma Moovi. |
| Trabajo tutelado | Las dudas concretas sobre los contenidos se resolverán durante lo horario de tutoría, esta podrá ser acordada de forma presencial, a través de los despachos virtuales del profesorado, correo electrónico y/o plataforma Moovi. |

### Evaluación

|                               | Descripción                                                                                                                   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|
| Trabajo tutelado              | El estudiante, en pequeño grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia acordada previamente con el profesor/a. | 35           |                                       |
| Portafolio/dossier            | Dossier de ejercicios y prácticas                                                                                             | 20           |                                       |
| Presentación                  | Presentación/ exposición de trabajos y prácticas                                                                              | 5            |                                       |
| Examen de preguntas objetivas | Examen de preguntas objetivas                                                                                                 | 40           |                                       |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Todo el alumnado asista o no a las aulas, tiene derecho a ser evaluado (mediante examen o según establezca la guía docente).

a) En la 1ª convocatoria el examen tendrá una valoración del 40%, el trabajo un 35%, presentación 5%, y el dossier/ sesiones prácticas un 20% (deberán asistir como mínimo al 80% de las sesiones). Los alumnos que no cumplan el 80% de asistencia, deberán realizar un examen práctico y/o se incluirá una pregunta/s extra/s de desarrollo en el examen de respuesta corta / test.

Es indispensable superar el examen teórico con una calificación mínima de 5 puntos para aprobar la materia.

b) De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la 2ª edición, en las mismas condiciones.

c) Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad.

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Bahr, R., **Lesiones deportivas: diagnóstico, tratamiento y rehabilitación.**, Médica Panamericana, 2007

Freese, J., **Fitness Terapéutico.**, Paidotribo, 2006

#### Bibliografía Complementaria

Balius, R., Pedret, C., **Lesiones musculares en el deporte.**, Médica Panamericana, D.L., 2013

Boyle, M., **El entrenamiento funcional aplicado a los deportes.**, Ed. Tutor., 2017

Chicharro, J.L. y Sánchez, D., **Fisiología y Fitness para corredores.**, Ed. Prowellness, 2014

Doral, M. y Karlsson, J., **Sports Injuries: Prevention, Diagnosis, Treatment and Rehabilitation.**, Ed. SpringerVerlag., 2015

García, O. & Serrano, V. (Coord.), **Entrenamiento Personal. Guía para el desarrollo profesional**, Médica Panamericana, 2017

Hall, C.M., Brody, L.T., **Ejercicio terapéutico. Recuperación Funcional.**, Paidotribo, 2006

Joyce D., Lewindo D., **Sports Injury Prevention and Rehabilitation : Integrating Medicine and Science for Performance Solutions. London.**, Taylor and Francis Ltd., 2016

Mayr, H. y Zaffagnini, S., **Prevention of Injuries and Overuse in Sports: Directory for Physicians, Physiotherapists, Sport Scientists and Coaches**, Ed. ESSKA, 2015

Romero, D., Tous, J., **Prevención de lesiones en el deporte. Claves para un rendimiento deportivo óptimo**, Médica Panamericana, 2010

Salom Moreno, S., **READAPTACION TRAS LAS LESIONES DEPORTIVAS: UN TRATAMIENTO MULTIDISCIPLINAR BASADO EN LA EVIDENCIA**, Médica Panamericana, 2020

---

## **Recomendaciones**

---

### **Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

Programas de ejercicio físico y bienestar/P02G050V01910

---

### **Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

Actividades de fitness/P02G050V01901

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Nuevas tendencias de ejercicio físico en adultos mayores con patologías**

|                     |                                                                                                 |            |       |              |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Nuevas tendencias de ejercicio físico en adultos mayores con patologías                         |            |       |              |
| Código              | P02G050V01915                                                                                   |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                                          |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS                                                                                   | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6                                                                                               | OP         | 4     | 1c           |
| Lengua Impartición  | Castellano                                                                                      |            |       |              |
| Departamento        |                                                                                                 |            |       |              |
| Coordinador/a       | Cancela Carral, José María                                                                      |            |       |              |
| Profesorado         | Cancela Carral, José María<br>Varela Martínez, Silvia<br>Vila Suarez, Maria Elena               |            |       |              |
| Correo-e            | chemacc@uvigo.es                                                                                |            |       |              |
| Web                 |                                                                                                 |            |       |              |
| Descripción general | Análisis y diseño de nuevas tendencias de ejercicio físico para personas mayores con patologías |            |       |              |

**Resultados de Formación y Aprendizaje**

|        |                                                                                                                                      |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código |                                                                                                                                      |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                               |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano        |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                               |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. |
| B19    | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud.                                   |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.               |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                     |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                               |

