



## Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte

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

#### Asignaturas

##### Curso 3

Código	Nombre	Cuatrimestre	Cr.totales
P02G050V01501	Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I	1c	6
P02G050V01502	Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I	1c	6
P02G050V01503	Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud	1c	6
P02G050V01504	Gestión y organización de los sistemas deportivos I	1c	6
P02G050V01601	Actividad física y deporte adaptado	2c	6
P02G050V01602	Actividad física y deporte recreativo	2c	6
P02G050V01603	Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II	2c	6
P02G050V01604	Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II	2c	6
P02G050V01901	Actividades de fitness	1c	6
P02G050V01902	Gerontología y actividad física	1c	6
P02G050V01903	Biomecánica de la técnica deportiva	2c	6
P02G050V01904	Deportes náuticos	2c	6

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I**

Asignatura	Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I			
Código	P02G050V01501			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptor	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	1c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Rey Cao, Ana Isabel			
Profesorado	González Palomares, Alba Rey Cao, Ana Isabel			
Correo-e	anacao@uvigo.es			
Web				
Descripción general	La didáctica es el ramo de las Ciencias de la Educación que tiene por objeto la optimización del proceso enseñanza-aprendizaje en pro del perfeccionamiento del Ser Humano. El objetivo fundamental de esta materia es facilitar al alumnado los conocimientos básicos para desarrollar con rigor didáctico un proceso de enseñanza-aprendizaje a través de las expresiones motrices. La Didáctica es un contenido transversal indispensable para la práctica profesional de los graduados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, ya que está presente en todo proceso de E-A, con independencia del ámbito donde se desarrolle: rendimiento deportivo, ocio, educación o salud. En esta aproximación inicial (en el segundo cuatrimestre del tercer curso se imparte Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II) se abordan los principales elementos del sistema que constituye una programación educativa. La materia aporta las herramientas con las que posteriormente poder adaptarse al plano de la obra de cualquier proceso de enseñanza-aprendizaje en contextos no formales (docencia en actividades extraescolares, escuelas deportivas, asociaciones, centros socioculturales, academias, etc.) y formales (educación física escolar). La materia se centra en la dimensión más instructiva de los procesos de E-A, en el diseño y orquestación de las tareas de E-A para la optimización de la presentación de los contenidos en coherencia con las competencias, objetivos, y los métodos de control de la disciplina, espacio y comunicación.			

**Competencias de titulación**

Código				
A1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas			
A22	Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional			
B2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte			
B4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte			
B11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional			
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional			
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional			
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo			

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
<p>Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la A1 actividad física y al deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas;</p> <p>Programar con coherencia intervenciones educativa a través de la motricidad.</p> <p>Conocer y desarrollar los métodos didácticos en los procesos de E-A a través de la motricidad.</p> <p>Seleccionar, secuenciar y formular objetivos y contenidos correctamente.</p> <p>Aplicar los métodos didácticos correctamente, adecuándolos a los principios, finalidades, objetivos, competencias y contenidos.</p> <p>Diseñar sesiones a través de la motricidad realizando una elección y ordenación idónea de los elementos didácticos.</p>	

Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte. Aprender los conceptos que permiten fundamentar la práctica didáctica de forma sistemática y rigurosa.	B2
Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. Comprender la interacción entre los elementos del acto didáctico y su repercusión en la enseñanza-aprendizaje a través de la motricidad.	B4
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo. Desarrollar conductas de participación y colaboración en la función docente.	B25
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional. Reflexionar previamente al diseño de sesiones como estrategia para alcanzar la coherencia en la intervención.	B13
Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional	B11
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	B12
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional	B24
Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional	A22

## Contenidos

Tema	
Bloque temático I. Conceptos generales.	1. La didáctica.
Exposición de aspectos conceptuales básicos para la comprensión de la intervención didáctica en los procesos de E-A a través de las expresiones motrices.	1.1. Contextualización histórica.
	1.2. Definición.
	1.3. Objeto, funciones y clases de didáctica.
	1.4. Didáctica y currículo.
Exposición de los diferentes tipos de objetivos didácticos y competencias. Concepto y planteamiento aplicado a los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.	2. Los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.
	2.1. Delimitación y epistemología del concepto.
	2.2. Elementos del sistema. Concepción ecológica.
Bloque temático II. Principios, finalidades, competencias y objetivos en los procesos de E-A a través de las expresiones motrices.	3. La programación didáctica
	4. Tipos de objetivos y el criterio de nivel de concreción.
Exposición del concepto de contenido, taxonomía y elaboración de secuenciaciones y planteamiento de contenidos.	5. Las competencias en educación física.
	6. Tareas del profesor/a vinculadas a los objetivos y competencias.
	6.1. Vías de acceso a la concreción de los objetivos.
Bloque temático III. Contenidos en los procesos de E-A en la actividad física y del deporte.	6.2. El planteamiento de objetivos.
	6.3. Taxonomías.
	7. Los contenidos. Tipos de contenidos.
Exposición del concepto de contenido, taxonomía y elaboración de secuenciaciones y planteamiento de contenidos.	7.1. Los contenidos en la educación a través de la motricidad.
	7.2. Contenidos abstractos o epistemológicos. Taxonomías.
Exposición del concepto de contenido, taxonomía y elaboración de secuenciaciones y planteamiento de contenidos.	7.3. Contenidos psicopedagógicos. Taxonomías.
	8. Tareas del profesor/a vinculadas a los contenidos.
	8.1. Selección de los contenidos.
	8.2. La secuenciación de los contenidos.

Bloque temático IV. Los métodos en la didáctica de los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.

Exposición de los métodos que conforman la metodología y estrategias didácticas en los procesos de E-A en la actividad física y el deporte. Adecuación de los métodos a los diferentes contextos, objetivos y contenidos.

9. Metodología de la intervención didáctica.
  - 9.1. Conceptos y elementos.
  - 9.2. Las estrategias didácticas.
  - 9.3. Estilos vs métodos de enseñanza.
10. Actividades de enseñanza-aprendizaje.
  - 10.1. La tarea motriz.
  - 10.2. Método de presentación de la tarea motriz.
  - 10.3. Planteamiento de tareas.
  - 10.4. Análisis didáctico de las tareas motrices.
11. Métodos de práctica.
12. Métodos para la organización de la sesión.
13. Métodos para la organización espacial y material.
14. Métodos para la formación y distribución de grupos.
15. Métodos para la comunicación.
  - 15.1. Habilidades de comunicación.
  - 15.2. Feedback.
16. Métodos para la gestión de la disciplina.

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Resolución de problemas y/o ejercicios	36	36	72
Sesión magistral	22	11	33
Trabajos tutelados	1	10	11
Prácticas de laboratorio	14	0	14
Tutoría en grupo	3	6	9
Actividades introductorias	3	0	3
Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas.	1	3	4
Estudio de casos/análisis de situaciones	1	3	4

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

### Metodologías

	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	<p>Trabajo individual y grupal de resolución de tareas. La profesora presenta y ejemplifica la tarea y el alumnado resuelve y plantea dudas. En base a un supuesto práctico en el cual se especifica un contexto, colectivo, y duración de una actividad, el alumnado realizará un fragmento de la programación, especificando los siguientes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planteamiento de objetivos. La corrección se realizará en el aula o tutoría.</li> <li>- Elaboración de una matriz abstracta de contenidos que desarrollarían para ese caso. La corrección se realizará en el aula o tutoría.</li> <li>- Redacción de contenidos psicopedagógicos para el supuesto planteado. La corrección se realizará en el aula o tutoría.</li> <li>- Diseño de tareas adecuadas al supuesto.</li> </ul> <p>- Explicitación de tareas. En base a una serie de criterios explicitados por la profesora -objetivos, contenidos, colectivo, método, etc.-, explicitar con corrección tareas didácticas. La corrección se realizará en el aula o tutoría.</p> <p>- Elaboración de una progresión de tareas para el aprendizaje de una habilidad motriz. En base a una serie de criterios explicitados por la profesora -objetivos, contenidos, características de los alumnos/as, método, etc.-; explicitar con corrección las tareas didácticas idóneas para el aprendizaje de la habilidad especificada. Se utilizarán como criterios para realizar la progresión los canales perceptivo, decisional y de ejecución. La corrección se realizará en el aula o tutoría.</p>
Sesión magistral	Clases magistrales en las que se explican los fundamentos teóricos. El alumnado asimila y toma apuntes. Plantea dudas y cuestiones complementarias.

Trabajos tutelados	- Diseño y desarrollo de una intervención didáctica a través de la actividad física y el deporte. Aplicación de microenseñanza. Cada grupo de tres personas (o dos, si así lo indica la profesora) desarrollará una sesión según las características básicas determinadas en la opción que le sea asignada. En cada una de ellas se aborda específicamente un método didáctico. Tomando cómo base ese elemento didáctico el grupo deberá diseñar el resto de elementos didácticos para constituir su sesión. Esta sesión deberá ser impartida a sus compañeros y compañeras en las aulas prácticas. Es obligación del alumnado mantenerse informado de las posibles modificaciones en el calendario de prácticas. Es obligatorio realizar un mínimo de dos tutorías antes de la realización de la sesión. Una de ellas será en hora de clase.
Prácticas de laboratorio	En las aulas de laboratorio se experimentarán las tareas motrices propuestas y la realización de una intervención docente. Participación en una microenseñanza. Los métodos desarrollados serán mando directo, asignación de tareas, microenseñanza, enseñanza mutua-pequeños grupos, enseñanza modular, resolución de problemas, descubrimiento guiado y grupales participativas (para las reflexiones-análisis del final de la sesión).
Tutoría en grupo	El alumnado presenta el desarrollo de su trabajo tutelado en un mínimo de tres tutorías grupales.
Actividades introductorias	- Explicación del funcionamiento de la asignatura: Factic, tutorías, evaluación, etc.- Evaluación informal de conocimientos previos.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Trabajos tutelados	Supervisión y discusión en tutorías grupales e individuales del trabajo a desarrollar por el alumnado. Corrección personalizada de los ejercicios. Revisión didáctica de la prueba de respuesta larga.

