



## Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte

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

#### Asignaturas

##### Curso 3

| Código        | Nombre  | Cuatrimestre | Cr.totales |
|---------------|---|--------------|------------|
| P02G050V01501 | Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I  | 1c           | 6          |
| P02G050V01502 | Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I                                 | 1c           | 6          |
| P02G050V01503 | Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud                              | 1c           | 6          |
| P02G050V01504 | Gestión y organización de los sistemas deportivos I                                       | 1c           | 6          |
| P02G050V01601 | Actividad física y deporte adaptado   | 2c           | 6          |
| P02G050V01602 | Actividad física y deporte recreativo   | 2c           | 6          |
| P02G050V01603 | Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II | 2c           | 6          |
| P02G050V01604 | Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II                                | 2c           | 6          |
| P02G050V01901 | Actividades de fitness  | 1c           | 6          |
| P02G050V01902 | Gerontología y actividad física   | 1c           | 6          |
| P02G050V01903 | Biomecánica de la técnica deportiva   | 2c           | 6          |
| P02G050V01904 | Deportes náuticos   | 2c           | 6          |
| P02G050V01912 | Socorrismo y su didáctica   | 1c           | 6          |

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

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

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   |
| B15    | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B16    | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.  |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.  |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.   |
| B21    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.  |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.   |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |

**Resultados de aprendizaje**

|   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia  | Resultados de Formación y Aprendizaje |
| Identificar los diferentes elementos del acto didáctico, como se articula su presencia en la programación y entender la relación que existe entre ellos.                        | B15                                   |
| Conceptualizar lo que es una programación sistémica, los modelos didácticos fundamentales y los elementos que constituyen la ecología de los procesos de enseñanza-aprendizaje. | B1<br>B2                              |

|   |   |
|---|---|
| Utilizar la plataforma de teledocencia para supervisar la guía docente, el guión del trabajo y realizar la inscripción para el trabajo por proyectos/microenseñanza.<br>Emplear la web 2.0 para evaluar los procesos de E-A desarrollados en el aula.   | B12   |
| Asimilar que la realización de una buena programación es un factor fundamental para una buena praxis profesional de la actividad física y el deporte.   | B11<br>B13                                    |
| Comprender que la reflexión que acompaña a la programación responde a un aspecto básico de la deontología profesional.  | B11<br>B13                                    |
| Seleccionar, secuenciar y explicitar objetivos para una programación de forma sistémica y articulada en niveles de concreción.  | B15<br>B21                                    |
| Seleccionar, secuenciar y explicitar contenidos para una programación sistémica y articulada en niveles de análisis epistemológico y psicopedagógico.   | B15<br>B16<br>B21                             |
| Seleccionar y aplicar los métodos y técnicas didácticas más acordes a los objetivos, contenidos, modelo didáctico y estrategia seleccionada en la programación.   | B13<br>B15<br>B16<br>B18<br>B20<br>B21<br>B23 |
| Diseñar sesiones a través de la motricidad realizando una elección y ordenación idónea de los elementos didácticos.   | B15<br>B16<br>B18<br>B20<br>B21<br>B23<br>B26 |
| Diseñar tareas acordes a los objetivos y contenidos.  | B15<br>B18<br>B20<br>B23<br>B26               |
| Realizar en equipo una programación didáctica completa para una intervención concreta.<br>Desarrollar una intervención didáctica en un contexto facilitado, prestando especial atención a las habilidades comunicativas.<br>Aceptar las evaluaciones externas y emplear las como ejes de reflexión sobre la propia competencia didáctica.<br>Ser autocrítico/la con las habilidades didácticas.<br>Desarrollar la capacidad de evaluación didáctica observando el desarrollo de los elementos del acto comunicativo en la praxis de los procesos de enseñanza-aprendizaje.<br>Analizar sistémicamente la programación desarrollada evaluando su coherencia estratégica. | B2<br>B12<br>B13<br>B25<br>B26                |

## Contenidos

### Tema

|  |  |
|--|--|
| 1. Fundamentación teórica de la Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.   | 1.1. La didáctica.<br>1.1.1. Contextualización histórica.<br>1.1.2. Definición.<br>1.1.3. Objeto, funciones y clases de didáctica.<br>1.1.4. Didáctica y currículo.<br><br>1.2. Los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.<br>1.2.1. Delimitación y epistemología del concepto. |
| 2. Elementos básicos en la programación de los procesos de enseñanza aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.   | 2.1. Concepto de programación.<br>2.2. Modelos de programación.  |
| 3. La coherencia en la programación didáctica.   | 2.3. Características de la programación.   |
| 4. Programación de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte en el tercer nivel de concreción o programación a corto plazo. Las unidades de programación. | 2.4. Componentes de la programación.<br><br>3.1. Concepción ecológica de los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.<br><br>4.1. La programación a corto plazo.   |

|  |   |
|--|---|
| 5. Modelos para la intervención a través de la actividad física y el deporte en los elementos presentes en el tercer nivel de concreción o programación a corto plazo. | <p>5.1. Tipos de objetivos.</p> <p>5.1.1. Tareas del profesorado vinculadas con los objetivos.</p> <p>5.2. Los contenidos. Tipos de contenidos.</p> <p>5.2.1. Los contenidos en la educación a través de la motricidad.</p> <p>5.2.1.1. Contenidos abstractos o *epistemológicos.</p> <p>5.2.1.2. Contenidos psicopedagógicos.</p> <p>5.2.2. Tareas del profesorado vinculadas a los contenidos.</p> <p>5.3. Metodología de los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.</p> <p>5.3.1. Conceptos y elementos.</p> <p>5.3.2. Métodos de práctica.</p> <p>5.3.3. Métodos para la organización de la sesión.</p> <p>5.3.4. Métodos para la organización espacial y material.</p> <p>5.3.5. Métodos para la formación y distribución de grupos.</p> |
| 6. La tarea didáctica.   | <p>6. Actividades de enseñanza-aprendizaje.</p> <p>6.1. La tarea didáctica.</p> <p>6.2. Método de presentación de la tarea.</p> <p>6.3. Planteamiento de tareas.</p> <p>6.4. Análisis didáctico de las tareas motrices.</p>   |
| 7. Habilidades del/la docente en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.   | <p>7. Métodos para la comunicación.</p> <p>7.1. Habilidades de comunicación.</p> <p>7.2. Retroalimentación.</p> <p>7.3. Estrategias para una comunicación sin perjuicios de género y no sexista.</p>  |
|  | 8. La práctica reflexiva.   |

## Planificación

|                          | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|--------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral        | 10             | 30                   | 40            |
| Resolución de problemas  | 10             | 10                   | 20            |
| Trabajo tutelado         | 1              | 15                   | 16            |
| Seminario                | 3              | 21                   | 24            |
| Estudio de casos         | 12             | 0                    | 12            |
| Talleres                 | 2              | 6                    | 8             |
| Prácticas de laboratorio | 13             | 13                   | 26            |
| Examen oral              | 1              | 3                    | 4             |

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

## Metodologías

|                         | Descripción   |
|-------------------------|---|
| Lección magistral       | Clases magistrales en las que se explican los fundamentos teóricos. El alumnado asimila y toma apuntes. Plantea dudas y cuestiones complementarias.   |
| Resolución de problemas | Trabajo individual y grupal de resolución de tareas en las clases C.<br>La profesora presenta y ejemplifica la tarea y el alumnado resuelve y expone dudas.   |
| Trabajo tutelado        | El alumnado diseña, imparte y analiza diferentes métodos y tareas didácticas.<br>Diseño y desarrollo de una intervención didáctica a través de la actividad física y el deporte.<br>Aplicación de microenseñanza.<br><br>Cada grupo desarrollará una sesión según las características básicas determinadas en la opción que le sea asignada. En cada una de ellas se aborda específicamente un método didáctico. Esta sesión deberá ser impartida a sus compañeros y compañeras en las aulas prácticas. |
| Seminario               | Es obligación del alumnado mantenerse informado de las posibles modificaciones en el calendario de prácticas. Es obligatorio realizar un mínimo de dos tutorías (seminario) antes de la realización de la sesión. Una de ellas será en hora de clase.<br>El alumnado presenta a la profesora el desarrollo de su trabajo tutelado en un mínimo de una tutoría grupal.   |
| Estudio de casos        | Análisis didáctico y discusión de la sesión práctica realizada en la clase laboratorio realizada en la práctica B. El alumnado deberá participar activamente y realizar las tareas encomendadas en la clase A correspondiente.  |

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Talleres                 | Intervención docente. El alumnado imparte una sesión a un grupo de alumnos/las que fue programada en el trabajo tutelado y en los seminarios.<br><br>La sesión es evaluada por ell@s mismos, sus compañer@s y la profesora. Se emplean herramientas de observación sincrónica y diacrónica a través de grabación audiovisual. |
| Prácticas de laboratorio | En las aulas de laboratorio se experimentan las intervenciones motrices propuestas. Participación en la microenseñanza y en la reflexión-análisis del final de la sesión.   |

### Atención personalizada

| Metodologías     | Descripción   |
|------------------|---|
| Trabajo tutelado | Supervisión, discusión y corrección del trabajo tutelado. |
| Talleres         | Supervisión y evaluación de la intervención docente.      |

### Evaluación

|                          | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje   |
|--------------------------|---|--------------|---|
| Trabajo tutelado         | Microenseñanza: Programación y desarrollo de una intervención didáctica a través de la actividad física y el deporte. Los criterios son: - Entregar el borrador de la sesión y la memoria final en el plazo establecido;- Desarrollar el trabajo cumpliendo los requisitos formales y de contenido exigidos; - Llevar a la práctica la sesión diseñada; - Asistir a dos tutorías para la revisión previa de la sesión y a la clase donde se explica el método correspondiente a esa sesión; - Diseñar y explicitar tareas cumpliendo los criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). - Obligatorio para todo el alumnado.  | 20           | B1<br>B2<br>B11<br>B12<br>B13<br>B15<br>B16<br>B18<br>B20<br>B21<br>B23<br>B25<br>B26 |
| Seminario                | Asistencia en grupo a las tutorías para la supervisión y discusión del trabajo tutelado. - El alumnado debe asistir las tutoría con las tareas de control que se explicitan en el guión del trabajo realizadas. - Solo se calificará al alumnado que asista.  | 5            | B2<br>B11<br>B12<br>B25<br>B26  |
| Estudio de casos         | Asistencia y participación activa en la reflexión y análisis didáctico que se realizará de la sesión práctica desarrollada en la clase B. Ejecución y entrega de las tareas propuestas.   | 5            | B12<br>B13<br>B15<br>B20<br>B25<br>B26  |
| Talleres                 | Desarrollo de una intervención didáctica en grupo. El alumnado asumirá la docencia de un mínimo de una actividad de enseñanza-aprendizaje. Los criterios son:<br>- Organizar la fase pre-activa.<br>- Gestionar adecuadamente los recursos materiales y espaciales durante el desarrollo de la sesión.<br>- Implementar estrategias de disciplina y participación pasiva.<br>- Desarrollar la fase reflexiva con criterios didácticos.<br>- Adoptar una actitud docente positiva.<br>- Organizar y desarrollar la fase post-activa junto con el alumnado (reflexión y análisis de la sesión).   | 5            | B11<br>B23<br>B25<br>B26  |
| Prácticas de laboratorio | Control de la participación en las clase de laboratorio.<br>-Asistir y participar activa y críticamente en la microenseñanza con un mínimo del 80% de las prácticas de las horas de los grupos B y C.<br>- Realizar correctamente la observación de habilidades de comunicación y la grabación audiovisual.<br>-La asistencia a más de un 80% de la docencia de aula de créditos B y C eximirá de la realización del examen práctico final.<br>-Este criterio no es de obligado cumplimiento para superar la materia, puesto que el alumnado que supere el 20% de faltas podrá acceder a la evaluación final mediante una prueba de los créditos de laboratorio. Calificación de apto/a o no apto/a | 5            | B13<br>B15<br>B16<br>B18<br>B20<br>B21<br>B23<br>B25                                  |

|             |   |    |   |
|-------------|---|----|---|
| Examen oral | Defensa oral del trabajo escrito. El alumnado responderá las cuestiones realizadas por la profesora sobre la programación de la sesión desarrollada en el trabajo tutelado. | 60 | B1<br>B2<br>B11<br>B13<br>B15<br>B16<br>B18<br>B20<br>B21<br>B23<br>B26 |
|             | En casos específicos, mediante negociación previa con la profesora, esta herramienta de evaluación podrá ser sustituida por un examen escrito de desarrollo.                |    |   |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

#### Sistema de evaluación continua (las metodologías detalladas en la guía didáctica):

- Los trabajos deberán entregarse en las fechas que determine la profesora.
- En caso de no aprobar la asignatura en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas se evaluarán en la convocatoria de junio / julio. Las calificaciones obtenidas en las herramientas de evaluación superadas se mantendrán en las convocatorias correspondientes al mismo curso académico. Será necesario repetir las herramientas necesarias para conseguir un mínimo de 5 puntos.
- No existe la posibilidad de mantener aprobadas partes de la asignatura de cursos anteriores. - El alumnado que se encuentre en circunstancias especiales y / o justificadas por las que no pueda realizar ninguna de las herramientas de evaluación, deberán comunicarse al inicio del curso para adaptar la evaluación a su caso. En el caso de que se produzca una circunstancia excepcional durante el curso, deberá comunicarlo al menos dos meses antes de la fecha oficial del examen.
- Se mantendrán los mismos criterios en sucesivas convocatorias.

#### Evaluación global:

- El alumnado que no haya optado por la evaluación continua, realizará una evaluación global en las fechas oficiales. - Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el enlace <http://fcced.uvigo.es/es/docencia/examenes/>

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Florence, J., Brunelle, J. & Carlier, G., **Enseñar Educación Física en Secundaria. Motivación, organización y control.**, 1ª ed., Inde, 2000

Galera, A., **Manual de didáctica de la Educación Física I. Una perspectiva constructivista moderada. Funciones de impartición.**, 1ª ed., Paidós, 2001

Galera, A., **Manual de didáctica de la Educación Física II. Una perspectiva constructivista moderada. Funciones de programación.**, 1ª ed., Paidós, 2001

Rey Cao, Ana, **Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I. Apuntes de la asignatura.**, Pontevedra, 2017

Seners, P., **La lección de Educación Física. Inde.**, 1ª ed., Inde, 2001

#### Bibliografía Complementaria

Aggerholm, K.; Standal, O.; Barker, D.M. & Larson, H., **On practising in physical education: outline for a pedagogical model. Physical Education and Sport Pedagogy**, 23, 2, 197-208, <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1372408>, 2017

Barker, D.M.; Aggerholm, K.; Standal, O. & Larsson., **Developing the practising model in physical education: an expository outline focusing on movement capability. Physical Education and Sport Pedagogy**, 23(2), 197-209, <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1371685>, 2018

Blández Ángel, Julia, **Programación de unidades didácticas según Ambientes de aprendizaje.**, 1ª ed., Inde, 2000

Palao Andrés, J. M. y Ortega Toro, E., **Formas de organización en educación física.**, 1ª ed., Diego Marín, 2009

Contreras, Onofre, **Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista.**, 1ª ed., Inde, 1998

Devís Devís, J. & Peiró Velert, C., **Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados.**, 1ª ed., Inde, 1992

Famose, J.P., **Aprendizaje motor y dificultad de la tarea.**, 1ª ed., Paidotribo, 1992

Fraile Aranda, A. (coord.), **Didáctica de la educación física: una perspectiva crítica y transversal.**, 1ª ed., Biblioteca Nueva, 2004

Gallego, J.L. y Salvador, F., **Metodología de la acción didáctica en Medina y Salvador (coord), Didáctica General (pp.157-181).**, 1ª ed., Pearson, 2005

González Arévalo, C., **El proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte. Apuntes**, 80, 20-28, 2005

González Arévalo, C. & Lleixà Arribas, T. (coords.), **Didáctica de la Educación física. Ministerio de Educación, Instituto de Formación del Profesorado, Investigación e Innovación Educativa**, 1ª ed., Graó, 2010

López Pastor, V.(Coord.), **La sesión en Educación Física: los diferentes modelos y los planteamientos educativos quesubyacen.**, <https://www.efdeportes.com/efd43/sesion.htm>, 2001

Mosston, M., y Ashworth, S., **La enseñanza de la educación física. La reforma de los estilos de enseñanza.**, 1ª ed., Barcelona, 1993

Pedraza Gómez, Z., **De la educación física y el uso de sí: ejercicios estético-políticos de la cultura somática moderna**, 14(2), Movimiento, 2008

Pérez, A.I. & Gimeno, J., **Pensamiento y acción en el profesor: de los estudios sobre la planificación al pensamiento práctico. Infancia y aprendizaje**, 42, 37-63,

Sicilia Camacho, A., **La investigación de los estilos de enseñanza en la educación física. Un viejo tema para un nuevo siglo. Sevilla.**, 1ª ed., Wanceulen, 2001

Sicilia, A.; Sáenz-López, P.; Manzano, J.I. y Delgado, M.A., **El desarrollo curricular de la Educación Física en Primaria y Secundaria: un análisis desde la perspectiva del profesorado. Apunts: Educación física y deportes**, 98, 23-32, ISSN 1577-4015,, 2009

---

## Recomendaciones

### Asignaturas que continúan el temario

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

---

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

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

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

Fundamentos de la motricidad/P02G050V01204

Juego motor/P02G050V01105

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

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

Expresión corporal y danza/P02G050V01402

---

### Otros comentarios

Se recomienda:

La asistencia de forma continua a las clases presenciales.

La realización de las actividades de evaluación continua.

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

---

## Plan de Contingencias

### Descripción

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por la COVID- 19, la Universidad establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, garantizando la docencia en un escenario no presencial o no totalmente presencial. Estas medidas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de una manera más ágil y eficaz a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes DOCNET.

=== ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

A) Metodologías docentes que se modifican

Se realizarán las mismas metodologías docentes que las contempladas en una situación sin alerta pero adaptándolas a una modalidad online. A tal fin se empleará el Campus Remoto y otras herramientas como Zoom, Moodle, Google Classroom, Microsoft Teams además de Fatic (y aquellas otras que estén disponibles en el momento y puedan ser empleadas consensuadamente por el alumnado y la profesora para desarrollar las competencias y los contenidos de la materia).

Así las metodologías serán:

- Lección magistral. Se realizará a través del Campus Remoto y Moodle. Tendrán como soporte para su seguimiento documentación y material didáctico disponible en Moodle y Claroline.
- Resolución de problemas. Se realizará a través del Campus Remoto y Moodle. Algunas entregas podrán ser realizadas por correo electrónico o Claroline.
- Trabajo tutelado. El alumnado trabajará en grupo mediante herramientas como google drive o dropbox. En caso de imposibilidad de acceso a estos recursos, el trabajo podrá ser individual. La entrega será online mediante correo electrónico o plataforma de teledocencia (Moodle o Claroline).
- Seminario. Se realizará online mediante videoconferencia a través del Campus Remoto.
- Estudio de casos. Se realizará online mediante videoconferencia a través del Campus Remoto y otras plataformas para la docencia online como Zoom, Moodle, Google Classroom, Microsoft Teams. Para la evaluación también se emplearán herramientas de la plataforma Google, Kahoot u otras apps semejantes.
- Obradoiro. Se realizará una intervención docente. Podrá ser: 1. Online a través de Zoom, Moodle, Google Classroom, Microsoft Teams o cualquier otra plataforma de teledocencia que permita la interacción visual y verbal del alumnado. El alumnado tendrá que adaptar su programación a un contexto virtual. 2. En presencia física con personas de su contorno con

las que tenga contacto seguro durante ese período. En este caso la intervención será gravada y facilitada a la docente.

