



Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte

Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte

Materias

Curso 3

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

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

Materia	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte I			
Código	P02G050V01501			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS 6	Sinale OB	Curso 3	Cuadrimestre 1c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Rey Cao, Ana Isabel			
Profesorado	González Palomares, Alba Rey Cao, Ana Isabel			
Correo-e	anacao@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	A didáctica é o ramo das Ciencias da Educación que ten por obxecto a optimización do proceso ensino-aprendizaxe (E-A) en prol do perfeccionamiento do Ser Humano. O obxectivo fundamental desta materia é facilitar ao alumnado os coñecementos básicos para desenvolver con rigor didáctico a programación dun proceso de ensino-aprendizaxe a través das expresións motrices. A Didáctica é un contido transversal indispensable para a práctica profesional dos graduados en Ciencias da Actividade Física e o Deporte. Está presente en todo proceso de E-A, con independencia do ámbito onde se desenvolva: rendemento deportivo, ocio, educación ou saúde. Nesta aproximación inicial (no segundo cuadrimestre do mesmo curso impártese Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II) abórdanse os principais elementos do sistema que constitúe unha programación educativa. A materia aporta as ferramentas coas que posteriormente poder adaptarse a calquer proceso de ensino-aprendizaxe en contextos non formais (docencia en actividades extraescolares, escolas deportivas, asociacións, centros socioculturais, academias, etc.) e formais (educación física escolar). A materia céntrase na dimensión máis instructiva dos procesos de E-A, no deseño e orquestación das tarefas de E-A para a optimización da presentación dos contidos en coherencia coas competencias, obxectivos; e os métodos de control da disciplina, espacio e comunicación.			

Competencias de titulación

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo

Competencias de materia

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

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

- Programar con coherencia intervencións educativa a través da motricidade.
- Coñecer e desenvolver os métodos didácticos nos procesos de E-A a través da motricidade.
- Seleccionar, secuenciar e formular obxectivos e contidos correctamente.
- Aplicar os métodos didácticos correctamente, adecuándoos ós principios, finalidades, obxectivos, competencias e contidos.
- Deseñar sesións a través da motricidade realizando unha elección e sistematización axeitada dos elementos didácticos.

Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte. B2

- Aprender os conceptos que permiten fundamentar a práctica didáctica de forma sistemática e rigurosa.

Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte. B4

- Comprender a interacción entre os elementos do acto didáctico e a súa repercusión no ensino-aprendizaxe a través da motricidade.

Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo. B25

- Desenvolver conductas de participación e colaboración na función docente.

Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional. B13

- Reflexionar previamente ao deseño de sesións como estratexia para alcanzar a coherencia na intervención.

Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional B11

Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte B12

Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional B24

Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional A22

Contidos

Tema

Bloque temático I. Conceptos xerais.	1. A didáctica.
	1.1. Contextualización histórica.
Exposición de aspectos conceptuais básicos para a comprensión da intervención didáctica nos procesos de E-A a través das expresións motrices.	1.2. Definición.
	1.3. Obxecto, funcións e clases de didáctica.
	1.4. Didáctica e currículo.
	2. Os procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.
	2.1. Delimitación e epistemoloxía do concepto.
	2.2. Elementos do sistema. Concepción ecolóxica.
	3. A programación didáctica
Bloque temático II. Principios, finalidades, competencias e obxectivos nos procesos de E-A a través das expresións motrices.	4. Tipos de obxectivos e o criterio de nivel de concreción.
	5. As competencias en educación física.
Exposición dos diferentes tipos de obxectivos didácticos e competencias. Concepto e formulación aplicada aos procesos de E-A na actividade física e o deporte.	6. Tarefas do profesor/a vencelladas aos obxectivos e competencias.
	6.1. Vías de acceso á concreción dos obxectivos.
	6.2. A formulación de obxectivos.
	6.3. Taxonomías.
Bloque temático III. Contidos nos procesos de E-A na actividade física e do deporte.	7. Os contidos. Tipos de contidos.
	7.1. Os contidos na educación a través da motricidade.
	7.2. Contidos abstractos ou epistemolóxicos. Taxonomías.
	7.3. Contidos psicopedagóxicos. Taxonomías.
Exposición do concepto de contido, taxonomía e elaboración de secuenciacións e formulación de contidos.	8. Tarefas do profesor/a vencelladas aos contidos.
	8.1. Selección dos contidos.
	8.2. A formulación dos contidos.

Bloque temático IV. Os métodos na didáctica dos procesos de E-A na actividade física e o deporte.	9. Metodoloxía da intervención didáctica. 9.1. Conceptos e elementos. 9.2. As estratexias didácticas. 9.3. Estilos vs métodos de ensino.
Exposición dos métodos que conforman a metodoloxía e estratexias didácticas nos procesos de E-A na actividade física e o deporte.	10. Actividades de ensino-aprendizaxe. 10.1. A tarefa motriz. 10.2. Método de presentación da tarefa motriz. 10.3. Formulación de tarefas. 10.4. Análise didáctico das tarefas motrices.
Adecuación dos métodos ós diferentes contextos, obxectivos e contidos.	11. Métodos de práctica. 12. Métodos para a organización da sesión. 13. Métodos para a organización espacial e material. 14. Métodos para a formación e distribución de grupos. 15. Métodos para a comunicación. 15.1. Habilidades de comunicación. 15.2. Feedback. 16. Métodos para a xestión da disciplina.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Resolución de problemas e/ou exercicios	36	36	72
Sesión maxistral	22	11	33
Traballos tutelados	1	10	11
Prácticas de laboratorio	14	0	14
Titoría en grupo	3	6	9
Actividades introdutorias	3	0	3
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	1	3	4
Estudo de casos/análise de situacións	1	3	4