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Trabajos tutelados	Microenseñanza: Programación y desarrollo de una intervención didáctica a través de la actividad física y el deporte. Los criterios son: - Entregar el borrador de la sesión y la memoria final en el plazo establecido. - Desarrollar el trabajo cumpliendo los requisitos formales y de contenido exigidos. - Llevar a la práctica la sesión diseñada. - Asistir a las tutorías para la revisión previa de la sesión, y a la clase donde se explica el método correspondiente a esa sesión. - Diseñar y explicitar tareas cumpliendo los criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). - Obligatorio para todo el alumnado.	30
Prácticas de laboratorio	Control de la asistencia y participación en las clases de laboratorio mediante lista de la profesora. Asistir y participar activa y críticamente en la microenseñanza con un mínimo del 80% de las prácticas de las horas de los grupos B. La asistencia a más de un 80% de la docencia de aula de créditos B y C eximirá de la realización del examen práctico final. Este criterio no es de obligado cumplimiento para superar la materia, puesto que el alumnado que supere el 20% de faltas podrá acceder a la evaluación final mediante una prueba de los créditos de laboratorio. Calificación de apto/a o no apto/a	10
Tutoría en grupo	Asistencia en grupo a las tutorías para la supervisión y discusión del trabajo tutelado. El alumnado debe asistir las tutorías con las tareas de control realizadas que se explicitan en el guión del trabajo. Solo se calificará al alumnado que asista.	20
Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas.	Desarrollo de una intervención didáctica en grupo. El alumnado asumirá la docencia de un mínimo de una actividad de enseñanza-aprendizaje. Los criterios son: - Organizar la fase pre-activa. - Gestionar adecuadamente los recursos materiales y espaciales durante el desarrollo de la sesión. - Implementar estrategias de disciplina y participación pasiva. - Desarrollar la fase reflexiva con criterios didácticos. - Adoptar una actitud docente positiva.	10
Estudio de casos/análisis de situaciones	Defensa oral del trabajo escrito. El alumnado responderá las cuestiones realizadas por la profesora sobre la programación de la sesión desarrollada en el trabajo tutelado.  En casos específicos, mediante negociación previa con la profesora, esta herramienta de evaluación podrá sustituirse por una prueba escrita de desarrollo.	30

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Para superar la asignatura es imprescindible:

- alcanzar una cualificación mínima de 5 puntos.
- obtener una cualificación mínima de 1,5 puntos en la metodología de trabajo tutelado.
- realizar la prueba práctica, de ejecución de tareas reales.
- obtener una cualificación mínima de 1,5 puntos en el estudio de casos/análisis de situaciones.

En las convocatorias correspondientes a un mismo curso académico, se conservan las calificaciones obtenidas por el alumnado. Será necesario repetir las metodologías necesarias para conseguir los tres criterios anteriormente mencionados.

Los trabajos para ser evaluados deben ser entregados estrictamente en las fechas determinadas por la profesora, que serán comunicadas junto con la propuesta de los mismos.

La entrega de los trabajos será en formato papel, la excepción de aquellos casos en los que se especifique el contrario. Cuando el trabajo no se entregue personalmente a la profesora, debe adjuntarse por correo electrónico una copia simultáneamente a su entrega en el buzón de la facultad.

---

### **Fuentes 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.

Fraile 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.

---

### **Recomendaciones**

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

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

---

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

Educación: Aprendizaje y control motor en la educación física y el deporte/P02G050V01102

Educación: Pedagogía de la educación física y el deporte/P02G050V01103

Fundamentos de la motricidad/P02G050V01204

Juego motor/P02G050V01105

Sociología: Sociología e historia de la actividad física y el deporte/P02G050V01203

Educación: Epistemología de las ciencias de la actividad física, el deporte y la educación física/P02G050V01301

Expresión corporal y danza/P02G050V01402

---

### **Otros comentarios**

Se recomienda:

La asistencia de forma continua a las clases.

La realización de las actividades de evaluación continua.

Prestar atención a la temporalización de las actividades y trabajos del curso.



**DATOS IDENTIFICATIVOS****Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I**

Asignatura	Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I			
Código	P02G050V01502			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	1c
Lengua Impartición	Castellano			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	García García, Óscar			
Profesorado	García García, Óscar			
Correo-e	oscargarcia@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
A8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo
A9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo
A10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo
A11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo
A12	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo
B5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano
B10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles	A7	B5 B10 B13 B14 B26
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo	A8	B5
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo	A9	B5 B26
Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo	A10	B5
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo	A12	B13 B14
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo	A11	B5 B10 B13 B14
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional		B24

<b>Contenidos</b>	
Tema	
La adaptación en el deporte	Concepto de entrenamiento deportivo Concepto de adaptación en él deporte El proceso de adaptación deportiva Mecanismo general de adaptación Síndrome general de adaptación Dinámica de él proceso de entrenamiento deportivo: estímulo, fatiga, recuperación, supercompensación, adaptación Fases sensibles en la adaptación
La carga de entrenamiento	Concepto de carga de entrenamiento Tipología de cargas de entrenamiento Aspectos que determinan la carga de entrenamiento: contenido, magnitud, organización de la carga Entrenamiento concurrente e interferencias en el entrenamiento
La forma deportiva	Concepto de forma factores que determinan el rendimiento deportivo características de la forma deportiva Tipos de forma deportiva Fases del estado de forma Síntomas del estado de forma Evaluación de la forma deportiva
Los principios del entrenamiento	Concepto y clasificación Principios biológicos principios pedagógicos principios de planificación y organización
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la Fuerza	Concepto factores que determinan la producción de fuerza procesos de adaptación en el entrenamiento de la fuerza: estructurales, neuromusculares mecánicas Manifestaciones de la fuerza: activa y reactiva. Métodos de entrenamiento de las manifestaciones de la fuerza Fases sensibles para el desarrollo de la fuerza
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la velocidad	Conceptos factores de los que depende la velocidad 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. La resistencia a la velocidad La resistencia a la máxima velocidad Métodos de entrenamiento de las manifestaciones de la velocidad Desarrollo del potencial de velocidad La barrera de velocidad la agilidad
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la resistencia	Concepto Factores que determinan la resistencia Procesos de adaptación al entrenamiento de resistencia aeróbica Procesos de adaptación al entrenamiento de resistencia anaeróbica Manifestaciones de la resistencia Métodos del entrenamiento de la resistencia
Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la flexibilidad	Concepto factores que determinan la movilidad articular Tipología de movilidad articular Beneficios del entrenamiento de la flexibilidad respecto a otras capacidades condicionales Métodos del entrenamiento de la flexibilidad
Detección y selección de talentos deportivos	Concepto Especificidad del proceso de adaptación del niño al entrenamiento deportivo Indicadores para la detección y selección del talento deportivo Métodos y modelos de detección y selección del talento deportivo

<b>Planificación</b>			
	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Resolución de problemas y/o ejercicios	4	8.8	12.8
Estudio de casos/análisis de situaciones	4	8.7	12.7
Prácticas de laboratorio	22.5	45	67.5

Sesión magistral	22	33	55
Pruebas de respuesta larga, de desarrollo	1	0	1
Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas.	0.5	0	0.5
Resolución de problemas y/o ejercicios	0.5	0	0.5

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

### Metodologías

	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	Se formularán problemas o ejercicios relacionados con el entrenamiento deportivo. El alumno debe desarrollar la solución más adecuada y justificarla
Estudio de casos/análisis de situaciones	Análisis de casos relacionados con el entrenamiento deportivo para conocerlos, interpretarlos, reflexionar sobre ellos y proponer soluciones alternativa.
Prácticas de laboratorio	Adquisición de habilidades básicas y de procedimientos relacionados con el entrenamiento deportivo. se desarrollan en espacios con equipamiento especializado (pista de atletismo. pabellón deportivo, recta de velocidad, sala de fitness)
Sesión magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y conocimiento científico actualizado.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	En el horario destinado a tutorías se atenderá a las particularidades que cada alumno presente con respecto a la asignatura
Prácticas de laboratorio	En el horario destinado a tutorías se atenderá a las particularidades que cada alumno presente con respecto a la asignatura

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Prácticas de laboratorio	Será necesario asistir al menos al 80% de las prácticas para poder superar la asignatura. La asistencia implica la ejecución activa de la misma.	0
Pruebas de respuesta larga, de desarrollo	Consistirá en el desarrollo de 5 preguntas referentes a los contenidos teóricos y prácticos desarrollados en la asignatura. será necesario aprobarlo para poder superar la asignatura	80
Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas.	La prueba consistirá en la resolución y ejecución práctica de ejercicios de entrenamiento vinculados a los contenidos realizados en las prácticas de la asignatura. será necesario aprobarlo para poder superar la asignatura	20

### Otros comentarios sobre la Evaluación

La evaluación en sucesivas convocatorias se realizará de igual forma que la planteada inicialmente

### Fuentes de información

Legaz Arrese, A. (2012). Manual de Entrenamiento Deportivo. Barcelona: Paidotribo

García Manso, JM. (2006). La Resistencia desde la óptica de las ciencias aplicadas al entrenamiento deportivo. Madrid: GRADA Sport Books,

García Manso, J M.(1999). Alto rendimiento: la adaptación y la excelencia deportiva. Madrid: Gymnos

Kraemer, W J. y Häkkinen. K. (2006). Entrenamiento de la fuerza. Barcelona: Hispano Europea.

Platonov, V. N. (1999). El Entrenamiento deportivo: teoría y metodología. Barcelona : Paidotribo.

Verkhosansky, Y. (2006). Todo sobre el método pliométrico. Barcelona: Paidotribo

### Recomendaciones

#### Asignaturas que continúan el temario

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

**Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente**

---

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

**Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

---

Anatomía: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud**

Asignatura	Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud			
Código	P02G050V01503			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	1c
Lengua Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Silva Alonso, Telmo			
Profesorado	Silva Alonso, Telmo Viaño Santasmarinas, Jorge Juan			
Correo-e	telmosilva@edu.xunta.es			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
A2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar
A5	Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar
A6	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte
A7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
A10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo
A17	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud
B1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B8	Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana
B10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B22	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
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.	A1	B1
	A2	B8
	A5	B10
	A6	B12
	A7	B22
	A10	B24
	A17	

**Contenidos**

Tema
------

I. Conceptos, fundamentos y criterios generales para la prescripción de actividad física.	I. Conceptos, fundamentos y criterios generales para la prescripción de actividad física.
II. Métodos para el desarrollo de la condición física en un entrenamiento para la salud.	II. Métodos para el desarrollo de la condición física en un entrenamiento para la salud.
III. Evaluación de la condición física y del estilo de vida.	III. Evaluación de la condición física y del estilo de vida.
IV. Prescripción de actividad física y planificación del entrenamiento para la salud.	IV. Prescripción de actividad física y planificación del entrenamiento para la salud.
V. Actividad física para la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas.	V. Actividad física para la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas.
VI. Prevención y readaptación de lesiones derivadas de la práctica deportiva.	VI. Prevención y readaptación de lesiones derivadas de la práctica deportiva.