- Prácticas de laboratorio. Se realizarán online a través de Zoom, Moodle, Google Classroom, Microsoft Teams. Algunas podrán ser enviadas en forma de tarea que el alumnado tendrá que realizar de manera autónoma y cumplimentar una evaluación.

#### B) Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

Las tutorías se desarrollarán a través del campus remoto. Despacho 2129

(<https://campusremotouvigo.gal/access/public/meeting/912187149>)

Se podrá emplear la herramienta Doodle para la gestión de las tutorías y seminarios.

#### C) Otras modificaciones

En el caso de la semipresencialidad las metodologías de resolución de problemas podrán realizarse en un contexto presencial pero modificando las prácticas motrices de tal manera que se respete la distancia interpersonal y el esfuerzo físico sea muy moderado. Las prácticas pasarán a ser ejemplificaciones de algunos alumnos/as (que rotarán en la participación) y el resto del alumnado las analizará. Se empleará la modalidad de enseñanza en pequeños grupos.

#### === ADAPTACIÓN DE La EVALUACIÓN ===

La evaluación se mantendrá igual. Las diferentes metodologías/pruebas se realizarán por los medios telemáticos especificados (Campus remoto, Moodle, Skype, Zoom, etc.).

---

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

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

**Competencias**

|        |   |
|--------|---|
| Código |   |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.  |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.  |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano   |
| B8     | Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.  |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.  |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.  |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.  |
| C7     | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles   |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo   |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo          |
| C10    | Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo |
| C11    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo   |
| C12    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo                                     |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia  | Resultados de Formación y Aprendizaje |                 |
|---|---------------------------------------|-----------------|
| El estudiante será capaz de proponer el desarrollo de las diferentes capacidades condicionales adecuándolas a las necesidades del deportista, y establecer el control de la carga dentro del proceso de entrenamiento para conseguir un efecto concreto | B5<br>B8<br>B14                       | C7<br>C11       |
| El estudiante será capaz de aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, para justificar el efecto que provoca el entrenamiento deportivo  | B2<br>B5<br>B8<br>B14                 | C8              |
| El estudiante será capaz de identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica inadecuada de ejercicios y métodos de entrenamiento deportivo  | B5<br>B8<br>B14<br>B26                | C7<br>C9<br>C10 |
| El estudiante será capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para desarrollar cada capacidad condicional dentro del proceso entrenamiento deportivo   | B2<br>B5<br>B26                       | C12             |

|  |                  |           |
|--|------------------|-----------|
| El estudiante será capaz de proponer y ejecutar ejercicios o tareas con sus indicadores de control de la carga dentro de cada capacidad condicional para garantizar en los deportistas un determinado efecto del entrenamiento | B5<br>B14<br>B26 | C7<br>C11 |
| El estudiante será capaz de actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional   | B1<br>B11<br>B13 |           |

---

## Contenidos

---

### Tema

#### FUNDAMENTOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Tema 1. La adaptación en el deporte: El efecto del entrenamiento deportivo  
 Concepto de entrenamiento deportivo  
 Concepto de adaptación en el deporte  
 El proceso de adaptación deportiva  
 Mecanismo general de adaptación  
 Síndrome general de adaptación  
 Dinámica del proceso de entrenamiento deportivo: estímulo, fatiga, recuperación, supercompensación, adaptación  
 Fases sensibles en la adaptación

Tema 2. La carga de entrenamiento  
 Concepto de carga de entrenamiento  
 Tipología de cargas de entrenamiento  
 Aspectos que determinan la carga de entrenamiento: contenido, magnitud, organización de la carga  
 Entrenamiento concurrente e interferencias en el entrenamiento

Tema 3. La forma deportiva  
 Concepto de forma  
 factores que determinan el rendimiento deportivo  
 características de la forma deportiva  
 Tipos de forma deportiva  
 Fases del estado de forma  
 Síntomas del estado de forma  
 Evaluación de la forma deportiva

Tema 4. Los principios del Entrenamiento Deportivo  
 Concepto y clasificación  
 Principios biológicos  
 principios pedagógicos  
 principios de planificación y organización

---

FUNDAMENTOS, ESTRUCTURA Y MÉTODOS DEL ENTRENAMIENTO DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES

Tema 5. Fundamentos, Estructura y Métodos del Entrenamiento de la Fuerza  
 Concepto  
 factores que determinan la producción de fuerza  
 procesos de adaptación en el entrenamiento de la fuerza: estructurales, neuromusculares mecánicas  
 Manifestaciones de la fuerza: activa y reactiva.  
 Métodos de entrenamiento de las manifestaciones de la fuerza  
 Fases sensibles para el desarrollo de la fuerza

Tema 6. Fundamentos, Estructura y Métodos del Entrenamiento de la Velocidad  
 Conceptos  
 factores de los que depende la velocidad  
 manifestaciones de la velocidad: reacción, aceleración y deceleración, velocidad de un movimiento aislado, velocidad de un movimiento continuo cíclico, velocidad de un movimiento continuo acíclico.  
 La resistencia a la velocidad  
 La resistencia a la máxima velocidad  
 Métodos de entrenamiento de las manifestaciones de la velocidad  
 Desarrollo del potencial de velocidad  
 La barrera de velocidad  
 la agilidad

Tema 7. Fundamentos, Estructura y Métodos del Entrenamiento de la Resistencia  
 Concepto  
 Factores que determinan la resistencia  
 Procesos de adaptación al entrenamiento de resistencia aeróbica  
 Procesos de adaptación al entrenamiento de resistencia anaeróbica  
 Manifestaciones de la resistencia  
 Métodos del entrenamiento de la resistencia

Tema 8. Fundamentos, Estructura y Métodos del Entrenamiento de la Flexibilidad  
 Concepto  
 factores que determinan la movilidad articular  
 Tipología de movilidad articular  
 Beneficios del entrenamiento de la flexibilidad respecto a otras capacidades condicionales  
 Métodos del entrenamiento de la flexibilidad

**Planificación**

|                                   | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-----------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Estudio de casos                  | 3              | 7                    | 10            |
| Prácticas de laboratorio          | 22.5           | 45                   | 67.5          |
| Aprendizaje basado en proyectos   | 3              | 3                    | 6             |
| Flipped Learning                  | 2              | 8                    | 10            |
| Lección magistral                 | 22             | 33                   | 55            |
| Examen de preguntas de desarrollo | 1              | 0                    | 1             |
| Práctica de laboratorio           | 0.25           | 0                    | 0.25          |
| Examen de preguntas objetivas     | 0.25           | 0                    | 0.25          |

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

**Metodologías**

|                                 | Descripción  |
|---------------------------------|--|
| Estudio de casos                | Análisis de casos relacionados con el entrenamiento deportivo para conocerlos, interpretarlos, reflexionar sobre ellos y proponer soluciones alternativa.  |
| Prácticas de laboratorio        | Adquisición de habilidades básicas y de procedimientos relacionados con el entrenamiento deportivo. se desarrollan en espacios con equipamiento especializado (pista de atletismo. pabellón deportivo, recta de velocidad, sala de fitness)              |
| Aprendizaje basado en proyectos | Se formularán problemas o ejercicios concretos relacionados con la selección de capacidades condicionales, sus métodos para desarrollarlas así como el efecto previsto en cada caso. El alumno debe desarrollar las solución más adecuada y justificarla |

|                   |  |
|-------------------|--|
| Flipped Learning  | El estudiante recibirá a través de la plataforma de teledocencia faitic documentación para que pueda trabajar sobre ella y posteriormente poder plantear al profesor dudas o problemas de aprendizaje relacionado con estos contenidos |
| Lección magistral | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y conocimiento científico actualizado.  |

### Atención personalizada

| Metodologías                    | Descripción   |
|---------------------------------|---|
| Lección magistral               | En el horario de tutorías se resolverán dudas concretas sobre los ejercicios, casos y explicaciones realizadas durante las clases teóricas. Las tutorías podrán resolverse mediante modalidad presencial o mediante modalidad virtual, bien a través de los despachos virtuales de los profesores (1006, prof. Dr. Oscar García García), o de correo electrónico o mediante los foros de la plataforma de teledocencia faitic.  |
| Prácticas de laboratorio        | En el horario de tutorías se resolverán dudas concretas sobre los ejercicios, casos y explicaciones realizadas durante las clases prácticas. Las tutorías podrán resolverse mediante modalidad presencial o mediante modalidad virtual, bien a través de los despachos virtuales de los profesores (1006, prof. Dr. Oscar García García), o de correo electrónico o mediante los foros de la plataforma de teledocencia faitic.   |
| Aprendizaje basado en proyectos | En tutorías colectivas se abordaran las soluciones más adecuadas a los problemas planteados para que los alumnos puedan contrastar y discutir sus soluciones con las propuestas por el profesor. Las tutorías podrán resolverse mediante modalidad presencial o mediante modalidad virtual, bien a través de los despachos virtuales de los profesores (1006, prof. Dr. Oscar García García), o de correo electrónico o mediante los foros de la plataforma de teledocencia faitic. |

### Evaluación

|                                   | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje     |                        |
|-----------------------------------|---|--------------|---|------------------------|
| Examen de preguntas de desarrollo | Consistirá en el desarrollo de 3 preguntas referentes a los contenidos teóricos y prácticos desarrollados en la asignatura. será necesario aprobarlo para poder superar la asignatura   | 50           | B1<br>B2<br>B5<br>B8<br>B11<br>B14<br>B26 | C7<br>C8<br>C9<br>C11  |
| Práctica de laboratorio           | La prueba consistirá en la resolución y ejecución práctica de ejercicios de entrenamiento vinculados a los contenidos realizados en las prácticas de la asignatura. será necesario aprobarlo para poder superar la asignatura | 30           | B5<br>B8<br>B11<br>B13<br>B14<br>B26      | C7<br>C10<br>C12       |
| Examen de preguntas objetivas     | Consistirá en un batería de 20 preguntas tipo test de respuesta única sobre 5 posibles. Será necesario aprobarlo para poder superar la asignatura   | 20           | B1<br>B2<br>B5<br>B8<br>B14               | C7<br>C9<br>C10<br>C11 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

El no realizar la evaluación de práctica de laboratorio o la parte de exámenes supondrá una calificación final de no presentado (NP). En caso de no tener superada la asignatura en la primera convocatoria, las competencias serán evaluadas de nuevo en la convocatoria de julio de igual forma. La evaluación en sucesivas convocatorias se realizará de nuevo de igual forma que la planteada inicialmente con pruebas teóricas y prueba práctica siendo necesaria la superación de todas las partes. Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la página web de la facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte <http://fcced.uvigo.es>

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

- García-García, O y Serrano-Gómez, V, **Entrenamiento personal: Guía para el desarrollo profesional**, 1, Medica panamericana, 2017
- Gonzalez Ravé, J.M., Pablos Abellá, C. y Navarro Valdivielso, F., **Entrenamiento Deportivo: Teoría y práctica**, 1, Medica panamericana, 2014
- Nacleiro, F., **Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones**, 1, Medica panamericana, 2011

Legaz Arrese, A., **Manual de Entrenamiento Deportivo**, 1, Paidotribo, 2012

Weineck, J., **Entrenamiento total**, 2, Paidotribo, 2016

---

### **Bibliografía Complementaria**

García Manso, JM., **La Resistencia desde la óptica de las ciencias aplicadas al entrenamiento deportivo**, 1, GRADA Sport Books, 2006

Roosen, M y Dawes, J., **desarrollo de la agilidad y de la velocidad**, 1, Paidotribo, 2017

García Manso, JM., **Alto rendimiento: la adaptación y la excelencia deportiva**, 1, Gymnos, 1999

Verkhoshansky, Y., **Teoría y metodología del entrenamiento deportivo**, 2, Paidotribo, 2016

Cometti, Gilles., **El Entrenamiento de la velocidad**, 2, Paidotribo, 2016

Verkhosansky, Y., **Todo sobre el método pliométrico**, 2, Paidotribo, 2016

---

---

### **Recomendaciones**

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

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

---

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

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

---

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

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

---

---

### **Plan de Contingencias**

#### **Descripción**

Como consecuencia del COVID-19 y de acuerdo con las medidas extraordinarias y urgentes en caso de crisis sanitaria, aprobadas por el Consejo de Gobierno de 12 de junio de 2020 y la Resolución Rectoral de 17 de junio de 2020 para su implementación, se ha desarrollado una instrucción desde la VOAP para la elaboración de las guías didácticas.

En base a esto, la docencia de esta asignatura para el curso 2021/2022 en caso de resurgimiento del COVID-19 será a través de una modalidad a tiempo parcial, en la que ni el profesor ni los alumnos asisten físicamente al aula, salvo en las sesiones prácticas. Las clases teóricas se llevaron a cabo por campus remoto y a través de la plataforma moodle. En este caso, este modo sería activado por RR.

Se mantienen los contenidos de la asignatura, tanto teóricos como prácticos

La metodología de enseñanza en este caso se basará principalmente en el aprendizaje inverso "Flipped Learning" en lugar de otras metodologías, donde el alumno trabajará de forma autónoma los documentos que le entregue el docente a través de la plataforma de tele-enseñanza Faitic (Moovi) y clases presenciales virtuales. Se expondrán y resolverán los problemas, dudas y deficiencias detectadas por el alumno y el profesor.

El sistema de evaluación será el mismo.

---

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

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud |            |       |              |
| Código              | P02G050V01503  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte       |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OB         | 3     | 1c           |
| Lengua              | Castellano   |            |       |              |
| Impartición         | Gallego  |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Varela Martínez, Silvia                                      |            |       |              |
| Profesorado         | Varela Martínez, Silvia                                      |            |       |              |
| Correo-e            | silviavm@uvigo.es  |            |       |              |
| Web                 |  |            |       |              |
| Descripción general |  |            |       |              |

**Competencias**

|        |   |
|--------|---|
| Código |   |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.  |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.  |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.  |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.  |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.   |
| B16    | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.   |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo   |
| C13    | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud   |
| C15    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud |
| C17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud  |
| C18    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados        |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia  | Resultados de Formación y Aprendizaje |                   |
|---|---------------------------------------|-------------------|
| Conocer e identificar el objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.  | B1                                    |                   |
| Saber buscar e interpretar la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   | B2                                    |                   |
|   | B13                                   |                   |
|   | B14                                   |                   |
| Conocer y utilizar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   | B11                                   |                   |
|   | B13                                   |                   |
| Ser capaz de elaborar propuestas para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.                            | B16                                   |                   |
| Ser capaz de evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud en diferentes poblaciones.  | B16                                   | C13<br>C17        |
| Conocer y saber aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud.  |                                       | C8<br>C13<br>C17  |
| Saber identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud. | B13                                   | C15<br>C17<br>C18 |
| Ser capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados. |                                       | C18               |

## Contenidos

### Tema

- I. Beneficios y riesgos asociados al ejercicio: relación entre actividad física, salud, longevidad y calidad de vida.
- II. Prescripción de ejercicio físico: gestión de entrenamiento para la salud.
- III. Diseño de un proyecto de entrenamiento para la salud: la planificación de la actividad física.
- IV. Evaluación de la condición física en el contexto de la práctica de la actividad física para la salud.
- V. Prescripción de la actividad física para la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas y de lesiones derivadas de la práctica deportiva.
- I. Epidemiología de la actividad física. Diferentes conceptos y factores que determinan la actividad física.
- II. Ejercicio físico para la salud en niños/as, adolescentes y adultos sanos.
- III. Principios del entrenamiento en el ámbito de la salud. Variables y tipos de entrenamiento.
- IV. Evaluación mediante baterías y test (prebas de campo) de la condición física saludable en diferentes grupos de edad.
- V. Actividad física en grupos especiales.

## Planificación

|                               | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral             | 18             | 0                    | 18            |
| Trabajo tutelado              | 2.5            | 0                    | 2.5           |
| Prácticas de laboratorio      | 30             | 15                   | 45            |
| Trabajo                       | 1              | 30                   | 31            |
| Examen de preguntas objetivas | 1              | 37.5                 | 38.5          |
| Presentación                  | 1              | 14                   | 15            |

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

## Metodologías

|                          | Descripción  |
|--------------------------|--|
| Lección magistral        | Enseñanza basada en proyectos de aprendizaje.<br>Aprendizaje basado en problemas (ABP).<br>Metodologías basadas en investigación.<br>Aprendizaje colaborador.  |
| Trabajo tutelado         | Supuestos prácticos para resolver en grupos reducidos.   |
| Prácticas de laboratorio | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio.<br>Se desarrollan en espacios especiales con equipación especializada (laboratorios, aulas informáticas, etc). |

## Atención personalizada

| Metodologías             | Descripción   |
|--------------------------|---|
| Prácticas de laboratorio | Se atenderá a las peculiaridades del alumnado, adaptando la metodología empleada en función de sus necesidades o características.   |
| Lección magistral        | A pesar de que se tratan de sesiones magistrales, el alumnado participará activamente en las clases, ya que se le hará participe continuamente, bien mediante preguntas, bien mediante la resolución de problemas de forma personal o en grupos pequeños, lo que permitirá una atención más personal. |
| Trabajo tutelado         | Se proponen trabajos en grupos reducidos que facilita de por sí la atención individualizada.  |
| Pruebas                  | Descripción   |
| Trabajo                  | A través de las tutorías y por medio del correo electrónico.  |

## Evaluación

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

|                               |  |    |                                      |                                |
|-------------------------------|--|----|--------------------------------------|--------------------------------|
| Trabajo tutelado              | Trabajo e implicación del alumnado durante la realización de las clases prácticas.   | 0  | B1<br>B2<br>B11<br>B13<br>B14<br>B16 | C8<br>C13<br>C15<br>C17<br>C18 |
| Prácticas de laboratorio      | Presentación de un supuesto práctico.  | 10 | B1<br>B2<br>B11<br>B13<br>B14<br>B16 | C8<br>C13<br>C15<br>C17<br>C18 |
| Trabajo                       | Realizar un trabajo teórico-práctico planteado por el profesor/a vinculado con el desarrollo de los contenidos de la asignatura. El guion para la realización del trabajo será publicado en la plataforma de la materia. | 30 | B1<br>B2<br>B11<br>B13<br>B14<br>B16 | C8<br>C13<br>C15<br>C17<br>C18 |
| Examen de preguntas objetivas | Se realizará una prueba teórico-práctica: test, respuesta corta y/o resolución de supuestos prácticos.   | 60 | B1<br>B2<br>B11<br>B13<br>B14<br>B16 | C8<br>C13<br>C15<br>C17<br>C18 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

#### Requisitos básicos a cumplir para la superación de la materia:

- Realizar el trabajo planteado por el profesor/a vinculados con el desarrollo de los contenidos.
- Realizar una presentación oral del supuesto práctico.
- Es necesario sacar un 5 en el trabajo y en el examen para poder superar la materia.
- Es necesario cumplir con el 80% de asistencia a las clases prácticas. Aquellos/as alumnos/as que no alcancen el mínimo de asistencia indicado, deberán realizar un examen de contenidos prácticos.

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

- Calificación obtenida por la realización del trabajo teórico-práctico: 30%
- Calificación obtenida en la presentación: 10%
- Calificación obtenida en el examen: 60%

En la 2ª convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos, es decir, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria. Quienes no hayan realizado la presentación del trabajo durante la 1ª convocatoria, NO PUNTUARÁN EN ESTE APARTADO.

Para la convocatoria extraordinaria se realizará un examen cuyo valor será el 100% de la nota.

