



## Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte

### Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte

#### Materias

#### Curso 3

Código	Nome	Cuadrimestre	Cr.totais
P02G050V01501	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte I	1c	6
P02G050V01502	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I	1c	6
P02G050V01503	Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde	1c	6
P02G050V01504	Xestión e organización dos sistemas deportivos I	1c	6
P02G050V01601	Actividade física e deporte adaptado	2c	6
P02G050V01602	Actividade física e deporte recreativo	2c	6
P02G050V01603	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II	2c	6
P02G050V01604	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II	2c	6
P02G050V01901	Actividades de fitness	1c	6
P02G050V01902	Xerontoloxía e actividade física	1c	6
P02G050V01903	Biomecánica da técnica deportiva	2c	6
P02G050V01904	Deportes náuticos	2c	6

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte I**

Materia	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte I			
Código	P02G050V01501			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Rey Cao, Ana Isabel			
Profesorado	Rey Cao, Ana Isabel			
Correo-e	anacao@uvigo.es			
Web				

**Descrición xeral** A didáctica é o ramo das Ciencias da Educación que ten por obxecto a optimización do proceso ensino-aprendizaxe (E-A) en prol do perfeccionamiento do Ser Humano. O obxectivo fundamental desta materia é facilitar ao alumnado os coñecementos básicos para desenvolver con rigor didáctico un proceso de ensino-aprendizaxe a través das expresións motrices.

A Didáctica é un contido transversal indispensable para a práctica profesional dos graduados en Ciencias da Actividade Física e o Deporte, xa que está presente en todo proceso de E-A, con independencia do ámbito onde se desenvolva: rendemento deportivo, ocio, educación ou saúde.

Nesta aproximación inicial (no segundo cuadrimestre do mesmo curso impártese Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II) abórdanse os principais elementos do sistema que constitúe unha programación educativa. A materia aporta as ferramentas cos que posteriormente poder adaptarse ao plano da obra de calquer proceso de ensino-aprendizaxe en contextos non formais (docencia en actividades extraescolares, escolas deportivas, asociacións, centros socioculturais, academias, etc.) e formais (educación física escolar).

A materia céntrase na dimensión máis instructiva dos procesos de E-A, no deseño e orquestación das tarefas de E-A para a optimización da presentación dos contidos en coherencia coas competencias, obxectivos, e os métodos de control da disciplina, espacio e comunicación.

**Competencias de titulación**

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito 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
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
---------------------------------	---------------------------------------

Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas A1

<p>□ Programar con coherencia intervencións educativa a través da motricidade.</p> <p>□ Coñecer e desenvolver os métodos didácticos nos procesos de E-A a través da motricidade. Seleccionar, secuenciar e formular obxectivos e contidos correctamente.</p> <p>□ Aplicar os métodos didácticos correctamente, adecuándoos ós principios, finalidades, obxectivos, competencias e contidos.</p> <p>□ Deseñar sesións a través da motricidade realizando unha elección e ordenación axeitada dos elementos didácticos.</p>	B2
<p>Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.</p> <p>□ Aprender os conceptos que permiten fundamentar a práctica didáctica de forma sistemática e rigurosa.</p>	B4
<p>Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.</p> <p>□ Comprender a interacción entre os elementos do acto didáctico e a súa repercusión no ensino-aprendizaxe a través da motricidade.</p>	B25
<p>Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.</p> <p>□ Desenvolver conductas de participación e colaboración na función docente.</p>	B13
<p>Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.</p> <p>□ Reflexionar previamente ao deseño de sesións como estratexia para alcanzar a coherencia na intervención.</p>	B11
<p>Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional</p>	B12
<p>Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte</p>	B24
<p>Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional</p>	A22
<p>Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional</p>	

## Contidos

Tema	
Bloque temático I. Conceptos xerais.	<p>1. A didáctica.</p> <p>1.1. Contextualización histórica</p>
Exposición de aspectos conceptuais básicos para a comprensión da intervención Didáctica nos procesos de E-A a través das expresións motrices.	<p>1.2. Definición.</p> <p>1.3. Obxecto, funcións e clases de didáctica.</p> <p>1.4. Didáctica e currículo.</p> <p>2. Os procesos de ensino-aprendizaxe a través das expresións motrices.</p> <p>2.1. Delimitación e epistemoloxía do concepto.</p> <p>2.2. Elementos do sistema. Concepción ecolóxica.</p>
Bloque temático II. Principios, competencias e obxectivos nos procesos de E-A a través das expresións motrices.	<p>3. A programación didáctica</p> <p>4. Os obxectivos didácticos. Tipos de obxectivos.</p> <p>5. As competencias en educación física.</p>
Exposición dos diferentes tipos de obxectivos didácticos e competencias. Concepto e formulación aplicada aos procesos de E-A na actividade física e o deporte.	<p>7. Os obxectivos, competencias e o criterio nivel de concreción.</p> <p>8. Os obxectivos e o ámbito da conducta.</p> <p>9. Tarefas do profesor/a vencelladas aos obxectivos e competencias.</p> <p>9.1. Vías de acceso á concreción dos obxectivos.</p> <p>9.2. A formulación de obxectivos.</p> <p>9.3. Taxonomías.</p>
Bloque temático III. Contidos nos procesos de E-A na actividade física e do deporte.	<p>10. Os contidos. Tipos de contidos.</p> <p>10.1. Os contidos na educación a través da motricidade.</p> <p>10.2. Contidos abstractos ou epistemolóxicos. Taxonomías.</p> <p>10.3. Contidos psicopedagóxicos. Taxonomías.</p>
Exposición do concepto de contido, taxonomía e elaboración de secuenciacións e formulación de contidos.	<p>11. Tarefas do profesor/a vencelladas aos contidos.</p> <p>11.1. Selección dos contidos.</p> <p>11.2. A formulación dos contidos.</p>

Bloque temático IV. Os métodos na didáctica dos procesos de E-A na actividade física e o deporte.	12. Metodoloxía da intervención didáctica. 12.1. Conceptos e elementos. 12.2. As estratexias didácticas. 12.3. Estilos vs métodos de ensino.
Exposición dos métodos que conforman a metodoloxía e estratexias didácticas nos procesos de E-A na actividade física e o deporte.	13. Actividades de ensino-aprendizaxe. 13.1. A tarefa motriz. 13.2. Método de presentación da tarefa motriz. 13.3. Formulación de tarefas. 13.4. Análise didáctico das tarefas motrices.
Adecuación dos métodos ós diferentes contextos, obxectivos e contidos.	14. Métodos de práctica. 14.1. Método global. 14.2. Método analítico.
	15. Métodos para a organización da sesión.
	16. Métodos para a organización espacial e material.
	17. Métodos para a formación e distribución de grupos.
	18. Métodos para a comunicación. 18.1. Habilidades de comunicación. 18.2. Feedback.
	19. Métodos para a xestión da disciplina.

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Resolución de problemas e/ou exercicios	35	17.5	52.5
Sesión maxistral	18	9	27
Traballos tutelados	6	36	42
Prácticas de laboratorio	10	0	10
Actividades introdutorias	3.5	0	3.5
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	2.5	12.5	15

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

### Metodoloxía docente

	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	<p>Traballo individual e grupal de resolución de tarefas. A profesora presenta e exemplifica a tarefa e o alumnado resolve e plantexa dúbidas. En base a un suposto práctico no cal se especifica un contexto, colectivo, e duración dunha actividade [por exemplo, persoas maiores dun centro social municipal nunha actividade denominada [saúde polo movemento] que ten por finalidade [colaborar o mantemento da autonomía das AVD] e [Fomentar o contacto interpersoal entre os alumnos/as] cunha duración de tres meses 3 horas por semana- o alumnado realizará un fragmento da programación, especificando os seguintes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formulación de obxectivos. A corrección realizarase na aula ou titoría.</li> <li>- Elaboración dunha parte da matriz abstracta de contidos que desenvolverían para ese caso. A corrección realizarase na aula ou titoría.</li> <li>- Formulación de contidos psicopedagóxica para o suposto plantexado. A corrección realizarase na aula ou titoría.</li> <li>- Deseño de tarefas adecuadas ao suposto.</li> </ul> <p>Explicitación de tarefas. En base a unha serie de criterios explicitados pola profesora [obxectivos, contidos, colectivo, método, etc.] explicitar con corrección tarefas didácticas. A corrección realizarase na aula ou titoría.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboración dunha progresión de tarefas para a aprendizaxe dunha habilidade motriz. En base a unha serie de criterios explicitados pola profesora [obxectivos, contidos, características alumnos/as, método, etc.] explicitar con corrección as tarefas didácticas axeitadas para a aprendizaxe da habilidade especificada. Utilizaranse como criterios para realiza-la progresión os canais perceptivo, decisional ou execucional. A corrección realizarase na aula ou titoría.</li> </ul>
Sesión maxistral	Clases Maxistras nas que se explican os fundamentos teóricos. O alumnado asimila e toma apuntes. Plantexa dúbidas e cuestións complementarias.