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	Traballo individual e grupal de resolución de tarefas. A profesora presenta e exemplifica a tarefa e o alumnado resolve e plantexa dúbidas. En base a un suposto práctico no cal se especifica un contexto, colectivo, e duración dunha actividade, o alumnado realizará un fragmento da programación, especificando os seguintes elementos: - Formulación de obxectivos. A corrección realizarase na aula ou titoría. - Elaboración dunha matriz abstracta de contidos que desenvolverían para ese caso. A corrección realizarase na aula ou titoría. - Formulación de contidos psicopedagóxica para o suposto plantexado. A corrección realizarase na aula ou titoría. - Deseño de tarefas adecuadas ao suposto. Explicitación de tarefas. En base a unha serie de criterios explicitados pola profesora [obxectivos, contidos, colectivo, método, etc.] explicitar con corrección tarefas didácticas. A corrección realizarase na aula ou titoría. - Elaboración dunha progresión de tarefas para a aprendizaxe dunha habilidade motriz. En base a unha serie de criterios explicitados pola profesora [obxectivos, contidos, características alumnos/as, método, etc.] explicitar con corrección as tarefas didácticas axeitadas para a aprendizaxe da habilidade especificada. Utilizaranse como criterios para realiza-la progresión os canais perceptivo, decisional ou execucional. A corrección realizarase na aula ou titoría.
Sesión maxistral	Clases Maxistrais nas que se explican os fundamentos teóricos. O alumnado asimila e toma apuntes. Plantexa dúbidas e cuestións complementarias.

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	Supervisión e discusión en titorías grupais e individuais sobre o traballo a desenvolver polo alumnado. Corrección personalizada dos exercicios. Revisión didáctica das probas de avaliación.

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Traballos tutelados	Microensino: Programación e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte. Os criterios son: - Entregar o borrador da sesión e a memoria final no prazo establecido. - Desenvolver o traballo cumprindo os requisitos formais e de contido esixidos. - Levar á práctica a sesión deseñada. - Asistir a dúas titorías para a revisión previa da sesión, e a clase onde se explica o método correspondente a esa sesión. - Deseñar e explicitar tarefas cumprindo os criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). - Obrigatorio para todo o alumnado.	30
Prácticas de laboratorio	Control da participación nas clase de laboratorio. -Asistir e participar activa e criticamente no microensino cun mínimo do 80% das prácticas das horas dos grupos B. -A asistencia a máis de un 80% da docencia de aula de créditos B e C eximirá da realización do exame práctico final. -Este criterio non é de obrigado cumprimento para superar a materia, posto que o alumnado que supere o 20% de faltas poderá acceder a avaliación final mediante una proba dos créditos de laboratorio. - Calificación de apto/a ou non apto /a	10
Titoría en grupo	Asistencia en grupo as titorías para a supervisión e discusión do traballo tutelado. - O alumnado debe asistir as titorías coas tarefas de control realizadas que se explicitan no guión do traballo. - Só se cualificará ao alumnado que asista.	20
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	Desenvolvemento dunha intervención didáctica en grupo. O alumnado asumirá a docencia dun mínimo dunha actividade de ensino-aprendizaxe. Os criterios son: - Organizar a fase pre-activa. - Xestionar axeitadamente os recursos materiais e espaciais durante o desenvolvemento da sesión. - Implementar estratexias de disciplina e participación pasiva. - Desenvolver a fase reflexiva con criterios didácticos. - Adoptar unha actitude docente positiva.	10
Estudo de casos/análise de situacións	Defensa oral do traballo escrito. O alumnado respostará as cuestións realizadas pola profesora sobre á programación da sesión desenvolvida no traballo tutelado. En casos específicos, mediante negociación previa coa profesora, esta ferramenta de avaliación poderá ser substituída por un exame escrito de desenvolvemento.	30

Outros comentarios sobre a Avaliación

Para superar a asignatura é imprescindible:

- acadar unha calificación mínima de 5 puntos.
- obter unha calificación mínima de 1,5 puntos na metodoloxía de traballo tutelado.
- realizar a proba práctica, de execución de tarefas reais.
- obter unha cualificación mínima de 1,5 puntos no estudo de casos/análise de situacións.

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

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

A entrega dos traballos será en formato papel, a excepción daqueles casos nos que se especifique o contrario. Cando o traballo non se entregue persoalmente á profesora, debe adxuntarse unha copia por correo electrónico simultaneamente a súa entrega no caixa de correos da facultade.

Bibliografía. Fontes de información

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

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

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

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

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. Revista dispoñible na biblioteca UVigo

Recomendacións

Materias que continúan o temario

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

Materias que se recomenda ter cursado previamente

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

Educación: Pedagogía da educación física e o deporte/P02G050V01103

Fundamentos da motricidade/P02G050V01204

Xogo motor/P02G050V01105

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

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

Expresión corporal e danza/P02G050V01402

Outros comentarios

Recoméndase:

A asistencia de forma continua ás clases.

A realización das actividades de avaliación continua.