Las fechas de los exámenes se podrán consultar en la página web de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte en el siguiente enlace: <http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

- ACSM, **ACSM's Guidelines for exercise testing and Prescription**, 11, Wolters Kluwer, 2021
- Vivian H. Heyward, **Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio**, Panamericana, 2008
- ACSM, **anual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio**, Paidotribo, 2005
- Machado, Alexandre F, **Manual de Avaliação Física**, Icone Editora, 2010

#### Bibliografía Complementaria

- ACSM, **Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio.**, Paidotribo, 2000
- Xiao, Junjie (Ed), **Physical Exercise for Human Health**, Springer, 2020
- López, E.J.M., **Pruebas de aptitud física**, Paidotribo., 2002
- George, Fisher, Vehrs, **Test y Pruebas Físicas**, Paidotribo, 2001
- Baechle, T & Earle, R., **Essentials of strength training and conditioning.**, Human Kinetics., 2000

---

### **Recomendaciones**

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

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

---

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

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

---

---

### **Plan de Contingencias**

#### **Descripción**

Metodología docente que se modifica:

En el caso de impartir docencia en modalidad no presencial, las guías docentes deberán reflejar que la actividad docente se impartirá mediante Campus Remoto, y se preverá así mismo el uso de la plataforma de teledocencia Fatic como refuerzo y sin perjuicio de otras medidas que se puedan adoptar para garantizar la accesibilidad del alumnado a los contenidos docentes.

Metodología NO presencial de atención al alumnado (Tutorías)

Las guías docentes contemplarán para todas las modalidades que las sesiones de tutoría se podrán realizar por medios telemáticos (despacho virtual dentro de la plataforma de campus remoto de la Universidad de Vigo) bajo la modalidad de cita previa.

Adaptación de la evaluación:

En este caso, NO HABRÁ PRESENTACIÓN, el porcentaje de la nota de este apartado (10%) pasará a la nota del trabajo teórico-práctico. La fecha límite de entrega del trabajo será determinada por la docente. El porcentaje del examen será idéntico (60%).

En la 2ª convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos, es decir, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria. Se guardará la nota de las partes aprobadas en la primera convocatoria, para esta segunda convocatoria.

---

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

|                     |   |            |       |              |
|---------------------|---|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Gestión y organización de los sistemas deportivos I   |            |       |              |
| Código              | P02G050V01504   |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS   | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6   | OB         | 3     | 1c           |
| Lengua              | Castellano  |            |       |              |
| Impartición         |   |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales   |            |       |              |
| Coordinador/a       | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan  |            |       |              |
| Profesorado         | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan  |            |       |              |
| Correo-e            | ivanmartinez@uvigo.es   |            |       |              |
| Web                 | <a href="http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002">http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002</a> |            |       |              |
| Descripción general |   |            |       |              |

**Competencias**

|        |   |
|--------|---|
| Código |   |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                  |
| B4     | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.    |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.  |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.               |
| B21    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                         |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                  |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.  |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.  |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.  |
| C19    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas  |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia   | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|--|---------------------------------------|
| Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo  | B25                                   |
| Adaptación a nuevas situaciones, a la resolución de problemas y al aprendizaje autónomo  | B26                                   |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas   | C19                                   |
| Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                   | B2                                    |
| Conocimiento y comprensión de los factores *comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. | B4                                    |
| Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.     | B12                                   |
| Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   | B13                                   |
| Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestación                   | B14                                   |
| Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   | B24                                   |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                          | B21<br>B23                            |
| Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                   |                                       |

**Contenidos**

Tema

|   |   |
|---|---|
| 1. Sistema deportivo                    | 1.1. Introducción<br>1.2. Deporte como sistema social<br>1.3. Sistemas deportivos en Europa<br>1.4. Sistema deportivo en España<br>1.5. Terminología básica   |
| 2. Servicio deportivo                   | 2.1. Concepto de servicio deportivo<br>2.2. Análisis de costes<br>2.3. Fijación de precios<br>2.4. Financiación y viabilidad<br>2.5. Terminología básica  |
| 3. Modelos de gestión deportiva         | 3.1. Pública/Privada<br>3.2. Directa/Indirecta/Mixta<br>3.3. Organización y gestión deportiva municipal<br>3.4. El rol del Gestor Deportivo<br>3.5. Terminología básica   |
| 4. Gestión y organización en el deporte | 4.1. Organización Administrativa (Pública)<br>4.2. Estructura Asociativa (Privada)<br>4.3. Deporte Profesional (Privado)<br>4.4. Gestión de entidades deportivas (Privado)<br>4.5. Terminología básica  |
| 5. Ordenamiento jurídico del deporte    | 5.1. Introducción al Ordenamiento Jurídico<br>5.2. Unión Europea y Deporte. Base jurídica.<br>5.3. Legislación Nacional y Autonómica<br>5.4. Estatutos y Normativa Federativa<br>5.5. Reglas del buen gobierno en el Deporte.<br>5.6. Terminología básica |

### Planificación

|  | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|--|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                      | 22.5           | 30.5                 | 53            |
| Prácticas con apoyo de las TIC         | 0              | 30                   | 30            |
| Trabajo tutelado                       | 0              | 64                   | 64            |
| Examen de preguntas objetivas          | 0              | 1                    | 1             |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | 0              | 1                    | 1             |
| Proyecto                               | 0              | 1                    | 1             |

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

### Metodologías

|                                | Descripción   |
|--------------------------------|---|
| Lección magistral              | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante.   |
| Prácticas con apoyo de las TIC | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollarán a través de las TIC de forma autónoma. |
| Trabajo tutelado               | Actividad en la que se formulan problemas y/o ejercicios relacionados con la materia. El alumno debe desarrollar el análisis y resolución de los problemas y/o ejercicios de forma autónoma.  |

### Atención personalizada

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

### Evaluación

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

|  |   |    |  |     |
|--|---|----|--|-----|
| Examen de preguntas objetivas          | Prueba objetiva (test) con 4 opciones de respuesta. Para anular el efecto del azar cada respuesta incorrecta resta.   | 55 | B2<br>B4<br>B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 | C19 |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | El alumnado resolverá una serie de problemas/ejercicios a través del TIC de forma autónoma siguiendo las indicaciones del profesor. Los ejercicios deberán estar cumplimentados y entregados a través de Moovi dentro del plazo establecido. No serán válidos a efectos de la evaluación los ejercicios entregados había sido de plazo. | 30 | B2<br>B4<br>B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 | C19 |
| Proyecto                               | El alumnado en grupos de 3 estudiantes, elaborará en modo colaborativo una web en WordPress sobre un aspecto específico de la temática objeto de estudio de la materia, siguiendo las indicaciones del profesor. La web deberá estar completada y activa dentro del plazo establecido.  | 15 | B2<br>B4<br>B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 | C19 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

1. Se Establece un sistema de evaluación continua de modo que la calificación final de la materia resultará de la ponderación de los 3 apartados de evaluación (prueba objetiva; resolución de problemas y/o ejercicios; proyecto).
2. Será requisito imprescindible para superar la materia obtener un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada uno de los tres apartados de la evaluación. El alumnado que no supere alguno de los 3 apartados obtendrá una calificación final de suspenso.
3. En julio y en el resto de convocatorias extraordinarias:
  - Se mantendrá el mismo criterio que en 1ª convocatoria para el alumnado que haya asistido al menos al 80% de los grupos prácticos B y C.
  - El 100% de la evaluación de la materia dependerá de la prueba objetiva en la que habrá que obtener un mínimo de 6 puntos sobre 10 para superar la materia.

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Llopis-Goig, R., **Participación Deportiva en Europa. Políticas, culturas y prácticas**, UOC, 2016  
Blanco, E.; Burriel, J.C.; Camps, A.; J.L.; Landaberea, J.A.; Montes, V., **Manual de la Organización Institucional del Deporte**, Paidotribo, 1999  
Celma, J., **ABC del Gestor Deportivo**, INDE, 2004  
Millán Garrido, A, **Legislación Deportiva**, Reus, 2016  
[www.csd.gob.es](http://www.csd.gob.es), **Consejo Superior de Deportes**,  
[www.iusport.com](http://www.iusport.com), **Portal Jurídico del Deporte**,  
<http://www.munideporte.com>, **Portal del Deporte Municipal en España**,  
WordPress, <https://es.wordpress.com/>,  
<https://www.fagde.org>, **Federación de Asociaciones de Gestores del Deporte de España**,  
<http://deporte.xunta.gal/>, **Deporte Galego. Xunta de Galicia**,

#### Bibliografía Complementaria

Añó Sanz, V., **Organización de eventos deportivos y competiciones deportivas**, Universidad de Valencia, 2011  
Desbordes, M & Falgoux, J., **Gestión y organización de un evento deportivo**, Inde, 2006  
Llopis-Goig, R., **Megaeventos deportivos. Perspectivas científicas y estudio de casos**, UOC, 2012

---

**Recomendaciones**

---

**Asignaturas que continúan el temario**

---

Emprendimiento e innovación en las ciencias del deporte/P02G050V01913

Gestión y organización de los sistemas deportivos II/P02G050V01702

Ocio y turismo deportivo/P02G050V01701

---

**Otros comentarios**

---

Para un mejor aprovechamiento se recomienda leer previamente los textos correspondientes a los temas a tratar en el aula, así como ampliar la información acudiendo a la biblioteca y consultando otras fuentes, (bases de datos, artículos científicos, actas de congresos, manuales, etc.).

---

---

**Plan de Contingencias**

---

**Descripción**

---

La materia estará activa desde el inicio de curso en el campus remoto (Sala 1566:

<https://campusremotouvigo.gal/public/893752348> ) y por lo tanto preparada para la eventual situación de docencia mixta y no presencial. Por este motivo no ha sido planificada ninguna medida excepcional, puesto que ni la metodología, evaluación o atención individualizada dependerán de la presencialidad.

---

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

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Actividad física y deporte adaptado                    |            |       |              |
| Código              | P02G050V01601  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OB         | 3     | 2c           |
| Lengua Impartición  | Gallego  |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales                                  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Ayan Perez, Carlos Luis                                |            |       |              |
| Profesorado         | Ayan Perez, Carlos Luis<br>Vila Suarez, Maria Elena    |            |       |              |
| Correo-e            | cayan@uvigo.es   |            |       |              |
| Web                 |  |            |       |              |
| Descripción general |  |            |       |              |

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   |
| B3     | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.  |
| B4     | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.  |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano  |
| B6     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.   |
| B10    | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.   |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.  |
| B15    | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.  |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.   |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo   |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia  | Resultados de Formación y Aprendizaje |    |
|---|---------------------------------------|----|
| Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte adaptado.   | B2<br>B4<br>B20                       |    |
| Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte adaptado   | B4<br>B10                             |    |
| Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte adaptado   | B14                                   |    |
| Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte adaptado sobre la estructura y función del cuerpo humano | B3                                    |    |
| Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte adaptado en las personas con diversidad funcional.           | B10<br>B26                            | C9 |
| Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas y deportes adaptados de forma inadecuada.   | B20                                   |    |
| Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a la actividad física y deporte adaptado.  | B18                                   |    |

|   |                              |    |
|---|------------------------------|----|
| Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad física y deporte adaptado.  | B23                          |    |
| Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica de actividad física y deporte adaptado sobre la estructura y función del cuerpo humano.  | B5                           |    |
| Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica de actividad física y deporte adaptado sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.  | B6                           |    |
| Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte adaptado.   | B2<br>B3<br>B5<br>B15<br>B18 | C9 |
| Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.  | B26                          |    |
| Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte adaptado, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. | B15                          |    |

## Contenidos

| Tema  |  |
|---|--|
| 1. Conceptualización de la Actividad Física Adaptada.   | 1.1. AFA Evolución Histórica y Contextualización.<br>1.2. La Discapacidad, Origen, Evolución y Situación Actual.   |
| 2. Ámbitos de Intervención de la Actividad Física Adaptada: educativo, recreativo, terapéutico. | 2.1 La Legislación Educativa y el alumno con discapacidad.<br>2.2 EFA y ACNEE: Posibilidades y Aplicaciones en la Educación Física y el tiempo libre.<br>2.3. Las profesiones sanitarias   |
| 3. Actividad Física Adaptada y personas con diversidad funcional.                               | 3.1. AFA y Rehabilitación Cardiovascular.<br>3.2. AFA y Trastornos del Sistema Respiratorio. 3.3. AFA y Cáncer.<br>3.4. AFA y Alteraciones Metabólicas.<br>3.5. AFA y Trastornos del Sistema Nervioso. 3.6. AFA y Patologías Neuromusculares.<br>3.7. AFA y Patologías Autoinmunes.<br>3.8. AFA Como medio Inclusión Social. |
| 4. Deporte Adaptado   | 4.1. El Deporte Adaptado: Origen, Evolución y Situación Actual.<br>4.2. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del deporte adaptado.   |

## Planificación

|   | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|---|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                         | 22.5           | 33.75                | 56.25         |
| Resolución de problemas                   | 0              | 7.5                  | 7.5           |
| Resolución de problemas de forma autónoma | 0              | 7.5                  | 7.5           |
| Trabajo tutelado                          | 29             | 43.5                 | 72.5          |
| Examen de preguntas objetivas             | 1              | 1.5                  | 2.5           |
| Trabajo                                   | 1              | 2.75                 | 3.75          |

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

## Metodologías

|   | Descripción  |
|---|--|
| Lección magistral                         | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante |
| Resolución de problemas                   | Entrevistas que el alumno mantiene con el profesorado de la materia para el asesoramiento/desarrollo de los trabajos propuestos.   |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Resolución de problemas y/o ejercicios de forma autónom  |
| Trabajo tutelado                          | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimientos relacionados con la materia de estudio.                    |

## Atención personalizada

| Metodologías      | Descripción  |
|-------------------|--|
| Trabajo tutelado  | Sesiones desarrolladas en el aula y en el pabellón deportivo en las que se podrán en práctica los contenidos relacionados con el deporte adaptado. |
| Lección magistral | Sesiones teóricas desarrolladas en el aula con el apoyo de las nuevas tecnologías.   |

Resolución de problemas Actividades de petición voluntaria a desarrollar en el despacho 230 en horario de tutoría dedicadas a supervisar el trabajo a realizar en las sesiones prácticas. Se contempla la posibilidad de emplear correo electrónico y despacho virtual como medios telemáticos que faciliten la atención personalizada del alumnado.

| <b>Evaluación</b>             |   |              |  |    |
|-------------------------------|---|--------------|--|----|
|                               | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje              |    |
| Examen de preguntas objetivas | Examen de opción múltiple con respuesta única.  | 70           | B3<br>B4<br>B5<br>B6<br>B10<br>B15<br>B18<br>B20   | C9 |
| Trabajo                       | Trabajo dirigido por el Profesor/a. Técnicas grupales participativas.<br>Resolución de dudas, consulta y seguimiento de trabajos.<br>Actividad autónoma del alumno. | 30           | B2<br>B5<br>B14<br>B15<br>B18<br>B20<br>B23<br>B26 |    |

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

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

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

En el trabajo tutorizado, habrá que obtener al menos 1.5 pts de 3 posibles, teniendo en cuenta que tanto la presentación teórica como el desarrollo práctico de la sesión se puntúan de 0 a 1,5.

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

Todo el alumnado, asista o no a las ualas, tiene derecho a ser evaluado. Por lo tanto, aquellos alumnos/as que no hayan asistido al menos al 80% de las sesiones prácticas de la asignatura, deberán realizar un examen práctico sobre los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios descritos en el Tema 4 y obtener una calificación de "Apto" en el mismo, para poder superar la parte práctica de la asignatura.

En el caso de no haberse superado la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de julio. A este respecto, todas aquellas pruebas que no hayan sido superadas en la primera convocatoria, deberán repetirse en la segunda convocatoria. La calificación obtenida en las pruebas superadas realizadas durante la primera convocatoria se mantendrá de modo único y exclusivo en la segunda convocatoria.

Las fechas oficiales de los exámenes se podrán consultar en la web de la facultad, en el link:  
<http://feduc.webs.uvigo.es/index.php?id=213,934,0,0,1,0>

#### **Fuentes de información**

##### **Bibliografía Básica**

Cañizares, J., y Carbonero, C., **Discapacidad y Actividad Física Escolar**, Primera, Wanceulen, 2017

Izquierdo, M., Ibañez, J., Antón, M., Cebollero, P., Cadore, E., et al., **Ejercicio físico es salud: prevención y tratamiento de enfermedades mediante la prescripción de ejercicio**, Primera, Exercycle S.L. BH Group, 2013

Pedersen, B., y Saltin, B., **Exercise as medicine – evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases**, 2015

Sanz, D., y Reina, R., **Actividad Física y Deportes Adaptados para Personas con Discapacidad**, Primera, Paidotribo, 2015

Sirmard, C., Caron, F., y Skrotzky, K., **Actividad Física Adaptada**, Primera, Inde, 2003

### **Bibliografía Complementaria**

Ayán, C., **Esclerosis Múltiple y Ejercicio Físico**, Primera, Wanceulen, 2004

Ayán, C., **Fibromialgia: Diagnóstico y Estrategias para su Rehabilitación**, Primera, Paidotribo, 2010

Bassedas, E., **Alumnado con Discapacidad Intelectual y Retraso del Desarrollo**, Primera, Graó, 2010

Bernal, J., **El profesor de Educación Física y el Alumno Sordo**, Primera, Wanceulen, 2001

Campagnolle, S., **La Silla de Ruedas y la Actividad Física**, Primera, Paidotribo, 1998

Climent, J., **Historia de la Rehabilitación Médica**, Primera, Edika Med, 2001

Escribá, A., **Síndrome de Down: Propuestas de Intervención**, Primera, Gymnos, 2002

FEDC, **Deportes para Personas Ciegas y Deficientes Visuales**, Primera, Federación Española de Deportes para Ciegos, 2002

Font, M., **Baloncesto en Silla de Ruedas: manual para el entrenador**, Primera, Consejo Superior de Deportes, 2004

Garel, J., **Educación Física y Discapacidades Motrices**, Primera, Inde, 2007

Garrison, S., **Manual de Medicina Física y Rehabilitación**, Primera, McGraw Hill, 2003

Gutiérrez, A., **La Iniciación Deportiva para Personas con Ceguera y Deficiencia Visual**, Primera, Aljibe, 2011

Hardman, A., y Stensel, D., **Physical Activity and Health**, Primera, Routledge, 2003

Ríos, M., Blanco, A., Bonany, T., y Carol, N., **El Juego y los Alumnos con Discapacidad**, Primera, Paidotribo, 2004

Sanz, D., **El Tenis en Silla de Ruedas**, Primera, Paidotribo, 2003

Torralba, M., **Atletismo Adaptado: para personas ciegas y deficientes visuales**, Primera, Paidotribo, 2003

### **Recomendaciones**

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

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

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

Gerontología y actividad física/P02G050V01902

#### **Otros comentarios**

No se recomienda matricularse en esta materia sin haber superado los dos primeros cursos de la titulación.

### **Plan de Contingencias**

#### **Descripción**

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el alumnado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

=== ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

\* Metodologías docentes que se mantienen

Seminario y Lección Magistral.

\* Metodologías docentes que se modifican

Prácticas de laboratorio: Las clases prácticas se realizarán de manera síncrona a través del campus remoto.

\* Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

Se usará el campus remoto y concretamente los despachos virtuales de los profesores (185 y 2721)

\* Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir

La docencia no presencial la actividad docente se desarrollará a través del Campus Remoto y la plataforma de teledocencia Faitic.

\* Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje

No se contempla.

\* Otras modificaciones

Se grabarán vídeos de los contenidos a impartir mediante la herramienta Powerpoint. Se generarán links para descargar los mismos, que se pondrán a disposición del alumnado vía faitic.

=== ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

Prueba Exame teórico: [Peso anterior 70%] [Peso Proposto 40%]

Prueba Trabajo: [Peso anterior 30%] [Peso Proposto 60%]

...