**Resultados previstos en la materia**

| Resultados previstos en la materia                                                                                                                                                                                                                                       | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| El estudiante será capaz de proponer el desarrollo de diferentes programas de ejercicio físico adecuándolos a las necesidades del adulto mayor en función de la patología presente, y establecer el control de la carga dentro de la planificación del ejercicio físico. | B5<br>B12<br>B20<br>B26               |
| El estudiante será capaz de aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, para justificar el efecto que provoca el programa de ejercicio físico en el adulto mayor en función de la patología existente.                               | B2<br>B19<br>B20                      |
| El estudiante será capaz de identificar los riesgos, que se derivan para la salud del adulto mayor, de la práctica inadecuada de ejercicio físico.                                                                                                                       | B11<br>B20<br>B26                     |
| El estudiante será capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para desarrollar cada programa de ejercicio físico en función de la patología presente.                                                                           | B12<br>B19<br>B25                     |
| El estudiante será capaz de actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional                                                                                                                                                     | B11<br>B26                            |

**Contenidos**

|                                          |                                             |
|------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Tema                                     |                                             |
| 1. Adulto mayor: Aproximación conceptual | Tipos y características de adultos mayores. |

2. Las patologías del adulto mayor: Sus características y consecuencias.

Patologías crónicas más comunes:

1. Patologías neurodegenerativas (Parkinson, deterioro cognitivo, Alzheimer,...)
2. Patologías metabólicas (hipertensión arterial, obesidad, diabetes,...)
3. Patologías osteomusculares (sarcopenia, osteoporosis, artrosis...)
5. Patologías genitourinario (incontinencia urinaria).
6. Otras patologías comunes: depresión, cáncer, infarto, hipertensión pulmonar..

3. Instrumentos de diagnóstico y evaluación.

1. Cuestionarios
2. Test y baterías de test
3. Material específico cómo: Acelerómetros, pulsómetros, wiva, plataformas de equilibrio,...

4. Ejercicio físico: Pautas de intervención vinculadas a la patología.

1. Principios del entrenamiento adaptado a los adultos mayores.
2. Planificación del entrenamiento en este colectivo.

## Planificación

|                               | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral             | 22.5           | 0                    | 22.5          |
| Trabajo tutelado              | 0              | 50                   | 50            |
| Prácticas de laboratorio      | 27             | 0                    | 27            |
| Salidas de estudio            | 3              | 0                    | 3             |
| Trabajo tutelado              | 0              | 45.5                 | 45.5          |
| Examen de preguntas objetivas | 2              | 0                    | 2             |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                          | Descripción                                                                                                                           |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección magistral        | Esta metodología será de aplicación en aquellos contenidos introductorios de los temas que así lo requieran.                          |
| Trabajo tutelado         | Se desarrollarán trabajos teóricos en base a los propuestas definidos por el PDI de la materia.                                       |
| Prácticas de laboratorio | Se realizarán prácticas de laboratorio vinculados a los principales contenidos de la materia                                          |
| Salidas de estudio       | Se realizará una salida de estudio, para analizar la puesta en funcionamiento de una programa de ejercicio físico en adultos mayores. |
| Trabajo tutelado         | Se desarrollarán trabajos prácticos en base a los propuestas definidos por el PDI de la materia.                                      |

## Atención personalizada

### Metodologías Descripción

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado | El alumno recibirá atención individualizada en el horario de tutorías establecido la tal fin durante lo presente curso académico. Para la consulta de su horario de tutorías y lugar de las mismas se deberá consultar la web de la Facultad de Ciencias de la Educación y del deporte. ( <a href="https://webs.uvigo.es/feduc">webs.uvigo.es/feduc</a> ) |
| Trabajo tutelado | El alumno recibirá atención individualizada en el horario de tutorías establecido la tal fin durante lo presente curso académico. Para la consulta de su horario de tutorías y lugar de las mismas se deberá consultar la web de la Facultad de Ciencias de la Educación y del deporte. ( <a href="https://webs.uvigo.es/feduc">webs.uvigo.es/feduc</a> ) |

## Evaluación

|                               | Descripción                                                                                                                                             | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------|
| Trabajo tutelado              | Se desarrollará en grupos trabajos tutelados en base a las directrices del profesor/es. Dichos trabajos serán defendidos en clase. Contenidos teóricos  | 30           | B2<br>B5<br>B11<br>B20<br>B25<br>B26  |
| Trabajo tutelado              | Se desarrollará en grupos trabajos tutelados en base a las directrices del profesor/es. Dichos trabajos serán defendidos en clase. Contenidos prácticos | 30           | B2<br>B5<br>B11<br>B25<br>B26         |
| Examen de preguntas objetivas | Preguntas objetivas sobre los contenidos teóricos y prácticos desenvueltos durante lo curso                                                             | 40           | B5<br>B12<br>B19<br>B20               |

---

## Otros comentarios sobre la Evaluación

---

Será imprescindible para superar la asignatura:

Obtener un mínimo de 5 puntos en cada una de las dos pruebas de evaluación.