Prestar atención á temporalización das actividades e traballos do curso.

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

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

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

Contidos	
Tema	
A adaptación no deporte	Concepto de adestramento deportivo Concepto de adaptación nel *deporte El proceso de adaptación deportiva Mecanismo xeral de adaptación *Síndrome xeneral de adaptación Dinámica del proceso de adestramento deportivo: estímulo, fatiga, recuperación, *supercompensación, adaptación Fases sensibles na adaptación
A carga de adestramento	Concepto de carga de adestramento Tipoloxía de cargas de adestramento Aspectos que determinan a carga de adestramento: contido, magnitude, organización de carga Adestramento concorrente e interferencias no adestramento
A forma deportiva	Concepto de forma factores que determinan o rendemento deportivo características da forma deportiva Tipos de forma deportiva Fases do estado de forma *Síntomas do estado de forma Avaliación da forma deportiva
Os principios do adestramento	Concepto e clasificación Principios biolóxicos principios pedagóxicos principios de planificación e organización
Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da Forza	Concepto factores que determinan a produción de forza procesos de adaptación no adestramento da forza: estruturais, *neuromusculares mecánicas Manifestacións da forza: activa e reactiva. Métodos de adestramento das manifestacións de forza Fases sensibles para o desenvolvemento da forza
Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da velocidade	Conceptos factores dos que depende a velocidade manifestacións da velocidade: reacción, *aceleración e *deceleración, velocidade dun movemento illado, velocidade dun movemento continuo cíclico, velocidade dun movemento *continuo *acíclico. A resistencia á velocidade A resistencia á máxima velocidade Métodos de adestramento das manifestacións da velocidade Desenvolvo do potencial de velocidade A barreira de velocidade a axilidade
Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da resistencia	Concepto Factores que determinan a resistencia Procesos de adaptación ao adestramento de resistencia aeróbica Procesos de adaptación ao adestramento de resistencia *anaeróbica Manifestacións da resistencia Métodos do adestramento da resistencia
Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da flexibilidade	Concepto factores que determinan a mobilidade articular Tipoloxía de mobilidade articular Beneficios do adestramento da flexibilidade respecto doutras capacidades condicionais Métodos do adestramento da flexibilidade
Detección e selección de talentos deportivos	Concepto Especificidade do proceso de adaptación do neno ao adestramento deportivo Indicadores para a detección e selección do talento deportivo Métodos e modelos de detección e selección do talento deportivo

Planificación			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Resolución de problemas e/ou exercicios	4	8.8	12.8
Estudo de casos/análises de situacións	4	8.7	12.7
Prácticas de laboratorio	22.5	45	67.5

Sesión maxistral	22	33	55
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	1	0	1
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	0.5	0	0.5
Resolución de problemas e/ou exercicios	0.5	0	0.5

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

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

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Prácticas de laboratorio	*Sera necesario asistir polo menos ao 80% das prácticas para poder superar a materia. A asistencia implica a execución activa da mesma.	0
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	*Consistirá no desenvolvemento de 5 preguntas *referentes aos contidos teóricos e prácticos desenvolvidos na *asignatura. *sera necesario aprobalo para poder superar a *asignatura	80
Probas prácticas, de execución de tarefas reais e/ou simuladas.	A proba *consistirá na resolución e *execución práctica dun *suspuesto de adestramento vinculado aos contidos realizados nas prácticas da *asignatura. *sera necesario aprobalo para poder superar a *asignatura	20

Outros comentarios sobre a Avaliación

A avaliación en sucesivas convocatorias realizarase de igual forma que a exposta inicialmente

Bibliografía. Fontes de información

Nacleiro, F. (2011). Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones. Barcelona: Editorial médica-panamericana.

Jiménez Gutiérrez, A. (coord) (2008). Nuevas dimensiones en el entrenamiento de la fuerza: aplicación de nuevos métodos, recursos y tecnologías. Barcelona: INDE.

Matveev, L. P. (2001). Teoría general del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.

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

Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Barcelona: Paidotribo

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología do exercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde				
Materia	Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde			
Código	P02G050V01503			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición	Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Silva Alonso, Telmo			
Profesorado	Silva Alonso, Telmo Viaño Santasmarinas, Jorge Juan			
Correo-e	telmosilva@edu.xunta.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias de titulación	
Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A2	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar
A5	Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
A17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B8	Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B22	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional

Competencias de materia		
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
(*)Insistir en la importancia de promocionar la salud desde los ámbitos sociales y comunitarios mediante el fomento de hábitos de vida tales como la promoción de la Actividad Física y el Ejercicio.	A1	B1
□ Identificar la Actividad Física como un factor de protección cardiovascular independiente de los efectos de otros factores de riesgo.	A2	B8
	A5	B10
	A6	B12
	A7	B22
	A10	B24
	A17	

Contidos
Tema

- | | |
|---|---|
| I. Conceptos, fundamentos e criterios xerais para a prescrición de actividade física. | I. Conceptos, fundamentos e criterios xerais para a prescrición de actividade física. |
| II. Métodos para o desenvolvemento da condición física nun adestramento para a saúde. | II. Métodos para o desenvolvemento da condición física nun adestramento para a saúde. |
| III. Avaliación da condición física e do estilo de vida. | III. Avaliación da condición física e do estilo de vida. |
| IV. Prescrición de actividade física e planificación do adestramento para a saúde. | IV. Prescrición de actividade física e planificación do adestramento para a saúde. |
| V. Actividade física para a prevención e o tratamento de enfermidades crónicas. | V. Actividade física para a prevención e o tratamento de enfermidades crónicas. |
| VI. Prevención e readaptación de lesións derivadas da práctica deportiva. | VI. Prevención e readaptación de lesións derivadas da práctica deportiva. |