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Metodologías integradas	2	40	42
Prácticas de laboratorio	30	37.5	67.5
Informes/memorias de prácticas	2	22	24
Otras	20	0	20

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

### Metodologías

	Descripción
Metodologías integradas	. Enseñanza basada en proyectos de aprendizaje. . Aprendizaje basado en problemas (*ABP). . Metodologías basadas en investigación. . Aprendizaje colaborador.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y *procedimentais relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollan en espacios especiales con equipación especializada (laboratorios, aulas informáticas, *etc).

### Atención personalizada

Pruebas	Descripción
Informes/memorias de prácticas	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

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Metodologías integradas	Se realizará una prueba teórico-práctica: test, respuesta corta y/o resolución de supuestos prácticos.	70
Prácticas de laboratorio	Trabajo e implicación del alumnado durante la realización de las clases prácticas.	10
Informes/memorias de prácticas	Consistirá en la elaboración de un informe con los datos de las situaciones prácticas conforme a los objetivos en cada sesión.	10
Otras	Asistencia a clase	10

### Otros comentarios sobre la Evaluación

En "Informe/Memoria de Prácticas" no se tendrá en cuenta a efectos de evaluación la entrega de prácticas a los que el alumno/a no haya asistido.

En "Metodologías integradas" será requisito indispensable para superar la materia obtener una cualificación al menos de 4 puntos sobre 10.

En "Otras" será requisito indispensable alcanzar al menos un 80% de asistencia a clase, al margen de que las faltas sean o no justificadas.

En 2ª convocatoria o edición los criterios de evaluación serán los mismos que en la primera con la excepción de alcanzar el 80% de asistencia a clase.

---

### **Fuentes de información**

---

- ACSM. Programa de condicionamiento físico da ACSM. Editora Manole, Brasil, 1999.
- ACSM (2005). *Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio*. Barcelona: Paidotribo.
- Baechle, T & Earle, R.(2000). *Essentials of strength training and conditioning*. Champaing: Human Kinetics.
- Busso, T., Denis, C., Bonnefoy, R., Geysant, A. & Lacour, J.R. (1997). Modeling of adaptations to physical training by using a recursive least squares algorithm. *Journal Applied Physiology*, 82, 1685-1693.
- Diccionario Paidotribo de la actividad física y el deporte. Editorial Paidotribo, España, 1999.
- George, Fisher, Vehrs (2001). *Test y Pruebas Físicas*. Barcelona: Paidotribo.
- Grosser, M., Bruggemann, P., Zintl, F. Alto rendimiento deportivo planificación y desarrollo. Editorial Martínez Roca, España, 1989.
- Heyward, V. (2000). *Evaluación y Prescripción del Ejercicio*. Barcelona: Paidotribo
- Júnior, A.A. *Bases para ejercicios de alongamento*. São Paulo. Phorte editora, 1999.
- Manso, J.M.G., Valdivielso, M.N., Caballero, J.A.R. Bases teóricas del entrenamiento deportivo principios y aplicaciones. Editorial Gymnos, España, 1996.
- Monteiro, A. *Ginástica aeróbica*, Editora Cid, Brasil, 1996.
- Novaes, J.S; Vianna, J.M. *Personal training & condicionamiento físico*. Editora Shape, Rio de janeiro, 1998.
- Pollock, M.L., Wilmore, J.H. *Exercício na saúde e na doença*. Editora Medsi, Brasil,1993.
- Sharkey, B.J. (2002). *Fitness and Health*. Champaing: Human Kinetics
- Varios (1989). *Metrología deportiva*. Moscú: Editorial Planeta.

---

### **Recomendaciones**

---

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

---

Anatomía: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Educación: Aprendizaje y control motor en la educación física y el deporte/P02G050V01102

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Psicología: Psicología de la actividad física y el deporte/P02G050V01202

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

Actividades de fitness/P02G050V01901

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Actividades físicas de ocio/P02G050V01905

---

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

---

Anatomía: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

Ejercicio físico para personas mayores/P02G050V01908

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Gestión y organización de los sistemas deportivos I**

Asignatura	Gestión y organización de los sistemas deportivos I			
Código	P02G050V01504			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	1c
Lengua	Gallego			
Impartición				
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Profesorado	Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Correo-e	ivanmartinez@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A19	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas
A20	Capacidad para gestionar los servicios deportivos públicos y privados
A22	Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional
B2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte
B4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
(*1). *Manejo de la información científica básica aplicada a la *gestión *y organización de *los sistemas deportivos.	B14
(*2). Conocimiento y comprensión de los factores *comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	B4
(*3). Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	B2
(*4). Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (*TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	B12
(*5). Habilidad de liderazgo, capacidad de relación *interpersonal y trabajo en equipo	B25
(*6). Adaptación a nuevas situaciones, a la resolución de problemas y al aprendizaje autónomo	B26
(*7). Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional	B13
(*8). Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional	B11
(*9). Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas	A19
(*10). Capacidad para administrar los servicios deportivos públicos y personales	A20
(*11). Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional	A22

**Contenidos**

Tema
------

1. Sistema deportivo	(*)Concepto Elementos Estructura
2. Servicio deportivo	(*)Oferta Demanda Competencia Viabilidad Calidad Buenas Prácticas
3. Modelos de gestión deportiva	(*)Público/Privada Directa/Indirecta y Mixta
4. Gestión y organización en el deporte	(*)Organización Administrativa Estructura Asociativa Deporte Profesional
5. Ordenamiento jurídico del deporte	(*)Europeo Nacional Autonómico Estatutos y Reglamentos Federativos.

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Sesión magistral	30	45	75
Trabajos tutelados	15	30	45
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	7.5	21.5	29
Pruebas de tipo test	1	0	1

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

### Metodologías

	Descripción
Sesión magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante.
Trabajos tutelados	El estudiante, de manera individual o en grupo, elabora un documento sobre la temática de la materia o prepara seminarios, investigaciones, memorias, ensayos, resúmenes de lecturas, conferencias, etc.
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	Actividad en la que se formulan problemas y/o ejercicios relacionados con la materia. El alumno debe desarrollar el análisis y resolución de los problemas y/o ejercicios de forma autónoma.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Trabajos tutelados	Se entiende por atención personalizada el tiempo reservado por cada docente para atender y resolver las dudas del alumnado. En estas actividades lo/la docente tiene como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado. Se llevarán a cabo en el despacho *nº 225 y dentro del horario de tutoría estipulado.
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	Se entiende por atención personalizada el tiempo reservado por cada docente para atender y resolver las dudas del alumnado. En estas actividades lo/la docente tiene como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado. Se llevarán a cabo en el despacho *nº 225 y dentro del horario de tutoría estipulado.

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Trabajos tutelados	El estudiante llevará a cabo una propuesta de candidatura para organizar un evento deportivo. Dicho trabajo será desarrollado a través de ejercicios propuestos en los grupos *B durante todo el semestre, que había debido completar de manera autónoma el alumno y rematará con la entrega de un dossier escrito y la defensa pública oral del proyecto. Este trabajo se realizará en grupos de 3 alumnos.	30
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	El estudiante resolverá 6 ejercicios propuestos en los grupos *C durante todo el semestre que había debido completar de manera autónoma y entregar en el *plazo acordado. Este trabajo se realizará de manera individual.	20

Pruebas de tipo test Prueba para evaluación de las competencias adquiridas que constará de 20 preguntas cerradas en la que los alumnos seleccionan una única respuesta verdadera de entre 3 opciones. Fórmula de corrección para anular el efecto de él azar; [  $*C = La - Y/(k-1)$  ]. \*C(\*calificación), La(\*aciertos), Y(erroses), \*K(número de \*opciones de \*respuesta).

50

---

### Otros comentarios sobre la Evaluación

---

1. La calificación final de la materia resultará de la \*ponderación de las tres pruebas de evaluación.
  2. Será requisito imprescindible para aprobar la materia tener superadas las tres partes, \*esto es : la) presentar dentro del \*plazo estipulado la candidatura del evento (Grupo \*B), \*b) presentar dentro del \*plazo los 6 ejercicios (Grupo \*C) y \*c) Obtener en el examen una \*calificación de 5 lo más puntos.
  3. El alumno/a que no entregue en \*plazo la totalidad \*alguna de las pruebas de evaluación, (candidatura del evento y 6 ejercicios) obtendrá una calificación final de SUSPENSO, con independencia de la \*calificación obtenida en el \*examen.
  4. En julio y en el resto de las convocatorias extraordinarias se evaluará \*únicamente mediante uno \*examen tipo test (100%)
- 

---

### 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., **Régimen 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,

---

---

### Recomendaciones

---

#### Asignaturas que continúan el temario

---

Gestión y organización de los sistemas deportivos II/P02G050V01702

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Actividad física y deporte adaptado**

Asignatura	Actividad física y deporte adaptado			
Código	P02G050V01601			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	2c
Lengua Impartición	Castellano			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Ayan Perez, Carlos Luis			
Profesorado	Ayan Perez, Carlos Luis Lago Filgueira, José Ángel Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Correo-e	cayan@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte
A4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas
A5	Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar
A6	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte
A9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo
A10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo
A11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo
A13	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud
A15	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
A22	Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional
B1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte
B3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B18	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte
B19	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud
B21	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
Conocimiento y comprensión de la literatura científica de él ámbito de la actividad física y el deporte.	A5
Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	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 al deporte en sus diferentes manifestaciones.	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

## Contenidos

Tema	
1. MARCO HISTÓRICO CONTEXTUAL 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.
2. LA EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA.	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.
3. PRESCRIPCIÓN DE AFA EN POBLACIONES ESPECIALES.	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 Cómo medio Inclusión Social.
4. EL DEPORTE ADAPTADO.	4.1. El Deporte Adaptado: Origen, Evolución y Situación Actual. 4.2. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del deporte adaptado.

## Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Sesión magistral	22.5	33.75	56.25
Tutoría en grupo	0	15	15
Prácticas de laboratorio	29	43.5	72.5
Pruebas de tipo test	1	1.5	2.5
Trabajos y proyectos	1	2.75	3.75

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

## Metodologías

	Descripción
Sesión magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante
Tutoría en grupo	Entrevistas que el alumno mantiene con el profesorado de la materia para el asesoramiento/desarrollo de los trabajos propuestos.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimientos relacionados con la materia de estudio.

## Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Prácticas de laboratorio	Se desarrollará de manera breve y en grupo reducido al finalizar cada sesión.
Sesión magistral	Se desarrollará de manera breve y en grupo reducido al finalizar cada sesión.
Tutoría en grupo	Se desarrollará de manera breve y en grupo reducido al finalizar cada sesión.

<b>Evaluación</b>		
	Descripción	Calificación
Pruebas de tipo test	Examen de opción múltiple con respuesta única.	70
Trabajos y proyectos	Trabajo práctico sobre los contenidos teóricos de la materia, propuestos por el profesor. Deberá ser expuesto durante las prácticas de laboratorio	30

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

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 pts de 7 posibles, y en el trabajo, se deberá alcanzar al menos 1.5 pts 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.

Aquellos alumnos/as que no hayan asistido al menos al 80% de las sesiones prácticas de la asignatura, deberán realizar un examen práctico sobre los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios descritos en el Tema 4 y obtener una calificación de "Apto" en el mismo, para poder superar la parte práctica de la asignatura.

Todas aquellas pruebas que no hayan sido superadas en la primera convocatoria, deberán repetirse en la segunda convocatoria. La calificación obtenida en las pruebas superadas realizadas durante la primera convocatoria se mantendrá de modo único y exclusivo en la segunda convocatoria.

### **Fuentes 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 y Taylor H., **Exercise, Health and Mental Health**, Routledge,  
 Bernal J., **Juegosy Actividades Adaptadas**, Gymnos,  
 Cano JM., **Problemas de Salud en la Práctica Físico-Deportiva : Actuaciones y Adaptaciones Curriculares**, Wanceulen,

ACSM (1997). Exercise Management for Persons with Chronic Disease and Disabilities. Ed. Human Kinetics.

Ayán C. (2004). Esclerosis Múltiple y Ejercicio Físico. Ed. Wanceulen.

Ayán C. (2010). Fibromialgia: Diagnóstico y Estrategias para su Rehabilitación. Ed. Panamericana.

Bassedas E. (2010). Alumnado con Discapacidad Intelectual y Retraso del Desarrollo. Ed. Graó.

Blesedell, E., Crepeau E., Cohn, E., y Boyt Schell, B. (2005). Terapia Ocupacional. Ed. Panamericana.

Bernal J. (2001). El profesor de Educación Física y el Alumno Sordo. Ed. Wanceulen.

Campagnolle S. (1998). La Silla de Ruedas y la Actividad Física. Ed. Paidotribo.

Carrera J. (2013). Actividad Física para Personas con Discapacidades. Ed. Wanceulen.

Climent J. (2001). Historia de la Rehabilitación Médica. Ed. Edika Med.

Drobnic, F. y Pujol, P. (1997). Temas Actuales en Actividad Física y Salud. Ed. Menarini.

Escribá A. (2002). Síndrome de Down: Propuestas de Intervención. Ed. Gymnos.

Fabián L. (1999). Deportes para Discapacitados Mentales. Ed. Stadium.

FEDC. (2002). Deportes para Personas Ciegas y Deficientes Visuales. Ed. Federación Española de Deportes para Ciegos.

Font M. (2004). Baloncesto en Silla de Ruedas: manual para el entrenador. Ed. CSD.

Garel J. (2007). Educación Física y Discapacidades Motrices. Ed. Inde.

Garrison J. (2003). Manual de Medicina Física y Rehabilitación. Ed. Mc Graw Hill.

- Gento S. (2011). Educación Física para el Tratamiento Educativo de la Diversidad. Ed. UNED.
- Gutiérrez A. (2011). La Iniciación Deportiva para Personas con Ceguera y Deficiencia Visual. Ed. Aljibe.
- Hardman, A., y Stensel, D. (2003). Physical Activity and Health. Ed. Routledge.
- Ríos M. (2007). Manual de Educación Física Adaptada al Alumno con Discapacidad. Ed. Paidotribo.
- Ríos, M., Blanco, A., Bonany, T., y Carol, N. (2004). El Juego y los Alumnos con Discapacidad. Ed. Paidotribo.
- Sanz D (2003). El Tenis en Silla de Ruedas. Ed. Paidotribo.
- Simard C, Caron F, y Skrotzky K. (2003). Actividad Física Adaptada. Ed. Inde
- Torralba, M. (2003). Atletismo Adaptado: para personas ciegas y deficientes visuales. Ed. Paidotribo.

---

**Recomendaciones****Asignaturas que continúan el temario**

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

**Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente**

Gerontología y actividad física/P02G050V01902

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Actividad física y deporte recreativo**

Asignatura	Actividad física y deporte recreativo			
Código	P02G050V01602			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	2c
Lengua Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Fernández Fraga, Fernando Varela Lorenzo, Raúl			
Profesorado	Fernández Fraga, Fernando Varela Lorenzo, Raúl			
Correo-e	fffraga@uvigo.es raulvl@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código				
A24	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			
A25	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físico-deportivas recreativas			
A26	Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa			
A28	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas			
A29	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa			
B7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana			
B10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte			
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional			
B16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte			
B21	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas			
B23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad			
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional			
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo			
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo			

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
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 físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa. A29

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

## Contenidos

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.	Frisbee Badminton Tenis de mesa 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 en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Sesión magistral	16.5	24.75	41.25
Resolución de problemas y/o ejercicios	6	12	18
Estudio de casos/análisis de situaciones	4	8	12
Prácticas de laboratorio	26	39	65
Otras	2	11.75	13.75

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

## Metodologías

	Descripción
Sesión magistral	Exposición teórica de los contenidos por parte del profesor.
Resolución de problemas y/o ejercicios	Actividades prácticas en las que los alumnos encuentran soluciones a problemas diversos y reales.
Estudio de casos/análisis de situaciones	Exposición y análisis de casos concretos y de interés.
Prácticas de laboratorio	Práctica, experiencia y experimentación de situaciones de aplicación.

## Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Sesión magistral	Se recomienda atención personalizada para la resolución de dudas y asesoramiento sobre el trabajo personal del alumnado.
Resolución de problemas y/o ejercicios	Se recomienda atención personalizada para la resolución de dudas y asesoramiento sobre el trabajo personal del alumnado.
Estudio de casos/análisis de situaciones	Se recomienda atención personalizada para la resolución de dudas y asesoramiento sobre el trabajo personal del alumnado.
Prácticas de laboratorio	Se recomienda atención personalizada para la resolución de dudas y asesoramiento sobre el trabajo personal del alumnado.

## Evaluación

	Descripción	Calificación
Estudio de casos/análisis de situaciones	Trabajo de investigación, video y presentaciones	40
Prácticas de laboratorio	Asistencia, trabajo e implicación del alumnado	10
Otras	Prueba tipo test y/o una prueba de respuesta corta	50

---

## Otros comentarios sobre la Evaluación

---

La **prueba de evaluación (Otras - 50%)** podrá ser una prueba tipo test y/o una prueba de respuesta corta. Requisito indispensable para superar la materia será la obtención de un mínimo de un cinco sobre diez en dicha prueba.

Requisito indispensable para superar la materia será la **asistencia obligatoria** a un mínimo de un **80%** de las **prácticas de laboratorio**.

La evaluación de las **prácticas de laboratorio** (el 10%) se hará teniendo en cuenta la asistencia, el trabajo y la implicación del alumnado en la realización de las mismas.

En el **resto de convocatorias** se aplicarán los mismos criterios de evaluación, con la excepción de la **prueba de evaluación** que ponderará un 90 %.

---

---

## Fuentes 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**, 1ª,

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

---

---

## Recomendaciones

---

### Asignaturas que continúan el temario

---

Actividades físicas de ocio/P02G050V01905

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II**

Asignatura	Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II			
Código	P02G050V01603			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptor	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	2c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Barcala Furelos, Roberto Jesús			
Profesorado	Barcala Furelos, Roberto Jesús Pazos Couto, Jose Maria			
Correo-e	roberto.barcala@edu.xunta.es			
Web	<a href="http://www.portaleducacionfisica.es">http://www.portaleducacionfisica.es</a>			
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
A2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar
A3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte
A4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas
A5	Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar
A6	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte
A12	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo
A22	Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional
A23	Capacidad para identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de los equipamientos e instalaciones deportivas
A24	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
B1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte
B3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B9	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del ejercicio físico, juego motor, danza, expresión corporal y actividades en la naturaleza
B11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones
B15	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas
B16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte
B20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas
B21	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional

B25 Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo

B26 Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo

### Competencias de materia

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
Conceptualización e identificación del objeto de estudio de la Didáctica de los procesos de enseñanza aprendizaje en la Actividad Física y del Deporte.	A1 A5 A24	B1 B2 B9 B15 B21 B24
Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la Didáctica de los procesos de enseñanza aprendizaje en la Actividad Física y del Deporte.	A1 A5	B2 B13 B14 B15
Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	A1 A2 A22	B11 B13 B24
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.	A1 A5 A12	B12 B26
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	A1 A2 A5	B13 B23 B24 B25 B26
Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.		
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deporte entre la población escolar.	A2	B13 B25
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.	A3	B3 B4
Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas.	A4	B13 B14 B20
Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar.	A5	B15 B16 B21 B25 B26
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte.	A6 A23	B23
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	A1 A2 A5	B13 B25 B26
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.		B26

### Contenidos

Tema	
Bloque 1. Planificación de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.	<input type="checkbox"/> Evolución y conceptos de planificación y programación. Fases del proceso programador: análisis previo, elaboración, ejecución y evaluación <input type="checkbox"/> El proceso de enseñanza-aprendizaje en el marco de una planificación. <input type="checkbox"/> Los procesos didácticos en la planificación de la enseñanza deportiva en el marco formativo del deporte escolar o del club de base.
Bloque 2. Niveles de concreción y unidades de programación en la planificación a medio y largo plazo.	<input type="checkbox"/> Legislación educativa en la educación física. Análisis y aplicación. <input type="checkbox"/> Los niveles de concreción curricular y sus elementos constituyentes. <input type="checkbox"/> La programación. Finalidades, tipos y diseño.
Bloque 3. Evaluación y control en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte.	<input type="checkbox"/> La evaluación: conceptos y definiciones. <input type="checkbox"/> Clases de evaluación. <input type="checkbox"/> Instrumentos de evaluación. <input type="checkbox"/> Referentes legislativos para la evaluación curricular en educación física.
Bloque 4. La dimensión investigadora del profesor. La indagación reflexiva, base de la formación del profesorado.	<input type="checkbox"/> El profesor de educación física como investigador. <input type="checkbox"/> La investigación-acción. <input type="checkbox"/> Herramientas para la investigación educativa.