---

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

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Actividad física y deporte recreativo  |            |       |              |
| Código              | P02G050V01602  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte   |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OB         | 3     | 2c           |
| Lengua              | Castellano   |            |       |              |
| Impartición         | Gallego  |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Gutierrez Santiago, Alfonso<br>Prieto Lage, Iván   |            |       |              |
| Profesorado         | Argibay González, Juan Carlos<br>Gutierrez Santiago, Alfonso<br>Prieto Lage, Iván  |            |       |              |
| Correo-e            | ivanprieto@uvigo.es<br>ags@uvigo.es  |            |       |              |
| Web                 | <a href="http://https://afdruvigo.blogspot.com/">http://https://afdruvigo.blogspot.com/</a>  |            |       |              |
| Descripción general | La asignatura «Actividad física y deporte recreativo» se imparte en el segundo cuatrimestre del tercer curso del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. |            |       |              |

En esta asignatura se da una visión general de los deportes y juegos recreativos. Desde una perspectiva teórica se abordan las diferentes concepciones actuales más significativas referentes al ámbito de los deportes y juegos recreativos, y desde una perspectiva práctica se realiza un recorrido a través de los deportes y juegos recreativos más representativos.

Asimismo, esta asignatura es fundamental dentro del plan de estudios de la titulación impartida en la Universidade de Vigo, puesto que es la única, dentro de este, donde el alumnado tiene la oportunidad de obtener los conocimientos necesarios sobre el ámbito de los deportes y juegos recreativos, imprescindibles en la formación de un Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

**Competencias**

|        |   |
|--------|---|
| Código |   |
| B7     | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.                   |
| B10    | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.  |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.            |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.  |
| B16    | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.             |
| B17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.  |
| B21    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                                 |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                          |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.  |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.  |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.  |
| C28    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas |

**Resultados de aprendizaje**

|  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia   | Resultados de Formación y Aprendizaje |
| Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físicodeportivas recreativas.   | B17<br>B21                            |
| Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico- deportiva recreativa.                    | 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.                                     | B13<br>B16<br>B23<br>B24 |
| Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa. | B10<br>B23<br>B25        |
| Conocimiento y comprensión de los fundamentos de las actividades físicas y deportes recreativos.   | B7<br>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                      |
| Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas                                      | C28                      |

## Contenidos

| Tema   |   |
|--|---|
| Fundamentos teóricos del ocio, el tiempo libre y la recreación.                  | Fundamentos teóricos del ocio, el tiempo libre y la recreación.   |
| Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de las actividades físico-recreativas. | Tenis de mesa<br>Frisbee<br>Bádminton<br>Floorball<br>Mazaball<br>Intercrosse<br>Datchball<br>Ballnetto<br>Kinball<br>Colpbol<br>Pinfuvote<br>Indiaca<br>Korfbal<br>Wallyball<br>Tchoukball<br>360ball<br>Trangleball<br>Juegos populares: calva, tanga, chave, rana y petanca<br>Kurling |
| Organización y planificación de actividades de ocio y tiempo libre.              | Organización y planificación de actividades de ocio y tiempo libre.   |

## Planificación

|   | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|---|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                         | 18             | 0                    | 18            |
| Prácticas de laboratorio                  | 30             | 0                    | 30            |
| Resolución de problemas de forma autónoma | 0              | 42                   | 42            |
| Trabajo tutelado                          | 4.5            | 9                    | 13.5          |
| Examen de preguntas objetivas             | 2              | 44.5                 | 46.5          |

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

## Metodologías

|   | Descripción   |
|---|---|
| Lección magistral                         | Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio.   |
| Prácticas de laboratorio                  | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia objeto de estudio. Se desarrollan en espacios especiales con equipamiento especializado (pabellón de la facultad). |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Actividad en la que se formulan ejercicios relacionados con la asignatura. El estudiantado debe desarrollar los ejercicios de forma autónoma.   |
| Trabajo tutelado                          | Trabajo relacionado con la didáctica de los deportes recreativos que se realiza en el aula bajo la supervisión del profesor   |

## Atención personalizada

| Metodologías                              | Descripción  |
|---|--|
| Lección magistral                         | La atención personalizada del estudiantado se realizará tanto durante el desarrollo de las sesiones de aula como posteriormente en el despacho físico o virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutierrez Santiago / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos.                       |
| Prácticas de laboratorio                  | La atención personalizada del estudiantado se realizará tanto durante el desarrollo de las sesiones de laboratorio en el pabellón como posteriormente en el despacho físico o virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutierrez Santiago / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos. |
| Resolución de problemas de forma autónoma | La atención personalizada del estudiantado se realizará tanto durante el desarrollo de las sesiones de aula como posteriormente en el despacho físico o virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutierrez Santiago / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos.                       |
| Trabajo tutelado                          | La atención personalizada del estudiantado se realizará en el despacho físico o virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutierrez Santiago / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y a través de correos electrónicos.  |

## Evaluación

|   | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje   |
|---|---|--------------|---|
| Lección magistral                         | Durante algunas clases teóricas, se realizarán ejercicios interactivos en gran grupo donde se concederán puntos de la nota final en función de la calificación en dicha actividad.  | 7            | B7<br>B10<br>B12<br>B13<br>B16<br>B17<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26<br>C28 |
| Prácticas de laboratorio                  | Asistencia a las 14 clases prácticas de la materia en el pabellón. El estudiante que tenga 4 faltas o más tendrá que realizar el examen práctico final.   | 28           | B7<br>B10<br>B12<br>B13<br>B16<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26<br>C28        |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Habrán 14 cuestionarios interactivos en Moovi. Se deben superar con una nota mínima de un 8,5 para que se considere superado y compute en la nota final. Si hay 4 faltas o más (por no realización o por no superar la nota mínima), la puntuación de este apartado será de 0 puntos. | 28           | B7<br>B10<br>B12<br>B13<br>B16<br>B17<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26<br>C28 |
| Trabajo tutelado                          | Realización de un trabajo en pequeños grupos relacionado con la didáctica de una actividad recreativa.  | 7            | B7<br>B10<br>B12<br>B13<br>B16<br>B17<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26<br>C28 |

|                               |  |    |  |     |
|-------------------------------|--|----|--|-----|
| Examen de preguntas objetivas | Prueba teórica. Examen tipo test y verdadero/falso.<br><br>Prueba práctica. Solo es obligatorio para los que tengan 4 faltas o más a las prácticas (28% nota final). Será un examen tipo test y/o de desarrollo que puede incluir también la realización de unas pruebas prácticas en el pabellón. | 30 | B7<br>B10<br>B12<br>B13<br>B16<br>B17<br>B21<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 | C28 |
|-------------------------------|--|----|--|-----|

### Otros comentarios sobre la Evaluación

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

**A) En la convocatoria del segundo semestre (mayo)** se valorará lo siguiente:

- La asistencia a la **clases teóricas (lección magistral)** no tendrá valoración específica, pero permitirá participar en actividades interactivas en grupo del que saldrá el **7%** de la nota final.
- La realización de **actividades interactivas** propuestas en Moovi un **28%** (resolución de problemas de forma autónoma). Habrá un total de 14 cuestionarios, por lo que cada uno representará el 2% de la nota final. Si la nota es inferior a 8,5 el cuestionario tendrá una valoración de 0 y se considera falta. Si se tienen 4 faltas o más, este apartado computará 0 puntos.
- El **trabajo** tutelado un **7%**.
- La participación activa en las **prácticas** de laboratorio un **28%** (se permiten un máximo de tres faltas y no existe la posibilidad de justificar la ausencia). Como en principio hay 14 prácticas, cada una tendrá un valor de un 2% de la nota final. En el caso de que, por festivo, hubiera menos prácticas, ese 24% se reduciría en un 2% por cada práctica que no hubiera, pasando ese porcentaje al examen de preguntas objetivas.
- El **examen** de preguntas objetivas tendrá una valoración del **30%**.

*En esta convocatoria no es obligatorio aprobar el examen teórico para superar la asignatura, aunque si el examen tiene una puntuación inferior a 5 sobre 10, no computará y la valoración será de un 0.*

*El estudiantado que no cumpla el requisito de la asistencia práctica, deberá realizar un examen práctico tras realizar el examen teórico. Será un examen tipo test y/o de preguntas de desarrollo sobre aspectos prácticos de la materia, al que se le puede añadir una serie de prueba prácticas en el pabellón sobre los aspectos procedimentales de la materia. En este caso, será indispensable superar el examen teórico y el práctico con una calificación mínima de 5 puntos sobre 10 en cada uno para superar la asignatura.*

*Si un estudiante supera la parte práctica (asistencia o examen práctico), supera el examen teórico, pero su calificación final no llega al 5, la nota final en la materia será un 5.*

**B) En la convocatoria de junio-julio** el **examen teórico** tendrá una valoración del **50%** y el **examen práctico** un **50%**. Se guardará la nota de los diferentes exámenes de la convocatoria de mayo si fuera el caso. En todas las partes se debe tener un 5 sobre 10 para poder superar la materia.

**C) En la convocatoria de fin de carrera (septiembre)** el **examen teórico** tendrá una valoración del **50%** y el **examen práctico** un **50%**. Se guardará la nota de los diferentes exámenes de la convocatoria de mayo si fuera el caso. En todas las partes se debe tener un 5 sobre 10 para poder superar la materia.

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

<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames/Publicación de las calificaciones>: Las calificaciones de cada convocatoria serán publicadas en Moovi, donde se indicarán las fechas de revisión de los exámenes.

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Julio Litwin, **Administración de competiciones deportivas**, 950-531-218-0, 1º, Stadium, 2005

Alberto Virosta, **Disco volador**, 84-8013-001-6, 1º, Gymnos, 1993

#### Bibliografía Complementaria

Oleguer Camerino Foguet, **Deporte recreativo**, 8495114348, 2ª, INDE, 2000

Oleguer Camerino; Marta Castañer, **1001 ejercicios y juegos de recreación**, 84-86475-33-8, 1º, Paidotribo, 2015

Antonio Méndez Giménez, **Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de educación física**, 84-8019-699-8, 1ª, Paidotribo, 2003

Carles Jordi Pinyol; Joan Rius Sant, **1000 ejercicios y juegos con material alternativo**, 8486475538, 1º, Paidotribo, 2004

Joan Ortí Ferreres, **La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos**, 8497290488, 1ª, INDE, 2004

- J. Gerardo Ruiz Alonso, **Juegos y Deportes Alternativos**, 84-86774-05-5, 2ª, Agonos, 1996
- Oscar MARTÍN Andrés, **Manual práctico de organización deportiva**, 84-8013-0512, 1º, Gymnos, 1996
- Antonio Tinajas Ruiz, **Bádminton en la escuela: enseñar a jugar y a competir**, 978-84-614-2427-6, 1º, AUTOR EDITOR, 2010
- Carlos Suari Rodrigue, **Juegos tradicionales : del currículum a la clase : teoría y práctica para la aplicación en Educación Física**, 84-9823-022-5, 1º, Wanceulen, 2005
- Juan Carlos Martín Nicolás, **Juegos tradicionales y deportes autóctonos de Castilla y León**, 84-7719-258-8, 1º, Secretariado de Publicaciones y Medios Audiovisua, 2002
- Ricardo Pérez y Verdes, Xaquín Alberto Taberero Balsa, **Xogos populares en Galicia**, 8488553250, 1º, Lea, 1997
- Marco Foyot, **La petanca**, 8480190876, 1º, Paidotribo, 1993
- Francisco Pradas de la Fuente, **Fundamentos del tenis de mesa : aplicación al ámbito escolar**, 978-84-16551-16-3, 1º, Editum, 2015
- José Luis Bermejo, Javier Quitano, Manuel Ramos, Zhang Don Ping, **Tenis de mesa**, 84-87094-09-0, 1º, Comité Olímpico Español, 1991

## Recomendaciones

## Plan de Contingencias

### Descripción

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el estudiantado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

=== ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

- Metodologías docentes que se mantienen

Resolución de problemas de forma autónoma

- Metodologías docentes que se modifican

Lección magistral: Si la docencia no es presencial, la actividad docente se desarrollará a través del Campus Remoto y la plataforma de teledocencia Moovi.

Prácticas de laboratorio: Si la docencia no es presencial, la actividad docente se desarrollará a través del Campus Remoto y la plataforma de teledocencia Moovi.

Trabajo tutelado: se desarrollará a través del Campus Remoto

- Mecanismo no presencial de atención al estudiantado (tutorías)

En todas las metodologías planteadas la atención personalizada del estudiantado se realizará a través del despacho virtual del Campus Remoto (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutiérrez Santiago / Sala 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) y de correos electrónicos.

- Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir

Sin modificación.

- Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje

Sin modificación. El material que necesita el estudiantado está disponible en Moovi.

- Otras modificaciones

Ninguna

=== ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

Esta adaptación solo se realizará en la convocatoria de segundo semestre si no ha prácticas presenciales.

Criterios de calificación:

a) La asistencia a la clase teórica (lección magistral) con la realización de actividades grupales tendrá una valoración del 7% (sin cambios).

b) La resolución de problemas de forma autónoma tendrá una valoración del 42%

- c) El trabajo tutelado tendrá una valoración del 7% (sin cambios)
- d) El examen de preguntas objetivas tendrá una valoración del 44%.

El examen no será obligatorio aprobarlo si con el resto de calificaciones se obtiene un 5. El examen solo sumará a la calificación global si se obtiene una nota igual o superior a 5 puntos. En caso contrario, computará 0.

En el resto de convocatorias no habrá cambios respecto a la evaluación ordinaria.

---

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

|                     |   |            |       |              |
|---------------------|---|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II   |            |       |              |
| Código              | P02G050V01603   |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  |            |       |              |
| Descriptor          | Creditos ECTS   | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6   | OB         | 3     | 2c           |
| Lengua              | Gallego   |            |       |              |
| Impartición         | Departamento Didácticas especiales  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Rey Cao, Ana Isabel<br>Vicente Vila, Pedro  |            |       |              |
| Profesorado         | Carballo Afonso, María Rocío<br>Rey Cao, Ana Isabel<br>Vicente Vila, Pedro  |            |       |              |
| Correo-e            | anacao@uvigo.es<br>pvicente@uvigo.es  |            |       |              |
| Web                 | <a href="http://www.portaleducacionfisica.es">http://www.portaleducacionfisica.es</a>   |            |       |              |
| Descripción general | Materia que aborda la planificación, programación ejecución, puesta en práctica y evaluación de procesos de enseñanza - aprendizaje en el campo de las actividades físicas y deportivas |            |       |              |

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   |
| B15    | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza[] aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B16    | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.  |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.  |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.   |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |
| C4     | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas   |
| C6     | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte         |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia   | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|--|---------------------------------------|
| *Conceptualización e identificación del objeto de estudio de la Didáctica de los procesos de enseñanza aprendizaje en la Actividad Física y del Deporte.         | B1<br>B2<br>B15                       |
| Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la Didáctica de los procesos de enseñanza aprendizaje en la Actividad Física y del Deporte. | B2<br>B13<br>B15                      |
| Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   | B11<br>B13                            |
| Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.                              | B12<br>B26                            |
| Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   | B13<br>B25<br>B26                     |

|  |                          |    |
|--|--------------------------|----|
| Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y **contextuales de las personas. | B11<br>B15<br>B16<br>B20 |    |
| Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos *perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deporte entre la población escolar.  | B13<br>B25               |    |
| Capacidad para aplicar los principios *fisiológicos, *biomecánicos, *comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.   | B18                      | C4 |
| Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas.  | B13<br>B20               |    |
| Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar.  | B15<br>B16<br>B25<br>B26 |    |
| Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte.          |                          | C6 |
| Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   | B13<br>B25<br>B26        |    |
| Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   | B26                      |    |

## Contenidos

| Tema   |  |
|--|--|
| Bloque 1. Planificación de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Evolución y conceptos de planificación y programación. Fases del proceso programador: análisis previo, elaboración, ejecución y evaluación</li> <li>□ El proceso de enseñanza-aprendizaje en el marco de una planificación.</li> <li>□ Los procesos didácticos en la planificación de la enseñanza deportiva en el marco formativo del deporte escolar o del club de base.</li> </ul> |
| Bloque 2. Niveles de concreción y unidades de programación en la planificación a medio y largo plazo.                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Legislación educativa en la educación física. Análisis y aplicación.</li> <li>□ Los niveles de concreción curricular y sus elementos constituyentes.</li> <li>□ La programación. Finalidades, tipos y diseño.</li> </ul>  |
| Bloque 3. Evaluación y control en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte.               | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ La evaluación: conceptos y definiciones.</li> <li>□ Clases de evaluación.</li> <li>□ Instrumentos de evaluación.</li> <li>□ Referentes legislativos para la evaluación curricular en educación física.</li> </ul>   |
| Bloque 4. La dimensión investigadora del profesorado. La indagación reflexiva, base de la formación del profesorado.                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ El profesorado de educación física cómo investigador.</li> <li>□ La investigación-acción.</li> <li>□ Herramientas para la investigación educativa.</li> </ul>   |
| Bloque 5. Recursos y materiales didácticos en la actividad física y el deporte. Análisis y rentabilización educativa.                | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Recursos didácticos para la enseñanza de la educación física y el deporte.</li> <li>□ Materiales didácticos para la enseñanza de la educación física y el deporte.</li> <li>□ Entorno educativo y organización del espacio deportivo educativo.</li> <li>□ Entorno educativo y adaptación a la diversidad.</li> </ul>   |
| Bloque 6. Educación en valores y su didáctica en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte. | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Los valores y principios éticos en la educación física y el deporte.</li> <li>□ Educación para el consumo.</li> <li>□ Educación física sustentable.</li> <li>□ Educación física desde la perspectiva intercultural.</li> <li>□ Educación física y salud.</li> <li>□ Creatividad.</li> <li>□ La perspectiva de género a través de la actividad física y del deporte</li> </ul>         |

## Planificación

|                               | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Prácticas de laboratorio      | 0              | 20                   | 20            |
| Presentación                  | 3              | 7                    | 10            |
| Seminario                     | 0              | 5                    | 5             |
| Salidas de estudio            | 6              | 0                    | 6             |
| Resolución de problemas       | 11             | 10                   | 21            |
| Lección magistral             | 22             | 21                   | 43            |
| Examen de preguntas objetivas | 1              | 0                    | 1             |
| Práctica de laboratorio       | 3              | 20                   | 23            |
| Trabajo                       | 1              | 20                   | 21            |

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

| <b>Metodologías</b>      |  |
|--------------------------|--|
|                          | Descripción  |
| Prácticas de laboratorio | Se realizarán diversas prácticas vinculadas a los contenidos y competencias del proceso de planificación didáctica de la enseñanza de la educación física y del deporte.   |
| Presentación             | El alumnado presenciará y realizará de una forma activa presentaciones y/o exposiciones relacionadas con los contenidos de la materia y defensa de los mismos en pequeño y gran grupo.   |
| Seminario                | La tutoría en grupo será una condición fundamental para el entendimiento y correcta orientación de las presentaciones y exposiciones, así como para clarificar diversos aspectos de la enseñanza/aprendizaje de los procesos de planificación didáctica. |
| Salidas de estudio       | Se podrán desarrollar salidas para la observación o diseño y dirección de sesiones de intervención práctica vinculadas a los bloques de contenidos del currículo oficial de educación física en la educación secundaria obligatoria en Galicia.          |
| Resolución de problemas  | Diseño, programación e impartición de tareas vinculadas los contenidos de la materia   |
| Lección magistral        | La lección magistral pretende dotar al alumno de las herramientas conceptuales de los contenidos de la materia.  |