Planificación			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Metodoloxías integradas	2	40	42
Prácticas de laboratorio	30	37.5	67.5
Informes/memorias de prácticas	2	22	24
Outras	20	0	20

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

Metodoloxía docente	
	Descrición
Metodoloxías integradas	. Ensinanza baseada en proxectos de aprendizaxe. . Aprendizaxe baseada en problemas (ABP). . Metodoloxías baseadas en investigación. . Aprendizaxe colaboradora.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia obxecto de estudo. Desenvólvense en espazos especiais con equipamento especializado (laboratorios, aulas informáticas, etc).

Atención personalizada	
Probas	Descrición
Informes/memorias de prácticas	A aplicación dos procedementos pertinentes para a obtención desta información realizarase o longo de todo o período de impartición da asignatura no que concerne os supostos prácticos realizados en talleres, comentarios de textos, respecto á elaboración dos traballos monográficos e ensaios que implica o desenvolvemento dos contidos de tipo complementario e asociado á temporalización axustarase o previsto para o desenvolvemento de ditos contidos.

Avaliación		
	Descrición	Cualificación
Metodoloxías integradas	Realizarase unha proba teórico-práctica: test, resposta curta e/ou resolución de supostos prácticos.	70
Prácticas de laboratorio	Traballo e implicación do alumnado durante a realización das clases prácticas.	10
Informes/memorias de prácticas	Consistirá na elaboración dun informe cos datos das situacións prácticas conforme aos obxectivos en cada sesión.	10
Outras	Asistencia a clase	10

Outros comentarios sobre a Avaliación

En "Informe/Memoria de Prácticas" non se terá en conta a efectos de avaliación a entrega de prácticas aos que o alumno/a non asistise.

En "Metodoloxías integradas" será requisito indispensable para superar a materia obter unha cualificación polo menos de 4 puntos sobre 10.

En "outras" será requisito indispensable alcanzar polo menos un 80% de asistencia a clase, á marxe de que as faltas sexan

ou non xustificadas.

En 2ª convocatoria ou edición os criterios de avaliación serán os mesmos que na primeira coa excepción de alcanzar o 80% de asistencia a clase.

Bibliografía. Fontes de información

- ACSM. Programa de condicionamento 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*. Champaign: Human Kinetics.
- Busso, T., Denis, C., Bonnefoy, R., Geyssant, 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 exercícios 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 & condicionamento 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*. Champaign: Human Kinetics
- Varios (1989). *Metrología deportiva*. Moscú: Editorial Planeta.

Recomendacións

Materias que continúan o temario

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

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

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

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

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

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

Contidos
Tema

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

Planificación

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

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

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

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Traballos tutelados	O estudante levará a cabo unha proposta de candidatura para organizar un evento deportivo. Dito traballo será desenvolvido a través de exercicios propostos nos grupos B durante todo o semestre, que deba completar de xeito autónomo o alumno e rematará coa entrega dun dossier escrito e a defensa pública oral do proxecto. Este traballo realizarase en grupos de 3 alumnos.	30
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	O estudante resolverá 6 exercicios propostos nos grupos C durante todo o semestre que deba completar de xeito autónomo e entregar no prazo acordado. Este traballo realizarase de xeito individual.	20

Probas de tipo test Proba para avaliación das competencias adquiridas que constará de 20 preguntas pechadas na que os alumnos seleccionan unha única resposta verdadeira de entre 3 opcións. Fórmula de corrección para anular el efecto del azar; $[C = A - E/(k-1)]$. C(calificación), A(aciertos), E(errores), K(número de opciones de respuesta).

50

Outros comentarios sobre a Avaliación

1. A cualificación final da materia resultará da ponderación das tres probas de avaliación.
2. Será requisito imprescindible para aprobar a materia ter superadas as tres partes, esto é : a) presentar dentro do prazo estipulado a candidatura do evento (Grupo B), b) presentar dentro do prazo os 6 exercicios (Grupo C) e c) Obter no exame unha calificación de 5 o máis puntos.
3. O alumno/a que non entregue en prazo a totalidade alguna das probas de avaliación, (candidatura do evento e 6 exercicios) obterá unha cualificación final de SUSPENSO, con independencia da calificación obtida no examen.
4. En xullo e no resto das convocatorias extraordinarias avaliarase unicamente mediante un examen tipo test (100%)

Bibliografía. Fontes 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, **Portal Jurídico del Deporte**,
www.csd.mec.es, **Portal del Consejo Superior de Deportes (CSD)**,
<http://aedd.webnode.com/>, **Asociación Española de Derecho Deportivo**,
www.femp.es, **Portal de la Federación Española de Municipios y Provincias**, Área Temática de Deporte y Ocio,
<http://www.uem.es/titulacion/grado-en-gestion-deportiva-real-madrid>, **Grado en Gestión Deportiva**, Universidad Europea de Madrid,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

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

Competencias de titulación	
Código	
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
A5	Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
A11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo
A13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
A15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B19	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade

Competencias de materia		
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	A5	
Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e do deporte.	A4	
Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	A9	
Manexo de la información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	A15	B2

Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde.	A13	B5
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación adulta, maiores e discapacitados.	A9	B21
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde.	A10	B23
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde.	A3	B3
Capacidade para planificar, desenrolar e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas orientada a a saúde.	A11	B18
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados.	A6	B19
Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional relativo á actividade física adaptada.	A22	B1
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito da actividade física adaptada.		B12

Contidos

Tema

1. MARCO HISTÓRICO CONTEXTUAL DA AFA	1.1 AFA Evolución Histórica e Contextualización Orixe, Evolución e Situación Actual 1.3 Aproximación á AFA na Rehabilitación Funcional	1.2 A Discapacidade,
2. CONCEPTUALIZACIÓN DA AFA	2.1 A lexislación educativa e o alumno con discapacidade. 2.2. EFA e ACNEE: Posibilidades e aplicacións na Educación Física e no tempo libre.	
3. AFA E PERSOAS CON DIVERSIDADE FUNCIONAL	3.1. AFA e Rehabilitación Cardiovascular. 3.2. AFA e Trastornos del Sistema Respiratorio. 3.3. AFA e Cancro. 3.4. AFA e Alteracións Metabólicas. 3.5. AFA e Trastornos do Sistema Nervioso. 3.6. AFA e Patoloxías Neuromusculares. 3.7. AFA e Patoloxías Autoinmunes. 3.8. AFA como medio de Inclusión Social.	
4. O DEPORTE ADAPTADO	4.1. O Deporte Adaptado: Orixen, Evolución e Situación Actual 4.2. Aspectos técnicos, tácticos e regulamentarios do deporte adaptado	

Planificación

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

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	Desenvolverase de maneira breve e en grupo reducido ao finalizar cada sesión.
Sesión maxistral	Desenvolverase de maneira breve e en grupo reducido ao finalizar cada sesión.
Titoría en grupo	Desenvolverase de maneira breve e en grupo reducido ao finalizar cada sesión.

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Probas de tipo test	Examen de opción múltiple con resposta única.	70

Outros comentarios sobre a Avaliación

Para superar a materia será necesario obter unha cualificación positiva en ambas as probas de avaliación (proba tipo test e traballo).

No tipo test, haberá que obter polo menos 3.5 ptos de 7 posibles, e no traballo, deberase alcanzar polo menos 1.5 ptos de 3 posibles.

A nota final da materia obterase mediante a suma aritmética das puntuacións alcanzadas en ambas as partes, sempre e cando se cumpran os criterios de cualificación anteriormente expostos.

Aqueles alumnos/as que non asistisen polo menos ao 80% das sesións prácticas da materia, deberán realizar un exame práctico sobre os aspectos técnicos, tácticos e regulamentarios descritos no Tema 4 e obter unha cualificación de "Apto" no mesmo, para poder superar a parte práctica da materia.

Todas aquelas probas que non fosen superadas na primeira convocatoria, deberán repetirse na segunda convocatoria. A cualificación obtida nas probas superadas realizadas durante a primeira convocatoria manterase de modo único e exclusivo na segunda convocatoria.

Bibliografía. Fontes de información

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

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

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

Bassedas, E. (2010). Alumnado con discapacidad intelectual y retraso del desarrollo. Ed. Graó

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

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

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

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

Hardman A & Stensel D. (2003). Physical Activity and Health. Ed. Routledge

Simard C, Caron F, y Skrotzky K. (2003). Actividad Física Adaptada. Ed. Inde

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Xerontoloxía e actividade física/P02G050V01902

Outros comentarios

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

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Actividade física e deporte recreativo				
Materia	Actividade física e deporte recreativo			
Código	P02G050V01602			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Fernández Fraga, Fernando Varela Lorenzo, Raúl			
Profesorado	Fernández Fraga, Fernando Varela Lorenzo, Raúl			
Correo-e	fffraga@uvigo.es raulvl@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias de titulación	
Código	
A24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A25	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas
A26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa
A28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas
A29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

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

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

(*)Conocimiento y comprensión de los fundamentos de las actividades físicas y deportes recreativos.	B7 B10
(*)Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las actividades físicas y deportes recreativos.	B12
(*)Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	B25
(*)Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	B26
(*)Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	B13
(*)Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	B24

Contidos

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

Planificación

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

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

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

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Estudo de casos/análises de situacións	Asistencia e implicación do/da alumno/a	40
Prácticas de laboratorio	Asistencia e implicación do/da alumno/a	10
Outras	Proba que poderá ser tipo test e/ou resposta curta	50

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

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

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

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

Bibliografía. Fontes de información

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

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

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

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

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Actividades físicas de lecer/P02G050V01905

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

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

Competencias de titulación

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A2	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
A5	Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
A23	Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas
A24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B9	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade

B24 Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional

B25 Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo

B26 Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

Competencias de materia

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

Contidos

Tema

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

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

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

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

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

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

Planificación

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

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

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

Avaliación

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

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

Bibliografía. Fontes de información

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

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

- CONTRERAS, O. (2000). Hacia una Educación Física que tenga en cuenta la diversidad. En E. y. RIVERA, *Educación Física ante los retos del nuevo milenio* (págs. 13-22). Granada: Adhara.
- CONTRERAS, O. (2009). Intervención intercultural desde la Educación Física. En VV.AA., *La Educación Física en la sociedad actual* (págs. 91-113). Sevilla: Wanceulen.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (. (2002). *Didáctica de la Educación Física (en primaria)*. Madrid: Prentice Hall.
- SENNERS, P. (2001). *La lección de Educación Física*. Barcelona: INDE.
- SERRANO, J., LERA, A., & CONTRERAS, O. (2005). Maestros Generalistas vs especialistas. Claves y discrepancias en la reforma de la formación inicial de los maestros de primaria. *Revista de Educación* , 533-555.
- TORRES, J. (1996). *El currículum oculto*. Madrid: Morata.
- VEIGA, F. (2001). *O libro dos xogos populares galegos*. Santiago de Compostela: Sotelo Blanco.
- VV.AA. (2009). *La educación física en la sociedad actual*. Sevilla: Wanceulen.
- ZAGALAZ, M., ARTEAGA, M., & CACHON, J. (1998). Diferencias entre didáctica general y didctica de la Educación Física en el curriculum del maestro especialista. En VV.AA., *Actas del Congreso Internacional de Educación Física* (págs. 194-198). Almería: Editorial Española.

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

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

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

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

Competencias de titulación

Código	
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
A9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
A10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
A11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo
A17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional

Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
- Ser capaz de analizar a estrutura técnica, táctica e condicional das disciplinas deportivas	A7
- Ser capaz de deseñar tarefas de adestramento aplicadas á mellora de factores craves do rendemento deportivo.	A8
- Ser capaz de deseñar e organizar programas de adestramento específicos atendendo ás prioridades de rendemento en competición.	A9
- Saber utilizar os medios tecnolóxicos básicos para o desenvolvemento do adestramento e a avaliación do rendemento.	A10
- Saber diagnosticar e controlar o rendemento deportivo, así como utilizar unha metodoloxía científica para o adecuado uso deses datos	A11
- Manexar operativamente as medidas de prevención de lesións relacionadas coa actividade física e ser capaz de deseñar programas preventivos específicos para cada deportista e modalidade	A17
	A22

Contidos

Tema	
(*)TEMA 1. Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da técnica deportiva.	(*)- A análise da técnica deportiva- Desenvolvemento do mapa técnico das especialidades deportivas
(*)TEMA 2: Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da táctica deportiva	(*)- A táctica deportiva- Desenvolvemento do mapa táctico das especialidades deportivas.
(*)TEMA 3. Os medios do adestramento e as metodoloxías de adestramento.	(*)- Os exercicios de adestramento. Clasificacións. Os medios de adestramento básicos e específicos- As metodoloxías de adestramento.-
(*)TEMA 4. As estruturas temporais na periodización do adestramento	(*)- Microestructuras. Unidades de adestramento, sesións, microciclos. Tipos e deseño- Mesoestructuras. Ciclos e periodos. - Macroestructuras.Macro ciclo e tempada. - Megaestructuras. Ciclo plurianual

(*)TEMA 5. Modelos de planificación do adestramento.

(*)- Evolución histórica dos modelos de planificación.
 - Planificación tradicional. Deseños con cargas lineales e regulares
 - Planificación contemporánea. Deseños con cargas concentradas.
 Microestructuración- Modelos especiais de planificación. Organización do adestramento en función do deporte.

(*)TEMA 6. O deseño do plan de adestramento-competición.

(*)- Fundamentos xerais da programación do adestramento deportivo.
 - Planificación da competición. Tipos e características.-
 Preparación da competición: Taper.

(*)TEMA 7: O Control do proceso de adestramento-competición

(*)- Control das cargas de adestramento
 - Control da programación
 - Control dos contidos do adestramento-competición

(*)TEMA 8: *Prevención de lesións

(*) -Prevención de lesións.
 -O ciclo da prevención
 - Factores e medidas de prevención de lesións.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Traballos tutelados	8	0	8
Prácticas de laboratorio	18	0	18
Sesión maxistral	22	28	50
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	2	0	2
Informes/memorias de prácticas	0	18	18
Traballos e proxectos	0	38	38
Estudo de casos/análise de situacións	0	14	14
Probas de resposta curta	2	0	2

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Traballos tutelados	Seguemento dos traballos dos alumnos en grupos reducidos.
Prácticas de laboratorio	No horario de prácticas de laboratorios desenvolveranse tarefas e exercicios dirixidos polo profesor sobre aspectos presentados nas clases teóricas.
Sesión maxistral	Empregarase a exposición por parte do profesor como medio principal de ensino.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	Se atenderá as necesidades educativas dos alumnos no horario de tutoría.
Probas	Descrición
Informes/memorias de prácticas	Se atenderá as necesidades educativas dos alumnos no horario de tutoría.
Traballos e proxectos	Se atenderá as necesidades educativas dos alumnos no horario de tutoría.

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Traballos tutelados	Realización dun traballo de planificación dunha tempada do deporte elixido. Desenrolo de vida deportiva previa a dita planificación.	40
Prácticas de laboratorio	Participación activa dos alumnos nas prácticas realizadas o longo do curso.	10
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	Resposta de preguntas sobre a materia	20
Probas de resposta curta	Resposta de preguntas sobre a materia	30

Outros comentarios sobre a Avaliación

As notas conqueredas na primeira convocatoria mantendránse para a segunda.