Traballos tutelados	- Deseño e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte. Aplicación de microensinanza. Cada grupo de tres persoas (ou dúas, se así o indica a profesora) desenvolverá unha sesión según as características básicas determinadas na opción que lle sexa asignada. En cada unha delas abórdase especificamente un método didáctico. Tomando como base ese elemento didáctico o grupo deberá deseña-lo resto de elementos didácticos para constituí-la súa sesión. Esta sesión deberá ser impartida aos seus compañeiros nas aulas prácticas. É obrigación do alumno/a manterse informado das posibles modificacións no calendario de prácticas. É obrigatorio realizar dúas titorías antes da realización da sesión. Unha delas será na hora de clase.
Prácticas de laboratorio	Nas aulas de laboratorio se experimentarán as tarefas motrices propostas e a realización dunha intervención docente. Participación nunha microensinanza. Os métodos desenvolvidos serán mando directo, asignación de tarefas, microensinanza, ensino recíproco-pequenos grupos, ensino modular, resolución de problemas, descubrimento guiado e grupais participativas (para as reflexións-análise do final da sesión).
Actividades introductorias	- Explicación do funcionamento da asignatura: Fatic, titorías, avaliación, etc. - Avaliación informal de coñecementos previos.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	Supervisión e discusión en titorías grupais e individuais sobre o traballo a desenvolver polo alumnado. Corrección personalizada dos exercicios. Revisión didáctica da proba de resposta longa.
Probas	Descrición
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	

### Avaliación

	Descrición	Cualificación
Traballos tutelados	Traballo escrito: Deseño e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte.  Os criterios son: Entregar o traballo escrito no prazo establecido.  Desenvolver o traballo cumprindo os requisitos formais e de contido esixidos.  Levar á práctica a sesión deseñada.  Asistir a unha titoría e a clase correspondente para a revisión previa da sesión. Diseñar e explicitar tarefas cumprindo os criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). Obrigatorio para todo o alumnado.	30
Prácticas de laboratorio	Control da asistencia e participación nas clase de laboratorio mediante lista da profesora. Asistir e participar activa e criticamente na microensinanza cun mínimo do 80% das prácticas das horas dos grupos B. A asistencia a máis de un 80% da docencia de aula de créditos B e C eximirá da realización do exame práctico final. Este criterio non é de obrigado cumprimento para superar a materia, posto que o alumnado que supere o 20% de faltas poderá acceder a avaliación final mediante una proba dos créditos de laboratorio. Calificación de apto/a ou non apto /a	10
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	Proba escrita: preguntas cortas de índole conceptual e desenvolvemento procedimental de programación de elementos didácticos. Os criterios de avaliación son: Respostar con calidade os contidos conceptuais solicitados na proba escrita.  Formular contidos e obxectivos con total corrección. Diseñar e explicitar tarefas cumprindo os criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). Programar unha sesión seguindo unha teoría elaborativa coherente, dende as finalidades á tarefa.	60

### Outros comentarios sobre a Avaliación

Para superar a asignatura é imprescindible acadar:

- unha calificación mínima de 5 puntos.

- obter unha calificación mínima de 1,5 puntos na metodoloxía de traballo tutelado.

- obter unha calificación mínima de 3 puntos na proba de resposta longa, de desenvolvemento. Realizarase na data e hora determinado no calendario oficial de exames.

Nas convocatorias correspondentes a un mesmo curso académico, se conservan as cualificacións obtidas polo alumnado. Será necesario repetir as metodoloxías necesarias para conseguir os tres criterios anteriormente mencionados.

Os traballos para ser avaliados deben ser entregados estrictamente nas datas determinadas pola profesora, e que serán comunicadas xunto coa proposta dos mesmos.

A entrega dos traballos será en formato papel, a excepción daqueles casos nos que se especifique o contrario.

---

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

Blández Ángel, J. (2000). Programación de unidades didácticas según Ambientes de aprendizaje. Barcelona: Inde

Palao Andrés, J. M. & Ortega Toro, E. (2009). Formas de organización en educación física. Murcia: Diego Marín.

la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona: Inde.

Famose, J.P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Barcelona: Paidotribo.

Fraila Aranda, A. (coord.) (2004). *Didáctica de la educación física: una perspectiva crítica y transversal*. Madrid: Biblioteca Nueva.

la Educación Física I. Una perspectiva constructivista moderada. *Funciones de impartición*. Barcelona: Paidós.

la Educación Física II. Una perspectiva constructivista moderada. *Funciones de programación*. Barcelona: Paidós.

Hernández, J.L. & Velázquez, R. (coords.) (2007). *La Educación física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan*. Barcelona: Graó.

López Pastor, V. M., Monjas Aguado, R. & Pérez Brunicardi, D. (2003). *Buscando alternativas a la forma de entender y practicar la educación física escolar*. Barcelona: Inde.

Senners, P. (2001): *La lección de educación física*. Barcelona: Inde.

Tandem. Didáctica de la Educación Física.

---

### **Recomendacións**

#### **Materias que continúan o temario**

Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II/P02G050V01603

---

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

Educación: Aprendizaxe e control motor na educación física e o deporte/P02G050V01102

Educación: Pedagogía da educación física e o deporte/P02G050V01103

Fundamentos da motricidade/P02G050V01204

Xogo motor/P02G050V01105

Socioloxía: Socioloxía e historia da actividade física e o deporte/P02G050V01203

Educación: Epistemoloxía das ciencias da actividade física, o deporte e a educación física/P02G050V01301

Expresión corporal e danza/P02G050V01402

---

#### **Outros comentarios**

Recoméndase: A asistencia de forma continua ás clases. A realización das actividades de avaliación continua. A atención á temporalización das actividades e traballos do curso.

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I**

Materia	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I			
Código	P02G050V01502			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	García García, Oscar			
Profesorado	García García, Oscar			
Correo-e	oscargarcia@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código	
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
A9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
A11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo
A12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia		Resultados de Formación e Aprendizaxe
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis	A7	B5 B10 B13 B14 B26
Capacidade para aplicar os principios *fisiolóxicos, *biomecánicos, *comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	A8	B5
Capacidade para *promover e *evaluar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	A9	B5 B26
Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas *inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	A10	B5
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e *equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo	A12	B13 B14
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo	A11	B5 B10 B13 B14
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional		B24

<b>Contidos</b>	
Tema	
La adaptación en el deporte	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Concepto de entrenamiento deportivo</li> <li>* Concepto de adaptación en el deporte</li> <li>*El proceso de adaptación deportiva</li> <li>*Mecanismo general de adaptación</li> <li>*Síndrome general de adaptación</li> <li>*Dinámica del proceso de entrenamiento deportivo: estímulo, fatiga, recuperación, supercompensación, adaptación</li> <li>*Fases sensibles en la adaptación</li> </ul>
La carga de entrenamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto de carga de entrenamiento</li> <li>Tipología de cargas de entrenamiento</li> <li>Aspectos que determinan la carga de entrenamiento: contenido, magnitud, organización de la carga</li> </ul>
La forma deportiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto de forma</li> <li>factores que determinan el rendimiento deportivo</li> <li>características de la forma deportiva</li> <li>Tipos de forma deportiva</li> <li>Fases del estado de forma</li> <li>Síntomas del estado de forma</li> <li>Evaluación de la forma deportiva</li> </ul>
Los principios del entrenamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto y clasificación</li> <li>Principios biológicos</li> <li>principios pedagógicos</li> <li>principios de planificación y organización</li> </ul>
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la Fuerza	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto</li> <li>factores que determinan la producción de fuerza</li> <li>procesos de adaptación en el entrenamiento de la fuerza: estructurales, neuromusculares mecánicas</li> <li>Manifestaciones de la fuerza: activa y reactiva.</li> <li>Métodos de entrenamiento de las manifestaciones de la fuerza</li> <li>Fases sensibles para el desarrollo de la fuerza</li> </ul>
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la velocidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conceptos</li> <li>factores de los que depende la velocidad</li> <li>manifestaciones de la velocidad: reacción, aceleración y deceleración, velocidad de un movimiento aislado, velocidad de un movimiento continuo cíclico, velocidad de un movimiento continuo acíclico.</li> <li>La resistencia a la velocidad</li> <li>La resistencia a la máxima velocidad</li> <li>Métodos de entrenamiento de las manifestaciones de la velocidad</li> <li>Desarrollo del potencial de velocidad</li> <li>La barrera de velocidad</li> <li>la agilidad</li> </ul>
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la resistencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto</li> <li>Factores que determinan la resistencia</li> <li>Procesos de adaptación al entrenamiento de resistencia aeróbica</li> <li>Procesos de adaptación al entrenamiento de resistencia anaeróbica</li> <li>Manifestaciones de la resistencia</li> <li>Métodos del entrenamiento de la resistencia</li> </ul>
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la flexibilidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto</li> <li>factores que determinan la movilidad articular</li> <li>Tipología de movilidad articular</li> <li>Beneficios del entrenamiento de la flexibilidad respecto a otras capacidades condicionales</li> <li>Métodos del entrenamiento de la flexibilidad</li> </ul>
Detección y selección de talentos deportivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto</li> <li>Especificidad del proceso de adaptación del niño al entrenamiento deportivo</li> <li>Indicadores para la detección y selección del talento deportivo</li> <li>Métodos y modelos de detección y selección del talento deportivo</li> </ul>

<b>Planificación</b>			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Resolución de problemas e/ou exercicios	4	8.8	12.8
Estudo de casos/análises de situacións	4	8.7	12.7
Prácticas de laboratorio	22.5	45	67.5
Sesión maxistral	22	33	55



Probas de resposta longa, de desenvolvemento	1	0	1
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	0.5	0	0.5
Resolución de problemas e/ou exercicios	0.5	0	0.5

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

### Metodoloxía docente

	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	Formularanse problemas ou exercicios relacionados co adestramento deportivo. O alumno debe desenvolver a solución máis adecuada e xustificala
Estudo de casos/análises de situacións	Análise de casos relacionados co adestramento deportivo para coñecerlos, interpretalos, reflexionar sobre eles e propoñer solucións alternativa.
Prácticas de laboratorio	*Adquisición de habilidades básicas e de procedementos relacionados co adestramento deportivo. desenvólvense en espazos con *equipamento especializado (pista de *atletismo. *pabellón deportivo, recta de velocidade, sala de *fitness)
Sesión maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e coñecemento científico *actualizado.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	No horario destinado a *tutorías se *atenderá ás particularidades que cada alumno presente con respecto á * asignatura
Prácticas de laboratorio	No horario destinado a *tutorías se *atenderá ás particularidades que cada alumno presente con respecto á * asignatura

### Avaliación

	Descrición	Cualificación
Prácticas de laboratorio	Sera necesario asistir al menos al 80% de las prácticas para poder superar la asignatura. La asistencia implica la ejecución activa de la misma.	0
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	*Consistira no desenvolvemento de 5 preguntas *referentes aos contidos teóricos e prácticos desenvolvidos na * asignatura. *sera necesario aprobalo para poder superar a * asignatura	80
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	A proba *consistira na resolución e *ejecución práctica dun *suspuesto de adestramento vinculado aos contidos realizados nas prácticas da * asignatura. *sera necesario aprobalo para poder superar a * asignatura	20

### Outros comentarios sobre a Avaliación

A avaliación en sucesivas convocatorias realizarase de igual forma que a suscitada \*inicialmente

### Bibliografía. Fontes de información

- Nacleiro, F. (2011). Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones. Barcelona: Editorial médica-panamericana.
- Jiménez Gutiérrez, A. (coord) (2008). Nuevas dimensiones en el entrenamiento de la fuerza: aplicación de nuevos métodos, recursos y tecnologías. Barcelona: INDE.
- Matveev, L. P. (2001). Teoría general del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.
- Verkhoshansky, Y. (2002) Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.
- Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Barcelona: Paidotribo

### Recomendacións

#### Materias que continúan o temario

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604  
Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906  
Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

#### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

---

**Materias que se recomenda ter cursado previamente**

---

Anatomía: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología do exercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde**

Materia	Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde			
Código	P02G050V01503			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Ramirez Farto, Emerson			
Profesorado	Ramirez Farto, Emerson			
Correo-e	emerson@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código	
--------	--

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
---------------------------------	---------------------------------------

(\*)Insistir en la importancia de promocionar la salud desde los ámbitos sociales y comunitarios mediante el fomento de hábitos de vida tales como la promoción de la Actividad Física y el Ejercicio.

□ Identificar la Actividad Física como un factor de protección cardiovascular independiente de los efectos de otros factores de riesgo.

**Contidos**

Tema	
(*)1. Fundamentos de la Promoción de la Salud.	(*)1. Conceptos básicos de la actividad física
2. Valoración Física	2.
-	- Valoración Antropométrica
3. Metodología del entrenamiento aplicada a la salud	- Valoración de la resistencia
-	- Valoración de la fuerza
	- Valoración de la flexibilidad
	3.
	-Medios y metodos para el desarrollo de la resistencia aplicada a la salud
	- Medios y metodos del entrenamiento de la fuerza aplicada a la salud
	- Medios y Metodos del entrenamiento de la flexibilidad aplicada a la salud

**Planificación**

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Traballos de aula	0	0	0
Presentacións/exposicións	0	0	0
Debates	0	0	0
Traballos tutelados	0	0	0
Probas de autoavaliación	0	0	0

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

**Metodoloxía docente**

Descrición	
------------	--

Traballos de aula	(*)La participación activa en las clases, tanto en las que tienen un carácter teórico, como en aquellas en las que se desarrollan planteamientos prácticos en relación con el entrenamiento en natación, constituye un aspecto esencial para poder valorar el aprendizaje de los estudiantes en las diferentes dimensiones que implican los objetivos de esta materia.
Presentacións/exposicións	(*)Los trabajos escritos de diverso tipo, como ensayos o trabajos monográficos, supuestos prácticos realizados en talleres, comentarios de textos, etc. Todos ellos constituyen elementos importantes para valorar el trabajo del estudiante y su asimilación de la asignatura. En este tipo de trabajos se pretende conceder un papel importante a la iniciativa de los estudiantes y un margen significativo de decisión en la elección de la temática concreta a desarrollar en los mencionados trabajos. En este caso, asimismo, será tenida en cuenta por el profesor sobre la base del consenso, cuando este sea posible. La aplicación de los procedimientos pertinentes para la obtención de esta información se realizará a lo largo de todo el periodo de impartición de la asignatura en lo que concierne a los supuestos prácticos realizados en talleres, comentarios de textos, respecto a la elaboración de los trabajos monográficos y ensayos que implica el desarrollo de los contenidos de tipo complementario y asociado la temporalización se ajustará a lo previsto para el desarrollo de dichos contenidos.
Debates	(*)Discusiones de temas relacionados con la actividad física y deporte.
Traballos tutelados	(*)Ayuda directa en la formatación y desarrollo de los trabajos que serán presentados en clase

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	

### Avaliación

Descrición	Cualificación
Traballos de aula(*) El examen tendra una valoración de 8 puntos y los trabajos realizados por los lumnos tendrán una valoración de 2 puntos	10

### Outros comentarios sobre a Avaliación

### Bibliografía. Fontes de información

### Recomendacións

#### Materias que continúan o temario

Anatomía: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101  
Educación: Aprendizaxe e control motor na educación física e o deporte/P02G050V01102  
Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio I/P02G050V01104  
Psicoloxía: Psicoloxía da actividade física e o deporte/P02G050V01202  
Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401  
Actividades de fitness/P02G050V01901  
Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502  
Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604  
Actividades físicas de lecer/P02G050V01905

#### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Anatomía: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101  
Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903  
Exercicio físico para persoas maiores/P02G050V01908

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Xestión e organización dos sistemas deportivos I**

Materia	Xestión e organización dos sistemas deportivos I			
Código	P02G050V01504			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Martinez Lemos, Rodolfo Ivan			
Profesorado	Martinez Lemos, Rodolfo Ivan			
Correo-e	ivanmartinez@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código	
A19	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas
A20	Capacidade para administrar os servizos deportivos públicos e privados
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito 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
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
1. Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións	B14
2. Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	B4
3. Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	B2
4. Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte	B12
5. Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo	B25
6. Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma	B26
7. Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional	B13
8. Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional	B11
9. Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas	A19
10. Capacidade para administrar os servizos deportivos públicos e privados	A20
11. Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional	A22

**Contidos**

Tema	
1. El sistema deportivo	Concepto, Elementos y Estructura
2. El servicio deportivo	Oferta, Demanda, Competencia, Viabilidad, Calidad y Buenas Prácticas

3. Las formas de gestión deportiva	Público-privada; Directa-Indirecta y Mixta
4. Gestión y organización en el deporte	Organización Administrativa, Estructura Asociativa, Ámbito Educativo, Deporte Profesional
5. Ordenamiento jurídico del deporte	Estatal, Autonómico y Normativa Federativa

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	30	45	75
Traballos tutelados	15	30	45
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	7.5	21.5	29
Probas de tipo test	1	0	1

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

### Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante.
Traballos tutelados	O estudante, de maneira individual ou en grupo, elabora un documento sobre a temática da materia ou prepara seminarios, investigacións, memorias, ensaios, resumos de lecturas, conferencias, etc.
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Actividade na que se formulan problemas e/ou exercicios relacionados coa materia. O alumno debe desenvolver a análise e resolución dos problemas e/ou exercicios de forma autónoma.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	Enténdese por atención personalizada o tempo reservado por cada docente para atender e resolver as dúbidas do alumnado. Nestas actividades o/a docente ten como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. Se levarán a cabo no despacho nº 225 e dentro do horario estipulado.
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Enténdese por atención personalizada o tempo reservado por cada docente para atender e resolver as dúbidas do alumnado. Nestas actividades o/a docente ten como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. Se levarán a cabo no despacho nº 225 e dentro do horario estipulado.

### Avaliación

	Descrición	Cualificación
Traballos tutelados	O estudante presenta o resultado obtido na elaboración dun documento sobre a temática da materia, na preparación de seminarios, investigacións, memorias, ensaios, resumos de lecturas, conferencias, etc. Pódese levar a cabo de maneira individual ou en grupo, de forma oral ou escrita	30
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Probas para a avaliación que inclúen actividades, problemas ou exercicios prácticos a resolver. Os alumnos deben dar resposta á actividade formulada, aplicando os coñecementos teóricos e prácticos da materia.	20
Probas de tipo test	Proba para avaliación das competencias adquiridas que constará de 20 preguntas pechadas na que os alumnos seleccionan unha única resposta verdadeira de entre 3 opcións.	50

Fórmula de corrección para anular el efecto del azar; [  $C = A - E/(k-1)$  ].  
C( calificación), A(aciertos), E(errores), K(número de opciones de respuesta).

### Outros comentarios sobre a Avaliación

1. A cualificación final da materia resultará da ponderación das dos probas de avaliación, ( test y ).
2. Será requisito imprescindible para aprobar a materia ter superadas as tres partes.
3. O alumno/a que non realice alguna das tres probas de avaliación obterá unha calificación final de SUSPENSO.
4. En xullo e no resto das convocatorias extraordinarias avaliarase unicamente mediante un examen tipo test (100%)

---

**Bibliografía. Fuentes de información**

---

Blanco,E.;Burriel,J.C.;Camps,A.;J.L.; Landaberea,J.A.;Montes,V., **Manual de la Organización Institucional del Deporte**, 1999,

Celma,J., **ABC del Gestor Deportivo**, 2004,

Millán Garrido,A., **Legislación Deportiva**, 2008,

Ortiz,M.;Pérez,V., **Diccionario jurídico básico**, 2010,

VV.AA., **Estatuto de los Trabajadores. Texto Refundido.**, 1999,

VV.AA., **Constitución Española**, 1994,

Barrio,G., **Réximen competencial do deporte. Análise xurídica do deporte en Galicia.**, 1994,

Camps,A., **Las federaciones deportivas. Régimen jurídico.**, 1996,

Cazorla,L.M. y García M.R., **Código del deporte**, 2003,

[www.iusport.es](http://www.iusport.es), **Portal Jurídico del Deporte**,

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

<http://aedd.webnode.com/>, **Asociación Española de Derecho Deportivo**,

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

<http://www.uem.es/titulacion/grado-en-gestion-deportiva-real-madrid>, **Grado en Gestión Deportiva**, Universidad Europea de Madrid,

---

---

**Recomendacións**

---

**Materias que continúan o temario**

---

Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Actividade física e deporte adaptado**

Materia	Actividade física e deporte adaptado			
Código	P02G050V01601			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Ayan Perez, Carlos Luis			
Profesorado	Ayan Perez, Carlos Luis			
Correo-e	cayan@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código				
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte			
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas			
A5	Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar			
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte			
A9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo			
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo			
A11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo			
A13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde			
A15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde			
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional			
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte			
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos 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			
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte			
B19	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde			
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas			
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade			

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe		
Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y la salud.	A5		
Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física adaptada	A4		
Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	A9		
Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y adaptada.	A15	B2	
Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud.	A13	B5	



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.	A9	B21
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.	A10	B23
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud.	A3	B3
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud.	A11	B18
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.	A6	B19
Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional relativo a la actividad física adaptada	A22	B1
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de la actividad física adaptada		B12

## Contidos

Tema	
2. ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN DE LA AFA	2.1 La Legislación Educativa y el Alumno con Discapacidad 2.2 EFA y ACNEE: Posibilidades y Aplicaciones en la Educación Física y el tiempo libre.
1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA AFA	1.1 AFA Evolución Histórica y Contextualización 1.2 La Discapacidad, Origen, Evolución y Situación Actual. 1.3 Aproximación a la AFA en la Rehabilitación Funcional
3. AFA Y PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL	3.1. AFA y Rehabilitación Cardiovascular 3.2. AFA y Trastornos del Sistema Respiratorio 3.3. AFA y Cáncer 3.4. AFA y Alteraciones Metabólicas 3.5. AFA y Trastornos del Sistema Nervioso 3.6. AFA y Patologías Neuromusculares 3.7. AFA y Patologías Autoinmunes 3.8. AFA Como medio Inclusión Social
4. EL DEPORTE ADAPTADO	4.1. El Deporte Adaptado: Origen, Evolución y Situación Actual 4.2. Aplicaciones del Deporte Adaptado al Marco Escolar.

## Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	22.5	33.75	56.25
Titoría en grupo	0	15	15
Prácticas de laboratorio	29	43.5	72.5
Probas de tipo test	1	1.5	2.5
Traballos e proxectos	1	2.75	3.75

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

## Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante
Titoría en grupo	Entrevistas que o alumno mantén co profesorado da materia para asesoramento/desenvolvemento dos traballos propostos.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia obxecto de estudo.

## Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	Se desenvolverá de maneira breve y en grupo reducido al finalizar cada sesión.
Sesión maxistral	Se desenvolverá de maneira breve y en grupo reducido al finalizar cada sesión.
Titoría en grupo	Se desenvolverá de maneira breve y en grupo reducido al finalizar cada sesión.

## Avaliación

Descrición	Cualificación
------------	---------------

Pruebas de tipo test	Examen de opción múltiple con respuesta única.	70
Trabajos e proyectos	Trabajo práctico sobre los contenidos teóricos de la materia, propuestos por el profesor. Deberá ser expuesto durante las prácticas de laboratorio	30

### Outros comentarios sobre a Avaliación

Para superar la materia será necesario obtener una calificación positiva en ambas pruebas de evaluación (prueba tipo test y trabajo).

En el tipo test, habrá que obtener al menos 3.5 ptos de 7 posibles, y en el trabajo, se deberá alcanzar al menos 1.5 ptos de 3 posibles.

La nota final de la materia se obtendrá mediante la suma aritmética de las puntuaciones alcanzadas en ambas partes, siempre y cuándo se cumplan los criterios de calificación anteriormente expuestos.

En caso de no superar ambas pruebas, éstas deberán repetirse en la convocatoria de julio.

En caso de superar una de las dos pruebas, la nota obtenida se mantiene de modo único y exclusivo para la siguiente convocatoria de julio, teniendo entonces que realizarse la otra prueba en dicha convocatoria.

En las siguientes convocatorias (excluida la de julio), el alumno deberá examinarse tanto de la parte teórica como de la parte práctica de la materia, manteniéndose los criterios de puntuación inicialmente expuestos

### Bibliografía. Fontes de información

Sirmard C, Caron F y Skrotzky K, **Actividad Física Adaptada**, Inde,  
 Serra R y Bagur C, **Prescripción de Ejercicio Físico Para la Salud**, Paidotribo,  
 Faulkner G & Taylor H, **Exercise, Health and Mental Health**, Routledge,  
 Bernal J, **Juegos y Actividades Adaptadas**, Gymnos,  
 Cano JM, **Problemas de Salud en la Práctica Físico-Deportiva : Actuaciones y Adaptaciones Curriculares**, Wanceulen,

### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Ayán C. (2004). Esclerosis Múltiple y Ejercicio Físico. Ed Wanceulen  
 Bassedas, E. (2010). Alumnado con discapacidad intelectual y retraso del desarrollo. Ed. Graó  
 Campagnolle S. (1998). La Silla de Ruedas y la Actividad Física. Ed. Paidotribo  
 Drobnic F y Pujol P. (1997). Temas Actuales en Actividad Física y Salud. Ed. Menarini  
 Fabián L. (1999). Deportes para Discapacitados Mentales. Ed. Stadium  
 Garrison J. (2003). Manual de Medicina Física y Rehabilitación. Ed. Mc Graw Hill.  
 Hardman A & Stensel D. (2003). Physical Activity and Health. Ed. Routledge  
 Simard C, Caron F, y Skrotzky K. (2003). Actividad Física Adaptada. Ed. Inde

### Recomendacións

#### Materias que continúan o temario

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

#### Materias que se recomenda ter cursado previamente

Xerontoloxía e actividade física/P02G050V01902

### Outros comentarios

Se considera imprescindible la asistencia a las clases prácticas como modo de consolidar los contenidos expuestos en las sesiones teóricas así como de mejorar la formación del alumno.

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Actividade física e deporte recreativo**

Materia	Actividade física e deporte recreativo			
Código	P02G050V01602			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Gutierrez Santiago, Alfonso Silva Alonso, Telmo			
Profesorado	Gutierrez Santiago, Alfonso Silva Alonso, Telmo			
Correo-e	telmosilva@edu.xunta.es ags@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código				
A24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas			
A25	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas			
A26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa			
A28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas			
A29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa			
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana			
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte			
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional			
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte			
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas			
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade			
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, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma			

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
(*)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.	A24	
(*)Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físico-deportivas recreativas.	A25	B21
(*)Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa.	A26	B23
(*)Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de las actividades físico-deportivas recreativas para toda la población.		B16
(*)Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas.	A28	

(\*)Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades A29 físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa.

(*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos de las actividades físicas y deportes recreativos.	B7 B10
(*)Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las actividades físicas y deportes recreativos.	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
(*)Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	B13
(*)Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	B24

## Contidos

Tema	
Fundamentos teóricos del ocio, el tiempo libre y la recreación.	Fundamentos teóricos del ocio, el tiempo libre y la recreación.
Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de las actividades físico-recreativas.	Actividades con el frisbee Floorball Intercrosse Mazaball Ballnetto Kinball Otras actividades físicas y deportes recreativos
Organización y planificación de actividades de ocio y tiempo libre.	Organización y planificación de actividades de ocio y tiempo libre.

## Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	16.5	24.75	41.25
Resolución de problemas e/ou exercicios	6	12	18
Estudo de casos/análises de situacións	4	8	12
Prácticas de laboratorio	26	39	65
Outras	2	11.75	13.75

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

## Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	Exposición teórica dos contidos por parte do profesor.
Resolución de problemas e/ou exercicios	Actividades prácticas nas que os alumnos encontran solucións a problemas diversos e reais.
Estudo de casos/análises de situacións	Exposición e análise de casos concretos e de interese.
Prácticas de laboratorio	Práctica, experiencia e experimentación de situacións de aplicación.

## Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Sesión maxistral	Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a
Resolución de problemas e/ou exercicios	Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a
Estudo de casos/análises de situacións	Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a
Prácticas de laboratorio	Recoméndase atención persoal para a resolución de dúbidas e asesoramento sobre o traballo persoal do/da alumno/a

## Avaliación

	Descrición	Cualificación
Prácticas de laboratorio	Asistencia e implicación do/da alumno/a	10
Outras	Proba que poderá ser tipo test e/ou resposta curta	90

## Outros comentarios sobre a Avaliación

A proba de avaliación (**Outras** - 90%) poderá ser una proba tipo test e/ou proba de respostas curta. Requisito indispensable para superar a materia será a obtención de un mínimo de un cinco sobre diez en dicha prueba.

Requisito indispensable para superar a materia será a **asistencia obrigatoria** a un mínimo dun **80%** das **prácticas de laboratorio**.

A avaliación das **prácticas de laboratorio** (o 10%) farase tendo en conta a asistencia e a implicación do alumnado na realización das mesmas.

No **RESTO DE CONVOCATORIAS** aplicaranse os mesmos criterios de avaliación.

---

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

Camerino Foguet, Oleguer, **Deporte recreativo**, 2ª,

Ortí Ferreres, Joan, **La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos**, 1ª,

Camerino e Castañer, **1001 ejercicios y juegos de recreación**, 1º,

Jardi e Rius, **1000 ejercicios y juegos con material alternativo**, 1º,

---

### **Recomendacións**

#### **Materias que continúan o temario**

Actividades físicas de lecer/P02G050V01905

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II**

Materia	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II			
Código	P02G050V01603			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Barcala Furelos, Roberto Jesus			
Profesorado	Barcala Furelos, Roberto Jesus			
Correo-e	roberto.barcala@edu.xunta.es			
Web	<a href="http://www.portaleducacionfisica.es">http://www.portaleducacionfisica.es</a>			
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A2	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
A5	Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
A23	Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas
A24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
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
B9	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
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, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

### Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Conceptualización e identificación do obxecto de estudo da Didáctica dos procesos de ensino aprendizaxe na Actividade Física e do Deporte.	A1 A5 A24	B1 B2 B9 B15 B21 B24
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da *Didáctica dos procesos de ensino aprendizaxe na Actividade Física e do Deporte.	A1 A5	B2 B13 B14 B15
Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	A1 A2 A22	B11 B13 B24
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e o Deporte.	A1 A5 A12	B12 B26
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	A1 A2 A5	B13 B23 B24 B25 B26
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	A1	
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e deporte entre a poboación escolar.	A2	B13 B25
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	A3	B3 B4
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas.	A4	B13 B14 B20
Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar.	A5	B15 B16 B21 B25 B26
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte.	A6 A23	B23
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	A1 A2 A5	B13 B25 B26
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.		B26

### Contidos

Tema

Bloque 1. Planificación dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte. (\*)

Bloque 2. Niveis de concreción e unidades de programación na planificación a medio e longo prazo. (\*)

Bloque 3. Avaliación e control nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte. (\*)

Bloque 4. A dimensión investigadora do profesor. (\*)  
A indagación reflexiva, base da formación do profesorado.

Bloque 5. Recursos e materiais didácticos na actividade física e o deporte. Análise e rentabilización educativa. (\*)

Bloque 6. Educación en valores e o seu didáctica (\*)  
nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da  
actividade física e o deporte.

<b>Planificación</b>			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	0	20	20
Presentacións/exposicións	2	7.5	9.5
Titoría en grupo	0	5	5
Saídas de estudo/prácticas de campo	6.5	0	6.5
Sesión maxistral	32	32	64
Probas de tipo test	1	0	1
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	3	20	23
Traballos e proxectos	1	20	21

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

<b>Metodoloxía docente</b>	
	Descrición
Prácticas de laboratorio	Traballo práctico nos laboratorios e instalacións deportivas da Facultade
Presentacións/exposición	Exposicións dos traballos e exposición de programación.
Titoría en grupo	Preparación de exposicións e seguimento dos traballos de programación
Saídas de estudo/prácticas de campo	Unha saída para unha sesión práctica na praia fluvial do Río Lérez, no marco dun exemplo de sesión dentro dunha planificación educativa de ESO.
Sesión maxistral	Sesións impartidas polo profesor, ben na aula ou ben nos espazos deportivos da Facultade.

<b>Atención personalizada</b>	
Metodoloxías	Descrición
Presentacións/exposicións	  A atención personalizada realizarase nas titorías correspondentes ou mediate correo electrónico
Titoría en grupo	  A atención personalizada realizarase nas titorías correspondentes ou mediate correo electrónico
Saídas de estudo/prácticas de campo	  A atención personalizada realizarase nas titorías correspondentes ou mediate correo electrónico

<b>Avaliación</b>		
	Descrición	Cualificación
Presentacións/exposicións	Presentación dunha sesión práctica aleatoria seguindo os principios da programación didáctica.	5
Probas de tipo test	Exame dos contidos da materia.	50
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	Exposición dunha sesión práctica aleatoria seguindo os principios da programación didáctica.	20
Traballos e proxectos	Presentación e defensa dunha programación anual ou proxecto educativo adecuado para a secundaria ou bachelato.	25

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

Para aprobar a materia, tódalas partes ao menos deberán alcanzar un 50% da súa porcentaxe.

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

Chinchilla Minguet, José Luis, **Didáctica de la educación física**,  
Contreras Jordán, Onofre Ricardo, **Didáctica de la educación física : un enfoque constructivista**,  
Annicchiarico Ramos, Rubén, **Manual de Didáctica de la Educación Física**, 1ª,

CAMERINO, O; CASTAÑER, M. (2001). De la renovación pedagógica a un enfoque global sistémico de la Educación Física. En B. VÁZQUEZ, O. CAMERINO, M. GONZÁLEZ, F. DEL VILLAR, J. DEVIS, & P. SOSA, *Bases educativas de la Actividad Física y el Deporte* (págs. 85-102). Madrid: Síntesis.

CONTRERAS, O. (2000). Hacia una Educación Física que tenga en cuenta la diversidad. En E. y. RIVERA, *Educación Física*



ante los retos del nuevo milenio (págs. 13-22). Granada: Adhara.

CONTRERAS, O. (2009). Intervención intercultural desde la Educación Física. En VV.AA., *La Educación Física en la sociedad actual* (págs. 91-113). Sevilla: Wanceulen.

SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (. (2002). *Didáctica de la Educación Física (en primaria)*. Madrid: Prentice Hall.

SENNERS, P. (2001). *La lección de Educación Física*. Barcelona: INDE.

SERRANO, J., LERA, A., & CONTRERAS, O. (2005). Maestros Generalistas vs especialistas. Claves y discrepancias en la reforma de la formación inicial de los maestros de primaria. *Revista de Educación* , 533-555.

TORRES, J. (1996). *El currículum oculto*. Madrid: Morata.

VEIGA, F. (2001). *O libro dos xogos populares galegos*. Santiago de Compostela: Sotelo Blanco.

VV.AA. (2009). *La educación física en la sociedad actual*. Sevilla: Wanceulen.

ZAGALAZ, M., ARTEAGA, M., & CACHON, J. (1998). Diferencias entre didáctica general y didctica de la Educación Física en el currículum del maestro especialista. En VV.AA., *Actas del Congreso Internacional de Educación Física* (págs. 194-198). Almería: Editorial Española.

---

## **Recomendacións**

---

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

---

Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte I/P02G050V01501

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II**

Materia	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II			
Código	P02G050V01604			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Tourinho Gonzalez, Carlos Francisco Vila Suarez, Maria Elena			
Profesorado	García García, Oscar Tourinho Gonzalez, Carlos Francisco Vila Suarez, Maria Elena			
Correo-e	tourinog@gmail.com EVILA@UVIGO.ES			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código	
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
A9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
A11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo
A17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
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
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
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, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
(*)	A7 A8 A11
(*)	A9 A10 A17

(*)	B2
	B3
	B4
	B5
	B7
	B17
	B18
	B20
(*)	B23
	B24
	B25
	B26

## Contidos

Tema

## Planificación

Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
---------------	--------------------	--------------

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

## Metodoloxía docente

Descrición

## Atención personalizada

## Avaliación

Descrición

Cualificación

## Outros comentarios sobre a Avaliación

Será necesario superar o exame e o traballo de aplicación para superar a materia

As notas de cada apartado manteranse nas dúas convocatorias extraordinarias seguintes (xullo e decembro-fin de carreira)

## Bibliografía. Fontes de información

\*Aguado, \*X. (1998). *Eficacia e técnica deportiva*: Barcelona: \*INDE

Hai, \*J.\*G. (1994). *\*Biomechanics of \*sport \*techniques*. \*New Xersei: \*Prentice \*Hall

Esquerdo, \*M. (2008). *\*Biomecánica e Bases \*Neuromusculares da Actividade Física e o Deporte*. Barcelona: Médica-  
\*Panamericana.

\*Periodización do adestramento deportivo

. Barcelona: \*Paidotribo

Campos, \*J, \*Cervera, \*VR (2001) *Teoría e \*planificación do adestramento deportivo*. \*Paidotribo. Barcelona.

\*García, \*J. \*M. (1999). *Alto rendemento: A adaptación e a excelencia deportiva*. \*Madrid: \*Gymnos.

García, \*J. \*M., Navarro, \*M. E \*Ruiz, \*J. A. (1996\*b). *\*Planificación do adestramento deportivo*. \*Madrid: \*Gymnos.

García, \*J. \*M., Navarro, \*M., E \*Ruiz, \*J. A. (1996). *Bases teóricas do adestramento deportivo*. \*Madrid: \*Gymnos.

\*Gonzalez, \*JM, Navarro, \*F; Delgado, \*M (2010) *Fundamentos do Adestramento Deportivo*. \*Sevilla. \*Wanceulen

\*Matveev, \*L. (1985). *Fundamentos do adestramento deportivo*. \*Madrid: \*Rubiños-\*Raduga.

\*Matveiev, \*L. (2001). *Teoría xeral do adestramento deportivo*. Barcelona: \*Paidotribo.

\*Nacleiro, \*F. (2011). *Adestramento deportivo. Fundamentos e aplicacións*. Barcelona: Médica-\*Panamericana.

\*Platonov, \*V. \*N. (2001). *Teoría xeral do adestramento deportivo olímpico*. Barcelona: \*Paidotribo

\*Verkhoshansky, E. (2002). *Teoría e metodoloxía do adestramento deportivo*. Barcelona: \*Paidotribo

\*Funtional \*rehabilitation \*of \*sports \*and \*musculoskeletal \*injurie

\*s. \*Gaithersburg, \*MD: \*Aspen.

\*Prentice, \*W. (1997). *Técnicas de \*rehabilitación na medicina deportiva*. Barcelona: \*Paidotribo

\*Renstrom, \*P. (1999). *Prácticas clínicas sobre asistencia e \*prevención de lesións deportivas*. \*Madrid: \*Gymnos

\*Rodriguez, \*L. \*P. e \*Gusí, \*N. (2002). *Manual de \*prevención e \*rehabilitación de lesións deportivas*. \*Madrid: Síntese.

Romeu, \*D. e \*Tous, \*J. (2001). *\*Prevención de lesións no deporte*. Barcelona: Médica-\*panamerican

---

## **Recomendacións**

### **Materias que continúan o temario**

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Psicoloxía do adestramento deportivo/P02G050V01911

---

### **Materias que se recomenda cursar simultaneamente**

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

---

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

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio I/P02G050V01104

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Actividades de fitness**

Materia	Actividades de fitness			
Código	P02G050V01901			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Casais Martinez, Luis			
Profesorado	Casais Martinez, Luis			
Correo-e	luisca@uvigo.es			
Web				
Descripción xeral				

**Competencias de titulación**

Código

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
---------------------------------	---------------------------------------

- Conocimiento y comprensión los fundamentos de las actividades de fitness y con soporte musical.
- Comprensión de la literatura científica del ámbito de las actividades de fitness.
- Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de E-A relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
- Capacidad para promover la formación de hábitos perdurables y autónomos de practica de actividad de fitness.
- Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de las actividades de fitness.
- Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para las actividades de fitness.
- Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al ámbito de las actividades de fitness.

**Contenidos**

Tema

## TEMA 1. LAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS: LA MÚSICA

### 1.1. CONTEXTUALIZACIÓN: NACIMIENTO DE LAS MANIFESTACIONES GIMNÁSTICAS Y APARICIÓN DE LA MÚSICA COMO BASE COREOGRÁFICA.

#### 1.1.1. INTRODUCCIÓN: ORIGEN, CONCEPTOS TÉRMINOS

### 1.2. PASADO DE LAS MANIFESTACIONES GIMNÁSTICAS

#### 1.2.2. ORIGEN DE LAS ACTIVIDADES GIMNÁSTICAS: GRECIA Y ROMA

#### 1.2.3. LA GIMNASIA EN GRECIA

#### 1.2.4..LA DECADENCIA GRIEGA Y EL IMPERIO ROMANO.

#### 1.2.5. UN NUEVO ENFOQUE DE LA GIMNASIA: RENACIMIENTO Y HUMANISMO

#### 1.2.6.. LAS ESCUELAS EUROPEAS: LOS CUATRO GRANDES NÚCLEOS GIMNÁSTICOS

### 1.3. LOS SISTEMAS Y LA IMPORTANCIA DE LA MÚSICA EN EL S.XX

#### 1.3.1. LOS SISTEMAS NATURALES

#### 1.3.2. LOS SISTEMAS ANALÍTICOS.

#### 1.3.3. LOS SISTEMAS RÍTMICOS:

### 1.4. EL NACIMIENTO DE LA GIMNASIA Y LA DANZA MODERNA.

### 1.5. LA MÚSICA COMO SOPORTE DE LAS ACTIVIDADES AERÓBICAS

#### 1.5. 1. ¿ QUE ES LA MÚSICA?

#### 1.5.2. VELOCIDAD DE LA MÚSICA

#### 1.5.3. LA MÚSICA Y LA INTENSIDAD DEL ENTRENO

#### 1.5.4. [ELEMENTOS CLAVES] DE LA MÚSICA

#### 1.5.6. ESTRUCTURA MUSICAL

#### 1.5.7. FORMAS DE CONOCER LA MÚSICA

---

## TEMA 2. EL AEROBIC

### 2.1. EL NACIMIENTO DEL AERÓBIC

### 2.2. LOS PASOS BÁSICOS Y EL DISEÑO DE OPCIONES COREOGRÁFICAS

### 2.3. VARIACIONES EN LAS SERIES COREOGRÁFICAS

### 2.4. SELECCIÓN DE PATRONES DE MOVIMIENTOS DE BRAZOS:

### 2.5. METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LAS ACTIVIDADES CON SOPORTE MUSICAL

#### 2.5.1. METODOLOGÍA GENERAL DE AERÓBIC

#### 2.5 2. METODOLOGÍA DE LA INICIACIÓN AL AERÓBIC EN EL SISTEMA EDUCATIVO

---

## TEMA 3. OTRAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS

### 3.2. NO COREOGRAFÍADAS Y COREOGRAFIADAS

#### 3.2.1. EN EL MEDIO ACUÁTICO

#### 3.2.2. STEP

#### 3.2.3. SLIDE

#### 3.2.4. SPINNING

#### 3.2.5. BODY TRAINING SYSTEMS

#### 3.2.6. FUNK Y HIP-HOP

#### 3.2.7. MODALIDADES DE COMBATE

#### 3.2.8. FITBALL

#### 3.2.9. COREBOARD

#### 3.2.10. BODY MIND

---

## TEMA 4. FITNESS CARDIOVASCULAR, RESPIRATORIO Y METABÓLICO.

### 4.1. COMPONENTES DE UN PROGRAMA DE EJERCICIO AERÓBICO.

### 4.2. TIPOS DE PROGRAMAS.

#### 4.2.1. PROGRAMAS INDIVIDUALES DE FITNESS CARDIOVASCULAR.

### 4.3. DISEÑO DE PROGRAMAS DE EJERCICIO AERÓBICO.

### 4.4. ENTRENAMIENTO AERÓBICO COMO MEDIO PARA EL CONTROL DEL PESO.

---

TEMA 5. FITNESS MUSCULAR. DISEÑO DE PROGRAMAS DE EJERCICIOS RESISTIDOS DE FUERZA Y FLEXIBILIDAD.

5.1. MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO EN SALA DE MUSCULACIÓN.

5.2. ENTRENAMIENTO DE LA MUSCULATURA LUMBOABDOMINAL.

5.3. ENTRENAMIENTO FUNCIONAL CORE.

5.4. PROGRAMAS DE FLEXIBILIDAD.

TEMA 6. SALAS DE FITNESS Y SUS EQUIPAMIENTOS.

6.1. FUNCIÓN DE LOS EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS EN LAS SALAS DE FITNESS-

6.2. LAS MÁQUINAS DE FUERZA: PRINCIPIOS.

6.3. TIPOS DE MÁQUINAS DE FUERZA EN SALAS DE CENTROS DE FITNESS.

6.4. EL EQUIPAMIENTO CARDIOVASCULAR EN LAS SALAS DE FITNESS.

6.5. DISPOSICIÓN Y MANTENIMIENTO DEL EQUIPAMIENTO Y LAS INSTALACIONES.

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudio de casos/análisis de situaciones	0	0	0
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	0	25	25
Sesión magistral	22	32	54
Pruebas de respuesta corta	2	15	17
Informes/memorias de prácticas	30	24	54
Trabajos y proyectos	0	0	0

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

### Metodoloxías

Descrición	
Estudio de casos/análisis de situaciones	
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	
Sesión magistral	El carácter de la asignatura hace necesario combinar varios tipos de metodoloxías, dependendo de la naturaleza de los objetivos a alcanzar y los contenidos a tratar. Se abogará por una metodoloxía activa, alternando exposiciones magistrales y trabajo en pequeno grupo en las sesiones teóricas y vivencia de las diferentes propostas de tareas (del profesor y de los propios alumnos) en las sesiones practicas. 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 lo que podrá realizar un seguimiento parcialmente on-line de la materia. - Organización de la docencia: Las sesiones de carácter teórico se desarrollarán en horario y ubicación fijadas por el centro (A5). Las sesiones prácticas se realizarán en el Gimnasio. Los profesores facilitarán en cada tema un guión de soporte a la docencia en el que conste el índice del mismo, lecturas recomendadas, bibliografía específica y algunos contenidos del tema en formato apuntes.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Sesión magistral	TUTORIAS PLATAFORMA TEMA
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	TUTORIAS PLATAFORMA TEMA

### Evaluación

Descrición	Cualificación
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	10
Pruebas de respuesta corta	El examen constará de un apartado de preguntas tipo test y una segunda parte de preguntas de respuesta corta justificada debidamente. 60

Informes/memorias de prácticas	El alumno debe recopilar las sesiones (contenidos, objetivos y tareas) de las clases prácticas analizando críticamente cada una de ellas y diseñando sesiones o tareas alternativas de acuerdo a los contenidos abordados.	30
--------------------------------	--	----

---

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

---

En la convocatoria extraordinaria del mismo curso académico se mantendrán las calificaciones de la primera convocatoria. En todo caso se mantendrán los criterios de evaluación.

---

### **Fuentes de información**

---

Colado Sánchez, J.C. (1996). *Fitness en las salas de musculación*. Zaragoza: INDE.

Earle, R.W. y Baechle, T.R. (2008). *Manual NSCA. Fundamentos del entrenamiento personal*. Barcelona: Paidotribo.

Isidro, F., Heredia, J.R., Pinsach, P. y Costa, M.R. (2007). *Manual del entrenador personal. Del fitness al wellness*. Barcelona: Paidotribo.

Thompson, W.R. (2009). *ACSM's guidelines to exercise testing and prescription*. Baltimore, MD: Lippincott Williams & Wilkins. 8th Ed.

---

### **Recomendaciones**

---



**DATOS IDENTIFICATIVOS****Xerontoloxía e actividade física**

Materia	Xerontoloxía e actividade física			
Código	P02G050V01902			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	1c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Vila Suarez, Maria Elena			
Profesorado	Vila Suarez, Maria Elena			
Correo-e	EVILA@UVIGO.ES			
Web				
Descrición xeral				

**Competencias de titulación**

Código	
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
A14	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación adulta, maiores e discapacitados
A15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde
A16	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde
A17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
A25	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas
A26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa
A27	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica das actividades físico-deportivas recreativas para toda a poboación
A28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas
A29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa
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
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B19	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
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, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
(*)Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte de las personas mayores.		B13 B14
(*)Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. de las personas mayores.	A13 A16	B3 B5 B19 B20
(*)Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte de las personas mayores	A13 A16 A28	B4 B6 B19 B20
(*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana de las personas mayores.	A13	B7 B19 B20
(*)Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.		B11 B24
(*)		B12
(*)		B13
(*)Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte de las personas mayores	A14 A27 A29	
(*)		B25
(*)		B26
(*)Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas para personas mayores.	A7 A15 A17 A25 A26	B21

## Contidos

Tema	
(*)Bloque temático 1. Introducción	(*)Tema 1. Epidemiología y demografía del envejecimiento. Tema 2. Fundamentos teóricos del envejecimiento.
(*)Bloque temático 2. Aspectos bio-psico-sociales de la vejez.	(*)Tema 3. Aspectos fisiológicos del envejecimiento. Tema 4. Aspectos psicológicos y sociales del envejecimiento.
(*)Bloque temático 3. Prescripción de la Actividad física para adultos y mayores.	(*)Tema 5. Anatomía funcional y valoración. Tema 6. Capacidades físicas y coordinativas.
(*)Bloque temático 4. El ocio activo.	(*)Tema 7. Políticas de promoción de la salud y calidad de vida. Tema 8. El ocio activo en las personas mayores.

## Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos/análises de situacións	0	30	30
Traballos de aula	30	15	45
Sesión maxistral	22	22	44
Probas de resposta curta	2	0	2
Informes/memorias de prácticas	0	29	29
Resolución de problemas e/ou exercicios	0	10	10

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

## Metodoloxía docente

	Descrición
Estudo de casos/análises de situacións	(*)En las clases presenciales se plantearán diferentes situaciones que exijan capacidad de reflexión, relación de contenidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Traballos de aula	(*)En las clases prácticas fundamentalmente se plantearán situaciones que deberán resolver con la ayuda del profesor o con trabajo autónomo. Se realizaran de individual o colectiva, según la actividad.
Sesión maxistral	(*)En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo

## Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
--------------	------------

Sesión maxistral	
Estudo de casos/análises de situacións	
Traballos de aula	
<b>Probas</b>	<b>Descrición</b>
Resolución de problemas e/ou exercicios	

<b>Avaliación</b>		
	Descrición	Cualificación
Estudo de casos/análises de situacións	(*)TRABAJO TEMATICO Y MEMORIA DE PRÁCTICAS	40
Traballos de aula	(*)PROPUESTA DE SESION	10
Sesión maxistral	(*)EXAMEN DE CONTENIDOS	40
Resolución de problemas e/ou exercicios	(*)RESOLUCIÓN Y ENTREGA DE SUPUESTOS PRÁCTICOS	10

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

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

#### **Recomendacións**

##### **Materias que continúan o temario**

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

##### **Materias que se recomenda cursar simultaneamente**

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

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

Anatomía: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología do exercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

<b>DATOS IDENTIFICATIVOS</b>				
<b>Biomecánica da técnica deportiva</b>				
Materia	Biomecánica da técnica deportiva			
Código	P02G050V01903			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	2c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiais Física aplicada			
Coordinador/a	Mato Corzón, Marta María Silva Alonso, Telmo			
Profesorado	Mato Corzón, Marta María Silva Alonso, Telmo			
Correo-e	telmosilva@edu.xunta.es fammmmc@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	(*)Conocimiento y aplicación de las leyes de la mecánica para el análisis de la técnica deportiva con la intención de mejorar el rendimiento y reducir la incidencia de lesiones.			

<b>Competencias de titulación</b>	
Código	
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

<b>Competencias de materia</b>	
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
(*)	B2
(*)	B3
(*)	B11
(*)	B12
(*)	B13
(*)	B14
(*)	B18
(*)	B24
(*)	B25
(*)	B26

<b>Contidos</b>	
Tema	
(*)1. Introducción a la biomecánica deportiva	(*)1.1 Concepto 1.2 Objetivos 1.3 Aplicaciones
(*)2. Mecánica aplicada a la biomecánica deportiva	(*)2.1 Principios generales 2.2 Cinemática 2.3 Dinámica 2.4 Fluidos

(\*)3. Herramientas de simulación y predicción (\*).3.1 Objetivos  
3.2 Características  
3.3 Aplicaciones

(\*)4. Análisis biomecánico de la técnica deportiva (\*).4.1 Análisis cuantitativo  
4.2 Análisis kinesiológico  
4.3 Análisis cualitativo  
4.4 Análisis conforme a criterios de rendimiento  
4.5 Evaluación de la técnica deportiva

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Resolución de problemas e/ou exercicios	12	12	24
Presentacións/exposicións	12	12	24
Prácticas de laboratorio	20	32	52
Prácticas en aulas de informática	10	10	20
Titoría en grupo	1	0	1
Sesión maxistral	10	10	20
Informes/memorias de prácticas	1	8	9

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

### Metodoloxía docente

	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	(*) Aplicar los principios biomecánicos en la resolución de problemas de aplicación y casos prácticos
Presentacións/exposicións	(*) Exposición de los análisis biomecánicos realizados de forma clara, concisa y científica
Prácticas de laboratorio	(*) Determinación de objetivos, obtención, tratamiento, presentación y análisis de datos biomecánicos en situaciones experimentales y reales
Prácticas en aulas de informática	(*) Obtención, tratamiento, presentación y análisis de datos biomecánicos en situaciones experimentales y reales
Titoría en grupo	(*) Resolución de dudas y dificultades en los contenidos de la materia planteadas y resueltas de manera colectiva
Sesión maxistral	(*) Exposición por parte del profesor/a de contenidos teóricos fundamentales de la materia

### Atención personalizada

### Avaliación

	Descrición	Cualificación
Resolución de problemas e/ou exercicios	(*) Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de problemas biomecánicos	30
Presentacións/exposicións	(*) Evaluación continua, exposición en el aula del análisis biomecánico de una técnica deportiva	30
Prácticas de laboratorio	(*) Evaluación continua, asistencia e implicación del alumno/a	5
Prácticas en aulas de informática	(*) Evaluación continua, asistencia e implicación del alumno/a	5
Informes/memorias de prácticas	(*) Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de los informes relativos a los análisis realizados	30

### Outros comentarios sobre a Avaliación

### Bibliografía. Fontes de información

Aguado, Xabier, **Eficacia y Técnica Deportiva**, 2ª edición,  
Hay and Prentice-Hall, **The Biomechanics of Sport and Exercise**,  
Bartlett, **Sport Biomechanics**, 1ª edición,  
McNeill Alexander, **Biomecánica**,

### Recomendacións

**Materias que se recomienda ter cursado previamente**

---

Anatomía: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Estatística: Metodoloxía da investigación e estatística na actividade física e o deporte/P02G050V01302

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Deportes náuticos**

Materia	Deportes náuticos			
Código	P02G050V01904			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Rial Fernandez, Ramon Benigno			
Profesorado	Rial Fernandez, Ramon Benigno			
Correo-e	rrial@edu.xunta.es			
Web				
Descrición xeral	<p>A materia «Deportes Náuticos» impártese no segundo cuadrimestre do terceiro curso do Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte.</p> <p>Nesta materia proporciónase unha visión xeral do Remo e do Piragüismo. Desde unha perspectiva teórica, abórdanse diferentes aspectos desde un punto de vista xeral referentes a súa estrutura externa, o medio no que se desenvolven, os tipos de embarcacións e as súas modalidades, a técnica básica, maniobras, fundamentos do seu adestramento, tipos de competicións, didáctica, aspectos recreativos, etc. Desde unha perspectiva práctica, realízase un percorrido a través de distintos tipos de embarcacións.</p> <p>Debido ó medio no que se desenvolven as prácticas (río Lérez) é requisito imprescindible saber nadar.</p>			

**Competencias de titulación**

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A2	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A16	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
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, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

**Competencias de materia**

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades motrices básicas dos Deportes Náuticos		B7
Coñecemento e comprensión dos fundamentos do Remo e do Piragüismo.		B10
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito dos Deportes Náuticos.		B12
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.		B25
Adaptación a novas situacións, resolución de problemas e aprendizaxe autónoma.		B26
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.		B13
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.		B24
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos ó Remo e ó Piragüismo, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	A1	B15
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica das actividades de Remo e Piragüismo.	A2	B16
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao ámbito do Remo e do Piragüismo.	A3 A16	B18
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades de Remo e Piragüismo de forma inadecuada.	A4	B20
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para as actividades de Remo e Piragüismo.	A6	B23
Utilización da información científica básica aplicada ao ámbito do Remo e do Piragüismo.		B14

## Contidos

Tema	
TEMA 1: "Fundamentos do remo e do piragüismo" - Definición	- Oríxenes e evolución histórica - Análise do remo e do piragüismo e os seus factores
TEMA 2: "Estructura externa do remo e do piragüismo"	- Modalidades e especialidades - Categorías - Distancias de competición - Características das embarcacións - Características do sistema de masas - Distancias e tempos de competición - Frecuencia de palada en competición - Relación distancia/tempo de competición/tipo de esforzo
TEMA 3: "Técnica básica do remo e do piragüismo"	- Fases da palada no remo - Técnica básica de banco fixo - Técnica básica de banco móvil - Defectos técnicos mais frecuentes no remo - Técnica básica do piragüismo - Maniobras no piragüismo. Transporte, vuelco e vaciado. De equilibrio e conducción. De propulsión e combinadas - A palada en kayak. Fases da palada. Exercicios e corrección de erros.
TEMA 4: "As reglaxes das embarcacións"	- Reglaxes en banco fixo - Reglaxes en banco móvil - Reglaxes en piragüismo e kayak
TEMA 5: "Estructura biomecánica do remo e do piragüismo"	- Variables biomecánicas
TEMA 6: "O medio acuático. Seguridade"	- Natural: ríos, lagos, mar - Artificiais: pantanos, pistas - Normas de seguridade - Variables medioambientais externas
TEMA 7: "Didáctica do remo e do piragüismo"	- Ensinanza e aprendizaxe - Iniciación e metodoloxía - Etapas de formación
TEMA 8: "Tipos de competicións no remo e no piragüismo"	- En función do recorrido - En función do sistema de competición - Programa olímpico
TEMA 9: "Postos específicos"	- Postos específicos no remo de banco fixo - Postos específicos no remo de banco móvil - Postos específicos no piragüismo
TEMA 10: "Fundamentos tácticos"	- A regata. Tipos. Partes - A estratexia



TEMA 11: "Materiais e tecnoloxía"	- Tecnoloxía aplicada ó material de competición - Tecnoloxía aplicada a elementos de control - Tecnoloxía aplicada a accesorios de control do adestramento - Tecnoloxía informática: Internet
TEMA 12: "Regulamentación no remo e no piragüismo"	- A organización e a regulamentación no remo e no piragüismo - Os regulamentos da F.E.R. e da R.F.E.P.
TEMA 13: "Outros aspectos da práctica"	- Aspectos recreativos - O club. Organización

### Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	30	45	75
Titoría en grupo	5	8	13
Actividades introdutorias	2	0	2
Sesión maxistral	22.5	33.75	56.25
Probas de tipo test	1	1.5	2.5
Informes/memorias de prácticas	0.5	0.75	1.25

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

### Metodoloxía docente

	Descrición
Prácticas de laboratorio	Prácticas no río Lérez (en caso de que as condicións climatolóxicas sexan moi adversas, algunha práctica poderá ser feita na Sala de Musculación do Pavillón Universitario). A metodoloxía a utilizar basearase, por un lado nas explicacións dos modelos técnicos por parte do profesor, e por outro lado na experimentación (métodos de búsqueda e resolución de problemas) polo propio alumno. As sesións prácticas terán un compoñente añadido fundamental, de participación do alumno no traslado do material, almacenaxe e organización xeral da sesión. Por esta razón e de vital importancia a actitude e participación activa nas prácticas, o que terá o seu lóxico reflexo na avaliación. As sesións de práctica serán de actividade obrigatoria e formarán parte esencial da nota do alumno mediante a observación sistemática do seu rendemento.
Titoría en grupo	Consultas que o alumno mantén co profesorado da materia no pantalán do C.G.T.D. (Centro Galego de Tecnificación Deportiva) para o asesoramento/desenvolvemento de actividades da materia e do proceso de aprendizaxe.
Actividades introdutorias	El profesor expón aspectos básicos e introdutorios de la materia.
Sesión maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto que vai realizar o estudante.

### Atención personalizada

Probas	Descrición
Informes/memorias de prácticas	

### Avaliación

	Descrición	Cualificación
Prácticas de laboratorio	A avaliación da docencia práctica está dirixida a valorar o dominio dos elementos imprescindibles para a práctica do remo e do piragüismo. Inclúe o control de asistencia con participación activa e a avaliación continuada, mediante observación sistemática do rendemento do alumno e o nivel técnico alcanzado. A asistencia as prácticas de laboratorio serán de actividade obrigatoria e para optar a superar a materia haberá que haber asistido a un mínimo de un 80% das sesións con participación activa.	60
Probas de tipo test	Encaminada a evaluar a integración dos contidos teóricos por parte do alumnado. Enténdese tamén por "contido" teórico calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas.	20
Informes/memorias de prácticas	O alumnado, de xeito individual, terá que presentar unha memoria final das prácticas feitas o longo do cuatrimestre.	20

### Outros comentarios sobre a Avaliación

**Prácticas de laboratorio:** Supoñen o 60% da cualificación final. A avaliación da docencia de laboratorios realizarase de forma continua mediante o control de asistencia diaria dos alumnos con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado o longo do cuatrimestre. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas

de asistencia as prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ós alumnos para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comenzo das prácticas.

**Probas tipo test:** Supón o 20% da cualificación final. Esta proba realizarase na data oficial e está encamiñada a avaliar a integración dos contidos teóricos (enténdese tamén por "contidos teóricos", calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas de laboratorio). Esta proba escrita constará de 50 preguntas tipo test con 3 opcións de resposta onde por cada 3 respostas erróneas descontarase unha resposta correcta. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

**Informes/memorias de prácticas:** Supón o 20% de cualificación final. O rematar o cuatrimestre os alumnos deberán presentar unha memoria de todas as prácticas feitas e entregala en formato "papel". Para elaborar esta memoria o profesor facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comenzo cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ós alumnos os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito os alumnos ó rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. A data tope para presentar o informe/memoria das prácticas será a data do exámen oficial (fora deste prazo non se recollerá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

**Observacións:** unha vez cumprido o requisito de asistencia a un mínimo do 80% ás prácticas de laboratorio con participación activa, a cualificación final do alumno será a nota media ponderada de cada un dos tres apartados (60%-20%-20%) sempre coa premisa de haber alcanzado unha puntuación mínima de 5 en cada un dos tres apartados. Se o alumno non chega a 5 en calquera dos tres apartados a súa cualificación na nota final será de "suspenso". A cualificación positiva de unha ou dúas partes conservarase únicamente ata a seguinte convocatoria de xullo.

---

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

Molina Castillo, C., **Remo de Competición**, Wanceulen,  
Bennett, Jeff, **Manual del kayakista de aguas bravas**, Paidotribo,  
De Bergia Cervantes, E. y otros, **Iniciación al Piragüismo**, Gymnos,

#### Bibliografía complementaria:

- Briones Pérez de La Blanca, Enrique (1990). Remo: Entrenamiento de Base y de Elite. Editorial Wanceulen. Sevilla
- Escuela Nacional de Entrenadores (2002). Apuntes del Curso Nacional de Entrenador de Club: Bloque Específico. Edición F.E.R.
- Francisco García, José Manuel y García Soidán, José Luis (1991). Iniciación al Remo. Editorial Xunta de Galicia (Secretaría Xeral para o Deporte)
- Francisco García, José Manuel (1996). Remo de Banco Fixo. Ediciones Lea
- Sánchez Hernández, J.L. y otros (1993). Piragüismo I. Editorial Comité Olímpico Español
- Sánchez Hernández, J.L. y otros (1993). Piragüismo II. Editorial Comité Olímpico Español

---

### **Recomendacións**