### **Atención personalizada**

| <b>Metodologías</b> | <b>Descripción</b>   |
|---------------------|--|
| Presentación        | Presentación/exposición individual o grupal de las unidades didácticas los proyectos educativos diseñados y desarrollados por el alumnado en el proceso de intervención didáctica.   |
| Seminario           | Tutela y asesoramiento sobre el diseño y elaboración de las unidades didácticas, proyectos educativos o programación didáctica a entregar. En estas tutorías se orienta al alumnado sobre el proceso de elaboración de los dichos documentos. En ningún caso estas tutorías son parte del proceso de evaluación de estos documentos. |
| Salidas de estudio  | Se establece la posibilidad de observación, o diseño y dirección de procesos de intervención didáctica en otros espacios diferentes a propia Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte  |

### **Evaluación**

|                               | Descripción  | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje                            |
|-------------------------------|--|--------------|--|
| Presentación                  | Exposición pública y presentación por escrito de una Unidad Didáctica o Proyecto Educativo vinculado a las sesiones prácticas aleatorias diseñadas y dirigidas siguiendo los principios de la didáctica.             | 20           | B1<br>B2<br>B11<br>B12<br>B13<br>B15<br>B16<br>B20<br>B25<br>B26 |
| Examen de preguntas objetivas | Prueba escrita tipo test sobre los contenidos teóricos de la materia   | 40           | B1<br>B2<br>B11<br>B12<br>B13<br>B15<br>B16<br>B20<br>B25<br>B26 |
| Práctica de laboratorio       | Seguimiento del desarrollo de la dirección y diseño de las sesiones prácticas y la implicación del alumnado en las prácticas, la participación en la discusión de las tareas y los tópicos propuestos en clase B y C | 10           | B2<br>B25<br>B26   |
| Trabajo                       | Presentación escrita de una programación anual de educación física o de una planificación didáctica  | 30           | B1<br>B2<br>B11<br>B12<br>B13<br>B15<br>B16<br>B20<br>B25<br>B26 |

## Otros comentarios sobre la Evaluación

Será necesario aprobar todas las herramientas de evaluación para superar la materia. Se mantendrán los mismos criterios para aprobar en las sucesivas convocatorias. Cualquier alumno o alumna matriculado en la materia tiene el deber del cumplimiento de estos requisitos para la obtención de una calificación positiva en la misma. No existe ninguna posibilidad de mantener partes de la materia aprobadas procedentes de anteriores cursos académicos. Las fechas de examen pueden ser consultadas en la web de la facultad [www.fcced.uvigo.es](http://www.fcced.uvigo.es)

## Fuentes de información

### Bibliografía Básica

- Annicchiarico Ramos, Rubén, **Manual de Didáctica de la Educación Física**, 1ª, Annichiarico R.J., 2005
- Blández, J., **Programación de unidades didácticas según ambientes de aprendizaje.**, INDE, 2000
- Contreras, O., **Didáctica de la E.F.**, INDE, 1998
- Fernández, J., Ruiz, M., Fuster, M., **Los materiales didácticos de Educación Física**, Wanceulen, 1997
- Galera, A., **Manual de Didáctica de la E.F.**, Paidós, 2001
- Rey-Cao, A. e González-Palomares, A., **El género en los ojos. Lectura crítica de fotografías en educación física**, Tándem. Didáctica de la Educación Física, 60, 2018
- Sánchez Bañuelos, F., **Didáctica de la E.F.**, Prentice Hall, 2002
- Zagalaz, M., **Corrientes y tendencias en la E.F.**, INDE, 2001

### Bibliografía Complementaria

- SCOPUS,
- Senners, P., **La Lección de Educación Física.**, INDE, 2001
- SPORTDISCUS,
- Torres, J., **El currículum oculto**, Morata, 1996
- Vázquez, B., **Bases educativas de la Actividad Física y el Deporte**, Síntesis, 2001
- Zagalaz, M., **Los enfoques curriculares en la enseñanza de la Educación Física.**, Prentice Hall, 2002

## Recomendaciones

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

- Educación: Pedagogía de la educación física y el deporte/P02G050V01103
- Educación: Epistemología de las ciencias de la actividad física, el deporte y la educación física/P02G050V01301
- Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I/P02G050V01501

## Plan de Contingencias

### Descripción

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por la COVID- 19, la Universidad establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, garantizando la docencia en un escenario no presencial o no totalmente presencial. Estas medidas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de una manera mas ágil y eficaz a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes DOCNET.

=== ADAPTACIÓN DE Las METODOLOGÍAS ===

La) Metodologías docentes que se modifican

Se realizarán las mismas metodologías docentes que las contempladas en una situación sin alerta pero adaptándolas la una modalidad online. La tal fin se empleará el Campus Remoto y otras herramientas como Zoom, además de Faitic o Moovie (y aquellas otras que estén disponibles en el momento y puedan ser empleadas de mutuo acuerdo por el alumnado y el profesorado para desarrollarse en la materia).

Por lo tanto las metodologías serán:

- Lección magistral. Se realizará a través del Campus Remoto. Tendrán como soporte para su seguimiento documentación y material didáctico disponible en Claroline.
- Trabajo tutelado. El alumnado trabajará en grupo mediante herramientas como google drive o dropbox. En caso de imposibilidad de acceso a estos recursos, el trabajo podrá ser individual. La entrega será online mediante plataforma de teledocencia (Claroline). Desarrollo de juntas de tutoría virtuales con los grupos de trabajo nos medios la disposición en el campus remoto (despacho virtual, sala de juntas).
- Resolución de problemas. Se realizarán online mediante el Campus Remoto y otras plataformas para la docencia online como Zoom, Moodle o Google Classroom. Para evaluación también se emplearán herramientas de la plataforma Google, Kahoot u otras apps semejantes. La entrega de las tareas podrá ser por correo electrónico o por plataforma de teledocencia Faitic.

- Prácticas de laboratorio. Se realizarán online a través de Zoom y el Campus Remoto de la Uvigo. Algunas podrán ser enviadas en forma de tarea que el alumnado tendrá que realizar de manera autónoma y cumplimentar una evaluación. Las tareas estarán orientadas al diseño de sesiones/unidades didácticas/proyectos educativos dirigidos a la enseñanza y aprendizaje en el campo de las actividades físicas y deportivas.

#### B) Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

Las tutorías se desarrollarán a través del campus remoto.

Ana Rey Cao -Sala 2129 (<https://campusremotouvigo.gal/access/public/meeting/912187149>)

Pedro Vicente Vila -Sala 2704 (<https://campusremotouvigo.gal/access/public/meeting/655079582>)

Rocío Carballo Afonso - Sala 396.

(<https://campusremotouvigo.gal/access/public/meeting/663555700>)

Cómo alternativa, sólo cuando sea necesario, se realizarán por correo electrónico (pvicente@vigo.es; anacao@uvigo.es, rociocarballo@uvigo.es).

La profesora Ana Rey Cao podrá emplear la herramienta Doodle para la gestión de las tutorías.

El protocolo de tutoría virtual en el Campus Remoto establece el deber de concertar cita previa mediante correo electrónico en la dirección pvicente@uvigo.es

#### C) Otras modificaciones

En el caso de la semipresencialidad las metodologías podrán realizarse en un contexto presencial pero modificando las prácticas motrices de tal manera que se respete la distancia interpersonal y el esfuerzo físico sea muy moderado. Las prácticas pasarán a ser ejemplificaciones de algunos alumnos/las (que rotarán en la participación) y el resto del alumnado analizará esas prácticas. Se empleará la modalidad de enseñanza en pequeños grupos.

#### === ADAPTACIÓN DE La EVALUACIÓN ===

Pruebas pendientes que se mantienen

- Prueba: Presentación. Presentación por escrito de una Unidad Didáctica o Proyecto Educativo vinculado a las sesiones prácticas aleatorias diseñadas y dirigidas siguiendo los principios de la didáctica. [Peso anterior 20%] [Peso Propuesto 30%]

- Prueba: Trabajo. Presentación escrita de una programación anual de educación física o de una planificación didáctica. [Peso anterior 30%] [Peso Propuesto 50%]

- Prueba. Resolución de problemas: [Peso anterior 10%] [Peso Propuesto 20%]

---

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

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II |            |       |              |
| Código              | P02G050V01604  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte     |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OB         | 3     | 2c           |
| Lengua              | Castellano   |            |       |              |
| Impartición         | Gallego  |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales                                      |            |       |              |
| Coordinador/a       | Ramírez Farto, Emerson                                     |            |       |              |
| Profesorado         | Ramírez Farto, Emerson                                     |            |       |              |
| Correo-e            | emerson@uvigo.es   |            |       |              |
| Web                 |  |            |       |              |
| Descripción general |  |            |       |              |

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| B1     | Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano  |
| B7     | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.  |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.  |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |
| C7     | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles  |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo  |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo           |
| C10    | Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo  |
| C11    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo  |
| C18    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados |

**Resultados de aprendizaje**

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

|   |     |     |
|---|-----|-----|
| - Conocer el objeto de estudio  | B1  | C7  |
| - Ser capaz de analizar la estructura técnica, táctica y condicional de las disciplinas deportivas  | B2  | C8  |
| - Ser capaz de diseñar tareas de entrenamiento aplicadas a la mejora de factores claves del rendimiento deportivo.  | B5  | C9  |
| - Ser capaz de diseñar y organizar programas de entrenamiento específicos atendiendo a las prioridades de rendimiento en competición.   | B7  | C10 |
| - Saber utilizar los medios tecnológicos básicos para el desarrollo del entrenamiento y la evaluación del rendimiento.  | B11 | C11 |
| - Saber diagnosticar y controlar el rendimiento deportivo, así como utilizar una metodología científica para lo adecuado uso de los datos   | B13 | C18 |
| - Manejar *operativamente las medidas de prevención de lesiones relacionadas con la actividad física y ser capaz de diseñar programas preventivos específicos para cada deportista y modalidad. | B14 |     |
| - Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   | B26 |     |
| - Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.   |     |     |
| - Comprender y conocer los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la *motricidad humana.   |     |     |
| - Conocimiento y comprensión los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |     |     |
| - Adquirir hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   |     |     |
| - Manejar información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.  |     |     |
| - Adaptar a las nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |     |     |

## Contenidos

| Tema   |   |
|--|---|
| TEMA 1 Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de las capacidades coordinativas. | - Entrenamiento deportivo como proceso sistémico.<br>- Capacidades coordinativas generales y especiales   |
| TEMA 2. Fundamentos, estructura y métodos del entrenamiento de la técnica deportiva.         | - El análisis de la técnica deportiva<br><br>- Análisis de la táctica deportiva.  |
| TEMA 3. Fundamentos y estructura del entrenamiento integrado.                                | 1. Las demandas condicionales de los diferentes deportes (Diagnóstico de la modalidad deportiva, diagnóstico del equipo/deportista y diagnóstico de la estructura deportiva).<br>2. Sistema empleado de entrenamiento.<br>3. Clasificaciones de las competiciones deportivas.   |
| TEMA 4. Planificación y organización del entrenamiento deportivo.                            | 1. Historia de la Planificación deportiva.<br>2. Componentes de la preparación deportiva por edades y su planificación a largo plazo.<br>3. Principios del entrenamiento deportivo.<br>4. Estructura de la carga de entrenamiento y sus efectos.<br>5. Modelos de planificación del entrenamiento deportivo (Tradicional y Contemporáneo).<br>6. Tipos de mesociclos y su distribución temporal.<br>7. Entrenamiento Polarizado.<br>8. Organización del entrenamiento en la puesta a punto.<br>9. Tipos de microciclos y su distribución temporal.<br>10. Clasificaciones de las sesiones del entrenamiento y su distribución temporal.<br>11. Entrenamiento concurrente. |
| TEMA 5: Medios y métodos de control del entrenamiento deportivo y prevención de lesiones     | 1. Síntomas de fatiga y sobreentrenamiento.<br>2. Control y cuantificación del entrenamiento deportivo  |

## Planificación

|                                   | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|-----------------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Trabajo tutelado                  | 8              | 0                    | 8             |
| Prácticas de laboratorio          | 18             | 0                    | 18            |
| Lección magistral                 | 22             | 28                   | 50            |
| Trabajo                           | 5              | 40                   | 45            |
| Examen de preguntas de desarrollo | 2              | 0                    | 2             |
| Presentación                      | 1              | 24                   | 25            |
| Examen de preguntas objetivas     | 2              | 0                    | 2             |

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

## Metodologías

|                          | Descripción  |
|--------------------------|--|
| Trabajo tutelado         | Trabajo individual o por parejas consistente en el análisis de una modalidad deportiva y la propuesta de planificación del proceso de entrenamiento- competición |
| Prácticas de laboratorio | El estudiante podrá entregar una memoria de prácticas o una propuesta alternativa adaptada a una modalidad deportiva   |
| Lección magistral        | En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el estudiante con estudio autónomo       |

### Atención personalizada

| Metodologías     | Descripción   |
|------------------|---|
| Trabajo tutelado | Se aclararán las dudas en el horario de docencia y de no ser suficiente en el horario de tutorías |

  

| Pruebas | Descripción   |
|---------|---|
| Trabajo | Se aclararán las dudas en el horario de docencia y de no ser suficiente en el horario de tutorías |

### Evaluación

|                                   | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje            |                                     |
|-----------------------------------|---|--------------|--|-------------------------------------|
| Trabajo tutelado                  | Trabajo teórico/práctico (formato Excel) planteado por el profesor con entrega en fecha única determinada durante las clases teóricas y prácticas.  | 40           | B1<br>B2<br>B5<br>B7<br>B11<br>B13<br>B14<br>B26 | C7<br>C8<br>C9<br>C10<br>C11<br>C18 |
| Prácticas de laboratorio          | Trabajo e implicación del alumnado durante la realización de las clases prácticas.  | 0            |  | C7<br>C8<br>C9<br>C10<br>C11<br>C18 |
| Examen de preguntas de desarrollo | Se realizará una prueba teórico-práctica: test, respuesta corta y/o resolución de supuestos prácticos.  | 50           | B2<br>B14<br>B26                                 | C7<br>C8<br>C9<br>C11<br>C18        |
| Presentación                      | Exposición por parte del estudiante ante el/la docente y/o un grupo de estudiantes de un tema sobre contenidos de la materia o de los resultados de un trabajo, ejercicio, proyecto... Se puede llevar a cabo de manera individual o en pareja. | 10           | B1<br>B2<br>B11<br>B14                           | C9<br>C11<br>C18                    |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

#### Requisitos básicos a cumplir para la superación de la materia:

- Realizar el trabajo planteado por el profesor/a vinculados con el desarrollo de los contenidos.
- Realizar una presentación oral del supuesto práctico.
- Obtener una calificación de al menos 5 puntos en la nota global.

#### Trabajos a realizar por los estudiantes:

1. Entregar el trabajo teórico-práctico cuyo guión estará publicado en la plataforma Faitic.
2. Realizar una presentación oral de 20 minutos máximo.

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

- Calificación obtenida por la realización del trabajo teórico-práctico: 40%
- Calificación obtenida en la presentación oral: 10%
- Calificación obtenida en el examen: 50%

La entrega de los mismos será con fecha (publicada en Faitic) determinada por el profesor/a durante el curso. En la 2ª

convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos (Excel + presentación), es decir, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria. Quienes no hayan realizado/presentado los trabajos durante la 1ª convocatoria, NO PUNTUARÁN EN ESTE APARTADO.

---

## Fuentes de información

### Bibliografía Básica

De la Rosa, A, F; Ramirez, E.F., **Teoría, metodología y planificación del entrenamiento deportivo (del ortodoxo al contemporáneo)**., 1, Editorial Wanceulen, 2005

Ramirez, E.F, **Bases metodológicas del entrenamiento en natación: Teoría y práctica.**, 1, Editorial Wanceulen, 2008

Forteza, Armando de la Rosa, **Entrenamiento deportivo Alta metodología**, 1, Ed. Komekt, 1999

García Manso, M, **Bases Teóricas del Entrenamiento deportivo**, 1, Ed. Gymnos, 1996

Bompa, T, **Periodização: Teoria e Metodologia do Treinamento**, 1, Ed. Phorte, 2001

Platonov, V., **El entrenamiento deportivo, teoría, metodología**, 1, Paidotribo, 1988

□ Siff, M, y Verkhoshansky, I., **Super Entrenamiento**, 1, Paidotribo, 2000

Platonov, V.N., **Teoría General del entrenamiento deportivo olímpico**, 1, Paidotribo, 2001

Grosser, M; P. Bruggemann; Zintl, F., **Alto Rendimiento deportivo. Planificación y desarrollo**, 1, Ed. Mtnz. Roca., 1990

Antonio Carlos Gomes, **Carga de Treinamento nos Esportes**, 1, Sport Training, 2010

Abdallah Achour Junior; Antonio Carlos Gomes, **ESPORTE: PREPARAÇÃO DE JOVENS ATLETAS**, 1, Sport Training, 2014

Antonio Carlos Gomes, **La Carga de Entrenamiento en el Deporte**, 1, Sport Training, 2016

### Bibliografía Complementaria

---

---

---

---

## Recomendaciones

### Asignaturas que continúan el temario

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

Psicología del entrenamiento deportivo/P02G050V01911

### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

## Otros comentarios

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

---

## Plan de Contingencias

### Descripción

Metodología docente que se modifica:

En el caso de impartir docencia en modalidad no presencial, las guías docentes deberán reflejar que la actividad docente se impartirá mediante Campus Remoto, y se preverá así mismo el uso de la plataforma de teledocencia Faitic como refuerzo y sin perjuicio de otras medidas que se puedan adoptar para garantizar la accesibilidad del alumnado a los contenidos docentes.

Metodología NO presencial de atención al alumnado (Tutorías)

Las guías docentes contemplarán para todas las modalidades que las sesiones de tutoría se podrán realizar por medios telemáticos (correo electrónico, videoconferencia, foros de FAITIC, ...) bajo la modalidad de cita previa.

Adaptación de la evaluación:

En este caso, NO HABRÁ PRESENTACIÓN, el porcentaje de la nota de este apartado (10%) pasará a la nota del trabajo teórico-práctico. La fecha límite de entrega del trabajo teórico-práctico será determinada por el docente. El porcentaje del examen será idéntico (50%).

En la 2ª convocatoria, se mantendrán las notas del trabajo (Excel), es decir, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria. Quienes no hayan realizado/presentado los trabajos durante la 1ª convocatoria, NO PUNTUARÁN EN ESTE APARTADO.