Bibliografía. Fontes de información

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

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

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

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

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

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

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

Recomendacións**Materias que continúan o temario**

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Psicoloxía do adestramento deportivo/P02G050V01911

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio I/P02G050V01104

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Actividades de fitness				
Materia	Actividades de fitness			
Código	P02G050V01901			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Alonso Fernández, Diego			
Profesorado	Alonso Fernández, Diego			
Correo-e	diego_alonso@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	(*)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	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A2	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo
A13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
A23	Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano
B8	Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana
B9	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza

Competencias de materia		
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
- Coñecemento e comprensión dos fundamentos das actividades de fitness.	A1	B1
- Comprensión da literatura científica do ámbito das actividades de fitness.	A2	B5
	A3	B8
	A12	B9
	A13	
	A22	
	A23	
- Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de E-A relativos á actividade física e ao deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	A1	
- Capacidade para promover a formación de hábitos perdurables e autónomos de practica de actividade de fitness.	A2	
- Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica das actividades de fitness.		
- Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para as actividades de fitness.		
- Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao ámbito das actividades de fitness.		

Contidos
Tema

TEMA *I: Concepto e evolución do fitness	*Subtema *I.1. Concepto e evolución do fitness *Subtema *I.2. O fitness na actualidade *Subtema *I.3. O sector dos servizos de fitness *Subtema *I.4. Os usuarios/as do fitness
TEMA *II: O técnico polivalente de fitness	*Subtema *II.1. Características e formación *Subtema *II.2. Habilidades persoais e sociais *Subtema *II.3. Pautas para o seu desenvolvemento profesional
TEMA *III: Actividades de fitness: a sala cardio-fitness	*Subtema *III.1. Equipamento e funcionamento dunha sala cardio-fitness actual. *Subtema *III.2. Pautas básicas de adestramento en sala *Subtema *III.3. Seguridade e prevención de lesións *Subtema *III.4. O adestramento funcional na sala cardio-fitness
TEMA IV: Actividades de fitness: tendencias actuais	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. Entrenamento excéntrico Subtema IV.6. Entrenamento en suspensión: TRX Subtema IV.7. Core training Subtema IV.8. Entrenamento propioceptivo Subtema IV.9. Stretching Global Activo Subtema IV.10. F.N.P. Subtema IV.11. Método Pilates

Planificación			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos/análises de situacións	1	10	11
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	0	25	25
Sesión maxistral	22	21	43
Probas de resposta curta	2	15	17
Informes/memorias de prácticas	0	10	10
Traballos e proxectos	30	14	44

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

Metodoloxía docente	
	Descrición
Estudo de casos/análises de situacións	Analizaranse estudos sobre os servizos deportivos actuais, as actividades de fitness e tipoloxía dos seus usuarios/as.
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Ao longo das sesións teórico/prácticas realizaranse traballos autónomos en pequenos grupos que vinculen ao alumno/a con os contidos da materia.
Sesión maxistral	O carácter da materia fai necesario combinar varios tipos de metodoloxías, dependendo da natureza dos obxectivos a alcanzar e os contidos a tratar. Avogarase por unha metodoloxía activa, alternando exposicións maxistras e traballo en pequeno grupo nas sesións teóricas e vivencia das diferentes propostas de tarefas (do profesor e dos propios alumnos) nas sesións prácticas. Ademais, o alumno disporá dun soporte virtual de apoio á docencia, a través da plataforma TEMA (http://www.uvigo.es/faitic), co que poderá realizar un seguimento parcialmente *on-*line da materia. - Organización da docencia: As sesións de carácter teórico e práctico desenvolveranse en horario e localización fixadas polo centro.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición
Sesión maxistral	TITORÍAS PLATAFORMA TEMA
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	TITORÍAS PLATAFORMA TEMA

Avaliación		
	Descrición	Cualificación
Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma	Os alumnos/as serán avaliados nas clases teóricas e prácticas	15

Probas de resposta curta	O exame teórico poderá constar de preguntas curtas e/ou tipo test dos diversos contidos da materia.	50
Traballos e proxectos	Elaborarase un proxecto global en pequenos grupos sobre unha actividade de fitness pactada previamente co docente que inclúa unha estrutura teórica, práctica e de intervención nunha poboación.	35

Outros comentarios sobre a Avaliación

É indispensable superar o exame teórico cunha cualificación mínima de 5 puntos para aprobar a materia. De non ser así, o resto de cualificacións gardaranse para posteriores convocatorias.

Na convocatoria extraordinaria do mesmo curso académico manteranse as cualificacións da primeira convocatoria. En todo caso manteranse os criterios de avaliación.

Bibliografía. Fontes de información

Manuales básicos:

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.

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Programas de exercicio físico e benestar/P02G050V01910

Outros comentarios

Para afrontar a asignatura e importante ter unha boa base teórica de:

- Anatomía e kinesiología humana.
- Fisioloxía do exercicio.