Presentar en tiempo y forma los distintos trabajos vinculados a las distintas materias de la asignatura.

Presentar y defender el trabajo tutorizado en el aula.

Los alumnos que no asistan a más del 80% de las clases prácticas deberán realizar una serie de ejercicios teórico-prácticos (a coordinar con el profesor) vinculados a la materia de dichas clases.

Si no has superado la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas se evaluarán en la convocatoria de julio.

Sólo se guardará la nota de la parte aprobada para la segunda convocatoria del mismo curso académico.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el enlace:

<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>

Para el resto de convocatorias se aplican los mismos criterios que la convocatoria de junio.

---

---

## Fuentes de información

### Bibliografía Básica

Chodzko-Zajko, W., **ACSM's exercise for older adults**, 1, Lippincott Williams & Wilkins, 2014

### Bibliografía Complementaria

Chodzko-Zajko, W. J., Proctor, D. N., Singh, M. A. F., Minson, C. T., Nigg, C. R., Salem, G. J., &am, **Exercise and Physical Activity for Older Adults**, Medicine & Science in Sports & Exercise, 2009

Sparling, P. B., Howard, B. J., Dunstan, D. W., & Owen, N., **Recommendations for physical activity in older adults**, 1, BMJ, 2015

Cancela, JM, **Juegos de motricidad para la tercera edad**, 1, Paidotribo, 2020

C.M.C. Nascimento, S. Varela, C. Ayan y J.M. Cancela, **Effects of physical exercise and basically orientations for prescription in Alzheimer's disease**, 1, Scielo, 2016

Irimia Mollinedo Cardalda, Karina Pitombeira Pereira Pedro, Adriana López Rodríguez, José María Canc, **Aplicación de un programa de ejercicio físico coordinativo a través del sistema MOTomed® en personas mayores diagnosticadas de Enfermedad de Parkinson moderado-severo. Estudio de casos.**, 1, Retos, 2021

---

---

## Recomendaciones

---

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Gerontología y actividad física/P02G050V01902

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>                       |                                                        |            |       |              |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Especialización en deportes individuales II</b> |                                                        |            |       |              |
| Asignatura                                         | Especialización en deportes individuales II            |            |       |              |
| Código                                             | P02G050V01916                                          |            |       |              |
| Titulación                                         | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |            |       |              |
| Descriptores                                       | Creditos ECTS                                          | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                                    | 6                                                      | OP         | 4     | 2c           |
| Lengua                                             | Castellano                                             |            |       |              |
| Impartición                                        |                                                        |            |       |              |
| Departamento                                       |                                                        |            |       |              |
| Coordinador/a                                      | Zarzosa Alonso, Fernando                               |            |       |              |
| Profesorado                                        | Zarzosa Alonso, Fernando                               |            |       |              |
| Correo-e                                           | fzarzosa@uvigo.es                                      |            |       |              |
| Web                                                |                                                        |            |       |              |
| Descripción general                                |                                                        |            |       |              |

### Resultados de Formación y Aprendizaje

| Código |                                                                                                                                                                              |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| B3     | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                      |
| B4     | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                      |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano                                                |
| B6     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.                                     |
| B17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                     |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                                                                 |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                             |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                       |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo                                |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo |
| C11    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo                                                                    |

### Resultados previstos en la materia

| Resultados previstos en la materia                                                                                                                                            | Resultados de Formación y Aprendizaje |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----|
| Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                       | B3                                    | C8  |
|                                                                                                                                                                               | B4                                    | C9  |
| Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.                                                | B5                                    | C11 |
|                                                                                                                                                                               | B6                                    |     |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                      | B17                                   |     |
|                                                                                                                                                                               | B24                                   |     |
| Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo. | B25                                   |     |
|                                                                                                                                                                               | B26                                   |     |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo.                                                                    |                                       |     |

### Contenidos

| Tema                                                                   |                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema I                                                                 | 1. La edad del comienzo del entrenamiento<br>Bases para el alto rendimiento                                                                                                         |
| Optimización y control del rendimiento técnico, táctico y estratégico. | 2. Análise genérico de las diferentes vertientes del entrenamiento deportivo vinculado a la formación de nadador/a<br>3. La entrenabilidad de las capacidades físicas según la edad |