---

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

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

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   |
| B5     | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano  |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo   |
| C24    | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la actividad físico-deportiva recreativa, con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| C26    | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa   |
| C28    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas  |
| C29    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa                                      |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia  | Resultados de Formación y Aprendizaje |                                |
|---|---------------------------------------|--------------------------------|
| Los estudiantes serán capaces de conocer y comprender fundamentos de las actividades de fitness.  | B2<br>B5<br>B12<br>B13<br>B24         |                                |
| Los estudiantes serán capaces de diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de Y-A relativos las actividades de fitness, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. | B5<br>B25                             | C9<br>C24<br>C26<br>C28<br>C29 |
| Los estudiantes serán capaces de comprender la literatura científica del ámbito de las actividades de fitness.  | B2<br>B5                              |                                |
| Los estudiantes serán capaces de promover la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad de fitness.  | B13<br>B24<br>B25                     | C9<br>C28<br>C29               |
| Los estudiantes serán capaces de identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de las actividades de fitness.   | B24                                   | C9<br>C26<br>C28<br>C29        |

|  |           |                   |
|--|-----------|-------------------|
| Los estudiantes serán capaces de seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuada para las actividades de fitness.               | B26       | C24<br>C26<br>C29 |
| Los estudiantes serán capaces de aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al ámbito de las actividades de fitness. | B5<br>B24 | C28               |

## Contenidos

| Tema  |  |
|---|--|
| TEMA 1. Teoría y práctica del ejercicio físico y bienestar en clases colectivas       | <p>SUBTEMA I: Concepto y evolución del fitness</p> <p>Subtema I.1. Concepto y evolución del fitness</p> <p>Subtema I.2. El fitness en la actualidad</p> <p>Subtema I.3. El sector de los servicios de fitness</p> <p>Subtema I.4. Los usuarios/as del fitness</p> <p>SUBTEMA II: El técnico polivalente de fitness</p> <p>Subtema II.1. Características y formación</p> <p>Subtema II.2. Habilidades personales y sociales</p> <p>Subtema II.3. Pautas para su desarrollo profesional</p>  |
| TEMA 2. Tendencias del fitness y análisis del ejercicio físico en clases colectivas   | <p>SUBTEMA III: Actividades de fitness: la sala [cardio-fitness]</p> <p>Subtema III.1. Equipamiento y funcionamiento de una sala [cardio-fitness] actual.</p> <p>Subtema III.2. Pautas básicas de entrenamiento en sala</p> <p>Subtema III.3. Seguridad y prevención de lesiones</p> <p>Subtema III.4. El entrenamiento funcional en la sala cardio-fitness</p> <p>SUBTEMA IV: Actividades de fitness: tendencias actuales</p> <p>Subtema IV.1. H.I.I.T.</p> <p>Subtema IV.2. Tonificación con soporte musical</p> <p>Subtema IV.3. Running</p> <p>Subtema IV.4. Cross fit</p> <p>Subtema IV.5. Entrenamiento excéntrico e isoinercial</p> <p>Subtema IV.6. Entrenamiento en suspensión: TRX</p> <p>Subtema IV.7. Core training</p> <p>Subtema IV.8. Entrenamiento propioceptivo</p> <p>Subtema IV.9. Stretching Global Activo</p> <p>Subtema IV.10. F.N.P.</p> <p>Subtema IV.11. Método Pilates</p> |
| TEMA 3. Aspectos didácticos y metodológicos del ejercicio físico con soporte musical. | <p>SUBTEMA IV: Actividades de fitness: tendencias actuales</p> <p>Subtema IV.12. Tonificación con soporte musical</p>  |

## Planificación

|  | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|--|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                                    | 15             | 5                    | 20            |
| Trabajo tutelado                                     | 4              | 15                   | 19            |
| Prácticas de laboratorio                             | 26             | 9                    | 35            |
| Presentación   | 4              | 15                   | 19            |
| Resolución de problemas de forma autónoma            | 5              | 10                   | 15            |
| Examen de preguntas objetivas                        | 2              | 4                    | 6             |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | 2              | 8                    | 10            |
| Trabajo  | 6              | 20                   | 26            |

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

## Metodologías

|   | Descripción   |
|---|---|
| Lección magistral                         | Actividades expositivas de profesor y estudiante. Exposiciones, seminarios, presentación de ejercicios, trabajos o proyectos a desarrollar. |
| Trabajo tutelado                          | Resolución de ejercicios en el aula/laboratorio bajo la dirección del profesor  |
| Prácticas de laboratorio                  | Realización práctica de diferentes tendencias del fitness y desarrollo de sesiones básicas  |
| Presentación                              | Actividad práctica en donde el alumno debe ser responsable de su diseño, planificación y abordaje.  |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Búsqueda de información con base de un posterior abordaje práctico de los contenidos.   |

## Atención personalizada

| Metodologías                              | Descripción   |
|---|---|
| Lección magistral                         | En el aula teórica o por medios telemáticos en el campus remoto, la plataforma MOOVI o correo electrónico con concertación previa.  |
| Trabajo tutelado                          | En el aula práctica o en horario de tutorías o por medios telemáticos en el campus remoto, la plataforma MOOVI o correo electrónico con concertación previa.                |
| Presentación                              | En el aula teórica y sesiones prácticas o por medios telemáticos en el campus remoto, la plataforma MOOVI o correo electrónico con concertación previa.                     |
| Resolución de problemas de forma autónoma | En las sesiones teóricas, prácticas y en horario de tutoría o por medios telemáticos en el campus remoto, la plataforma MOOVI o correo electrónico con concertación previa. |
| Prácticas de laboratorio                  | En el aula práctica o en horario de tutorías o por medios telemáticos en el campus remoto, la plataforma MOOVI o correo electrónico con concertación previa.                |

| Evaluación   |   |              |                                       |                                |
|--|---|--------------|---------------------------------------|--------------------------------|
|  | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje |                                |
| Presentación   | Los alumnos desarrollarán una sesión de fitness completa como monitores responsables.   | 20           | B2<br>B5<br>B12<br>B13<br>B25<br>B26  | C9<br>C24<br>C26<br>C28<br>C29 |
| Examen de preguntas objetivas                        | Evaluación global del proceso de aprendizaje y adquisición de competencias y conocimientos: El examen teórico podrá constar de preguntas cortas y/o tipo test de los diversos contenidos de la asignatura.                | 50           | B2<br>B5<br>B12<br>B13<br>B25<br>B26  | C9<br>C24<br>C26<br>C28<br>C29 |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | El alumno debe recopilar las sesiones (contenidos, objetivos y tareas) de las clases prácticas analizando críticamente cada una de ellas. Para ello debe asistir, al menos, al 85% de las sesiones prácticas programadas. | 15           | B5<br>B13<br>B24<br>B26               | C9<br>C26<br>C28<br>C29        |
| Trabajo  | Los alumnos desarrollarán diversas tareas propuestas a través de la plataforma de teledocencia Moovi que tendrán una fecha límite de presentación para poder ser evaluadas.   | 15           | B2<br>B5<br>B12<br>B13<br>B25<br>B26  | C9<br>C24<br>C26<br>C28<br>C29 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

Todo el alumnado, asista o no a las clases, tiene derecho a ser evaluado (mediante un examen o en el modo en que se establezca en la guía docente).

a) Evaluación ALUMNADO ASISTENTE (asiste, al menos, al 85% de las sesiones prácticas programadas):

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

- De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de julio.

- En la segunda convocatoria del mismo curso académico se mantendrán las calificaciones de la primera convocatoria.

b) Evaluación ALUMNADO NO ASISTENTE (no asiste a más de un 15% de las sesiones prácticas programadas):

- En todo caso se mantendrán los criterios de evaluación y serán consultados previamente con el docente de la materia cuando los alumnos no hayan asistido de manera regular durante el curso.

- Las competencias de la materia serán evaluadas en una prueba única de naturaleza teórica (50%) y práctica (50%) que debe ser superada con una calificación mínima de un 5.

c) Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la página web de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte: <http://fcced.uvigo.es/gl/>

---

## Fuentes de información

---

### Bibliografía Básica

---

### Bibliografía Complementaria

---

American College of Sports Medicine, **ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription**, 7a, Lippincott, Williams & Wilkins., 2006

---

Colado Sánchez, J.C., **Fitness en las salas de musculación**, INDE, 1996

---

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

---

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

---

Hoeger, W.W.K. y Hoeger, S.A., **Fitness and wellness**, 9a, Wadsworth, Cengage Learning., 2009

---

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

---

Salinas, N., **Manual para el técnico de sala de fitness**., Paidotribo, 2005

---

Thompson, W.R., **ACSM's guidelines to exercise testing and prescription**., Lippincott, Williams & Wilkins., 2009

---

S A Costigan, N Eather, R C Plotnikoff, D R Taaffe, D R Lubans, **High-intensity interval training for improving health-related fitness in adolescents: a systematic review and meta-analysis**, Br J Sports Med, 2015

---

Lieberman et al., **Foot strike patterns and collision forces in habitually barefoot versus shod runners**, Nature, 2010

---

Thijs et al., **Gait-related intrinsic risk factors for patellofemoral pain in novice recreational runners**, Br J Sports Med, 2008

---

Alonso-Fernandez et al., **Effect of a HIIT Programme vs. Extensive Continuous Training on Inexperienced Individuals**, 10.5672/apunts.2014-0983.es.(2017/4).130.07, Apunt. Educación Física y Deportes, 2017

---

Alonso-Fernandez et al., **Impact of a HIIT protocol on body composition and VO2max in adolescents**, 10.1016/j.scispo.2019.04.001, Science & Sports, 2019

---

Klika B. & Jordan C., **HIGH INTENSITY CIRCUIT TRAINING USING BODY WEIGHT: Maximum Results With Minimal Investment**, ACSM'S Health & Fitness Journal, 2013

---

Alonso-Fernandez et al., **Changes in muscle architecture of biceps femoris induced by eccentric strength training with nordic hamstring exercise**, Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sp, 2018

---

Aguilera-Castells et al., **Muscle activation in suspension training: a systematic review**, 10.1080/14763141.2018.1472293, Sports Biomechanics, 2018

---

Espejo-Antúnez et al., **The impact of proprioceptive exercises on balance and physical function in institutionalized older adults: A randomized controlled trial**, 10.1016/j.apmr.2020.06.010, ARCHIVES OF PHYSICAL MEDICINE AND REHABILITATION, 2020

---

Vera-García et al., **Progressions of core stabilization exercises based on postural control challenge assessment**, 10.1007/s00421-020-04313-9, European Journal of Applied Physiology, 2020

---

Xu et al., **Effects of Foot Strike Techniques on Running Biomechanics: A Systematic Review and Meta-analysis**, SPORTS HEALTH, 2020

---

Alonso-Fernandez et al., **Changes in rectus femoris architecture induced by the reverse nordic hamstring exercises**, 10.23736/S0022-4707.18.08873-4, Journal sports Med Phys Fitness, 2019

---

Gardiner et al., **injury risk and injury incidence rates in crossfit**, 10.23736/S0022-4707.20.10615-7, The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 2020

---

Matos et al., **Analysis of the pain symptoms, flexibility, and hydroxyproline concentration in individuals with low back pain submitted to Global Postural Re-education and stretching**, 10.2217/pmt-2019-0053, Pain Management, 2020

---

Alonso-Fernandez et al., **Effects of the Functional Heel Drop Exercise on the Muscle Architecture of the Gastrocnemius**, 10.1123/jsr.2019-0150, Journal of Sport Rehabilitation, 2019

---

Schimidt et al., **Influence of Pilates Method on Nonspecific Lumbar Pain**, 10.1055/s-0040-1716561., Arquivos Brasileiros de Neurocirurgia, 2020

---

Rustaden et al., **Similar Energy Expenditure During BodyPump and Heavy Load Resistance Exercise in Overweight Women**, 10.3389/fphys.2020.00570, Frontiers in Physiology, 2020

---

---

## Recomendaciones

---

### Asignaturas que continúan el temario

---

Programas de ejercicio físico y bienestar/P02G050V01910

---

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

---

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía y kinesiología humana/P02G050V01201

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

---

### Otros comentarios

---

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

- Anatomía y kinesiología humana.

## **Plan de Contingencias**

---

### **Descripción**

---

#### === MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el alumnado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

#### === ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

\* Metodologías docentes que se mantienen

Resolución de problemas de forma autónoma

\* Metodologías docentes que se modifican

Lección magistral: Si la docencia no es presencial, la actividad docente se desarrollará a través del Campus Remoto y la plataforma de teledocencia Faitic.

Presentación sesión de Fitness: se sustituirá por tareas que el alumno pueda desarrollar y entregar en la modalidad virtual.

Prácticas de laboratorio: Si la docencia no es presencial, la actividad docente se desarrollará a través del Campus Remoto y la plataforma de teledocencia Faitic.

\* Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

En todas las metodologías planteadas la atención personalizada del estudiantado se realizará a través del despacho virtual del Campus Remoto y de correos electrónicos realizando una concertación previa con el docente.

\* Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir

Sin modificación.

\* Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje

Sin modificación.

\* Otras modificaciones

Sin cambios.

#### === ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

En caso de DOCENCIA NO PRESENCIAL, habrá la posibilidad de seguir el itinerario A o el itinerario B.

ITINERARIO A. Evaluación continua de parte teórica y práctica.

Será aquel alumnado que:

a) Haya asistido al menos al 80% de las clases teóricas (lección magistral).

b) Y además realice y presente en tiempo y forma al menos el 80% de las actividades planteadas que sustituirán a las clases prácticas.

SI SE INCUMPLE ALGUNO DE ESTOS DOS REQUISITOS, se pasa directamente al itinerario B.

Criterio de calificación:

a) La asistencia a la clase teórica, realización de tareas y la resolución de problemas de forma autónoma tendrá una valoración del 65%.

b) El examen de preguntas objetivas tendrá una valoración del 35%. Este examen es opcional si con la parte anterior se superan los 5 puntos. En todo caso, para subir la nota de la parte "a" se debe sacar al menos un 5 sobre 10 en este examen de la parte "b".

ITINERARIO B. Evaluación NO continua. Para aquel estudiantado que no cumple los criterios de evaluación continua.

- Evaluación de la parte teórica (50% de la nota final). El alumnado tendrá que obtener un cinco sobre diez en el examen tipo test y/o de preguntas cortas.

- Evaluación de la práctica (50% de la nota final). El alumnado tendrá que obtener un cinco sobre diez en el examen. El

examen práctico será una prueba de preguntas a desarrollar sobre los contenidos prácticos de la materia.

---

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

| <b>Competencias</b> |   |
|---------------------|---|
| Código              |   |
| B2                  | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                  |
| B3                  | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. |
| B4                  | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. |
| B7                  | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.           |
| B11                 | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                  |
| B12                 | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.    |
| B13                 | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.  |
| B16                 | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.     |
| B22                 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas  |
| B25                 | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.  |
| B26                 | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.  |

| <b>Resultados de aprendizaje</b>  |                                       |
|---|---------------------------------------|
| Resultados previstos en la materia  | Resultados de Formación y Aprendizaje |
| Ser capaz de comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en las personas mayores.  | B2                                    |
| Conocer y ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte en personas mayores provocan en aspectos fisiológicos y biomecánicos.                         | B3                                    |
| Ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte en personas mayores provocan en aspectos comportamentales y sociales.                                   | B4                                    |
| Ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte provocan sobre la estructura de diferentes manifestaciones de la motricidad humana en personas mayores. | B7                                    |
| Conocer y ser capaz de aplicar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional en el ámbito de las personas mayores.  | B11                                   |
| Saber utilizar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en el ámbito de las personas mayores.                    | B12                                   |
| Ser capaz de identificar y aplicar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional en el ámbito de las personas mayores.  | B13                                   |
| Conocer y ser capaz de promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte en las personas mayores.                           | B16                                   |
| Ser capaz de identificar habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo en el ámbito de las personas mayores.  | B25                                   |
| Ser capaz de identificar y adaptarse a nuevas situaciones, aplicar la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo en el ámbito de las personas mayores.                                 | B26                                   |

Adquirir conocimientos básicos para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas para personas mayores.

B3

B4

B22

## Contenidos

| Tema  |  |
|---|--|
| Bloque temático 1. Gerontología y actividad física: aspectos físicos, biológicos, sociales y psíquicos relacionados con la actividad física y la corporeidad de las personas mayores. | Tema 1. Cambios en la anatomía y fisiología de los órganos y sistemas durante el envejecimiento.<br>Tema 2. Aspectos psicológicos y sociales del envejecimiento. |
| Bloque temático 2. Epidemiología y demografía del envejecimiento.   | Tema 3. Definiciones y conceptos.<br>Tema 4. Epidemiología y demografía del envejecimiento.<br>Tema 5. Teorías del envejecimiento en el ser humano.              |
| Bloque temático 3. Características de la motricidad humana en edad avanzada. El cuerpo y la vejez.  | Tema 6. Autonomía funcional y valoración.<br>Tema 7. Capacidades físicas y coordinativas.  |
| Bloque temático 4. Políticas de promoción de salud y calidad de vida.   | Tema 8. Políticas de promoción de salud y calidad de vida.   |
| Bloque temático 5. El ocio activo en las personas mayores. Características, necesidades y demandas de actividades de las personas mayores.  | Tema 9. El ocio activo en las personas mayores.  |

## Planificación

|  | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|--|----------------|----------------------|---------------|
| Estudio de casos                                     | 0              | 19                   | 19            |
| Trabajo tutelado                                     | 30             | 15                   | 45            |
| Lección magistral                                    | 22             | 22                   | 44            |
| Resolución de problemas y/o ejercicios               | 2              | 0                    | 2             |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | 0              | 29                   | 29            |
| Resolución de problemas y/o ejercicios               | 0              | 10                   | 10            |

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

## Metodologías

|                   | Descripción   |
|-------------------|---|
| Estudio de casos  | En las clases presenciales se plantearán diferentes situaciones que exijan capacidad de reflexión, relación de contenidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.   |
| Trabajo tutelado  | En las clases prácticas fundamentalmente se plantearán situaciones que deberán resolver con la ayuda del profesor o con trabajo autónomo. Se realizaran de individual o colectiva, según la actividad. Será necesario realizar búsqueda bibliográfica y se manejará bibliografía actual sobre temáticas relacionadas con los contenidos de la asignatura. |
| Lección magistral | En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo.   |

## Atención personalizada

| Metodologías                           | Descripción   |
|--|---|
| Lección magistral                      | En las clases presenciales se desarrollarán los aspectos conceptuales de la materia, que deberán ser complementados por el alumno con estudio autónomo.   |
| Estudio de casos                       | En las clases presenciales se plantearán diferentes situaciones que exijan capacidad de reflexión, relación de contenidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.   |
| Trabajo tutelado                       | En las clases prácticas fundamentalmente se plantearán situaciones que deberán resolver con la ayuda del profesor o con trabajo autónomo. Se realizaran de individual o colectiva, según la actividad. Será necesario realizar búsqueda bibliográfica y se manejará bibliografía actual sobre temáticas relacionadas con los contenidos de la asignatura. |
| Pruebas                                | Descripción   |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | Actividades de apoyo en horario de tutoría destinadas a orientar y/o supervisar las tareas de la materia.   |

## Evaluación

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

|  |  |    |   |
|--|--|----|---|
| Estudio de casos                       | Trabajo temático y memoria de prácticas    | 40 | B2<br>B11<br>B12<br>B13<br>B16<br>B22<br>B25<br>B26 |
| Trabajo tutelado                       | Propuesta de sesión                        | 10 | B3<br>B7<br>B16<br>B25<br>B26                       |
| Lección magistral                      | Examen de contenidos                       | 40 | B2<br>B3<br>B4<br>B7<br>B16<br>B22<br>B26           |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | Resolución y entrega de trabajos prácticos | 10 | B26   |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

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

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

Todo el alumnado, asista o no a las clases tiene derecho a ser evaluado.

De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de julio.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad, en el enlace <http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/calendario-academico>

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

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

#### Bibliografía Complementaria

- 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.,
- SPIRDUSO, W. W. & ECKERT, H. M., **Physical activity and aging. Human Kinetics**, Champaign, IL, EEUU.,
- SPIRDUSO, W., **Physical dimensions of aging.**, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU.,
- 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,

### Recomendaciones

#### Asignaturas que continúan el temario

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

#### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

---

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

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

---

### **Plan de Contingencias**

---

#### **Descripción**

---

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el alumnado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

=== ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

\* Metodologías docentes que se mantienen

Lección magistral, trabajo tutelado y estudio de casos.

\* Metodologías docentes que se modifican

Prácticas de laboratorio, se intentarán adaptar de manera individual los contenidos para ser realizados en el lugar donde se encuentre el alumnado.

\* Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

Se usará el campus remoto, el despacho virtual 2721, vía correo electrónico concertando cita previamente.

\* Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir

Se mantendrá la docencia a través del campus remoto y Fatic.

\* Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje

No se contempla

\* Otras modificaciones

Será necesario realizar entrega de grabaciones sobre las actividades solicitadas al alumnado.

=== ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

\* Pruebas ya realizadas

Prueba XX: [Peso anterior 00%] [Peso Propuesto 00%]

...

\* Pruebas pendientes que se mantienen

Prueba XX: [Peso anterior 00%] [Peso Propuesto 00%]

...

\* Pruebas que se modifican

[Prueba anterior] => [Prueba nueva]

\* Nuevas pruebas

\* Información adicional

---

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

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Biomecánica de la técnica deportiva  |            |       |              |
| Código              | P02G050V01903  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte   |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OP         | 3     | 2c           |
| Lengua              | Castellano   |            |       |              |
| Impartición         | Gallego  |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales Física aplicada  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Mato Corzón, Marta María<br>Silva Alonso, Telmo<br>Cabaleiro Álvarez, David  |            |       |              |
| Profesorado         | Cabaleiro Álvarez, David<br>Mato Corzón, Marta María<br>Silva Alonso, Telmo  |            |       |              |
| Correo-e            | telmosilva@uvigo.es<br>dacabaleiro@uvigo.es<br>fammmc@uvigo.es   |            |       |              |
| Web                 |  |            |       |              |
| Descripción general | Conocimiento y aplicación de las leyes de la mecánica para el análisis de la técnica deportiva con la intención de mejorar el rendimiento y reducir la incidencia de lesiones. |            |       |              |

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| B2     | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.   |
| B3     | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.  |
| B7     | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.  |
| B8     | Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.   |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.   |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.  |
| B18    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.  |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.   |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |
| C3     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo  |
| C16    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud   |
| C23    | Capacidad para identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de los equipamientos e instalaciones deportivas  |
| C28    | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas  |

**Resultados de aprendizaje**

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

|   |   |                               |
|---|---|-------------------------------|
| El alumno será capaz de conocer los principios y aplicaciones de la biomecánica a la práctica deportiva                         | B2<br>B3<br>B7<br>B8<br>B12<br>B13<br>B14<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26 | C3<br>C8<br>C16<br>C23<br>C28 |
| El alumno será capaz de comprender como la cinemática, la dinámica y la mecánica de fluidos son el fundamento de la biomecánica | B2<br>B3<br>B7<br>B8<br>B12<br>B13<br>B14<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26 | C3<br>C8<br>C16<br>C23<br>C28 |
| El alumno será capaz de conocer y utilizar distintos tipos de análisis biomecánicos de la técnica deportiva                     | B2<br>B3<br>B7<br>B8<br>B12<br>B13<br>B14<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26 | C3<br>C8<br>C16<br>C23<br>C28 |
| El alumno será capaz de conocer y usar herramientas de análisis biomecánico de simulación y predicción                          | B2<br>B3<br>B7<br>B8<br>B12<br>B13<br>B14<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26 | C3<br>C8<br>C16<br>C23<br>C28 |

## Contenidos

| Tema   |   |
|--|---|
| Principios de la mecánica clásica aplicados a la biomecánica deportiva             | Objetivos<br>Aplicaciones   |
| Técnicas instrumentales del análisis biomecánico de la técnica deportiva           | Análisis cuantitativo<br>Análisis cualitativo<br>Análisis conforme a criterios de rendimiento<br>Evaluación de la técnica deportiva |
| Herramientas de simulación y predicción de la realización de una técnica deportiva | Objetivos<br>Características<br>Aplicaciones  |
| Equilibrio de una estructura músculo esquelética y del cuerpo humano               | Fundamentos<br>Aplicaciones   |
| Elasticidad de los tejidos de una estructura músculo esquelética                   | Fundamentos<br>Aplicación   |
| Cinemática aplicada a la técnica deportiva   | Fundamentos<br>Aplicaciones   |
| Dinámica aplicada a la técnica deportiva   | Fundamentos<br>Aplicaciones   |
| Mecánica de fluidos aplicada a la técnica deportiva                                | Fundamentos<br>Aplicaciones   |

| <b>Planificación</b>                   |                |                      |               |
|--|----------------|----------------------|---------------|
|  | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
| Seminario                              | 30             | 30                   | 60            |
| Lección magistral                      | 22.5           | 22.5                 | 45            |
| Portafolio/dossier                     | 0              | 44                   | 44            |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | 1              | 0                    | 1             |

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

| <b>Metodologías</b> |  |
|---------------------|--|
|                     | Descripción  |
| Seminario           | -Aplicación de los principios biomecánicas en la resolución de problemas y casos prácticos.<br>-Determinación de objetivos, obtención, tratamiento, presentación y análisis de datos en situación experimentales y reales. |
| Lección magistral   | Exposición por parte del profesor/a de contenidos teóricos fundamentales de la materia   |

### **Atención personalizada**

| <b>Metodologías</b> | <b>Descripción</b>  |
|---------------------|---|
| Lección magistral   | El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas concretas sobre los contenidos teóricos planteados en clase. Las sesiones de tutorías podrán realizarse en el despacho físico o por medios telemáticos (Correo electrónico institucional del profesorado implicado en la materia disponible en la web de la Facultad, videoconferencia mediante el uso de las aplicaciones telemáticas integradas en el Campus Remoto de la Universidad de Vigo, foros en FAITIC,...), bajo la modalidad de concertación de cita previa.  |
| Seminario           | El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas concretas sobre los problemas, y casos prácticos planteados en los seminarios. El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas concretas sobre los contenidos teóricos planteados en clase. Las sesiones de tutorías podrán realizarse en el despacho físico o por medios telemáticos (Correo electrónico institucional del profesorado implicado en la materia disponible en la web de la Facultad, videoconferencia mediante el uso de las aplicaciones telemáticas integradas en el Campus Remoto de la Universidad de Vigo, foros en FAITIC,...), bajo la modalidad de concertación de cita previa. |

| <b>Pruebas</b>     | <b>Descripción</b>   |
|--------------------|--|
| Portafolio/dossier | El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas relacionadas con la realización y presentación de los informes y trabajos requeridos. El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas concretas sobre los contenidos teóricos planteados en clase. Las sesiones de tutorías podrán realizarse en el despacho físico o por medios telemáticos (Correo electrónico institucional del profesorado implicado en la materia disponible en la web de la Facultad, videoconferencia mediante el uso de las aplicaciones telemáticas integradas en el Campus Remoto de la Universidad de Vigo, foros en FAITIC,...), bajo la modalidad de concertación de cita previa. |

| <b>Evaluación</b> |   |              |   |
|-------------------|---|--------------|---|
|                   | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje   |
| Seminario         | Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de los problemas propuestos e informes relativos a los análisis planteados durante los seminarios. | 35           | B2 C3<br>B3 C8<br>B7 C16<br>B8 C23<br>B12 C28<br>B13<br>B14<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26 |

|  |   |    |   |                               |
|--|---|----|---|-------------------------------|
| Portafolio/dossier                     | Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de los informes y trabajos requeridos. | 30 | B2<br>B3<br>B7<br>B8<br>B12<br>B13<br>B14<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26 | C3<br>C8<br>C16<br>C23<br>C28 |
| Resolución de problemas y/o ejercicios | Pruebas de respuesta corta o tipo test de los contenidos de la materia                | 35 | B2<br>B3<br>B7<br>B8<br>B18<br>B20<br>B25<br>B26                      | C3<br>C8<br>C16<br>C23<br>C28 |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

En el caso de evaluación continua negativa y segunda convocatoria, el alumno realizará una prueba final sobre los contenidos de la materia consistente en la respuesta corta y resolución de problemas que contará el 70% de la nota final. Para evaluación positiva de la materia, será requisito indispensable además de una evaluación positiva en la prueba final, la presentación en papel o formato digital de los informes y trabajos realizados durante el curso que contará hasta un máximo del 30% de la nota final.

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

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

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

#### Bibliografía Complementaria

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

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

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

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

### Recomendaciones

#### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía y kinesiología humana/P02G050V01201

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

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

### Plan de Contingencias

#### Descripción

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incertidumbre e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el alumnado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

=== ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

\* Metodologías docentes que se mantienen: Todas

\* Metodologías docentes que se modifican: Ninguna. Todas las metodologías se impartirán de manera telemática mediante

el uso de las utilidades integradas en el Campus

Remoto de la Universidad de Vigo y la plataforma de teledocencia FAITIC como refuerzo, sin perjuízo de otras medidas que se puedan adoptar para garantizar la accesibilidad del alumnado a los contenidos docentes.

\* Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías): Las sesiones de tutorías se podrán realizar por medios telemáticos (Correo electrónico institucional del profesorado implicado en la materia disponible en la web de la Facultad, videoconferencia mediante la utilización de las aplicaciones telemáticas integradas en el Campus Remoto de la Universidad de Vigo, foros en FAITIC,...) bajo la modalidad de concertación de cita previa.

\* Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir: No procede.

\* Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje

\* Otras modificaciones: No hay

=== ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

\* Pruebas ya realizadas:

Se mantienen los porcentajes

...

\* Pruebas pendientes que se mantienen

Todas

...

\* Pruebas que se modifican

Ninguna

\* Nuevas pruebas:

Ninguna

\* Información adicional:

Los controles, pruebas y/o exámenes no presenciales en el campus remoto se harán con monitorización audiovisual del alumnado. Si hay impedimentos técnicos o personales que lo impidan, las pruebas serán orales. Todas las pruebas serán grabadas para tener

constancia documental. Esto también sucederá con las sesiones de revisión de exámenes.

---

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

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Deportes náuticos  |            |       |              |
| Código              | P02G050V01904  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte   |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OP         | 3     | 2c           |
| Lengua Impartición  | Castellano   |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Rial Fernández, Ramón Benigno  |            |       |              |
| Profesorado         | Rial Fernández, Ramón Benigno  |            |       |              |
| Correo-e            | rrial@uvigo.es   |            |       |              |
| Web                 |  |            |       |              |
| Descripción general | <p>La materia Deportes Náuticos se imparte en el segundo cuatrimestre del tercer curso del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.</p> <p>En esta materia se proporciona una visión general del Remo y del Piragüismo. Desde una perspectiva teórica, se abordan diferentes aspectos desde un punto de vista general referentes a su estructura externa, el medio en el que se desarrollan, los tipos de embarcaciones y sus modalidades, la técnica básica, maniobras, fundamentos de su entrenamiento, tipos de competiciones, didáctica, aspectos recreativos, etc. Desde una perspectiva práctica, se realiza un recorrido a través de distintos tipos de embarcaciones. Debido al medio en el que se desarrollan las prácticas (río Lérez) es requisito imprescindible saber nadar.</p> |            |       |              |

**Competencias**

|        |   |
|--------|---|
| Código |   |
| B7     | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.   |
| B10    | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.  |
| B12    | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.  |
| B13    | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.  |
| B14    | Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.   |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.  |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.  |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.  |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.  |
| C1     | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| C8     | Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo   |
| C9     | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo                                      |
| C10    | Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo                             |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia   | Resultados de Formación y Aprendizaje |
|--|---------------------------------------|
| Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.        | B7                                    |
| Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.   | B10                                   |
| Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. | B12                                   |
| Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.   | B13                                   |
| Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.            | B14                                   |
| Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva acomodada para cada tipo de actividad.                | B23                                   |
| Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   | B24                                   |

|  |     |
|--|-----|
| Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   | B25 |
| Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   | B26 |
| Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas. | C1  |
| Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo.   | C8  |
| Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo.                                    | C9  |
| Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo.                           | C10 |

## Contenidos

### Tema

|   |  |
|---|--|
| TEMA 1: Fundamentación teórica de los deportes náuticos: remo y piragüismo                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición</li> <li>- Orígenes y evolución histórica</li> <li>- Análisis del remo y del piragüismo y sus factores</li> <li>- Los reglajes de las embarcaciones: <ul style="list-style-type: none"> <li>. Reglajes en banco hizo</li> <li>. Reglajes en banco móvil</li> <li>. Reglajes en piragüismo y kayak</li> </ul> </li> </ul>   |
| TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de los deportes náuticos: remo y piragüismo | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica básica del remo y del piragüismo</li> <li>- Fases de la palada en el remo</li> <li>- Técnica básica de banco fizo</li> <li>- Técnica básica de banco móvil</li> <li>- Defectos técnicos mas frecuentes en el remo</li> <li>- Técnica básica del piragüismo</li> <li>- Maniobras en el piragüismo. Transporte, vuelco y vaciado. De equilibrio y conducción. De propulsión y combinadas</li> <li>- La palada en kayak. Fases de la palada. Ejercicios y corrección de errores.</li> <li>- Fundamentos tácticos: <ul style="list-style-type: none"> <li>. La regata. Tipos. Partes</li> <li>. La estrategia</li> </ul> </li> <li>- Puestos específicos: <ul style="list-style-type: none"> <li>. Puestos específicos en el remo de banco hizo</li> <li>. Puestos específicos en el remo de banco móvil</li> <li>. Puestos específicos en el piragüismo</li> </ul> </li> </ul> |
| TEMA 3: Estructura formal y funcional de los deportes náuticos: remo y piragüismo             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Modalidades y especialidades</li> <li>- Categorías</li> <li>- Distancias de competición</li> <li>- Características de las embarcaciones</li> <li>- Características del sistema de masas</li> <li>- Distancias y tiempos de competición</li> <li>- Frecuencia de palada en competición</li> <li>- Relación distancia/tiempo de competición/tipo de esfuerzo</li> <li>- Tipos de competiciones en el remo y en el piragüismo: <ul style="list-style-type: none"> <li>. En función del recorrido</li> <li>. En función del sistema de competición</li> <li>. Programa olímpico</li> </ul> </li> </ul>  |
| TEMA 4: El proceso de iniciación deportiva en los deportes náuticos                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Didáctica del remo y del piragüismo: <ul style="list-style-type: none"> <li>. Enseñanza y aprendizaje</li> <li>. Iniciación y metodología</li> <li>. Etapas de formación</li> </ul> </li> <li>- El medio acuático: <ul style="list-style-type: none"> <li>. Natural: ríos, lagos, mar</li> <li>. Artificiales: pantanos, pistas</li> <li>. Normas de seguridad</li> <li>. Variables medioambientales externas</li> </ul> </li> </ul>  |
| TEMA 5: Los deportes náuticos en su vertiente recreativa y de rendimiento                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspectos recreativos</li> <li>- El club. Organización</li> <li>- Aspectos de rendimiento: <ul style="list-style-type: none"> <li>. Tecnología aplicada</li> <li>. Materiales</li> </ul> </li> <li>- Estructura biomecánica del remo y del piragüismo</li> </ul>   |

## Planificación

|  | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|--|----------------|----------------------|---------------|
| Lección magistral                                    | 22             | 3                    | 25            |
| Prácticas de laboratorio                             | 26             | 20                   | 46            |
| Trabajo tutelado                                     | 1              | 0                    | 1             |
| Seminario  | 0              | 12.5                 | 12.5          |
| Prácticas con apoyo de las TIC (Repetida, non usar)  | 0              | 26                   | 26            |
| Examen de preguntas objetivas                        | 1              | 14.5                 | 15.5          |
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | 4              | 20                   | 24            |

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

## Metodologías

|   | Descripción  |
|---|--|
| Lección magistral                                   | Exposición por parte del profesor de los contenidos teóricos sobre la materia objeto de estudio.   |
| Prácticas de laboratorio                            | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia. Se desarrollan en el río Lérez.          |
| Trabajo tutelado                                    | El estudiante, de manera individual elabora una memoria de prácticas sobre la materia.   |
| Seminario   | Entrevistas que el alumnado mantiene con el profesorado de la materia para asesoramiento/desarrollo de actividades de la misma y del proceso de aprendizaje.   |
| Prácticas con apoyo de las TIC (Repetida, non usar) | Actividades de aplicación de los conocimientos a situaciones concretas y de adquisición de habilidades básicas y procedimentales relacionadas con la materia a través de las TIC y de manera autónoma. |

## Atención personalizada

### Metodologías Descripción

|           |  |
|-----------|--|
| Seminario | Se entiende por atención personalizada el tiempo que se reserva para atender y resolver las dudas del alumnado en relación a la materia. Las sesiones de tutorización se podrán realizar por medios presenciales (despacho 217) si las condiciones sanitarias lo permiten, o bien telemáticos: correo electrónico o despachos virtuales de los profesores a través del Campus Remoto, bajo la modalidad de cita previa: Profesor Ramón Rial Fernández (Remo) Sala 2138. Profesor Pablo Tenreiro Varela (Piragüismo) Sala 2540. |
|-----------|--|

## Evaluación

|                               | Descripción  | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje        |                       |
|-------------------------------|--|--------------|--|-----------------------|
| Prácticas de laboratorio      | Por el carácter práctico de la materia, habrá que asistir al menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa como requisito previo para superar la materia en el cuatrimestre; suponen el 60% de la calificación final y se realizarán en el río Lérez (también podrá hacerse alguna práctica en tierra con remoergómetros). La evaluación de la docencia práctica se realizará de forma continua mediante el control de asistencia diaria de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y el nivel técnico alcanzado a lo largo del cuatrimestre (se evaluará el transporte del material, su ajuste, el manejo y maniobrabilidad técnica de la embarcación, etc.). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con la su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas. | 60           | B7<br>B10<br>B13<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 | C1<br>C8<br>C9<br>C10 |
| Examen de preguntas objetivas | Encaminada a evaluar la integración de los contenidos teóricos por parte del alumnado. Se entiende también por contenido teórico cualquier explicación o concepto que se maneje en las sesiones prácticas. Esta prueba se realizará en la fecha oficial y constará de 50 preguntas tipo test con 3 opciones de respuesta donde por cada 3 respuestas erróneas se descontará una respuesta correcta y su parte proporcional. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.  | 20           | B7<br>B10<br>B14<br>B24                      | C1<br>C8<br>C9<br>C10 |

|  |  |    |                                |                 |
|--|--|----|--------------------------------|-----------------|
| Informe de prácticas, prácticum y prácticas externas | Al rematar el cuatrimestre los alumnos, de manera individual, deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas. Para elaborar esta memoria el profesor facilitará un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas de laboratorio. Para completar este informe, el profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente en el pantalán a los alumnos los objetivos, características, contenidos, etc. de la misma y los alumnos deberán tomar las notas oportunas; del mismo modo los alumnos al rematar la sesión y trabajando por su cuenta deberán completar la ficha. En caso de que los profesores detectaran que las memorias fueran copiadas entre dos o mas alumnos, éstos deberán hacer un trabajo individual relacionado con la materia. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del examen oficial (fuera de este plazo no se recogerá ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. | 20 | B7<br>B10<br>B12<br>B23<br>B26 | C1<br>C8<br>C10 |
|--|--|----|--------------------------------|-----------------|

## Otros comentarios sobre la Evaluación

**Prácticas de laboratorio:** Por el carácter práctico de la materia, habrá que asistir por lo menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa como requisito previo para superar la materia en el cuatrimestre; suponen el 60% de la calificación final y se realizarán en el río Lérez (también podrá hacerse alguna práctica en tierra en con remoergómetros). La evaluación de la docencia práctica se realizará de forma continua mediante el control de asistencia diaria de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y el nivel técnico alcanzado a lo largo largo del cuatrimestre (se evaluará el transporte del material, su ajuste, el manejo y maniobrabilidad técnica de la embarcación, etc.). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas.