Bloque 5. Recursos y materiales didácticos en la actividad física y el deporte. Análisis y rentabilización educativa.

- Recursos didácticos para la enseñanza de la educación física y el deporte.
- Materiales didácticos para la enseñanza de la educación física y el deporte.
- Entorno educativo y organización del espacio deportivo educativo.
- Entorno educativo y adaptación a la diversidad.

Bloque 6. Educación en valores y su didáctica en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.

- Los valores y principios éticos en la educación física y el deporte.
- Educación para el consumo.
- Educación física sostenible.
- Educación física desde la perspectiva intercultural.
- Educación física y salud. Herramientas didácticas para diseñar y planificar hacia un mejor estilo de vida.
- La igualdad de sexos en la educación y el deporte.

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Prácticas de laboratorio	0	20	20
Presentaciones/exposiciones	2	7.5	9.5
Tutoría en grupo	0	5	5
Salidas de estudio/prácticas de campo	6.5	0	6.5
Sesión magistral	32	32	64
Pruebas de tipo test	1	0	1
Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas.	3	20	23
Trabajos y proyectos	1	20	21

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

### Metodologías

	Descripción
Prácticas de laboratorio	Se realizarán diversas prácticas vinculadas a los contenidos y competencias del proceso de planificación didáctica de la enseñanza de la educación física y del deporte.
Presentaciones/exposiciones	El alumnado presenciará y realizará de una forma activa presentaciones y/o exposiciones relacionadas con los contenidos de la materia y defensa de los mismos en pequeño y gran grupo.
Tutoría en grupo	La tutoría en grupo será una condición fundamental para el entendimiento y correcta orientación de las presentaciones y exposiciones, así como para clarificar diversos aspectos de la enseñanza/aprendizaje de los procesos de planificación didáctica.
Salidas de estudio/prácticas de campo	Se establecerá una salida de campo para comprobar la aplicación real de una planificación deportiva de base y analizar sus elementos didácticos.
Sesión magistral	La lección magistral pretende dotar al alumno de las herramientas conceptuales de los contenidos de la materia.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Presentaciones/exposiciones	Las tutorías en grupo así como cualquier acción que requiera ayuda individual, específica o avanzada, se realizará mediante asistencia al despacho, tutoría práctica en el pabellón o gimnasio y correo electrónico o fatic.
Tutoría en grupo	Las tutorías en grupo así como cualquier acción que requiera ayuda individual, específica o avanzada, se realizará mediante asistencia al despacho, tutoría práctica en el pabellón o gimnasio y correo electrónico o fatic.
Salidas de estudio/prácticas de campo	Las tutorías en grupo así como cualquier acción que requiera ayuda individual, específica o avanzada, se realizará mediante asistencia al despacho, tutoría práctica en el pabellón o gimnasio y correo electrónico o fatic.

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Presentaciones/exposiciones	Exposición de una sesión práctica de una unidad didáctica aleatoria siguiendo los principios de la didáctica.	5
Pruebas de tipo test	Prueba tipo test referida al contenido de la materia.	50
Pruebas prácticas, de ejecución de tareas reales y/o simuladas.	Defensa de una programación anual de educación física o una planificación didáctica de base para la iniciación deportiva.	20
Trabajos y proyectos	Presentación escrita de una programación anual de educación física o de una planificación didáctica de base para la iniciación deportiva.	25

---

## Otros comentarios sobre la Evaluación

---

<p>Será necesario aprobar todas las partes evaluables para superar la materia.</p><div>En la segunda convocatoria los criterios de evaluación serán los mismos.</div>

---

---

## Fuentes 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,**

---

ALONSO, P. (1994). *La Educación Física y su didáctica*. Madrid: ICCE.

ANECA. (2005). *Libro Blanco. Título de Grado en Magisterio vol 2*. Madrid: Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación.

ANNICCHIARICO, R. (2005). *Manual de didáctica de la Educación Física*. Santiago de Compostela: CopyNino.

ANTÚNEZ, S. y. (1992). *Del proyecto educativo a la programación de aula*. Barcelona: Graó.

APPEL, M. (1986). *Ideología y Currículum*. Madrid: AKAL.

ARNOLD, P. (1991). *Educación Física, curriculum y movimiento*. Madrid: Morata.

ARUFE, V., LERA, Á., VARELA, L., & RODRIGUES, V. (2009). Importancia de los principios pedagógicos de la educación motriz para el logro de las competencias básicas de los alumnos de primaria y secundaria. En VV.AA., *La educación física en la sociedad actual* (págs. 55-65). Sevilla: Wanceulen.

BAIN, L. (1975). The hidden curriculum in physical education. *Quest* , 24.

BARBERO GONZÁLEZ, J. (1991). El papel del deporte en la Educación Física. En *Actas del I Congreso Internacional de Educación Física de las Escuelas Universitarias de Formación del Profesorado*. Cáceres.

BENNETT, N. (1979). *Estilos de enseñanza y progreso de los alumnos*. Madrid: Morata.

BLANDEZ, J. (2000). *Programación de unidades didácticas según ambientes de aprendizaje*. Barcelona: Inde.

BLÁZQUEZ, D. e. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.

BLAZQUEZ, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Martínez Roca.

BRULLET, C., & SUBIRATS, M. (1990). *La coeducación*. Madrid: MEC.

CAGIGAL, J. (1996). *Obras selectas*. Cádiz: C.O.E, A.E.D.pT.

CARREIRO DA COSTA, F. (1996). Condições e factores de ensino-aprendizagem e conducta motoras significativas: uma análise a partir da investigação realizada em Portugal, Sociedade Portuguesa. *Boletim de Educação Física, nº14* .

CASTAÑER, M., & CAMERINO, O. (1996). *La Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Barcelona: INDE.

CASTEJÓN, F. (1995). *Fundamentos de Inicicación Deportiva y Actividades Físicas Organziadas*. DYKINSON: Madrid.

CHINCHILLA, J., & ZAGALAZ, M. (1997). *Educación Física y su Didáctica en Primaria*. Jaen: Jabalcuz.

COLL, C. (1989). Diseño Curricular Base y Proyectos Curriculares. *Cuadernos de Pegagogía nº 168* , 8-14.

COLL, C., PALACIOS, J., & MARCHESI, A. (1996). *Desarrollo psicológico y educación II*. Madrid: Alianza.

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., DE LA TORRE, E., & VELÁZQUEZ, R. (2001). *Iniciación Deportiva*. Madrid: Síntesis.

CRATTY, B. (1982). *Desarrollo perceptual y motor en los niños*. Buenos Aires: Paidós.

DELGADO NOGUERA, M. (. (1997). *Formación y actualización del profesorado de Educación Física y del entrenador deportivo*. Sevilla: Wanceulen.

DELGADO NOGUERA, M. (1991). *Los Estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una Reforma de la Enseñanza*. Granada: ICE de la Universidad de Granada.

DEVIS, J. (1996). *Educación Física, deporte y currículum. Investigación y desarrollo curricular*. Madrid: Editorial VISOR.

- DÍAZ, J. (1994). *El curriculum de la Educación Física en la Reforma Educativa*. Barcelona: INDE.
- FERNÁNDEZ HUERTA, J. (1974). *Didáctica*. Madrid: UNED.
- FERNÁNDEZ, J., RUIZ, M., & FUSTER, M. (1997). *Los materiales didácticos de Educación Física*. Sevilla: Wanceulen.
- GALLAHUE, D. (1989). *Understanding motor development in infants, children and adolescents*. Indianapolis: Benchmark Press Inc.
- GARCIA RUSO, H. (1997). *La formación del profesorado en Educación Física: problemas y expectativas*. Barcelona: Inde.
- GIMÉNEZ, F., & DÍAZ, M. (2001). *Diccionario de Educación Física en Primaria*. Huelva: Universidad de Huelva.
- GIMENO SACRISTÁN, J., & PÉREZ GÓMEZ, A. (1983). *La enseñanza: su teoría y su práctica*. Madrid: Editorial AKAL.
- GRUPPE, O. (1976). *Teoría Pedagógica de la Educación Física*. Madrid: INEF.
- HARRE, D. (1987). *Teoría del entrenamiento deportivo*. Buenos Aires: Stadium.
- HARROW, A. (1978). *Taxonomía del ámbito psicomotor*. Alcoy: Marfil.
- KEOGHT, J., & SUDGEN, D. (1985). *Movement skill development*. New York: McMillan.
- KNAPP, B. (1981). *La habilidad en el deporte*. Valladolid: Ed. Miñon.
- LAPIERRE, A., & AUCOUTURIER, B. (1980). *El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia*. Barcelona: Editorial Científico-Médica.
- LE BOLUCH, J. (1969). *La Educación por el movimiento*. Buenos Aires: Paidós.
- LE BOULCH, J. (1989). *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Buenos Aires: Paidós.
- LOSA, J., & CECCHINI, J. (1998). *Teoría y práctica del Acondicionamiento Físico*. Oviedo: Universidad de Oviedo.
- MARCOS BECERRO, J. (1990). *Salud y deporte para todos*. Madrid: Ed. EUEDEMA.
- MEC. (1989). *Libro blanco para la reforma educativa*. Madrid: MEC.
- MORENO, C. (1993). *Aspectos recreativos de los juegos y deportes tradicionales en España*. Madrid: Gymnos.
- MOSSTON, M., & ASHWORTH, S. (1993). *La enseñanza de la Educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza*. Barcelona: Ed. Hispano Eurpoea.
- PALACIOS, J. (1995). *Xogos Motores*. Santiago de Compostela: LEA.
- PARLEBAS, P. (1986). *Elements du sociologie du sport*. París: PUF.
- PIERÓN, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.
- RODRÍGUEZ, J. (2000). *Historia del Deporte*. Barcelona : INDE.
- RUIZ, L. (1995). *Competencia Motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física*. Madrid: Gymnos.
- RUIZ, L. (1987). *Desarrollo motor y actividades físicas*. Madrid: Gymnos.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (. (2002). *Didáctica de la Educación Física (en primaria)*. Madrid: Prentice Hall.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1988). *Bases para una Didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid: Gymnos.
- 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.
- SPORT, C. O. (1988). *European test of phusical fitness Eurofit*. Roma: Edigraf.
- TOMAS, J. (2005). *Psicomotricidad y Reeducción.Fundamentos,Diagnóstico,Reeducación Psicomotriz y Lecto-Escritura*. Madrid: Paradox.