|                                                                      |                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema II                                                              | 1. Preparación Técnica en las categorías de desarrollo en Natación.                                                |
| Optimización y control de la condición física.                       | 2. La preparación física en las categorías de desarrollo en Natación.                                              |
|                                                                      | 3. La preparación Táctica en las categorías de desarrollo en Natación.                                             |
|                                                                      | 4. La preparación psicológica en las categorías de desarrollo en Natación.                                         |
|                                                                      | 5. La preparación Teórica en las categorías de desarrollo en Natación.                                             |
| Tema III                                                             | 1. Desarrollo de las diferentes capacidades físicas-motoras por edades en la Natación competitiva.                 |
| Gestión del estado de forma en deportes individuales.                | 2. Peridiozación de las diferentes capacidades condicionales en las categorías en desarrollo.                      |
|                                                                      | 3. Modelos de planificación aplicados en las diferentes categorías de la Natación.                                 |
| Tema IV                                                              | 1. Demandas condicionales básicas y específicas en Natación.                                                       |
| Detección, selección y gestión de talentos en deportes individuales. | 2. Métodos de entrenamiento de la resistencia aerobia en Natación.                                                 |
|                                                                      | 3. Métodos del entrenamiento de la resistencia anaerobia láctico en Natación.                                      |
|                                                                      | 4. Métodos de entrenamiento de la velocidad de reacción, máxima y resistencia a la velocidad en Natación.          |
|                                                                      | 5. Entrenamiento asistido y resistido.                                                                             |
|                                                                      | 6. Métodos de entrenamiento de fuerza específica en Natación.                                                      |
| Tema V                                                               | 1. Calendario competitivo en Natación                                                                              |
| Dirección deportiva en los deportes individuales.                    | 2. Exigencias competitivas en Natación.                                                                            |
|                                                                      | 3. Diferentes modelos contemporáneos en Natación.                                                                  |
|                                                                      | 4. Periodización de la distribución de las capacidades condicionales en las diferentes especialidades en Natación. |

### Planificación

|                                                      | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Prácticas de laboratorio                             | 18             | 0                    | 18            |
| Lección magistral                                    | 22             | 28                   | 50            |
| Trabajo tutelado                                     | 8              | 0                    | 8             |
| Trabajo                                              | 6              | 42                   | 48            |
| Examen de preguntas de desarrollo                    | 1              | 0                    | 1             |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | 1              | 24                   | 25            |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

### Metodologías

|                          | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prácticas de laboratorio | El estudiante podrá entregar una memoria de prácticas se del el caso de no poder realizar las prácticas.                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Lección magistral        | En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el estudiante con estudio autónomo                                                                                                                                                                                                        |
| Trabajo tutelado         | 1. Trabajo individual en que consiste en una vivencia de una o más competiciones de cualquier categoría de la natación que esté en el calendario de la federación de alguna comunidad autónoma.<br><br>2. Trabajo teórico de investigación científica de búsqueda bibliográfica en las diferentes base de datos. Deberán leer y resumir 10 artículos científicos. |

### Atención personalizada

| Metodologías                                         | Descripción                                                                                       |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado                                     | Se aclararán las dudas en el horario de docencia y de no ser suficiente en el horario de tutorías |
| Pruebas                                              | Descripción                                                                                       |
| Trabajo                                              | Se aclararán las dudas en el horario de docencia y de no ser suficiente en el horario de tutorías |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | Se aclararán las dudas en el horario de docencia y de no ser suficiente en el horario de tutorías |

### Evaluación

| Descripción | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|-------------|--------------|---------------------------------------|
|             |              |                                       |

|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                   |    |                                      |                 |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------|-----------------|
| Trabajo                                              | Trabajo teórico individual de investigación. Podrá ser realizado durante las clases teóricas, prácticas.                                                                                                                                                          | 20 | B3<br>B4<br>B17<br>B24<br>B25<br>B26 | C8<br>C9<br>C11 |
| Examen de preguntas de desarrollo                    | Se realizará una prueba teórico-práctica: test, respuesta corta, oral y/o resolución de supuestos prácticos.                                                                                                                                                      | 40 | B3<br>B4<br>B17<br>B24<br>B25<br>B26 | C8<br>C9<br>C11 |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | Trabajo individual en que consiste en realizar una planificación de un macrociclo, una vivencia de una o más competiciones de cualquier categoría de la natación que esté en el calendario de la federación de alguna comunidad autónoma. Y exposición del mismo. | 40 | B3<br>B4<br>B17<br>B24<br>B25<br>B26 | C8<br>C9<br>C11 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

**Requisitos básicos a cumplir para la superación de la materia:**· Entregar el trabajo teórico individual planteado por el profesor/a vinculados con el desarrollo de los contenidos tanto teóricos como prácticos.· Obtener una calificación de al menos 5 puntos en la nota global.

**Trabajos a realizar por los estudiantes a incluir en el general:**1. Entregar el trabajo teórico de investigación cuyo guión estará publicado en la plataforma moovi.2. Entregar el trabajo individual en que consiste en realizar una vivencia de una o más competiciones de cualquier categoría de la natación que esté en el calendario de la federación de alguna comunidad autónoma, cuyo guión estará publicado en la plataforma moovi.