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

Competencias de titulación	
Código	
A7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
A13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
A14	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación adulta, maiores e discapacitados
A15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde
A16	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde
A17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
A25	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas
A26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa
A27	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica das actividades físico-deportivas recreativas para toda a poboación
A28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas
A29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano
B6	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B19	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte das persoas maiores.		B13 B14
Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte das persoas maiores.	A13 A16	B3 B5 B19 B20
Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte das persoas maiores	A13 A16 A28	B4 B6 B19 B20
Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana das persoas maiores.	A13	B7 B19 B20
Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.		B11 B24
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte		B12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio 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	
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.		B25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.		B26
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas para persoas maiores.	A7 A15 A17 A25 A26	B21

Contidos

Tema	
Bloque temático 1. Introducción	Tema 1. Definicións e conceptos. Tema 2. Epidemioloxía e demografía do envellecemento. Tema 3. Teorías do envellecemento no ser humano.
Bloque temático 2. Aspectos bio-psico-sociais da velez.	Tema 4. Cambios na anatomía e fisioloxía dos órganos e sistemas durante o envellecemento. Tema 5. Aspectos psicolóxicos e sociais do envellecemento.
Bloque temático 3. Prescrición da Actividade física para adultos e maiores.	Tema 6. Autonomía funcional e valoración. Tema 7. Capacidades físicas e coordinativas.
Bloque temático 4. O lecer activo.	Tema 8. Políticas de promoción da saúde e calidade de vida. Tema 9. O lecer activo nas persoas maiores.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos/análises de situacións	0	20	20
Traballos de aula	30	10	40
Saídas de estudo/prácticas de campo	5	0	5
Sesión maxistral	22	22	44
Probas de resposta curta	2	0	2
Informes/memorias de prácticas	0	29	29
Resolución de problemas e/ou exercicios	0	10	10

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Estudo de casos/análises de situacións	Nas clases presenciais expóñanse diferentes situacións que esixan capacidade de reflexión, relación de contidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Traballos de aula	Nas clases prácticas fundamentalmente expóñanse situacións que deberán resolver coa axuda do profesor ou con traballo autónomo. Realizánsese de individual ou colectiva, segundo a actividade. Será necesario realizar procura bibliográfica e manexarase bibliografía actual sobre temáticas relacionadas cos contidos da materia.

Saídas de estudo/prácticas de campo	Realizánsense diferentes saídas de estudo durante o curso en base aos contidos desenvolvidos na materia
Sesión maxistral	Nas clases presenciais desenvolveranse os aspectos conceptuais da materia, que deberán ser complementados polo alumno con estudo autónomo.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Sesión maxistral	Tutorías no despacho 214 Plataforma tema
Estudo de casos/análises de situacións	Tutorías no despacho 214 Plataforma tema
Traballos de aula	Tutorías no despacho 214 Plataforma tema
Probas	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	Tutorías no despacho 214 Plataforma tema

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Estudo de casos/análises de situacións	Traballo temático e memoria de prácticas	40
Traballos de aula	Proposta de sesión	10
Sesión maxistral	Exame de contidos	40
Resolución de problemas e/ou exercicios	Resolución e entrega de traballos prácticos	10

Outros comentarios sobre a Avaliación

É necesario alcanzar un 5 no exame e no traballo temático para poder acceder ás notas dos outros dous apartados da avaliación.

As notas dos diferentes apartados gardaranse para a segunda convocatoria.

Para a convocatoria extraordinaria realizarase un único exame que terá o valor do 100% da nota. O exame constará de preguntas curtas e tema.

Bibliografía. Fontes de información

BELSKY, J.K., **Psicología del envejecimiento. Teoría, investigaciones e intervenciones**, Ed. Masson. Barcelona,

BERMEJO GARCÍA, L., **Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores: Guía de buenas prácticas.**, Panamericana: Madrid,

BUENDÍA, J., **Gerontología y salud. Perspectivas actuales**, Ed. Biblioteca Nueva. Madrid.,

JONES, C. & ROSE, D., **Physical activity instruction of older adults**, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,

MELÉNDEZ ORTEGA, A., **Actividad física para personas mayores: las razones para hacer ejercicio**, Ed. Gymnos. Madrid,

MORROW, J. R.; JACKSON, A. W.; DISCH, J. G. & MOOD, D. P., **Measurement and evaluation in human performance**, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,

SPIRDURO, W. W. & ECKERT, H. M., **Physical activity and aging. Human Kinetics**, Champaign, IL, EEUU.,

SPIRDURO, W., **Physical dimensions of aging.**, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,

TAYLOR, A. & JOHNSON, M., **Physiology of exercise and healthy ageing**, Human kinetics. Champaign, IL, EEUU.,

TIMIRAS, P., **Bases fisiológicas del envejecimiento y geriatría**, Masson, México.,

VELLAS, B.; LAFONT, C.; ALLARD, M. y ALBAREDE, J.L., **Transtornos de la postura y riesgo de caída. Del envejecimiento satisfactorio a la pérdida de autonomía.**, Ed. Glosa. Barcelona,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología do exercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

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

Competencias de titulación

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

Competencias de materia

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

Contidos

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

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	
Prácticas de laboratorio	

Avaliación

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

Outros comentarios sobre a Avaliación

Bibliografía. Fontes de información

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

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

Bartlett, **Sport Biomechanics**, 1ª edición,

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

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

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

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

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

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

Competencias de titulación

Código	
A1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
A2	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar
A3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte
A4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
A6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte
A16	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

Competencias de materia

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

Contidos

Tema

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

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

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

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

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

Atención personalizada	
Probas	Descrición
Informes/memorias de prácticas	O profesor atenderá as dúbidas e cuestións que plantexen los alumnos.

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

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

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

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

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

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

Bibliografía. Fontes de información

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

Bibliografía complementaria:

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

Recomendacións