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

VAZQUEZ, B. (2001). *Bases Educativas de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: Síntesis.

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.

ZABALA, A. (1993). *Diseño y desarrollo curricular* (5ª ed.). Madrid: Narcea.

ZABALZA, M. (1996). *Didáctica de la Educación Infantil*. Madrid: Narcea.

ZAGALAZ, M. (2002). Los enfoques curriculares en la enseñanza de la Educación Física. En VV.AA., *Didáctica de la Educación Física* (págs. 27-44). Madrid: Prentice Hall.

---

## **Recomendaciones**

---

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

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

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II**

Asignatura	Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II			
Código	P02G050V01604			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	2c
Lengua	Gallego			
Impartición				
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Tourinho González, Carlos Francisco			
Profesorado	Tourinho González, Carlos Francisco Vila Suarez, María Elena			
Correo-e	tourinog@gmail.com			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
A8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo
A9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo
A10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo
A11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo
A17	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud
A22	Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
(*)	A7 A8 A9 A10 A11 A17 A22

**Contenidos**

Tema	
TEMA 2. Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de las capacidades Técnico-coordinativas	- El análisis de la técnica deportiva - Desarrollo del mapa técnico-coordinativo de las especialidades deportivas
TEMA 3: Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de las capacidades Táctico-decisionales	- La táctica deportiva - Desarrollo del mapa táctico-decisional de las especialidades deportivas
TEMA 4. Los medios del entrenamiento y las metodologías de entrenamiento.	- Los ejercicios de entrenamiento. Clasificaciones. Niveles de aproximación - Los medios de entrenamiento básicos y específicos - La metodologías de entrenamiento. - El entrenamiento integrado
TEMA 5. Las estructuras temporales en la periodización del entrenamiento	- Microestructuras. Unidades de entrenamiento, sesiones, microciclos. Tipos y diseño - Mesoestructuras. Ciclos y periodos. Tipos y diseño - Macroestructuras. Macro ciclo y temporada. Tipos y diseño - Megaestructuras. Ciclo plurianual

TEMA 6. Modelos de planificación del entrenamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evolución histórica de los modelos de planificación.</li> <li>- Planificación tradicional. Diseños con cargas lineales y regulares</li> <li>- Planificación contemporánea. Diseños con cargas concentradas. Microestructuración</li> <li>- Modelos especiales de planificación. Organización del entrenamiento en función del deporte.</li> </ul>
TEMA 7. El diseño del plan de entrenamiento-competición.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos generales de la programación del entrenamiento deportivo.</li> <li>- Planificación de la competición. Tipos y características.</li> <li>- Preparación de la competición: Taper.</li> </ul>
TEMA 8: El Control del proceso de entrenamiento-competición	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El subsistema control</li> <li>- Control de las cargas de entrenamiento</li> <li>- Control de la programación</li> <li>- Control de los contenidos del entrenamiento-competición</li> </ul>
TEMA 9: Prevención de lesiones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelo de evaluación y prevención de lesiones.</li> <li>- El modelo multifactorial de lesiones. Factores intrínsecos y extrínsecos</li> <li>- El ciclo de la prevención</li> <li>- Factores y medidas de prevención de lesiones</li> <li>- Implementación de los programas de prevención</li> </ul>

<b>Planificación</b>			
	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Trabajos tutelados	8	0	8
Prácticas de laboratorio	18	0	18
Sesión magistral	22	28	50
Pruebas de respuesta larga, de desarrollo	2	0	2
Informes/memorias de prácticas	0	18	18
Trabajos y proyectos	0	38	38
Estudio de casos/análisis de situaciones	0	14	14
Pruebas de respuesta corta	2	0	2

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

<b>Metodologías</b>	
	Descripción
Trabajos tutelados	Trabajo por parejas consistente en el análisis de una modalidad deportiva y la propuesta de planificación del proceso de entrenamiento- competición
Prácticas de laboratorio	El alumno podrá entregar una memoria de prácticas o una propuesta alternativa adaptada a una modalidad deportiva
Sesión magistral	En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo

<b>Atención personalizada</b>	
Metodologías	Descripción
Trabajos tutelados	Mediante tutorías individuales o grupales en los horarios de atención
Pruebas	Descripción
Informes/memorias de prácticas	Mediante tutorías individuales o grupales en los horarios de atención
Trabajos y proyectos	Mediante tutorías individuales o grupales en los horarios de atención

<b>Evaluación</b>		
	Descripción	Calificación
Trabajos tutelados	Trabajo por parejas	40
Prácticas de laboratorio	Memoria o propuesta de prácticas	10
Pruebas de respuesta larga, de desarrollo	Respuesta de dos preguntas sobre la materia	20
Pruebas de respuesta corta	Respuesta de seis preguntas sobre la materia	30

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

Será necesario superar el examen y el trabajo de aplicación para superar la materia

Las notas de cada apartado se mantendrán en las dos convocatorias extraordinarias siguientes (julio y diciembre-fin de carrera)

---

## Fuentes de información

---

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

Hay, J.G. (1994). *Biomechanics of sport techniques*. New Jersey: Prentice Hall

Izquierdo, M. (2008). *Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte*. Barcelona: Médica-Panamericana.

Periodización del entrenamiento deportivo

. Barcelona: Paidotribo

Campos, J, Cervera, VR (2001) *Teoría y planificación del entrenamiento deportivo*. Paidotribo. Barcelona.

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

García, J. M., Navarro, M. Y Ruiz, J. A. (1996b). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos.

García, J. M., Navarro, M., Y Ruiz, J. A. (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos.

Gonzalez, JM, Navarro, F; Delgado, M (2010) *Fundamentos del Entrenamiento Deportivo*. Sevilla. Wanceulen

Matveev, L. (1985). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Madrid: Rubiños-Raduga.

Matveiev, L. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.

Nacleiro, F. (2011). *Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones*. Barcelona: Médica-Panamericana.

Platonov, V. N. (2001). *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. Barcelona: Paidotribo

Verkhoshansky, Y. (2002). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo

Functional rehabilitation of sports and musculoskeletal injuries

s. Gaithersburg, MD: Aspen.

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

Renstrom, P. (1999). *Prácticas clínicas sobre asistencia y prevención de lesiones deportivas*. Madrid: Gymnos

Rodriguez, L. P. y Gusí, N. (2002). *Manual de prevención y rehabilitación de lesiones deportivas*. Madrid: Síntesis.

Romero, D. y Tous, J. (2001). *Prevención de lesiones en el deporte*. Barcelona: Médica-panamericana

---

## Recomendaciones

---

### Asignaturas que continúan el temario

---

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

Psicología del entrenamiento deportivo/P02G050V01911

---

### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

---

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

---

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

---

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

---

## Otros comentarios

---

Para las convocatorias extraordinarias se mantendrán los mismos criterios y pruebas de valoración. En los apartados o pruebas superadas se conservará la calificación obtenida. Dichos criterios serán mantenidos durante las convocatorias extraordinarias de julio y diciembre-fin de carrera sólo de ese año.

---

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

Asignatura	Actividades de fitness			
Código	P02G050V01901			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	1c
Lengua Impartición				
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Alonso Fernández, Diego			
Profesorado	Alonso Fernández, Diego			
Correo-e	diego_alonso@uvigo.es			
Web				
Descripción general	La asignatura pretende ofrecer al alumno/a una visión general de una de las principales opciones profesionales de la titulación: las actividades de fitness.			

**Competencias de titulación**

Código	
A1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
A2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar
A3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte
A12	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo
A13	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud
A22	Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional
A23	Capacidad para identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de los equipamientos e instalaciones deportivas
B1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano
B8	Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana
B9	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del ejercicio físico, juego motor, danza, expresión corporal y actividades en la naturaleza

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
- Conocimiento y comprensión los fundamentos de las actividades de fitness.	A1	B1
- Comprensión de la literatura científica del ámbito de las actividades de fitness.	A2	B5
	A3	B8
	A12	B9
	A13	
	A22	
	A23	
- 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.	A1	
- Capacidad para promover la formación de hábitos perdurables y autónomos de practica de actividad de fitness.	A2	
- 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 I: Concepto y evolución del fitness	Subtema I.1. Concepto y evolución del fitness Subtema I.2. El fitness en la actualidad Subtema I.3. El sector de los servicios de fitness Subtema I.4. Los usuarios/as del fitness
TEMA II: El técnico polivalente de fitness	Subtema II.1. Características y formación Subtema II.2. Habilidades personales y sociales Subtema II.3. Pautas para su desarrollo profesional
TEMA III: Actividades de fitness: la sala [cardio-fitness]	Subtema III.1. Equipamiento y funcionamiento de una sala [cardio-fitness] actual. Subtema III.2. Pautas básicas de entrenamiento en sala Subtema III.3. Seguridad y prevención de lesiones Subtema III.4. El entrenamiento funcional en la sala cardio-fitness
TEMA IV: Actividades de fitness: tendencias actuales	Subtema IV.1. H.I.I.T. Subtema IV.2. Tonificación con soporte musical Subtema IV.3. Running Subtema IV.4. Cross fit Subtema IV.5. Entrenamiento excéntrico Subtema IV.6. Entrenamiento en suspensión: TRX Subtema IV.7. Core training Subtema IV.8. Entrenamiento propioceptivo Subtema IV.9. Stretching Global Activo Subtema IV.10. F.N.P. Subtema IV.11. Método Pilates

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Estudio de casos/análisis de situaciones	1	10	11
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	0	25	25
Sesión magistral	22	21	43
Pruebas de respuesta corta	2	15	17
Informes/memorias de prácticas	0	10	10
Trabajos y proyectos	30	14	44

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

### Metodologías

	Descripción
Estudio de casos/análisis de situaciones	Se analizarán estudios sobre los servicios deportivos actuales, las actividades de fitness y tipología de sus usuarios/as.
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	A lo largo de las sesiones teórico/prácticas se realizarán trabajos autónomos en pequeños grupos que vinculen al alumno/a con los contenidos de la asignatura.
Sesión magistral	El carácter de la asignatura hace necesario combinar varios tipos de metodologías, dependiendo de la naturaleza de los objetivos a alcanzar y los contenidos a tratar. Se abogará por una metodología activa, alternando exposiciones magistrales y trabajo en pequeño grupo en las sesiones teóricas y vivencia de las diferentes propuestas de tareas (del profesor y de los propios alumnos) en las sesiones 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 y práctico se desarrollarán en horario y ubicación fijadas por el centro.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Sesión magistral	TUTORIAS PLATAFORMA TEMA
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	TUTORIAS PLATAFORMA TEMA

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónoma	Los alumnos/as serán evaluados en las clases teóricas y prácticas	15

Pruebas de respuesta corta	El examen teórico podrá constar de preguntas cortas y/o tipo test de los diversos contenidos de la asignatura.	50
Trabajos y proyectos	Se elaborará un proyecto global en pequeños grupos sobre una actividad de fitness pactada previamente con el docente que incluya una estructura teórica, práctica y de intervención en una población.	35

---

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Es indispensable superar el examen teórico con una calificación mínima de 5 puntos para aprobar la asignatura. De no ser así, el resto de calificaciones se guardarán para posteriores convocatorias.

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

#### Asignaturas que continúan el temario

Programas de ejercicio físico y bienestar/P02G050V01910

---

### Otros comentarios

Para afrontar la asignatura es importante tener una buena base teórica de:

- Anatomía y kinesiología humana.
- Fisiología del ejercicio.

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Gerontología y actividad física**

Asignatura	Gerontología y actividad física			
Código	P02G050V01902			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	1c
Lengua	Castellano			
Impartición				
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Vila Suarez, Maria Elena			
Profesorado	Vila Suarez, Maria Elena			
Correo-e	EVILA@UVIGO.ES			
Web				
Descripción general				

**Competencias de titulación**

Código	
A7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
A13	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud
A14	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
A15	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
A16	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud
A17	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud
A25	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físico-deportivas recreativas
A26	Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa
A27	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de las actividades físico-deportivas recreativas para toda la población
A28	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas
A29	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa
B3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano
B6	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano
B7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana
B11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones
B19	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud
B20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas
B21	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje	
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
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		B12
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional		B13
Capacidad para 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	
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.		B25
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.		B26
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas para personas mayores.	A7 A15 A17 A25 A26	B21

## Contenidos

Tema	
Bloque temático 1. Introducción	Tema 1. Definiciones y conceptos. Tema 2. Epidemiología y demografía del envejecimiento. Tema 3. Teorías del envejecimiento en el ser humano.
Bloque temático 2. Aspectos bio-psico-sociales de la vejez.	Tema 4. Cambios en la anatomía y fisiología de los órganos y sistemas durante el envejecimiento. Tema 5. Aspectos psicológicos y sociales del envejecimiento.
Bloque temático 3. Prescripción de la Actividad física para adultos y mayores.	Tema 6. Autonomía funcional y valoración. Tema 7. Capacidades físicas y coordinativas.
Bloque temático 4. El ocio activo.	Tema 8. Políticas de promoción de la salud y calidad de vida. Tema 9. El ocio activo en las personas mayores.

## Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Estudio de casos/análisis de situaciones	0	20	20
Trabajos de aula	30	10	40
Salidas de estudio/prácticas de campo	5	0	5
Sesión magistral	22	22	44
Pruebas de respuesta corta	2	0	2
Informes/memorias de prácticas	0	29	29
Resolución de problemas y/o ejercicios	0	10	10

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

## Metodologías

	Descripción
Estudio de casos/análisis de situaciones	En las clases presenciales se plantearán diferentes situaciones que exijan capacidad de reflexión, relación de contenidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Trabajos 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. Será necesario realizar búsqueda bibliográfica y se manejará bibliografía actual sobre temáticas relacionadas con los contenidos de la asignatura.

Salidas de estudio/prácticas de campo	Se realizarán diferentes salidas de estudio durante el curso en base a los contenidos desarrollados en la asignatura
Sesión magistral	En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo.

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Sesión magistral	Tutorías en el despacho 214 Plataforma tema
Estudio de casos/análisis de situaciones	Tutorías en el despacho 214 Plataforma tema
Trabajos de aula	Tutorías en el despacho 214 Plataforma tema
Pruebas	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	Tutorías en el despacho 214 Plataforma tema

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Estudio de casos/análisis de situaciones	Trabajo temático y memoria de prácticas	40
Trabajos de aula	Propuesta de sesión	10
Sesión magistral	Examen de contenidos	40
Resolución de problemas y/o ejercicios	Resolución y entrega de trabajos prácticos	10

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Es necesario alcanzar un 5 en el examen y en el trabajo temático para poder acceder a las notas de los otros dos apartados de la evaluación y calcular la media de la asignatura.

Las notas de los diferentes apartados se guardarán para la segunda convocatoria.

Para la convocatoria extraordinaria se realizará un único examen que tendrá el valor del 100% de la nota. El examen constará de preguntas cortas y tema.

### Fuentes de información

BELSKY, J.K., <b>Psicología del envejecimiento. Teoría, investigaciones e intervenciones</b> , Ed. Masson. Barcelona,
BERMEJO GARCÍA, L., <b>Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores: Guía de buenas prácticas.</b> , Panamericana: Madrid,
BUENDÍA, J., <b>Gerontología y salud. Perspectivas actuales</b> , Ed. Biblioteca Nueva. Madrid.,
JONES, C. & ROSE, D., <b>Physical activity instruction of older adults</b> , Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,
MELÉNDEZ ORTEGA, A., <b>Actividad física para personas mayores: las razones para hacer ejercicio</b> , Ed. Gymnos. Madrid,
MORROW, J. R.; JACKSON, A. W.; DISCH, J. G. & MOOD, D. P., <b>Measurement and evaluation in human performance</b> , Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,
SPIRDUSO, W. W. & ECKERT, H. M., <b>Physical activity and aging. Human Kinetics</b> , Champaign, IL, EEUU.,
SPIRDUSO, W., <b>Physical dimensions of aging.</b> , Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,
TAYLOR, A. & JOHNSON, M., <b>Physiology of exercise and healthy aging</b> , Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,
TIMIRAS, P., <b>Bases fisiológicas del envejecimiento y geriatría</b> , Masson, México.,
VELLAS, B.; LAFONT, C.; ALLARD, M. y ALBAREDE, J.L., <b>Transtornos de la postura y riesgo de caída. Del envejecimiento satisfactorio a la pérdida de autonomía.</b> , Ed. Glosa. Barcelona,

### Recomendaciones

#### Asignaturas que continúan el temario

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

#### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

#### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Anatomía: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía: Anatomía y kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Biomecánica de la técnica deportiva**

Asignatura	Biomecánica de la técnica deportiva			
Código	P02G050V01903			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	2c
Lengua Impartición				
Departamento	Didácticas especiales 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 fammmc@uvigo.es			
Web				
Descripción general	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.			

**Competencias de titulación**

Código	
B2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte
B3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte
B11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones
B18	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo

**Competencias de materia**

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte	B2
Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte	B3
Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional	B11
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	B12
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional	B13
Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones	B14
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte	B18
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional	B24
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo	B25
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo	B26

**Contenidos**

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 cualitativo 4.3 Análisis conforme a criterios de rendimiento 4.4 Evaluación de la técnica deportiva

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Resolución de problemas y/o ejercicios	12	12	24
Presentaciones/exposiciones	12	12	24
Prácticas de laboratorio	20	32	52
Prácticas en aulas de informática	10	10	20
Tutoría en grupo	1	0	1
Sesión magistral	10	10	20
Informes/memorias de prácticas	1	8	9

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

### Metodologías

	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	Aplicar los principios biomecánicos en la resolución de problemas de aplicación y casos prácticos
Presentaciones/exposiciones	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
Tutoría en grupo	Resolución de dudas y dificultades en los contenidos de la materia planteadas y resueltas de manera colectiva
Sesión magistral	Exposición por parte del profesor/a de contenidos teóricos fundamentales de la materia

### Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	La atención personalizada al alumno/a se realizará en el despacho de los profesores y conforme al horario de tutoría del profesor/a en el curso
Prácticas de laboratorio	La atención personalizada al alumno/a se realizará en el despacho de los profesores y conforme al horario de tutoría del profesor/a en el curso

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Resolución de problemas y/o ejercicios	Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de problemas biomecánicos	30
Presentaciones/exposiciones	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

### Otros comentarios sobre la Evaluación

En el caso de evaluación continua negativa y segunda convocatoria, el alumno/a realizará una prueba final sobre los contenidos de la materia consistente en la respuesta corta y resolución de problemas biomecánicos.

Para evaluación positiva de la materia, será requisito indispensable además de una evaluación positiva en la prueba final, la presentación en papel y/o formato digital de los análisis biomecánicos realizados durante el curso (Apto o no apto)

---

### **Fuentes de información**

Aguado, Xabier, **Eficacia y Técnica Deportiva**, 2º edición,

Hay and Prentice-Hall, **The Biomechanics of Sport and Exercise**,

Bartlett, **Sport Biomechanics**, 1º edición,

Izquierdo, Mikel, **Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte**,

Bartlett y Hong, **Routledge Handbook of Biomechanics and Human Movement Science**,

---

### **Recomendaciones**

---

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

Anatomía: Anatomía y kinesiología humana/P02G050V01201

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

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

---

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

Asignatura	Deportes náuticos			
Código	P02G050V01904			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	2c
Lengua Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Rial Fernández, Ramón Benigno			
Profesorado	Pérez Treus, Sergio Rial Fernández, Ramón Benigno			
Correo-e	rrial@edu.xunta.es			
Web				
Descripción general	La materia "Deportes Náuticos" se imparte en el segundo cuatrimestre del tercer curso de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.			

En esta materia se proporciona una visión general del Remo y del Piragüismo. Desde una perspectiva teórica, se abordan sus fundamentos desde el punto de vista de su estructura externa, del medio en el que se practican, de los tipos de embarcaciones y sus modalidades, de la técnica básica, del entrenamiento, de los distintos tipos de competiciones, de su didáctica y también aspectos recreativos. Desde una perspectiva práctica se realizará un recorrido a través de distintas embarcaciones de Remo y de Piragüismo.

**Competencias de titulación**

Código				
A1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas			
A2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar			
A3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte			
A4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas			
A6	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte			
A16	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud			
B7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana			
B10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte			
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional			
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones			
B15	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas			
B16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte			
B18	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte			
B20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas			
B23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad			
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional			
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo			
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo			

**Competencias de materia**

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

(*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las *habilidades motrices básicas de los Deportes *Náuticos	B7
(*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos del Remo y del *Piragüismo.	B10
(*)Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (*TIC) al ámbito de los Deportes *Náuticos.	B12
(*)Habilidad de liderazgo, capacidad de relación *interpersonal y trabajo en equipo.	B25
(*)Adaptación a nuevas situaciones, resolución de problemas y 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
(*)Capacidad para diseñar, desarrollar y *avaliar los procesos de enseñanza-*aprendizaje relativos al Remo y al *Piragüismo, con atención a las características individuales *contextuales de las personas.	A1 B15
(*)Capacidad para *promover y *avaliar la formación de hábitos *perdurables y *autónomos de práctica de las actividades de Remo y *Piragüismo.	A2 B16
(*)Capacidad para aplicar los principios *fisiológicos, *biomecánicos, *comportamentales *esociales al ámbito del Remo y del *Piragüismo.	A3 A16 B18
(*)Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica *de actividades de Remo y *Piragüismo de forma *inadecuada.	A4 B20
(*)Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y *equipamiento *deportivo adecuado para las actividades de Remo y *Piragüismo.	A6 B23
(*)Utilización de la información científica básica aplicada al ámbito del Remo y del *Piragüismo.	B14

## Contenidos

Tema	
(*)TEMA 1: "Fundamentos del remo y del piragüismo"	(*)- Definición - Orígenes y evolución histórica - Análisis del remo y del piragüismo y sus factores
(*)TEMA 2: "Estructura externa del remo y del piragüismo"	(*) Modalidades y especialidades - Categorías - Distancias de competición - Características de las embarcaciones - Características del sistema de masas - Distancias y tiempos de competición - Frecuencia de palada en competición - Relación distancia/tiempo de competición/tipo de esfuerzo
(*)TEMA 3: "Técnica básica del remo y del piragüismo"	(*)- Fases de la palada en el remo - Técnica básica de banco fijo - Técnica básica de banco móvil - Defectos técnicos más frecuentes en el remo - Técnica básica del piragüismo - Maniobras en piragüismo. Transporte, vuelco y vaciado. De equilibrio y conducción. De propulsión y combinadas - La palada en kayak. Fases de la palada. Ejercicios y corrección de errores.
(*)TEMA 4: "Los reglajes de las embarcaciones"	(*) Reglajes en banco fijo - Reglajes en banco móvil - Reglajes en piragüismo y kayak
(*)TEMA 5: "Estructura biomecánica del remo y del piragüismo"	(*)- Variables biomecánicas
(*)TEMA 6: "El medio acuático. Seguridad"	(*)- Natural: ríos, lagos, mar - Artificiales: pantanos, pistas - Normas de seguridad - Variables medioambientales externas
(*)TEMA 7: "Didáctica del remo y del piragüismo"	(*)- Enseñanza y aprendizaje - Iniciación y metodología - Etapas de formación
(*)TEMA 8: "Tipos de competiciones en remo y piragüismo"	(*)- En función del recorrido - En función del sistema de competición - Programa olímpico
(*)TEMA 9: "Puestos específicos"	(*)- Puestos específicos en remo de banco fijo - Puestos específicos en remo de banco móvil - Puestos específicos en piragüismo
(*)TEMA 10: "Fundamentos tácticos"	(*)- La regata. Tipos. Partes - La estrategia

(\*)TEMA 11: "Materiales y tecnología"

- (\*)- Tecnología aplicada al material de competición
- Tecnología aplicada a elementos de control
- Tecnología aplicada a accesorios de control del entrenamiento
- Tecnología informática: Internet

(\*)TEMA 12: "Reglamentación en el remo y en el piragüismo"

- (\*)- La organización y la reglamentación en el remo y en el piragüismo
- Los reglamentos de la F.E.R. de la R.F.E.P.

(\*)TEMA 13: "Otros aspectos de la práctica"

- (\*)- Aspectos recreativos
- El club. Organización

### Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Prácticas de laboratorio	30	45	75
Tutoría en grupo	5	8	13
Actividades introductorias	2	0	2
Sesión magistral	22.5	33.75	56.25
Pruebas de tipo test	1	1.5	2.5
Informes/memorias de prácticas	0.5	0.75	1.25

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

### Metodologías

	Descripción
Prácticas de laboratorio	Prácticas en el río Lérez (en caso de que las condiciones climatológicas sean muy adversas, alguna práctica podrá ser hecha en la Sala de Musculación del Pabellón Universitario). La metodología a utilizar se basará, por un lado en las explicaciones de los modelos técnicos por parte del profesor, y por otro lado en la experimentación (métodos de búsqueda y resolución de problemas) por el propio alumno. Las sesiones prácticas tendrán un componente añadido fundamental, de participación del alumno en el traslado del material, almacenaje y organización general de la sesión. Por esta razón es de vital importancia la actitud y participación activa en las prácticas, lo que tendrá su lógico reflejo en la evaluación. Las sesiones de práctica serán de actividad obligatoria y formarán parte esencial de la nota del alumno mediante la observación sistemática de su rendimiento.
Tutoría en grupo	Consultas que el alumno mantiene con el profesorado de la materia en el pantalán del C.G.T.D. (Centro Galego de Tecnificación Deportiva) para el asesoramiento/desarrollo de actividades de la materia e del proceso de aprendizaje.
Actividades introductorias	El profesor expondrá aspectos básicos e introductorios de la materia.
Sesión magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto que va a realizar el estudiante.

### Atención personalizada

Pruebas	Descripción
Informes/memorias de prácticas	El profesor atenderá las dudas y cuestiones que planteen los alumnos.

### Evaluación

	Descripción	Calificación
Prácticas de laboratorio	La evaluación de la docencia práctica está dirigida a valorar el dominio de los elementos imprescindibles para la práctica del remo y del piragüismo. Incluye el control de asistencia con participación activa la evaluación continuada, mediante observación sistemática del rendimiento del alumno y el nivel técnico alcanzado. La asistencia a las prácticas de laboratorio serán de actividad obligatoria y para optar a superar la materia habrá que haber asistido a un mínimo de un 80% de las sesiones con participación activa.	60
Pruebas de tipo test	Encaminada a evaluar la integración de los contenidos teóricos por parte del alumnado. Se entiende también por "contenido" teórico cualquier explicación o concepto que se maneje en las sesiones prácticas.	20
Informes/memorias de prácticas	El alumnado, de manera individual, tendrá que presentar una memoria final de las prácticas hechas a lo largo del cuatrimestre.	20

### Otros comentarios sobre la Evaluación

**Prácticas de laboratorio:** Suponen el 60% de la calificación final. La evaluación de la docencia de laboratorios se realizará

de forma continua mediante el control de asistencia diaria de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y del nivel técnico alcanzado a lo largo del cuatrimestre. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia a las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas.

**Pruebas tipo test:** Supone el 20% de la calificación final. Esta prueba se realizará en la fecha oficial y está encaminada a evaluar la integración de los contenidos teóricos (se entiende también por "contenidos teóricos", cualquier explicación o concepto que se maneje en las sesiones prácticas de laboratorio). Esta prueba escrita constará de 50 preguntas tipo test con 3 opciones de respuesta donde por cada 3 respuestas erróneas se descontará una respuesta correcta. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

**Informes/memorias de prácticas:** Supone el 20% de la calificación final. Al rematar el cuatrimestre los alumnos deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas y entregarla en formato "papel". Para elaborar esta memoria el profesor facilitará un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas de laboratorio. Para completar este informe, el profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente en el pantalán a los alumnos los objetivos, características, contenidos, etc. de la misma los alumnos deberán tomar las notas oportunas; de la misma manera los alumnos al rematar la sesión y trabajando por su cuenta deberán completar la ficha. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del examen oficial (fuera de este plazo no se recogerá ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

**Observaciones:** Una vez cumplido el requisito de asistencia a un mínimo del 80% a las prácticas de laboratorio con participación activa, la calificación final del alumno será la nota media ponderada de cada uno de los tres apartados (60%-20%-20%) siempre con la premisa de haber alcanzado una puntuación mínima de 5 en cada uno de los tres apartados. Si el alumno no llega a 5 en cualquiera de los tres apartados su calificación en la nota final será de "suspense". La calificación positiva de una o dos partes se conservará únicamente hasta la siguiente convocatoria de julio.

---

### Fuentes 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

---

### Recomendaciones