**Proporción de incidencia en la calificación de los diferentes tipos de valoración.**

· Calificación obtenida por la realización del trabajo teórico de investigación: 20%· Calificación obtenida por la realización del del trabajo individual en que consiste en realizar planificación de un macrociclo con una posible vivencia en una competición: 40%· Calificación obtenida en el examen: 40%

La entrega de los mismos será con fecha (publicada en moovi) determinada por el profesor/a durante el curso. En la 2ª convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos, es decir, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria. Quienes no hayan realizado/presentado los trabajos durante la 1ª convocatoria, NO PUNTUARÁN EN ESTE APARTADO.

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

- Ramirez Farto, E., **Natação: Desenvolvimento da resistência aerobia e anaerobia**, Sport Training, 2014
- Arellano Colomina, R, **Entrenamiento técnico de natación**, Cultivalibros, 2010
- Valdivielso, F.N; Oca Gaya, A; Rivas Feal, A, **Planificación del entrenamiento y su control**, Cultivalibros, 2010
- Cuartero, M; DEl Castllo, J.A; Torrallardona, X; Murio J., **Entrenamiento de las especialidades de Natación**, Cultivalibros, 2010
- Navarro Valdivielso, F; Oca Gaya, A., **Entrenamiento físico en Natación**, Cultivalibros, 2011
- Ramirez Farto, E., **Bases metodológicas del entrenamiento en natación: Teoría y práctica.**, Editorial Wanceulen, 2008
- Salo, D., **SprintSalo**, Sports Support Syndicate inc., 1993

#### Bibliografía Complementaria

- Seifert,L; Chollet D; Mujika, I., **World Book of Swimming: From Science to performance**, Nova, 2011
- Maglischo, E., **Natación: Técnica, entrenamiento y competición**, Paidotribo, 2003
- Mason, P., **Swim Better Swim faster**, Bloomsbury, 2014
- Laughlin, T., **Swimming made easy**, Total immersion, 2001
- G. Jhon Mullen, **Swimming Science: Optimizing Trainig and performance**, The University of Chicago press, 2018
- Riewald, S; Rodeo, S., **Science of swimming faster**, Human Kinetics, 2015

### Recomendaciones

#### Asignaturas que continúan el temario

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

#### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Estadística: Metodología de la investigación y estadística en la actividad física y el deporte/P02G050V01302

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

**Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

---

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Prácticas externas: Practicum</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
| Asignatura                           | Prácticas externas: Practicum                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |            |       |              |
| Código                               | P02G050V01981                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |            |       |              |
| Titulación                           | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |            |       |              |
| Descriptores                         | Creditos ECTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                      | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | OB         | 4     | 2c           |
| Lengua Impartición                   | Castellano<br>Gallego<br>Inglés                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
| Departamento                         | Didácticas especiales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |            |       |              |
| Coordinador/a                        | Paz García, María Begoña                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |       |              |
| Profesorado                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
| Correo-e                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |       |              |
| Web                                  | <a href="http://webs.uvigo.es/feduc/index.php?id=179,0,0,1,0,0">http://webs.uvigo.es/feduc/index.php?id=179,0,0,1,0,0</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |       |              |
| Descripción general                  | <p>Con la realización de las prácticas académicas externas se pretenden alcanzar los siguientes fines:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contribuir para la formación integral del estudiantado complementando su aprendizaje teórico y práctico.</li> <li>- Facilitar el conocimiento de la metodología de trabajo adecuada a la realidad profesional en la que el futuro profesorado habrá de operar, contrastando y aplicando los conocimientos adquiridos.</li> <li>- Favorecer el desarrollo de competencias técnicas, metodológicas, personales y participativas.</li> <li>- Obtener una experiencia práctica que facilite la inserción en el mercado de trabajo y mejore su empleabilidad futura.</li> <li>- Favorecer la innovación y creatividad y el emprendimiento.</li> </ul> |            |       |              |

### Resultados de Formación y Aprendizaje

|        |                                                                                                                                                                                                                      |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código |                                                                                                                                                                                                                      |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.                                                                                 |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                                                                                                         |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.                                                                                            |
| B15    | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B16    | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.                                                                                  |
| B17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                                                             |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.                                                          |
| B19    | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud.                                                                                                                   |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.                                                                                               |
| B21    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                                                                                                      |
| B22    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas                                                                               |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                                                                                               |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                                                                                                         |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                                                                     |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                                                               |