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

**Informe de prácticas:** Supone el 20% de calificación final. Al rematar el cuatrimestre los alumnos, de manera individual, deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas. Para elaborar esta memoria el profesor facilitará un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas de laboratorio. Para completar este informe, el profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente en el pantalán a los alumnos los objetivos, características, contenidos, etc. de la misma y los alumnos deberán tomar las notas oportunas; del mismo modo los alumnos al rematar la sesión y trabajando por su cuenta deberán completar la ficha. En caso de que los profesores detectaran que las memorias fueran copiadas entre dos o mas alumnos, éstos deberán hacer un trabajo individual relacionado con la materia. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del examen oficial (fuera de este plazo no se recogerá ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

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

Aquellos alumnos que no cumplieran con el requisito previo de asistir al menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa no podrán superar la materia en la primera convocatoria y deberán presentarse la convocatoria de julio, teniendo que hacer el pertinente examen teórico tipo test, que ponderará un 60%, y deberán presentar un trabajo consistente en una "*Progresión didáctica para el aprendizaje del remo y del piragüismo*", que ponderará un 40% (las pautas para la elaboración de este trabajo serán facilitadas por los profesores). Estos alumnos tendrán que alcanzar una puntuación mínima de 5 puntos tanto en el examen cómo en el trabajo.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el enlace <http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>.

## Fuentes de información

### Bibliografía Básica

- Molina Castillo, C., **Remo de Competición**, 1ª ed, Wanceulen, 1997
- 
- Bennett, Jeff, **Manual del kayakista de aguas bravas**, 1ª ed, Paidotribo, 2001
- 
- De Bergia Cervantes, E. y otros, **Iniciación al Piragüismo**, 1ª ed, Gymnos, 1997
- 
- Isorna-Folgar, M. y otros, **Entrenamiento en piragüismo de aguas tranquilas: avances para la mejora en preparación física, técnica, táctica, psicológica, nutricional y tecnológica**, 1ª ed, 2.0 Editora, 2014
- 
- Francisco García, José Manuel y García Soidán, José Luis, **Iniciación al Remo**, 1ª ed, Xunta de Galicia (Secretaría Xeral para o Deporte), 1991
- 
- Francisco García, José Manuel, **Remo de Banco Fixo**, 1ª ed, Lea, 1996
- 
- Bibliografía Complementaria**
- 
- Briones Pérez de La Blanca, Enrique, **Remo: Entrenamiento de Base y de Elite**, 1ª ed, Wanceulen, 1990
- 
- Escuela Nacional de Entrenadores, **Apuntes del Curso Nacional de Entrenador de Club: Bloque Específico**, F.E.R., 2002
- 
- Sánchez Hernández, J.L. y otros, **Piragüismo I**, Comité Olímpico Español, 1993
- 
- Sánchez Hernández, J.L. y otros, **Piragüismo II**, Comité Olímpico Español, 1993
- 

## Recomendaciones

---

## Plan de Contingencias

---

### Descripción

=== MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el alumnado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

=== ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

#### 1. DOCENCIA NO PRESENCIAL:

\* Metodologías docentes que se mantienen en docencia no presencial:

Lección magistral: exposición por parte del profesor de los contenidos teóricos de la materia a través del Aula Virtual asignada en el Campus Remoto. Se prevé también el uso de Moovi como refuerzo para garantizar la accesibilidad del alumnado a los contenidos docentes.

Trabajo tutelado: elaboración de un trabajo individual consistente en la elaboración de una progresión didáctica para el aprendizaje del remo y del piragüismo. Las pautas de dicho trabajo, serán facilitadas por los profesores a comienzo de curso.

\* Metodologías docentes que se modifican en docencia no presencial:

Prácticas de laboratorio: se suprimen las prácticas en el río Lérez, que pasan a ser exclusivamente prácticas autónomas a través de las TIC: los profesores subirán a Moovi y/o Campus Remoto, archivos con tutoriales, videos explicativos, soporte gráfico, etc.

\* Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

Correo electrónico o Despachos Virtuales de los profesores de la materia mediante Campus Remoto bajo la modalidad de cita previa: Profesor Ramón Rial Fernández (Remo) Sala 2138. Profesor Pablo Tenreiro Varela (Piragüismo) Sala 2540.

\* Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir en docencia no presencial

No se contemplan

\* Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje en docencia no presencial

No se contempla

\*Otras modificaciones en docencia no presencial

No se contemplan

#### 2. DOCENCIA SEMIPRESENCIAL:

\* Metodologías docentes que se mantienen en docencia semipresencial:

Lección magistral: exposición por parte del profesor de los contenidos teóricos de la materia presencialmente y/o a través del Aula Virtual asignada en el Campus Remoto. Se prevé también el uso de Moovi como refuerzo para garantizar la accesibilidad del alumnado a los contenidos docentes.

Trabajo tutelado: elaboración de una memoria de prácticas de la materia, tanto de remo como de piragüismo.

\* Metodologías docentes que se modifican en docencia semipresencial:

Prácticas de laboratorio: habrá que asistir presencialmente y de manera rotatoria a 3 prácticas de remo y a 3 prácticas de piragüismo en el río Lérez. Al alumnado al que no le toque asistir presencialmente podrá seguir la misma en streaming, a fin de trabajar con grupos reducidos por criterios de salud y de seguridad.

=== ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

## 1. EVALUACION EN DOCENCIA NO PRESENCIAL

Se elimina el criterio de partida de haber asistido como mínimo al 80% de las prácticas como requisito previo para superar la materia.

Se elimina el informe/memoria de prácticas

La calificación final de la materia resultará de la ponderación de dos apartados:

Se mantiene el examen de preguntas objetivas para valorar la integración de los contenidos teóricos por parte del alumnado, que consistirá en un examen virtual tipo test de 50 preguntas con límite de tiempo y 4 opciones de respuesta con la obligatoriedad de contestar a las 50 preguntas. Las preguntas mal contestadas no descontarán. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. La ponderación de este apartado supone el 40% de la calificación final.

La evaluación práctica de la materia se realizará a través de un trabajo individual consistente en la elaboración de una progresión didáctica para el aprendizaje del remo y del piragüismo. Las pautas de dicho trabajo, serán facilitadas por los profesores a comienzo de curso. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. La ponderación de este trabajo supone el 60% de la calificación final.

Si el alumno no llega a 5 en los dos apartados su calificación en la nota final será de suspenso. La calificación positiva de alguna de las dos partes se conservará únicamente hasta la siguiente convocatoria de julio.

## 2. EVALUACION EN DOCENCIA SEMIPRESENCIAL

Por el carácter práctico de la materia, habrá que asistir obligatoriamente y presencialmente a 3 prácticas de remo y a 3 prácticas de piragüismo con participación activa en el río Lérez como requisito previo para poder superar la materia.

Se recupera el informe/memoria de prácticas

La calificación final de la materia resultará de la ponderación de tres apartados:

La evaluación de la docencia práctica se realizará de forma continua mediante el control de asistencia de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y el nivel técnico alcanzado a lo largo de las mismas (se evaluará el transporte del material, su ajuste, el manejo y maniobrabilidad técnica de la embarcación, etc.). Al alumnado al que no le toque asistir presencialmente podrá seguir la misma en streaming, a fin de trabajar con grupos reducidos por criterios de salud y de seguridad. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte de firmas de asistencia las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con la su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas. La ponderación de este apartado supone el 50% de la calificación final.

Se mantiene el examen de preguntas objetivas para valorar la integración de los contenidos teóricos por parte del alumnado, que consistirá en un examen virtual tipo test de 50 preguntas con límite de tiempo y 4 opciones de respuesta con la obligatoriedad de contestar a las 50 preguntas. Las preguntas mal contestadas no descontarán. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. La ponderación de este apartado supone el 30% de la calificación final.

Al rematar el cuatrimestre los alumnos, de manera individual, deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas (presenciales y virtuales). Para elaborar esta memoria los profesores facilitarán un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas. En caso de que los profesores detectaran que las memorias fueran copiadas entre dos o más alumnos, éstos deberán hacer un trabajo individual relacionado con la materia. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del examen oficial (fuera de este plazo no se aceptará ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. La ponderación de este apartado es de un 20%

Aquellos alumnos y alumnas que no cumplieran con el requisito previo de asistir obligatoriamente y presencialmente a 3 prácticas de remo y a 3 prácticas de piragüismo con participación activa en el río Lérez no podrán superar la materia en la primera convocatoria y deberán presentarse la convocatoria de julio, teniendo que hacer el pertinente examen teórico tipo

test, que ponderará un 40%, y deberán presentar un trabajo consistente en una "Progresión didáctica para el aprendizaje del remo y del piragüismo", que ponderará un 60% (las pautas para la elaboración de este trabajo serán facilitadas por los profesores). Estos alumnos y alumnas tendrán que alcanzar una puntuación mínima de 5 puntos tanto en el examen como en el trabajo.

Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la web de la facultad en el enlace <http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>.

---

**DATOS IDENTIFICATIVOS****Socorrismo y su didáctica**

|                     |  |            |       |              |
|---------------------|--|------------|-------|--------------|
| Asignatura          | Socorrismo y su didáctica  |            |       |              |
| Código              | P02G050V01912  |            |       |              |
| Titulación          | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte   |            |       |              |
| Descriptores        | Creditos ECTS  | Seleccione | Curso | Cuatrimestre |
|                     | 6  | OP         | 3     | 1c           |
| Lengua Impartición  | #EnglishFriendly<br>Castellano<br>Gallego  |            |       |              |
| Departamento        | Didácticas especiales  |            |       |              |
| Coordinador/a       | Barcala Furelos, Roberto Jesús<br>Alonso Calvete, Alejandra  |            |       |              |
| Profesorado         | Alonso Calvete, Alejandra<br>Barcala Furelos, Roberto Jesús  |            |       |              |
| Correo-e            | alejalonso@uvigo.es<br>roberto.barcala@uvigo.es  |            |       |              |
| Web                 | <a href="http://http://remoss.webs.uvigo.es/">http://http://remoss.webs.uvigo.es/</a>                |            |       |              |
| Descripción general | Materia para la formación especializada en salvamento y socorrismo acuático y los primeros auxilios. |            |       |              |

**Competencias**

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
| A1     | Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio. |
| A2     | Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.   |
| A3     | Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.  |
| A4     | Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.   |
| A5     | Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.  |
| B3     | Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.  |
| B11    | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |
| B20    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.   |
| B23    | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.   |
| B24    | Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.   |
| B25    | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.   |
| B26    | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.   |
| C1     | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas  |
| C10    | Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo  |
| C15    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud  |
| C17    | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud   |
| C23    | Capacidad para identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de los equipamientos e instalaciones deportivas  |
| C26    | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa   |
| C29    | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa  |

**Resultados de aprendizaje**

| Resultados previstos en la materia   | Resultados de Formación y Aprendizaje |     |     |
|--|---------------------------------------|-----|-----|
| Que los estudiantes demuestren poseer y comprender conocimientos sobre el socorrismo y su didáctica.   | A1                                    | B3  | C1  |
| Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo en el ámbito del socorrismo.  | A2                                    | B11 | C10 |
| Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que influyen en el socorrismo.  | A3                                    | B20 | C15 |
| Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas y las medidas de actuación urgente frente a ellos. | A4                                    | B23 | C17 |
| Actuación dentro de los principios éticos necesarios para la correcta intervención de las maniobras urgentes.  | A5                                    | B24 | C23 |
| Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos al socorrismo y su didáctica.                                  |                                       | B25 | C26 |
|  |                                       | B26 | C29 |

## Contenidos

| Tema   |   |
|--|---|
| 1.- La prevención de accidentes en la actividad física y la educación. Instalaciones y espacios acuáticos naturales. | 1.1. Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales.<br>1.2. Prevenir accidentes o situaciones de emergencia en instalaciones acuáticas, velando por la seguridad de los usuarios.  |
| 2.- Socorrismo, primeros auxilios y las CC. Del Deporte  | 2.1. Primer interviniente ante incidentes en entornos acuáticos. Conductas de autoseguridad. PAS.<br>2.2. Grados del ahogado<br>2.2. Valoración Primaria<br>2.3. Reanimación Cardiopulmonar<br>2.4. Obstrucción de vía aérea<br>2.5. Tratamiento del paciente traumático<br>2.6. Primeros auxilios básicos para socorristas y primeros intervinientes.<br>2.7. Primeros auxilios en tiempos de COVID-19 |
| 3.- Socorrismo acuático  | 3.1. Rescate de accidentados en espacios acuáticos naturales.<br>3.2. Rescate de personas en caso de accidente o situación de emergencia en instalaciones acuáticas.  |
| 4.- Didáctica del socorrismo   | 4.1. Proceso de enseñanza aprendizaje de las técnicas de natación adaptadas al socorrismo.<br>4.2. Proceso de enseñanza aprendizaje de los mecanismos de prevención.<br>4.3. Proceso de enseñanza aprendizaje de las técnicas de rescate.<br>4.4. Proceso de enseñanza aprendizaje de los primeros auxilios   |

## Planificación

|                           | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|---------------------------|----------------|----------------------|---------------|
| Talleres                  | 10             | 7.5                  | 17.5          |
| Simulación                | 11.5           | 20                   | 31.5          |
| Trabajo tutelado          | 0              | 40                   | 40            |
| Lección magistral         | 10             | 0                    | 10            |
| Simulación o Role Playing | 20             | 0                    | 20            |
| Proyecto                  | 1              | 29                   | 30            |

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

## Metodologías

|                   | Descripción  |
|-------------------|--|
| Talleres          | Talleres para el aprendizaje de habilidades y técnicas referidas al contenido de la materia ( eminentemente prácticos. Los talleres de rescate acuático se realizarán en entornos acuáticos naturales -playa o río)  |
| Simulación        | Simulación clínica de casos de estudio (bien virtual o bien presencialmente) de los contenidos de la materia (tanto en playa como en piscina).   |
| Trabajo tutelado  | Trabajo tutelado referido al último bloque de contenidos de la materia. El alumno deberá elaborar un trabajo a modo de proyecto para la formación en algún colectivo de la educación, deporte o salvamento de cada una de las unidades de los módulos formativos de los certificados de profesionalidad de socorrismo. |
| Lección magistral | Presentación de los contenidos de la materia por parte del docente (telemáticamente o presencialmente)   |

## Atención personalizada

| Metodologías | Descripción |
|--------------|-------------|
|--------------|-------------|

|                   |  |
|-------------------|--|
| Lección magistral | El temario estará disponible en faitic, y se atenderán tutorías sobre las dudas de cada contenido. Esta atención personalizada será a través de tutorías virtuales y/o presenciales.   |
| Trabajo tutelado  | El trabajo tutelado consistirá en la elaboración de un trabajo que será presentado en forma de proyecto evaluable. El trabajo tendrá relación sobre el último tema de los contenidos. El alumnado recibirá apoyo por parte del docente, en tutorías (telemáticas o presenciales) para el correcto seguimiento de este trabajo. |

| <b>Evaluación</b>         |   |              |  |
|---------------------------|---|--------------|--|
|                           | Descripción   | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje  |
| Simulación o Role Playing | Se presentará un caso clínico vinculado a alguno de los contenidos de la materia (prevención, vigilancia, rescate o primeros auxilios o combinación de varios) para ser resuelto de forma individual o en grupo.  | 90           | A1 B3 C1<br>A2 B11 C10<br>A3 B20 C15<br>A4 B23 C17<br>A5 B24 C23<br>B25 C26<br>B26 C29 |
| Proyecto                  | Elaboración y presentación de un proyecto para la enseñanza de alguno de los módulos de los certificados de profesionalidad vinculados al socorrismo y/o proyecto para la enseñanza de algún contenido asociado en alguna población vinculada al deporte o la educación | 10           | A2 B26 C1<br>A3<br>A4  |

### Otros comentarios sobre la Evaluación

La evaluación será eminentemente práctica. Los contenidos teóricos serán evaluados e integrados en la simulación práctica. Si la simulación se realiza en grupo, la evaluación siempre será individual. Esta evaluación constará de un conjunto de pruebas vinculadas a los primeros auxilios y otro conjunto de pruebas vinculadas al rescate acuático.

La presentación del proyecto podrá ser individual hasta un máximo de 5 participantes. En el caso de ser grupal, todos los participantes recibirán la misma calificación y por tanto ponderación en el proyecto. También este proyecto podrá estar integrado en la parte evaluativa de simulación, siempre y cuando el alumnado haya asistido regularmente y previo acuerdo con el docente de la materia.

Será necesario alcanzar al menos el 50% del porcentaje para cada uno de las dos pruebas de evaluación (aprobar las dos partes). Si se suspende una parte, NO SE CONSERVARÁ LA CALIFICACIÓN PARA LA SIGUIENTE CONVOCATORIA DE LA PRUEBA DE SIMULACIÓN O ROLE PLAYING.

### Fuentes de información

#### Bibliografía Básica

Biernes, J., **Handbook on Drowning Prevention, Rescue, Treatment**, 978-3-540-29656-0, Springer, 2014

Fernández F., Palacios J., Barcala R, Oleagordia A., **Primeros auxilios y socorrismo acuático. Prevención e intervención**, 9788497326490, Paraninfo, 2008

David Szpilman, M.D., Joost J.L.M. Bierens, M.D., Ph.D., Anthony J. Handley, M.D., and James P. Orlo, **Drowning**, 10.1056/NEJMra1013317, N Engl J Med, 2012

#### Bibliografía Complementaria

PUBMED,

SCOPUS,

### Recomendaciones

#### Asignaturas que continúan el temario

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

### Otros comentarios

Se recomienda que el alumnado disponga de neopreno ya que las prácticas se realizarán en medio natural.

Se recomienda que si pre-existe alguna condición de salud que pueda suponer un riesgo para las actividades acuáticas intensas y extremas (como cardiopatías, epilepsia, vértigos, etc) opte por otra materia con menos riesgo o evalúe su riesgo mediante asesoramiento médico.

Si el alumno que presenta alguna patología que podría ser potencialmente peligrosa para esta materia, decide cursarla, debería ponerse en contacto con el servicio de prevención de riesgos laborales para que junto con el docente pueda adoptar las medidas preventivas específicas para la situación personal.

Esta materia supone una actividad práctica intensa en medios inestables. El alumno en su matrícula debe valorar sus

## **Plan de Contingencias**

---

### **Descripción**

---

#### === MEDIDAS EXCEPCIONALES PLANIFICADAS ===

Ante la incierta e imprevisible evolución de la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, la Universidad de Vigo establece una planificación extraordinaria que se activará en el momento en que las administraciones y la propia institución lo determinen atendiendo a criterios de seguridad, salud y responsabilidad, y garantizando la docencia en un escenario no presencial o parcialmente presencial. Estas medidas ya planificadas garantizan, en el momento que sea preceptivo, el desarrollo de la docencia de un modo más ágil y eficaz al ser conocido de antemano (o con una amplia antelación) por el alumnado y el profesorado a través de la herramienta normalizada e institucionalizada de las guías docentes.

#### === ADAPTACIÓN DE LAS METODOLOGÍAS ===

\* Metodologías docentes que se mantienen

Se mantienen todas la metodologías.

\* Metodologías docentes que se modifican

Se podrán adaptar a una forma virtual a través del campus remoto o medios telemáticos en función de las indicaciones de las autoridades sanitarias sobre el aforo o la presencialidad de la actividad académica.

\* Mecanismo no presencial de atención al alumnado (tutorías)

Se realizarán a través del campus remoto (despacho virtual) o de medios telemáticos.

\* Modificaciones (si proceden) de los contenidos a impartir

No se modifican (pasarían a desarrollarse online mediante video-tutoriales o simulación)

\* Bibliografía adicional para facilitar el auto-aprendizaje

Bibliografía general

\* Otras modificaciones

No aplica

#### === ADAPTACIÓN DE LA EVALUACIÓN ===

\* Pruebas ya realizadas

Se mantienen.

\* Pruebas pendientes que se mantienen

Se mantienen

\* Pruebas que se modifican

No se modifican - pasarían a ser telemáticas e individuales pero sin necesidad de modificar

\* Nuevas pruebas

No aplica

\* Información adicional

No aplica

---