### Resultados previstos en la materia

| Resultados previstos en la materia           | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|----------------------------------------------|---------------------------------------|
| Aplicar las TIC en Educación Física          | B12<br>B13                            |
| Utilización de bibliografía y bases de datos | B13<br>B14<br>B26                     |

|                                                                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Planificación y diseño de actividades en diferentes contextos, situaciones y en diferentes tipos de poblaciones. | B13 |
|                                                                                                                  | B15 |
|                                                                                                                  | B16 |
|                                                                                                                  | B17 |
|                                                                                                                  | B18 |
|                                                                                                                  | B19 |
|                                                                                                                  | B20 |
|                                                                                                                  | B21 |
|                                                                                                                  | B22 |
|                                                                                                                  | B23 |
|                                                                                                                  | B24 |
|                                                                                                                  | B25 |
|                                                                                                                  | B26 |

## Contenidos

### Tema

Estudio y análisis de la institución, programación, Observación, planificación, intervención y evaluación de las prácticas. intervención, y evaluación del trabajo desarrollado en el periodo de prácticas en empresas o instituciones, orientadas bien a la docencia, a la gestión, al entrenamiento deportivo, a la salud, o a la recreación. Se considera como un conjunto de actividades orientadas a un aprendizaje basado en la acción y en la experiencia y a la apropiación e integración de destrezas y conocimientos. El practicum debe realizarse en servicios o entidades desde las que se desarrollan trabajos relacionados con la actividad física y el deporte en cualquiera de los ámbitos anteriormente relacionados y que sean reconocidos como centros colaboradores para la formación en prácticas mediante los correspondientes convenios. En este sentido, existe actualmente un número importante de convenios con diferentes entidades o instituciones que desde distintos ámbitos trabajan en actividad física y deporte y que garantiza que todos los alumnos puedan desarrollar sus prácticas de forma adecuada.

Seguimiento y control tutelado del periodo de prácticas. Estancia de prácticas

Memoria del periodo de prácticas. Planificación y temporalización de las prácticas. Intervención o simulación de intervención en el centro de prácticas. Elaboración de la memoria de prácticas.

## Planificación

|                                                      | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|------------------------------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Actividades introductorias                           | 0              | 5                    | 5             |
| Lección magistral                                    | 0              | 5                    | 5             |
| Seminario                                            | 0              | 45                   | 45            |
| Trabajo tutelado                                     | 0              | 100                  | 100           |
| Prácticum, Practicas externas y clínicas             | 180            | 0                    | 180           |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | 0              | 115                  | 115           |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                            | Descripción                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Actividades introductorias | Actividades encaminadas a tomar contacto y reunir información sobre el alumnado, así como a presentar la materia.                                                                                             |
| Lección magistral          | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante.                   |
| Seminario                  | Actividades enfocadas al trabajo sobre un tema específico, que permiten afondar o complementar los contenidos de la materia. El tutor o tutora con su grupo de prácticum organizarán las tareas de prácticas. |

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado                         | El estudiante, de manera individual o en grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia o prepara seminarios, investigaciones, memorias, ensayos, resúmenes de lecturas, conferencias. Se trata de una actividad autónoma del estudiante que incluye la búsqueda y recogida de información, lectura y manejo de bibliografía vinculada al prácticum |
| Prácticum, Practicas externas y clínicas | Estancia en los centros de prácticas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

#### Atención personalizada

| Metodologías                                         | Descripción                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Actividades introductorias                           | Actividades dirigidas a todo el alumnado en las que se explica y matiza el como se van a desarrollar las practicas                                                             |
| Lección magistral                                    | Reuniones con el alumnado para hacer seguimiento del desarrollo de las practicas                                                                                               |
| Trabajo tutelado                                     | Realizara trabajos solicitados tanto por el tutor del centro de prácticas como por el tutor académico, cuando estos lo consideren necesario en su formación práctica           |
| Seminario                                            | Organización de reuniones grupales de cara a la mejora de la formación practica                                                                                                |
| Prácticum, Practicas externas y clínicas             | Estancia en los centros de prácticas, bajo la supervisión de las personas que tutorizan el proceso                                                                             |
| Pruebas                                              | Descripción                                                                                                                                                                    |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | Realización de la memoria de prácticas, que deberá incluir un diario de la experiencia. Todo el proceso será supervisado y orientado por la persona que tutoriza las prácticas |

#### Evaluación

|                                                      | Descripción                                                                 | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje                                                                 |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prácticum, Practicas externas y clínicas             | Informe de la tutora o tutor del centro, según el protocolo correspondiente | 50           | B12<br>B13<br>B14<br>B15<br>B16<br>B17<br>B18<br>B19<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | Evaluación de la memoria de prácticas                                       | 50           | B12<br>B13<br>B14<br>B15<br>B16<br>B17<br>B18<br>B19<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 |

#### Otros comentarios sobre la Evaluación

1. La tutora o tutor académico de la universidad evaluará las prácticas desarrolladas por los estudiantes de conformidad con los criterios y fuentes de información señalados.
2. La tutora o tutor del centro escolar, como indica el art. 13 del Real Decreto 1707/2011, de 18 de Noviembre, por lo que se regulan las prácticas académicas externas de los estudiantes universitarios, realizará y remitirá a la Universidad la evaluación final.

3. Para superar la materia del Prácticum el estudiante deberá alcanzar el aprobado en cada uno de los criterios de evaluación establecidos en los informes, tanto del tutor/la del centro de prácticas como del tutor/a académico. Se mantendrán las competencias adquiridas en primera convocatoria hasta segunda convocatoria.
4. Para facilitar el proceso de evaluación, antes del inicio de las prácticas, el/la coordinador/la del Practicum le remitirá al centro escolar a hoja de evaluación en la que se reflejen las diferentes competencias objeto de misma.
5. Conforme la normativa vigente, con independencia de ser estudiantes asistentes como no asistente, el alumnado disfrutará de condiciones equivalentes de evaluación.

Particularmente, en cuanto a la Memoria de Prácticas, señalar:

1. La Memoria de las prácticas se desarrollará según lo establecido en el art. 14 del Real decreto 1707/2011, de 18 de Noviembre.
2. A través de la guía docente, así como por otro tipo de orientaciones, la Comisión de Prácticas establecerá anualmente las recomendaciones precisas para una correcta elaboración de la Memoria.
3. Para facilitar el proceso de evaluación cada tutor o tutora contará con la correspondiente hoja de evaluación.
4. Las fechas de entrega de la Memoria de Prácticas de cada convocatoria figuran reflejadas en el calendario académico de la Facultad, pudiendo consultarse en el apartado de organización académica de la web de la facultad:  
<http://fcced.uvigo.es/gl/>

---

#### **Fuentes de información**

##### **Bibliografía Básica**

VVAA, **Memoria Verifica do Grao en CC. da Actividade Física e do Deporte,**

VVAA, **Documentos oficiais de prácticum do Grao en CC. da Actividade Física e do Deporte da FECD,**

##### **Bibliografía Complementaria**

---

#### **Recomendaciones**

---

#### **Otros comentarios**

Tener en cuenta la normativa propia de Prácticas Curriculares de la Universidad de Vigo y de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte.

---

| <b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|--------------|
| <b>Trabajo de Fin de Grado</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Asignatura                     | Trabajo de Fin de Grado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |            |       |              |
| Código                         | P02G050V01991                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |       |              |
| Titulación                     | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |       |              |
| Descriptores                   | Creditos ECTS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                                | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | OB         | 4     | 2c           |
| Lengua Impartición             | Castellano<br>Gallego<br>Inglés                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Departamento                   | Didácticas especiales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |       |              |
| Coordinador/a                  | Paz García, Maria Begoña                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |       |              |
| Profesorado                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Correo-e                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Web                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |       |              |
| Descripción general            | El Trabajo Fin de Grado consiste en el desarrollo autónomo por parte del estudiante de un proyecto bajo la dirección de un profesor/a tutor/la, cuya realización tiene la finalidad de favorecer que el estudiante integre las enseñanzas recibidas durante los estudios y asegurar la adquisición de las competencias propias de la titulación. |            |       |              |

| <b>Resultados de Formación y Aprendizaje</b> |                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código                                       |                                                                                                                                                                                                                          |
| B13                                          | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                                                                                                             |
| B14                                          | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.                                                                                                |
| B21                                          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                                                                                                          |
| B23                                          | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                                                                                                   |
| B25                                          | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                                                                         |
| B26                                          | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                                                                   |
| C1                                           | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas          |
| C2                                           | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar                                                                   |
| C3                                           | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte           |
| C4                                           | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas                                                                             |
| C17                                          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud                                                                                     |
| C18                                          | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados                                   |
| C20                                          | Capacidad para gestionar los servicios deportivos públicos y privados                                                                                                                                                    |
| C21                                          | Capacidad para diseñar el programa de funcionamiento de las instalaciones deportivas y seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado                                                                         |
| C22                                          | Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional                                                                                                                                                |
| C24                                          | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad físico-deportiva recreativa, con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| C26                                          | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa                                                                                         |

| <b>Resultados previstos en la materia</b>                                        |                                       |     |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----|
| Resultados previstos en la materia                                               | Resultados de Formación y Aprendizaje |     |
| 1. Conocimientos sobre los modos de presentación del trabajo técnico-científico. | B13                                   | C1  |
|                                                                                  | B21                                   | C4  |
|                                                                                  | B23                                   | C17 |
|                                                                                  | B25                                   | C18 |
|                                                                                  | B26                                   | C20 |
|                                                                                  |                                       | C24 |

|                                                                                                                                                                |                   |                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------|
| 2. Conocimiento de los modos de inserción del Trabajo Fin de Grado en el ámbito profesional.                                                                   | B14<br>B21        | C1<br>C2<br>C3<br>C4<br>C17<br>C20<br>C22<br>C26          |
| 3. Conocimiento de los modos de escritura relacionados con la realización, exhibición y presentación de los proyectos técnicos-profesionales y su elaboración. | B23<br>B25<br>B26 | C1<br>C2<br>C3<br>C4<br>C20<br>C21<br>C26                 |
| 4. Capacidad para la búsqueda, análisis e incorporación de la información necesaria para la elaboración de un proyecto técnico-profesional                     | B23<br>B25<br>B26 | C1<br>C2<br>C17<br>C18<br>C20<br>C21<br>C22<br>C24<br>C26 |

## Contenidos

### Tema

Elaboración de una planificación adecuada a la realidad técnico-profesional de alguno de los ámbitos profesionales vinculados al Grado. Planificación y desarrollo de TFG.

Presentación e defensa del trabajo elaborado. Presentación del TFG.  
Defensa del TFG.

## Planificación

|                   | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Trabajo tutelado  | 20             | 100                  | 120           |
| Seminario         | 2              | 15                   | 17            |
| Lección magistral | 2              | 0                    | 2             |
| Presentación      | 1              | 10                   | 11            |

\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

## Metodologías

|                   | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado  | Al alumnado se le asignará un tutor/la para la realización del TFG. La tutorización consistirá en supervisar y orientar al estudiante en la temática, metodología, elaboración y presentación y cualquiera otro aspecto académico, así como facilitar su gestión, dinamizar y facilitar todo el proceso hasta su presentación y defensa. |
| Seminario         | El tutor podrá establecer tutorías grupales para dar las indicaciones generales para cada fase del trabajo                                                                                                                                                                                                                               |
| Lección magistral | Existirán tutorías en pequeño grupo para exponer toda la reglamentación relativa al TFG                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Atención personalizada

| Metodologías     | Descripción                                               |
|------------------|-----------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado | Trabajos asociados al desarrollo del trabajo fin de grado |

## Evaluación

| Descripción | Calificación Resultados de Formación y Aprendizaje |
|-------------|----------------------------------------------------|
|-------------|----------------------------------------------------|

|                                                                                                       |                                                                    |     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Trabajo tuteladoInforme del la tutora o tutor académico sobre el seguimiento del trabajo del alumnado | 30                                                                 | B13 | C1  |
|                                                                                                       |                                                                    | B14 | C2  |
|                                                                                                       |                                                                    | B21 | C3  |
|                                                                                                       |                                                                    | B23 | C4  |
|                                                                                                       |                                                                    | B25 | C17 |
|                                                                                                       |                                                                    | B26 | C20 |
|                                                                                                       |                                                                    |     | C21 |
|                                                                                                       |                                                                    |     | C24 |
|                                                                                                       |                                                                    |     | C26 |
| Presentación                                                                                          | Informe del tribunal sobre la memoria delTFG, exposición y defensa | 70  |     |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

La calificación será la suma ponderada de la calificación del Tribunal (70%) más la valoración del tutor/la (30%). La valoración del Tribunal será el promedio aritmético de las notas atribuidas por cada uno de sus miembros.

El TFG debe ser un trabajo personal en el que se construya un discurso propio. Cuando se utilicen ideas o palabras de otra autoría

se acreditará explícitamente su origen.

Aquellos estudiantes que no superen el TFG en la evaluación del segundo cuatrimestre podrán presentarse a la segunda convocatoria en el mes de julio.

Las fechas de entrega de la memoria y de la defensa del TFG serán publicadas con antelación suficiente en la web de la Facultad:<http://fcced.uvigo.es/gl/>

En el caso de obtener la calificación de suspenso, bien sea en la primera o segunda convocatoria, el tribunal hará llegar un informe con los consejos oportunos al estudiante y al/el tutor/la para el avance del trabajo y su posterior evaluación.

Conforme la normativa vixente, con independencia de ser estudiantes asistente como no asistente, el alumnado disfrutará de condiciones equivalentes de evaluación

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Cordón, J.A.; López, J.; Vaquero, J., **Manual de investigación bibliográfica y documental**, Piramide, 2001

Gutiérrez Dávila, Marcos, **Metodología de las Ciencias del Deporte**, Síntesis, 2005

**Reglamento de Trabajo de Fin de Grao da Universidade de Vigo,**

**Normativa de Trabajo de Fin de Grao da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte.,**

#### Bibliografía Complementaria

Jurado Rojas, Yolanda, **Técnicas de investigación documental: manual para la elaboración de tesis, monografías, ensayos e informes académicos**, Thompson, 2002

### Recomendaciones

### Otros comentarios

Tener en cuenta a normativa propia de TFG de la Universidad de Vigo y de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte.