



Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte

Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte

Materias

Curso 3

Código	Nome	Cuadrimestre	Cr.totais
P02G050V01501	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte I	1c	6
P02G050V01502	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I	1c	6
P02G050V01503	Valoración e prescrición do exercicio físico para a saúde	1c	6
P02G050V01504	Xestión e organización dos sistemas deportivos I	1c	6
P02G050V01601	Actividade física e deporte adaptado	2c	6
P02G050V01602	Actividade física e deporte recreativo	2c	6
P02G050V01603	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II	2c	6
P02G050V01604	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II	2c	6
P02G050V01901	Actividades de fitness	1c	6
P02G050V01902	Xerontoloxía e actividade física	1c	6
P02G050V01903	Biomecánica da técnica deportiva	2c	6
P02G050V01904	Deportes náuticos	2c	6
P02G050V01912	Socorrismo e a súa didáctica	1c	6

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

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

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.

Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Identificar os diferentes elementos do acto didáctico, como se articula a súa presenza na programación e entender a relación entre eles.	B15
Conceptualizar que é unha programación sistémica, os modelos didácticos fundamentais e os elementos que constitúen a ecoloxía dos procesos de ensino-aprendizaxe.	B1 B2

Utilizar a plataforma de teledocencia para supervisar a guía docente, o guión do traballo e realizar B12 a inscrición para o traballo por proxectos/microensino.

Empregar a web 2.0 para avaliar os procesos de E-A desenvolvidos na aula.

Asimilar que a realización dunha boa programación é un factor fundamental para unha boa práctica profesional vencellada á actividade física e o deporte.	B11 B13
Comprender que a reflexión durante a programación e práctica docente responde a un aspecto básico da deontoloxía profesional.	B11 B13
Seleccionar, secuenciar e explicitar obxectivos para unha programación de forma sistémica e articulada en niveis de concreción.	B15 B21
Seleccionar, secuenciar e explicitar contidos para unha programación sistémica e articulada en niveis de análise epistemolóxico e psicopedagóxico.	B15 B16 B21
Seleccionar e aplicar os métodos e técnicas didácticas máis acordes aos obxectivos, contidos, modelo didáctico e estratexia seleccionada na programación.	B13 B15 B16 B18 B20 B21 B23
Deseñar sesións a través da motricidade realizando unha elección e ordenación idónea dos elementos didácticos.	B15 B16 B18 B20 B21 B23 B26
Deseñar tarefas acordes aos obxectivos e contidos.	B15 B18 B20 B23 B26
Realizar en equipo unha programación didáctica completa para unha intervención concreta.	B2
Desenvolver unha intervención didáctica nun contexto facilitado, prestando especial atención ás habilidades comunicativas.	B12 B13
Aceptar as avaliacións externas e empregalas como eixos de reflexión sobre a propia competencia didáctica.	B25 B26
Ser autocrítico/a coas habilidades didácticas.	
Desenvolver a capacidade de avaliación didáctica observando o desenvolvemento dos elementos do acto comunicativo na praxis dos procesos de ensino-aprendizaxe.	
Analizar sistémicamente a programación desenvolvida avaliando a súa coherencia estratéxica.	

Contidos

Tema	
1. Fundamentación teórica da Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	1.1. A didáctica. 1.2. Os procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.
2. Elementos básicos na programación dos procesos de ensino aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	2.1. Concepto de programación. 2.2. Modelos de programación.
3. A coherencia na programación didáctica.	2.3. Características da programación.
4. Programación dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte no terceiro nivel de concreción ou programación a curto prazo. As unidades de programación.	2.4. Compoñentes da programación. 3.1. Concepción ecolóxica dos procesos de E-A na actividade física e o deporte. 4.1. A programación a curto prazo.

5. Modelos para a intervención a través da actividade física e o deporte nos elementos presentes no terceiro nivel de concreción ou programación a curto prazo.

5.1. Tipos de obxectivos.

5.1.1. Tarefas do profesorado vencelladas aos obxectivos.

5.2. Os contidos. Tipos de contidos.

5.2.1. Os contidos na educación a través da motricidade.

5.2.2. Tarefas do profesorado vencelladas aos contidos.

5.3. Metodoloxía dos procesos de E-A na actividade física e o deporte.

5.3.1. Conceptos e elementos.

5.3.2. Métodos de práctica.

5.3.3. Métodos para a organización da sesión.

5.3.4. Métodos para a organización espacial e material.

5.3.5. Métodos para a formación e distribución de grupos.

5.4. Métodos para a xestión da disciplina.

6. A tarefa didáctica.

6.1. A tarefa didáctica.

6.2. Método de presentación da tarefa.

6.3. Formulación de tarefas.

6.4. Análise didáctica das tarefas motrices.

7. Habilidades do/a docente nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.

7.1. Práctica reflexiva.

7.2. Aprendizaxe colaborativa.

7.3. Habilidades de comunicación.

7.4. Retroalimentación.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	10	20	30
Resolución de problemas	10	10	20
Traballo tutelado	1	12	13
Seminario	3	21	24
Estudo de casos	12	0	12
Obradoiro	2	6	8
Prácticas de laboratorio	13	13	26
Aprendizaxe colaborativa	2	11	13
Exame oral	1	3	4

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Clases Maxistrais nas que se explican os fundamentos teóricos. O alumnado asimila e toma apuntes. Expón dúbidas e cuestións complementarias.
Resolución de problemas	Traballo individual e grupal de resolución de tarefas nas clases B e C. A profesora presenta e exemplifica a tarefa e o alumnado resolve e expón dúbidas.
Traballo tutelado	O alumnado diseña, imparte e analiza diferentes estratexias, métodos e tarefas didácticas. Deseño e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte. Aplicación de microensino. Cada grupo desenvolverá unha sesión segundo as características básicas determinadas na opción que lle sexa asignada. Esta sesión deberá ser impartida aos seus compañeiros e compañeiras nas aulas prácticas.
Seminario	É obrigación do alumnado manterse informado das posibles modificacións no calendario de prácticas. É obrigatorio realizar un mínimo dunha titoría (seminario) antes da realización da sesión. O alumnado presenta á profesora o desenvolvemento do seu traballo tutelado nun mínimo dunha titoría grupal.
Estudo de casos	Análise didáctica e discusión da sesión práctica realizada na clase laboratorio realizada na práctica B. O alumnado deberá participar activamente e realizar as tarefas encomendadas.

Obradoiro	Intervención docente. O alumnado imparte unha sesión que foi programada no traballo tutelado e nos seminarios. A sesión é avaliada por el@s mesm@s, os seus e as súas compañeiras e a profesora. Empréganse ferramentas de observación sincrónica e a través de gravación audiovisual.
Prácticas de laboratorio	Experimentación de diferentes intervencións a través da motricidade. Participación nun microensino e na reflexión-análise do final da sesión.
Aprendizaxe colaborativa	O alumnado deseñará colaborativamente unha programación (traballo tutelado). Este proceso de traballo colaborativo será documentado nun diario individual e co rexistro das reunións de traballo desenvolvidas.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelado	Supervisión, discusión e corrección do traballo tutelado.
Obradoiro	Supervisión e avaliación da intervención docente.
Aprendizaxe colaborativa	

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Traballo tutelado	Microensino: Programación e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte. Os criterios son: - Entregar o borrador da sesión e a memoria final no prazo establecido. - Desenvolver o traballo cumprindo os requisitos formais e de contido esixidos. - Levar á práctica a sesión deseñada. - Asistir as titorías para a revisión previa da sesión e á clase onde se explica o método correspondente a esa sesión. - Deseñar e explicitar tarefas cumprindo os criterios solicitados. - Obrigatorio para todo o alumnado.	20	B1 B2 B11 B12 B13 B15 B16 B18 B20 B21 B23 B25 B26
Seminario	Asistencia en grupo as titorías para a supervisión e discusión do traballo tutelado. - O alumnado debe asistir as titorías coas tarefas de control realizadas que se explicitan no guión do traballo. - Só se cualificará ao alumnado que asista.	05	B2 B11 B12 B25 B26
Estudo de casos	Asistencia e participación activa na reflexión e análise didáctica que se realizará da sesión práctica desenvolvida na clase B. Execución e entrega das tarefas propostas nas clases C. Participación nas tarefas de avaliación. Para poder acceder á avaliación continua é necesario asistir a un mínimo do 80% das prácticas B e C.	10	B12 B13 B15 B20 B25 B26
Obradoiro	Desenvolvemento dunha intervención didáctica en grupo. O alumnado asumirá a docencia dun mínimo dunha actividade de ensino-aprendizaxe. Os criterios son: - Organizar a fase pre-activa. - Xestionar axeitadamente os recursos materiais e espaciais durante o desenvolvemento da sesión. - Implementar estratexias de disciplina e participación pasiva. - Desenvolver a fase reflexiva con criterios didácticos. - Adoptar unha actitude docente positiva. - Organizar e desenvolver a fase post-activa xunto co alumnado (reflexión e análise da sesión).	5	B11 B23 B25 B26
Aprendizaxe colaborativa	Diario reflexivo sobre o proceso de traballo colaborativo (traballo tutelado). Rexistro e entrega das sesións de traballo grupal desenvolvido.	20	B12 B13 B15 B25 B26

Exame oral	Defensa oral do traballo escrito. O alumnado responderá as cuestións realizadas pola profesora sobre a programación da sesión desenvolvida no traballo tutelado.	40	B1 B2 B11 B13 B15 B16 B18 B20 B21 B23 B26
	En casos específicos, mediante negociación previa coa profesora, esta ferramenta de avaliación poderá ser substituída por un exame escrito de desenvolvemento.		

Outros comentarios sobre a Avaliación

Para poder acceder á modalidade de avaliación continua é necesario desenvolver todos as probas explicadas anteriormente (traballo tutelado, seminario, estudo de casos, obradoiro, aprendizaxe colaborativa e exame oral).

O alumnado que non desenvolva estes métodos non poderá acceder á avaliación continua. Nestes casos poderá optar á avaliación global.

Réxime avaliación continua:- Os traballos deberán entregarse nas datas determinadas pola profesora.

- En caso de non superar a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas avalíaranse na convocatoria de xuño/xullo. Nas convocatorias correspondentes ao mesmo curso académico conservaranse as cualificacións obtidas nas ferramentas de avaliación superadas. Será necesario repetir as ferramentas necesarias para obter un mínimo de 5 puntos. - Non existe posibilidade de manter partes da materia aprobadas procedentes de anteriores cursos académicos.

- O alumnado que se atope en circunstancias especiais e/ou xustificadas polas que non poida realizar algunha das ferramentas de avaliación, deberá comunicalo ao inicio do curso para poder adaptar a avaliación ao seu caso. No caso de concorrer a circunstancia excepcional durante o desenvolvemento do curso, deberá comunicalo cunha antelación mínima de dous meses á data oficial do exame.

- Manteranse os mesmos criterios para aprobar nas sucesivas convocatorias.

Avaliación global:- O alumnado que non teña optado á avaliación continua, realizará unha avaliación global nas datas oficiais. As probas permitirán obter o 100% da cualificación da materia.- As probas serán un exame escrito sobre os contidos da materia (70%) , e a entrega dun traballo de programación (30%). O traballo de programación incluírá o deseño e desenvolvemento práctico dun mínimo de tres sesións de práctica de actividade físico-deportiva. As intervencións didácticas deberán vir acompañada dunha gravación audiovisual das mesmas.

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

<http://fced.uvigo.es/es/docencia/examenes/>

Bibliografía. Fontes 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, 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, 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. Apunts, 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 que subyacen.**, 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**,
- Pérez-Pueyo, A.; Hortigüela-Alcalá, D., Fernández-Río, J., **Los modelos pedagógicos en educación física: qué, cómo, por qué y para qué**, Universidad de León, 2021
- 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**, 2009

Recomendaciones

Materias que continúan o temario

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

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Educación: Epistemoloxía das ciencias da actividade física, o deporte e a educación física/P02G050V01301
Expresión corporal e danza/P02G050V01402

Outros comentarios

Recoméndase:

A asistencia de forma continua ás clases presenciais.

A realización das actividades de avaliación continua.

Prestar atención á temporalización das actividades e traballos do curso.

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

Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Código	
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.
B8	Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
C8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
C10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
C11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo
C12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo

Resultados previstos na materia		
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
O estudante será capaz de propoñer o desenvolvemento de as diferentes capacidades condicionais adecuándoas a as necesidades de o deportista, e establecer o control de a carga dentro de o proceso de adestramento para conseguir un efecto concreto	B5 B8 B14	C7 C11
O estudante será capaz de aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, para xustificar o efecto que provoca o adestramento deportivo	B2 B5 B8 B14	C8
O estudante será capaz de identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica inadecuada de exercicios e métodos de adestramento deportivo	B5 B8 B14 B26	C7 C9 C10
O estudante será capaz de seleccionar e saber utilizar o material e equipamiento deportivo adecuado para desenvolver cada capacidade condicional dentro de o proceso adestramento deportivo	B2 B5 B26	C12
O estudante será capaz de propor e executar exercicios ou tarefas cos seus indicadores de control da carga dentro de cada capacidade condicional para garantir nos deportistas un determinado efecto do adestramento	B5 B14 B26	C7 C11

O estudante será capaz de actuar dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional B1
B11
B13

Contidos

Tema

FUNDAMENTOS DO ADESTRAMENTO DEPORTIVO	Tema 1. A forma deportiva Concepto de forma factores que determinan o rendemento deportivo características da forma deportiva Tipos de forma deportiva Fases do estado de forma *Sintomas do estado de forma Avaliación da forma deportiva Tema 2. A adaptación no deporte: O efecto do adestramento deportivo Concepto de adestramento deportivo Concepto de adaptación nel deporte El proceso de adaptación deportiva Mecanismo xeral de adaptación *Síndrome xeral de adaptación Dinámica do proceso de adestramento deportivo: estímulo, fatiga, recuperación, *supercompensación, adaptación Fases sensibles na adaptación Tema 3. A carga de adestramento Concepto de carga de adestramento Tipoloxía de cargas de adestramento Aspectos que determinan a carga de adestramento: contido, magnitude, organización de carga Adestramento concorrente e interferencias no adestramento Tema 4. Os principios do Adestramento Deportivo Concepto e clasificación Principios biolóxicos principios pedagóxicos principios de planificación e organización
--	---

FUNDAMENTOS, ESTRUCTURA E MÉTODOS DO
ADESTRAMENTO DAS CAPACIDADES
CONDICIONAIS

Tema 5. Fundamentos, Estructura e Métodos do Adestramento de Fórzaa
Concepto
factores que determinan a produción de forza
procesos de adaptación no adestramento da forza: estruturais,
*neuromusculares, mecánicas, etc.
Manifestacións da forza: activa e reactiva.
Métodos de adestramento das manifestacións de fórzaa
Fases sensíbles para o desenvolvemento da forza

Tema 6. Fundamentos, Estructura e Métodos do Adestramento da
Velocidade
Conceptos
factores dos que depende a velocidade
manifestacións da velocidade: reacción, *aceleración e *deceleración,
velocidade dun movemento illado, velocidade dun movemento continuo
cíclico, velocidade dun movemento *contínuo *acíclico.
A resistencia á velocidade
A resistencia á máxima velocidade
Métodos de adestramento das manifestacións da velocidade
Desenvolvo do potencial de velocidade
A barreira de velocidade
a axilidade

Tema 7. Fundamentos, Estructura e Métodos do Adestramento da
Resistencia
Concepto
Factores que determinan a resistencia
Procesos de adaptación ao adestramento de resistencia *aeróbica
Procesos de adaptación ao adestramento de resistencia *anaeróbica
Manifestacións da resistencia
Métodos do adestramento da resistencia

Tema 8. Fundamentos, Estructura e Métodos do Adestramento da
Flexibilidade
Concepto
factores que determinan a mobilidade articular
Tipoloxía de mobilidade articular
Beneficios do adestramento da flexibilidade respecto doutras capacidades
condicionais
Métodos do adestramento da flexibilidade

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos	3	7	10
Prácticas de laboratorio	22.5	45	67.5
Aprendizaxe baseado en proxectos	3	3	6
Flipped Learning	2	8	10
Lección maxistral	22	33	55
Exame de preguntas de desenvolvemento	1	0	1
Práctica de laboratorio	0.25	0	0.25
Exame de preguntas obxectivas	0.25	0	0.25

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Estudo de casos	Análise de casos relacionados co adestramento deportivo para coñecerlos, interpretalos, reflexionar sobre eles e propoñer solucións alternativa.
Prácticas de laboratorio	Adquisición de habilidades básicas e de procedementos relacionados co adestramento deportivo. desenvólvense en espazos con equipamento especializado (pista de atletismo. pabellón deportivo, recta de velocidade, sala de fitness)
Aprendizaxe baseado en proxectos	Formularanse problemas ou exercicios concretos relacionados con a selección de capacidades condicionais, os seus métodos para desenvolveselas así como o efecto previsto en cada caso. O alumno debe desenvolver as solución máis adecuada e xustificala
Flipped Learning	O estudante recibirá a través da plataforma de teledocencia MOOVI documentación para que poida traballar sobre ela e posteriormente poder expor ao profesor dúbidas ou problemas de aprendizaxe relacionada con estes contidos

Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e coñecemento científico actualizado.
-------------------	---

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	No horario de tutorías resolveranse dúbidas concretas sobre os exercicios, casos e explicacións realizadas durante as clases teóricas. As tutorías poderán resolverse mediante modalidade presencial ou mediante modalidade virtual, ben a través dos despachos virtuais dos profesores (1006, prof. Dr. Óscar García García), ou de correo electrónico ou mediante os foros da plataforma de teledocencia MOOVI.
Prácticas de laboratorio	No horario de tutorías resolveranse dúbidas concretas sobre os exercicios, casos e explicacións realizadas durante as clases prácticas. As tutorías poderán resolverse mediante modalidade presencial ou mediante modalidade virtual, ben a través dos despachos virtuais dos profesores (1006, prof. Dr. Óscar García García), ou de correo electrónico ou mediante os foros da plataforma de teledocencia MOOVI.
Aprendizaxe baseado en proxectos	En tutorías colectivas abordásen as solucións máis adecuadas aos problemas expostos para que os alumnos poidan contrastar e discutir as súas solucións coas propostas polo profesor. As tutorías poderán resolverse mediante modalidade presencial ou mediante modalidade virtual, ben a través dos despachos virtuais dos profesores (1006, prof. Dr. Óscar García García), ou de correo electrónico ou mediante os foros da plataforma de teledocencia MOOVI.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Exame de preguntas de desenvolvemento	Consistira no desenvolvemento de 5 preguntas referentes aos contidos teóricos e prácticos desenvolvidos na materia. sera necesario aprobalo para poder superar a materia	40	B1 B2 B5 B8 B11 B14 B26	C7 C8 C9 C11
Práctica de laboratorio	A proba consistira na resolución e execución práctica de exercicios de adestramento vinculados aos contidos realizados nas prácticas da materia. Sera necesario aprobalo para poder superar a materia	40	B5 B8 B11 B13 B14 B26	C7 C10 C12
Exame de preguntas obxectivas	Consistirá nunha batería de 20 preguntas tipo test de resposta única sobre 5 posibles. Será necesario aprobalo para poder superar a materia	20	B1 B2 B5 B8 B14	C7 C9 C10 C11

Outros comentarios sobre a Avaliación

Se non se realiza a avaliación da práctica de laboratorio ou a parte dos exames, obterá unha nota final de non presentación (NP). No caso de non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias serán avaliadas de novo na convocatoria de xullo do mesmo xeito. A avaliación en convocatorias sucesivas realizarase de novo do mesmo xeito que a proposta inicialmente con probas teóricas e proba práctica, sendo necesaria a superación de todas as partes. As datas oficiais dos exames pódense consultar na páxina web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte <http://fcced.uvigo.es>

Bibliografía. Fontes 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

Roozen, 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

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde				
Materia	Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde			
Código	P02G050V01503			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento				
Coordinador/a	Varela Martínez, Silvia			
Profesorado	Varela Martínez, Silvia			
Correo-e	silviavm@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Código	
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.
C8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
C13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde
C15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde
C17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
C18	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados

Resultados previstos na materia			
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe		
Coñecer e identificar o obxecto de estudo das Ciencias da Actividad Física e do Deporte.	B1		
Saber buscar e interpretar a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	B2 B13 B14		
Coñecer e utilizar os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B11 B13		
Ser capaz de elaborar propostas para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	B16		
Ser capaz de avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde en diferentes poboacións.	B16	C13 C17	
Coñecer e saber aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde.		C8 C13 C17	
Saber identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde.	B13	C15 C17 C18	
Ser capaz de seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados.		C18	

Contidos

Tema

I. Beneficios e riscos asociados ao exercicio: relación entre actividade física, saúde, lonxevidade e calidade de vida.	I. Epidemioloxía da actividade física. Diferentes conceptos e factores que determinan a actividade física.
II. Prescrición de exercicio físico: xestión de adestramento para a saúde.	II. Exercicio físico para a saúde en nenos/as, adolescentes e adultos sans.
III. Deseño dun proxecto de adestramento para a saúde: a planificación da actividade física.	III. Principios do adestramento no ámbito da saúde. Variables etipos de adestramento.
IV. Avaliación da condición física no contexto da práctica da actividade física para a saúde.	IV. Avaliación mediante baterías e test (probos de campo) da condición física saudable en diferentes grupos de idade.
V. Prescrición da actividade física para a prevención e o tratamento de enfermidades crónicas e de lesións derivadas da práctica deportiva.	V. Actividade física en grupos especiais

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	18	0	18
Traballo tutelado	2.5	0	2.5
Prácticas de laboratorio	30	15	45
Traballo	0	30	30
Exame de preguntas obxectivas	1	37.5	38.5
Presentación	1	5	6
Resolución de problemas e/ou exercicios	0	10	10

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Ensinanza baseada en proxectos de aprendizaxe. Aprendizaxe baseada en problemas (ABP). Metodoloxías baseadas en investigación. Aprendizaxe colaboradora.
Traballo tutelado	Supostos prácticos para resolver en grupos reducidos.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia obxecto de estudo. Desenvólvense en espazos especiais con equipamento especializado (laboratorios, aulas informáticas, etc).

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	Atenderase as peculiaridades do alumnado, adaptando a metodoloxía empregada en función das súas necesidades ou características.
Lección maxistral	A pesar de que se tratan de sesións maxistras, o alumnado participará activamente nas clases, xa que se lle fará partícipe continuamente, ben mediante preguntas, ben mediante a resolución de problemas de forma persoal ou en grupos pequenos, o que permitirá unha atención máis persoal.
Traballo tutelado	Propónse traballos en grupos reducidos que facilita de por si a atención individualizada.
Probos	Descrición
Traballo	A través das tirorías, e por medio do correo electrónico.

Avaliación

Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
------------	---------------	---------------------------------------

Traballo	Realizar un traballo teórico-práctico exposto polo profesor/a vinculado co desenvolvemento dos contidos da materia. A guía para a realización do traballo será publicada na plataforma da materia.	30	B1 B2 B11 B13 B14 B16	C8 C13 C15 C17 C18
Exame de preguntas obxectivas	Realizarase unha proba teórico-práctica: test, resposta curta e/ou resolución de supostos prácticos.	40	B1 B2 B11 B13 B14 B16	C8 C13 C15 C17 C18
Presentación	Realizar unha exposición e defensa dos contidos teórico-prácticos do traballo.	10	B1 B2 B11 B13 B14 B16	C8 C13 C15 C17 C18
Resolución de problemas e/ou exercicios	Realizarase unha análise, interpretación e reflexión de textos científicos vinculados ós contidos da materia.	20	B1 B2 B11 B13 B14 B16	C8 C13 C15 C17 C18

Outros comentarios sobre a Avaliación

Avaliación continua

Este método de avaliación implica a realización das seguintes probas:

- Realizar o traballo exposto polo profesor/a vinculados co desenvolvemento dos contidos - 30%.
- Realizar unha presentación oral do traballo teórico-práctico - 10%
- Realizar un exercicio de análise de textos científicos - 20%
- Realizar o exame de preguntas obxectivas - 40%.

Requisitos para superar a materia:

- É necesario sacar un 5 no exame para poder aprobar a materia. As notas das demais probas de avaliación soamente se sumarán no caso de que o exame estea aprobado.
- É **obligatorio presentar todos os traballos**, en caso de non facelo se suspenderá a avaliación continua e, por tanto, a materia.
- É obrigatorio cumprir co 80% de asistencia ás clases prácticas. Aqueles/as alumnos/as que non alcancen o mínimo de asistencia indicado, deberán realizar un exame de contidos prácticos na 1ª convocatoria cuxa valoración será de "apto" ou "non apto". Se resulta non apto, se suspenderá a materia.

Recuperación

- Se non se aproba o exame, se gardarán as notas do resto de probas realizadas só para a 2ª convocatoria (xuño/xullo).
- Se non se presenta algún dos traballos requiridos, **se suspenderá a avaliación continua** e deberá presentarse o mesmo na 2ª convocatoria (xuño/xullo). Se conservarán as notas das partes presentadas/superadas só para a 2ª convocatoria (xuño/xullo).
- Se non se alcanza unha valoración de "apto" no exame práctico (persoas que non alcanzaron o mínimo de asistencia esixida) deberán presentarse ao exame práctico da 2ª convocatoria (xuño/xullo).

Avaliación global

Este método de avaliación implica a realización das seguintes probas:

- Realizar o traballo exposto polo profesor/a vinculados co desenvolvemento dos contidos (40%).
- Realizar o exame de preguntas obxectivas (60%).

Requisitos para superar a materia

- É necesario sacar un 5 no exame para superar a materia. A nota do traballo soamente se sumará no caso de que o exame estea aprobado.
- Se só supérase unha das dúas probas, se gardará a nota da parte aprobada soamente para a 2ª convocatoria (xuño/xullo).
- A **realización do traballo é obrigatoria**. En caso de non presentalo, se suspenderá a materia.
- É obrigatorio cumprir co 80% de asistencia ás clases prácticas. Aqueles/as alumnos/as que non alcancen o mínimo de asistencia indicado, deberán realizar un exame de contidos prácticos na 1ª convocatoria cuxa valoración será de "apto" ou "non apto". Si resulta non apto, se suspenderá a materia.

Recuperación

- Se non se aproba o exame, se gardará a nota do traballo (en caso de ser presentado) só para a 2ª convocatoria (xuño/xullo). Se non se presentou o traballo requirido, deberá realizarse o mesmo e entregalo na 2ª convocatoria (xuño/xullo).
- Se non se alcanza unha valoración de "apto" no exame práctico (persoas que non alcanzaron o mínimo de asistencia esixida) deberán presentarse ao exame práctico da 2ª convocatoria (xuño/xullo).

Convocatoria Extraordinaria Para a convocatoria extraordinaria realizárase un exame cuxo valor será o 100% da nota.

Datas de exames

As datas dos exames se poderán consultar na páxina web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte na seguinte ligazón: http://fcced.uvigo.es/*gl/docencia/*exames

Bibliografía. Fontes 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
Sharkey, B.J., **Fitness and Health.**, Human Kinetics, 2002

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502
Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Xestión e organización dos sistemas deportivos I				
Materia	Xestión e organización dos sistemas deportivos I			
Código	P02G050V01504			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Profesorado	Martínez Lemos, Rodolfo Ivan			
Correo-e	ivanmartinez@uvigo.es			
Web	http://https://login.campusremotouvigo.gal/cas/login?service=https%3A%2F%2Fcampusremotouvigo.gal%2Flogin%2F%3Fforce_sso%3Dtrue%26_%3D1244183002			
Descrición xeral				

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C19	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas

Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo	B25
Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma	B26
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas	C19
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	B2
Coñecemento e comprensión dos factores *comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	B4
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	B12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	B13
Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte na súa diferentes manifestación	B14
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B24
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades *físicodeportivas.	B21 B23

Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade.

Contidos

Tema

1. O Sistema Deportivo	1.1. Estudo comparativo dos modelos de deporte en Europa (metodoloxía, resultados..) 1.2. O modelo de deporte en España (diagnóstico, rendemento deportivo, estrutura financeira, estrutura organizativa, integración social...)
2. O Servizo Deportivo	2.1. Prestación dun servizo (oferta, demanda, competencia, viabilidade, calidade, boas prácticas) 2.2. Concepto de servizo público no Deporte 2.3. Indicadores específicos de xestión (actividade, orzamentarios, custos, contorna) 2.4. Carta de servizos deportivos (concello, deputación, comunidade autónoma, universidade...) 2.5. Atención ao cliente
3. As formas de Xestión Deportiva	3.1. Xestión pública 3.2. Xestión privada 3.3. Xestión mixta 3.4. O xestor deportivo: rol e funcións
4. Xestión e Organización no Deporte	4.1. Sector público 4.2. Sector privado 4.3. Terceiro sector
5. Ordenamento Xurídico do Deporte	5.1. Normas xerais dos poderes públicos que inciden no ámbito deportivo 5.2. Normas específicas para o deporte emanadas dos poderes públicos 5.3. Normas emanadas das entidades privadas que integran a organización deportiva 5.4. Marco xurídico da protección dos menores no deporte.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	22.5	30.5	53
Prácticas con apoio das TIC	0	30	30
Traballo tutelado	0	64	64
Exame de preguntas obxectivas	0	1	1
Resolución de problemas e/ou exercicios	0	1	1
Proxecto	0	1	1

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante.
Prácticas con apoio das TIC	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia obxecto de estudo. Desenvolveranse a través do TIC de forma autónoma.
Traballo tutelado	Actividade na que se formulan problemas e/ou exercicios relacionados coa materia. O alumno debe desenvolver a análise e resolución dos problemas e/ou exercicios de forma autónoma.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelado	En función das circunstancias, o alumnado recibirá atención individualizada en modo presencial (horario de titorías previa cita) ou non presencial (correo electrónico).
Prácticas con apoio das TIC	En función das circunstancias, o alumnado recibirá atención individualizada en modo presencial (horario de titorías previa cita) ou non presencial (correo electrónico).

Avaliación

Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe

Exame de preguntas obxectivas	Proba obxectiva (test) con 4 opcións de resposta. Para anular o efecto do azar cada resposta incorrecta resta. Corresponde á avaliación do Grupo-A.	30	B2 B4 B12 B13 B14 B21 B23 B24 B25 B26	C19
Resolución de problemas e/ou exercicios	O alumnado resolverá problemas/exercicios de forma presencial, individual e autónoma seguindo as indicacións do profesor. Os exercicios deberán estar cumprimentados e entregados a través de Moovi dentro do prazo establecido. Non serán válidos a efectos da avaliación os exercicios entregados fóra de prazo. Corresponde á avaliación de Grupos-C.	40	B2 B4 B12 B13 B14 B21 B23 B24 B25 B26	C19
Proxecto	O alumnado organizado en equipos traballará durante todo o cuadrimestre nun PROXECTO COLABORATIVO, seguindo as indicacións do profesor e alternando exercicios presenciais e non presenciais. O proxecto estrutúrase en exercicios que deberán estar cumprimentados e entregados a través de Moovi dentro do prazo establecido. Non serán válidos a efectos da avaliación os exercicios entregados fóra de prazo. Corresponde á avaliación de Grupos-B.	30	B2 B4 B12 B13 B14 B21 B23 B24 B25 B26	C19

Outros comentarios sobre a Avaliación

PRIMEIRA CONVOCATORIA:

- Modalidade de **AVALUACION CONTINUA** consta de 3 probas:
 - Exame (Grupo-A)
 - Resolución de problemas e/ou exercicios de forma individual (Grupo-*C)
 - Proxecto colaborativo en equipo (Grupo-B)
 - Para superar a materia nesta modalidade de avaliacion sera requisito imprescindible:
 - A asistencia presencial ao 80% das sesións practicas (Grupos-B e C)
 - Obter un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada unha do tres probas.
 - A calificación da materia resultara da suma e ponderacion do resultado das 3 probas.
- Modalidade de ***EVALUACION GLOBAL*** consta de 1 proba global (exame) que consta de 3 partes:
 - Preguntas obxectivas (test) cun peso do 30% sobre a calificación final (Grupo-A)
 - Preguntas de resposta curta cun peso do 40% sobre a calificación final (Grupos-C)
 - Preguntas de desenvolvemento cun peso do 30% sobre a calificación final (Grupos-B)
 - Para superar a materia nesta modalidade de avaliacion sera requisito imprescindible:
 - Obter un mínimo de 6 puntos sobre 10 en cada unha das 3 partes.

SEGUNDA CONVOCATORIA E SEGUINTE:

- Modalidade de **AVALIACIÓN GLOBAL (Idem 1ª convocatoria)**

** A elección da modalidade de avaliacion global supón a renuncia ao dereito de seguir avaliándose das actividades da modalidade de avaliacion continua que resten e a cualificación obtida ata ese momento en calquera das probas que xa tiveron lugar (Art. 19, Regulamento sobre a avaliacion, calificación e a calidade da docencia (aprobado non claustro do 18 de*

abril de 2023).

Bibliografía. Fontes 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, **Consejo Superior de Deportes**,

www.iusport.com, **Portal Jurídico del Deporte**,

<http://www.munideporte.com>, **Portal del Deporte Municipal en España**,

<https://www.fagde.org>, **Federación de Asociaciones de Gestores del Deporte de España**,

<http://deporte.xunta.gal/>, **Deporte Galego. Xunta de Galicia**,

www.boe.es, **Boletín Oficial del Estado**,

Bibliografía Complementaria

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Emprendemento e innovación nas ciencias do deporte/P02G050V01913

Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

Lecer e turismo deportivo/P02G050V01701

Outros comentarios

Para un mellor aproveitamento recoméndase ler previamente os textos correspondentes aos temas a tratar na aula, así como ampliar a información acudindo á biblioteca e consultando outras fontes, (bases de datos, artigos científicos, actas de congresos, manuais, etc.).

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

Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Código	
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.
B6	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e o deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo

Resultados previstos na materia	
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	B2 B4 B20
Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e do deporte.	B4 B10
Manexo de la información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	B14
Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde.	B3
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación adulta, maiores e discapacitados.	B10 B26
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde.	B20
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde.	B18
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados.	B23

Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica de actividade física e deporte adaptado sobre B5 a estrutura e función do corpo humano.

Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica de actividade física e deporte adaptado sobre B6 os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.

Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte adaptado	B2 B3 B5 B15 B18	C9
Adaptación ás novas situacións, á resolución de problemas e o aprendizaxe autónomo.	B26	
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e o deporte adaptado con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	B15	

Contidos

Tema	
1. Conceptualización da Actividade Física Adaptada.	1.1. AFA Evolución Histórica e Contextualización. 1.2. A Discapacidade, Orixe, Evolución e Situación Actual.
2. Ámbitos de Intervención da Actividade Física Adaptada: educativo, recreativo, terapéutico.	2.1 A Lexislación Educativa e o alumno con discapacidade. 2.2 EFA e ACNEE: Posibilidades e Aplicacións na Educación Física e o tempo libre. 2.3. As profesións sanitarias
3. Actividade Física Adaptada e persoas con diversidade funcional.	3.1. AFA e Rehabilitación Cardiovascular. 3.2. AFA e Trastornos do Sistema Respiratorio. 3.3. AFA e Cancro. 3.4. AFA e Alteracións Metabólicas. 3.5. AFA e Trastornos do Sistema Nervioso. 3.6. AFA e Patoloxías Neuromusculares. 3.7. AFA e Patoloxías Autoinmunes. 3.8. AFA Como medio Inclusión Social.
4. Deporte Adaptado	4.1. O Deporte Adaptado: Orixe, Evolución e Situación Actual. 4.2. Aspectos técnicos, tácticos e regulamentarios do deporte adaptado.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	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
Traballo tutelado	29	43.5	72.5
Exame de preguntas obxectivas	1	1	2
Traballo	1	1	2
Presentación	1	1.25	2.25

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante
Resolución de problemas	Entrevistas que o alumno mantén co profesorado da materia para asesoramento/desenvolvemento dos traballos propostos.
Resolución de problemas de forma autónoma	Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma
Traballo tutelado	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia obxecto de estudo.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelado	Sesións desenvoladas no aula e no pavillón deportivo na que se porán en práctica os contidos relacionados co deporte adaptado.
Lección maxistral	Sesións teóricas desenvoladas no aula co apoio das novas tecnoloxías.

Resolución de problemas Actividades de petición voluntaria a desenrolar no despacho 230 en horario de tutoría adicadas a supervisar o traballo a realizar nas sesión prácticas. Contémplase a posibilidade de emplear o correo electrónico e o despacho virtual como medios telemáticos que faciliten a atención personalizada do alumnado.

Avaliación				
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Exame de preguntas obxectivas	Examen de opción múltiple con resposta única.	40	B3 B4 B5 B6 B10 B15 B18 B20	C9
Traballo	Traballo práctico sobre os contidos teóricos da materia, propostos polo profesor. Deberá ser exposto durante as prácticas de laboratorio	30	B2 B5 B14 B15 B18 B20 B23 B26	
Presentación	Presentación teórica sobre os contidos teóricos da materia, propostos polo profesor.	30	B2 B5 B14 B15 B18 B20 B23 B26	

Outros comentarios sobre a Avaliación

O sistema de avaliación dividírase en dous grandes grupos ou modalidades: métodos de avaliación continua e métodos de avaliación global. Na avaliación continua, o alumno deberá realizar unha exposición (30%), un traballo práctico (30%) e un exame teórico (40%).

Os alumnos que, seguindo o sistema de avaliación continua, non asistisen polo menos ao 80% das prácticas da materia, deberán realizar un exame práctico sobre os aspectos técnicos, tácticos e regulamentarios descritos no Tema 4 e obter a cualificación de "Apto". no meso para poder superar a parte práctica da mesma, sempre que se fixesen tanto a presentación como o traballo correspondinte. A cualificación final será a suma aritmética das puntuacións obtidas en cada unha das tres actividades, sempre que se alcance polo menos o 50% da puntuación asignada a cada unha delas. En caso contrario, o sistema de avaliación continua se considerará como non superado. Na avaliación global, o alumno deberá realizar un traballo práctico (30%) e un exame teórico (70%). Para a superación da materia é preciso obter, como mínimo, unha cualificación de 1,5 puntos sobre 3 posibles na exposición e de 3,5 puntos sobre 7 posibles no exame. A nota final será a suma aritmética de ambas partes sempre que se superen. O alumnado que non superase o sistema de avaliación continua ou o sistema de avaliación global, deberá examinarse na segunda quenda daquelas actividades nas que non acadase unha cualificación igual ou superior ao 50%. As datas e horarios dos ámenes pódense localizar na ligazón da Organización Académica "<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>", na web da Facultade.

As datas e horarios dos ámenes pódense localizar na ligazón da Organización Académica "<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>", na web da Facultade.

Bibliografía. Fontes 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

Materias que continúan o temario

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Xerontoloxía e actividade física/P02G050V01902

Outros comentarios

Desaconséllase matricularse nesta materia sen teres superado os dous primeiros cursos da titulación.

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Actividade física e deporte recreativo				
Materia	Actividade física e deporte recreativo			
Código	P02G050V01602			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento				
Coordinador/a	Gutierrez Santiago, Alfonso Prieto Lage, Iván			
Profesorado	Gutierrez Santiago, Alfonso Prieto Lage, Iván			
Correo-e	ivanprieto@uvigo.es ags@uvigo.es			
Web	http://afdruvigo.blogspot.com/			
Descrición xeral	A materia «Actividade física e deporte recreativo» impártese no segundo cuadrimestre do terceiro curso do Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte. Nesta materia dáse unha visión xeral dos deportes e xogos recreativos. Desde unha perspectiva teórica abórdanse as diferentes concepcións actuais máis significativas referentes ao ámbito dos deportes e xogos recreativos, e desde unha perspectiva práctica realízase un percorrido a través dos deportes e xogos recreativos máis representativos. Así mesmo, esta materia é fundamental dentro do plan de estudos da titulación impartida na Universidade de Vigo, posto que é a única, dentro deste, onde o alumnado ten a oportunidade de obter os coñecementos necesarios sobre o ámbito dos deportes e xogos recreativos, imprescindibles na formación dun Graduado en Ciencias da Actividade Física e do Deporte. Esta guía docente elaborouse axustándose totalmente ao establecido na memoria da titulación e á normativa específica da universidade e do centro.			

Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Código	
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.
B17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis.
B21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas

Resultados previstos na materia	
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
1. Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físicodeportivas recreativas.	B17 B21
2. Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa.	B23
3. Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica das actividades físico-deportivas recreativas para toda a poboación.	B16

4. Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas.	B13 B16 B23 B24	C28
5. Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa.	B10 B23 B25	
6. Coñecemento e comprensión dos fundamentos das actividades físicas e deportes recreativos.	B7 B10	
7. Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das actividades físicas e deportes recreativos.	B12	
8. Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	B25	
9. Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	B26	
10. Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	B13	
11. Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B24	

Contidos

Tema

1. Fundamentos teóricos do lecer, o tempo libre e a recreación.	1.1. Fundamentos teóricos do lecer, o tempo libre e a recreación.
2. Fundamentos técnico-tácticos e didácticos das actividades físico-recreativas.	2.1 Deportes de raqueta 2.1.1 Tenis de mesa 2.1.2 Pickleball 2.1.3. Bádminton 2.1.4. Crossminton 2.1.5. Shuttleball 2.2 Deportes de implemento 2.2.1 Floorball 2.2.2 Mazaball 2.2.3 Intercrosse 2.2.4 Softball 2.2.5 Kickball 2.3 Deportes de móbil 2.3.1 Datchball 2.3.2 Kinball 2.3.3 Colpbol 2.3.4 Pinfuvote 2.3.5 Frisbee 2.4. Xogos e deportes tradicionais 2.4.1 Calva 2.4.2 Tanga 2.4.3 Chave 2.4.4 Rana 2.4.5 Petanca 2.4.6 Kurling 2.5 Outros xogos e deportes alternativos (baseados en deportes tradicionais) 2.5.1 Indiaca 2.5.2 Korfbal 2.5.3 Tchoukball 2.5.4 Wallyball 2.6 Outros xogos e deportes alternativos (non baseados en deportes tradicionais) 2.6.1 360ball 2.6.2 Ballneto 2.6.3 Trangleball 2.7 Didáctica das actividades físico recreativas

3. Organización e planificación de actividades de lecer e tempo libre.
- 3.1 Sistemas de organización de competicións deportivas
- 3.1.1 Copa ou por eliminación
- 3.1.2 Por puntos ou liga
- 3.1.3 Por extensión
- 3.1.4 Combinacións

3.2 Organización de eventos deportivos

Planificación			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	16	0	16
Prácticas de laboratorio	30	0	30
Resolución de problemas de forma autónoma	0	42	42
Traballo tutelado	6.5	30	36.5
Exame de preguntas obxectivas	0.5	25	25.5

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

Metodoloxía docente	
	Descrición
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia obxecto de estudo. Desenvólvense en espazos especiais con equipamento especializado (pavillón da facultade).
Resolución de problemas de forma autónoma	Actividade na que se formulan exercicios relacionados coa materia. O estudantado debe desenvolver os exercicios de forma autónoma.
Traballo tutelado	Traballo relacionado coa didáctica dos deportes recreativos que se realiza na aula baixa a supervisión do profesor

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	A atención personalizada do estudantado realizarase tanto durante o desenvolvemento das sesións de aula como posteriormente no despacho físico ou virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutiérrez Santiago / Salga 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) e de correos electrónicos.
Prácticas de laboratorio	A atención personalizada do estudiantado realizarase tanto durante o desenvolvemento das sesións de laboratorio no pavillón como posteriormente no despacho físico ou virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutiérrez Santiago / Salga 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) e de correos electrónicos.
Resolución de problemas de forma autónoma	A atención personalizada do estudantado realizarase no despacho físico ou virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutiérrez Santiago / Salga 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) e de correos electrónicos.
Traballo tutelado	A atención personalizada do estudantado realizarase no despacho físico ou virtual (Sala 1252 - Prof. Alfonso Gutiérrez Santiago / Salga 2067 - Prof. Iván Prieto Lage) e de correos electrónicos.

Avaliación			
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Lección maxistral	Durante algunhas clases teóricas, realizaranse exercicios interactivos en gran grupo onde se concederán puntos da nota final en función da cualificación en devandita actividade.	7	B7 B10 B13 B17
	Avaliaranse os seguintes resultados previstos na materia: 1,2,6,9,10 e 11.		B21 B23 B24 B26

Prácticas de laboratorio	Asistencia e realización das 14 clases prácticas da materia. O estudante que teña 4 faltas ou máis perderá a avaliación continua (e por tanto debe examinarse mediante o procedemento de AVALIACIÓN GLOBAL -NON CONTINUA-).	28	B7 B10 B13 B16 B17 B21 B23 B24 B25 B26	C28
	Avaliaranse os seguintes resultados previstos na materia: 1,2,3,4,5,6,8,9,10,11 e 12.			
Resolución de problemas de forma autónoma	Haberá 14 cuestionarios interactivos en Moovi. Tras realizar todos os cuestionarios, hai que ter unha media igual ou superior a 7,5 puntos. De non ser así, a puntuación deste apartado será de 0 puntos.	28	B7 B10 B17 B21 B23 B26	
	Avaliaranse os seguintes resultados previstos na materia: 1,2,6 e 9.			
Traballo tutelado	Realización dun traballo en pequenos grupos relacionado coa didáctica dunha actividade físico-deportiva recreativa.	14	B7 B10 B16 B17 B21 B26	C28
	Avaliaranse os seguintes resultados previstos na materia: 1,3,6,7,8,9,10 e 11.			
Exame de preguntas obxectivas	Exame de preguntas pechadas con diferentes alternativas de resposta.	23	B7 B10 B13 B16 B17 B21 B23 B24 B26	C28
	O estudante deberá sacar un mínimo de 4 sobre 10 para que a puntuación do exame compute na cualificación final.			
	Avaliaranse os seguintes resultados previstos na materia: 1,2,4,6,,9 e 12.			

Outros comentarios sobre a Avaliación

Todo o estudantado asista ou non ás aulas, ten dereito a ser avaliado (mediante exame ou segundo estableza a guía docente).

CONVOCATORIA 2º CUADRIMESTRE (maio-xuño)

Estudiantado de **AVALIACIÓN CONTINUA** (cualificacións e CRITERIOS para cumprir a avaliación continua):

- Realización de **exercicios interactivos en gran grupo** durante algunhas clases teóricas a través da app Kahoot, onde se concederán puntos da nota final en función da cualificación na devandita actividade. Estes exercicios supoñen o 7% da nota final.
- **Cuestionarios interactivos en Moovi.** A cualificación dos cuestionarios supón un 28%. Haberá 14 cuestionarios. Tras realizar todos os cuestionarios, se o estudante ten unha media inferior a 7,5 puntos este apartado computará 0 puntos.
- **Asistencia e REALIZACIÓN das clases prácticas no pavillón.** A cualificación das mesmas supón un 28%. O estudante que teña 4 faltas ou máis deixará de ser avaliado polo procedemento de avaliación continua e automaticamente pasará a ser avaliado mediante o procedemento de avaliación global -NON continua- (non hai ningunha posibilidade de xustificar unha falta de asistencia; por iso é polo que se poden ter ata tres). O estudante que asista á práctica, pero NON a realice, non lle computará como unha falta de asistencia, pero si terá unha cualificación de cero na devandita sesión (por tanto, non aumenta puntuación). Como en principio hai 14 prácticas, cada unha terá un valor dun 2% da nota final. No caso de que, por festivo, houbese un menor número de prácticas, ese 28% reduciríase un 2% por cada práctica que non houbese, pasando esa porcentaxe ao exame de preguntas obxectivas.
- **Traballo tutelado** sobre unha unidade didáctica dunha actividade físico-deportiva recreativa a sorteo. A cualificación deste traballo supón un 14%. Será un traballo en grupos de catro persoas.
- **Exame de preguntas obxectivas.** A cualificación supón un 23%. Consiste nun exame de preguntas pechadas con diferentes alternativas de resposta da materia. O estudante deberá sacar un mínimo de 4 sobre 10 para que a puntuación do exame compute na cualificación final. Suspende este exame (con menos dun 4) non implica perder a avaliación continua.

Un estudante supera a materia cando obteña un mínimo de cinco sobre dez na suma dos apartados anteriores.

Se na convocatoria de 2º cuatrimestre (maio-xuño), un estudante perde a avaliación continua deberá presentarse mediante o procedemento de avaliación global -non continua-.

Estudantado de **AVALIACIÓN GLOBAL -NON CONTINUA-** (para o estudantado que non cumpre os criterios da avaliación continua):

- **Exame de preguntas obxectivas.** A cualificación supón un 50%. Consiste nun exame de preguntas pechadas con diferentes alternativas de resposta da materia. O estudante deberá sacar un mínimo de 5 sobre 10 para que a puntuación do exame compute en cualificación final.
- **Exame de preguntas de desenvolvemento.** A cualificación supón un 50%. Consiste nun suposto práctico sobre a didáctica das actividades físico recreativas. O estudante deberá sacar un mínimo de 5 sobre 10 para que a puntuación do exame compute na cualificación final.

A cualificación final da materia obterase realizando a suma de ambos exames. Un estudante supera a materia cando obteña un mínimo de cinco sobre dez, coa condición de que superase ambas probas.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA (xuño-xullo)

Avaliarase mediante o procedemento de avaliación global -non continua- (non se gardan as cualificacións da avaliación continua da primeira convocatoria).

CONVOCATORIA FIN DE CARREIRA (setembro)

Avaliarase mediante o procedemento de avaliación global -non continua- (non se gardan as cualificacións da avaliación continua doutras convocatorias).

Publicación das cualificacións e exames oficiais

As cualificacións de cada convocatoria serán publicadas en Moovi, onde se indicarán as datas de revisión dos exames.

As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade na apartado "Docencia - Exames".

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Julio Litwin, **Administración de competicións deportivas**, 1º, Stadium, 2005

Alberto Virosta, **Disco volador**, 1º, Gymnos, 1993

Bibliografía Complementaria

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

Oleguer Camerino; Marta Castañer, **1001 ejercicios y juegos de recreación**, 1º, Paidotribo, 2015

Antonio Méndez Giménez, **Nuevas propuestas lúdicas para el desarrollo curricular de educación física**, 1ª, Paidotribo, 2003

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

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

J. Gerardo Ruiz Alonso, **Juegos y Deportes Alternativos**, 2ª, Agonos, 1996

Oscar MARTÍN Andrés, **Manual práctico de organización deportiva**, 1º, Gymnos, 1996

Antonio Tinajas Ruiz, **Bádminton en la escuela: enseñar a jugar y a competir**, 1º, AUTOR EDITOR, 2010

Carlos Suari Rodríguez, **Juegos tradicionales : del currículum a la clase : teoría y práctica para la aplicación en Educación Física**, 1º, Wanceulen, 2005

Juan Carlos Martín Nicolás, **Juegos tradicionales y deportes autóctonos de Castilla y León**, 1º, Secretariado de Publicaciones y Medios Audiovisua, 2002

Ricardo Pérez y Verdes, Xaquín Alberto Tabernero Balsa, **Xogos populares en Galicia**, 1º, Lea, 1997

Marco Foyot, **La petanca**, 1º, Paidotribo, 1993

Francisco Pradas de la Fuente, **Fundamentos del tenis de mesa : aplicación al ámbito escolar**, 1º, Editum, 2015

José Luis Bermejo, Javier Quitano, Manuel Ramos, Zhang Don Ping, **Tenis de mesa**, 1º, Comité Olímpico Español, 1991

Recomendacións

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

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

Materias que se recomenda ter cursado previamente

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

Outros comentarios

1. Cada semana, o estudiantado ten en Moovi os contidos que se impartirán na materia, así como o material (apuntamentos, lecturas, vídeos, etc.) para traballar estes contidos. Para un maior aproveitamento das clases teóricas e prácticas, recoméndase facer uso deste material antes de asistir a devanditas clases.
 2. Formalizar canto antes o grupo en Moovi (catro estudantes) para a realización do traballo da materia.
 3. Estudar e traballar o material da materia de forma continuada, tanto para a realización dos cuestionarios semanais como para a preparación do exame.
 4. Expor aos profesores da materia todas as preguntas/consultas que se consideren necesarias en cada momento referidas ao temario, prácticas, cuestionarios, traballos, etc.
 5. Comunicar ao profesorado as suxestións de mellora da materia.
 6. Realizar o traballo da materia relacionado coa didáctica das actividades físico-deportivo recreativas ao longo do cuadrimestre. En cada clase teórica iranse dando directrices de como se debe realizar devandito traballo. Por tanto, recoméndase a asistencia á clase teórica.
 7. Recoméndase consultar o blog da materia para ampliar información: <https://afdruvigo.blogspot.com/>
-

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

Materia	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II			
Código	P02G050V01603			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS 6	Sinale OB	Curso 3	Cuadrimestre 2c
Lingua de impartición	Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Rey Cao, Ana Isabel			
Profesorado	Carballo Afonso, María Rocío Rey Cao, Ana Isabel Vicente Vila, Pedro			
Correo-e	anacao@uvigo.gal			
Web	http://www.portaleducacionfisica.es			
Descrición xeral	Materia que aborda a planificación, programación execución, posta en práctica e avaliación de procesos de ensino - aprendizaxe no eido das actividades físicas e deportivas			

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas
C6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte

Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Conceptualización e identificación do obxecto de estudo da Didáctica dos procesos de ensino aprendizaxe na Actividade Física e do Deporte.	B1 B2 B15
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da Didáctica dos procesos de ensino aprendizaxe na Actividade Física e do Deporte.	B2 B13 B15
Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B11 B13
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e o Deporte.	B12 B26
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	B13 B25 B26

Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e *contextuais das persoas.	B11 B15 B16 B20	
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e deporte entre a poboación escolar.	B13 B25	
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	B18	C4
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas.	B13 B20	
Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar.	B15 B16 B25 B26	
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte.		C6
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	B13 B25 B26	
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	B26	

Contidos

Tema	
Bloque 1. Planificación dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	☐ Evolución e conceptos de planificación e programación. Fases do proceso programador: análise previa, elaboración, execución e avaliación ☐ O proceso de ensino-aprendizaxe no marco dunha planificación. ☐ Os procesos didácticos na planificación do ensino deportivo no marco formativo do deporte escolar ou do club de base.
Bloque 2. Niveis de concreción e unidades de programación na planificación a medio e longo prazo.	☐ Lexislación educativa na educación física. Análise e aplicación. ☐ Os niveis de concreción curricular e os seus elementos constituíntes. ☐ A programación. Finalidades, tipos e deseño.
Bloque 3. Avaliación e control nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte.	☐ A avaliación: conceptos e definicións. ☐ Clases de avaliación. ☐ Instrumentos de avaliación. ☐ Referentes lexislativos para a avaliación curricular en educación física.
Bloque 4. A dimensión investigadora do profesorado. A indagación reflexiva, base da formación do profesorado.	☐ O profesorado de educación física como investigador. ☐ A investigación-acción. ☐ Ferramentas para a investigación educativa.
Bloque 5. Recursos e materiais didácticos na actividade física e o deporte. Análise e rentabilización educativa.	☐ Recursos didácticos para o ensino da educación física e o deporte. ☐ Materiais didácticos para o ensino da educación física e o deporte. ☐ Contorna educativa e organización do espazo deportivo educativo. ☐ Contorna educativa e adaptación á diversidade.
Bloque 6. Educación en valores e a súa didáctica nos procesos de ensino aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	☐ Os valores e principios éticos na educación física e o deporte. ☐ Educación para o consumo. ☐ Educación física sustentable. ☐ Educación física e interculturalidade. ☐ Educación física e saúde. ☐ Creatividade.
Bloque 7. Perspectiva de xénero e educación a través da actividade física e o deporte.	☐ Xénero, corpo e sociedade. ☐ Estratexias didácticas para unha docencia sen prexuízos de xénero e non sexista.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	0	20	20
Presentación	3	7	10
Seminario	0	5	5
Saídas de estudo	6	0	6
Resolución de problemas	11	10	21
Lección maxistral	22	21	43
Exame de preguntas obxectivas	1	0	1
Práctica de laboratorio	3	20	23
Traballo	1	20	21

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

Metodoloxía docente	
	Descrición
Prácticas de laboratorio	Realizaranse diversas prácticas vinculadas aos contidos e competencias do proceso de planificación didáctica do ensino da educación física e do deporte.
Presentación	O alumnado presenciara e realizará dunha forma activa presentacións e/ou exposicións relacionadas cos contidos da materia e defensa dos mesmos en pequeno e gran grupo.
Seminario	A tutoría en grupo será unha condición fundamental para o entendemento e correcta orientación das presentacións e exposicións, así como para clarificar diversos aspectos do ensino/aprendizaxe dos procesos de planificación didáctica.
Saídas de estudo	Poderanse desenvolver saídas para a observación ou deseño e dirección de sesións de intervención práctica vinculadas aos bloques de contidos do currículo oficial de educación física na educación secundaria obrigatoria en Galiza.
Resolución de problemas	Deseño, programación e impartición de tarefas vencelladas os contidos da materia
Lección maxistral	A lección maxistral pretende dotar ao alumno das ferramentas conceptuais dos contidos da materia.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición
Presentación	Presentación/exposición individual ou grupal das unidades didácticas os proxectos educativos deseñados e desenvolvidos polo alumnado no proceso de intervención didáctica.
Seminario	Tutela e asesoramento sobre o deseño e elaboración das unidades didácticas, proxectos educativos ou programación didáctica a entregar. Nestas tutorías oriéntase ó alumnado sobre o proceso de elaboración dos devanditos documentos. En ningún caso estas tutorías son parte do proceso de avaliación destes documentos.
Saídas de estudo	Establécese a posibilidade de observación, ou deseño e dirección de procesos de intervención didáctica noutros espazos diferentes a propia Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte

Avaliación			
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Presentación	Presentación por escrito dunha Unidade Didáctica ou Proxecto Educativo vencellado ás sesións prácticas aleatorias deseñadas e dirixidas seguindo os principios da didáctica.	20	B1 B2 B11 B12 B13 B15 B16 B20 B25 B26
Exame de preguntas obxectivas	Proba escrita tipo test sobre os contidos teóricos da materia	40	B1 B2 B11 B12 B13 B15 B16 B20 B25 B26
Práctica de laboratorio	Seguimento do desenvolvemento da dirección e deseño das sesións prácticas e a implicación do alumnado nas prácticas, a participación na discusión das tarefas e os tópicos propostos en clase B e C Exposición pública da Unidade Didáctica.	10	B2 B25 B26

Traballo	Presentación escrita dunha programación anual de educación física ou dunha planificación didáctica	30	B1 B2 B11 B12 B13 B15 B16 B20 B25 B26
----------	--	----	--

Outros comentarios sobre a Avaliación

Avaliación continúa:

Será necesario aprobar todas as ferramentas de avaliación para supera-la materia. Manteranse os mesmos criterios para aprobar nas sucesivas convocatorias. Calquera alumno ou alumna matriculado na materia ten a obriga do cumprimento destes requisitos para a obtención dunha cualificación positiva na mesma. Non existe ningunha posibilidade de manter partes da materia aprobadas procedentes de anteriores cursos académicos.

Avaliación global:- O alumnado que non teña optado á avaliación continua (por non cumprir a asistencia na parte práctica, etc.), realizará unha avaliación global nas datas oficiais.

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

<http://fcced.uvigo.es/es/docencia/examenes/>

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Annichiarico 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

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

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

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

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II				
Materia	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II			
Código	P02G050V01604			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento				
Coordinador/a	Silva Alonso, Telmo			
Profesorado	Silva Alonso, Telmo			
Correo-e	telmosilva@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Código	
B1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis
C8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
C10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
C11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo
C18	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados

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

- Conocer el obxecto de estudio	B1	C7
- Ser capaz de analizar a estrutura técnica, táctica e condicional das disciplinas deportivas	B2	C8
- Ser capaz de deseñar tarefas de adestramento aplicadas á mellora de factores craves do rendemento deportivo.	B5	C9
- Ser capaz de deseñar e organizar programas de adestramento específicos atendendo ás prioridades de rendemento en competición.	B7	C10
- Saber utilizar os medios tecnolóxicos básicos para o desenvolvemento do adestramento e a avaliación do rendemento.	B11	C11
- Saber diagnosticar e controlar o rendemento deportivo, así como utilizar unha metodoloxía científica para o adecuado uso deses datos	B13	C18
- Manexar operativamente as medidas de prevención de lesións relacionadas coa actividade física e ser capaz de deseñar programas preventivos específicos para cada deportista e modalidade.	B14	
- Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	B26	
- Coñecer e comprender os efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.		
- Comprender e coñecer os fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.		
- Coñecemento e comprensión os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.		
- Adquirir hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.		
- Manexar información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.		
- Adaptar a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.		

Contidos	
Tema	
1. Adestramento das capacidades coordinativas.	1.1 Conceptos clave. 1.2 Obxectivos. 1.3 Procedementos. 1.2 Sistemas de avaliación.
2. Adestramento da técnica deportiva.	2.1 Conceptos clave. 2.2 Obxectivos. 2.2 Métodos de adestramento. 2.3 Sistemas de avaliación.
3. Adestramento da táctica deportiva.	3.1 Conceptos clave. 3.2 Obxectivos. 3.3 Métodos de adestramento. 3.4 Sistemas de avaliación.
4. Planificación e organización do adestramento deportivo.	4.1 Modelos principais de planificación deportiva. 4.2 Unidades básicas de planificación. 4.3 Criterios e procedementos para o deseño de tarefas, sesións e ciclos de adestramento.
5. Avaliación da carga de competición.	5.1 Conceptos clave. 5.2 Carga física. 5.3 Carga fisiolóxica. 5.4 Perfís de rendemento para a competición deportiva.
6. Avaliación da carga de adestramento.	6.1 Conceptos clave. 6.2 Obxectivos. 6.3 Métodos de control.
7. Estrategias de recuperación para o control da fatiga.	7.1 Alimentación. 7.2 Sono e descanso. 7.3 Control do estrés. 7.4 Outras estratexias.
8. Seguridade do proceso de adestramento.	8.1 Sobreentrenamiento. 8.2 Conservación da saúde física. 8.3 Conservación da saúde mental.

Planificación			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	22	15	37
Resolución de problemas	10	10	20
Aprendizaxe baseado en proxectos	21	40	61
Exame de preguntas obxectivas	2	30	32

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

Metodoloxía docente	
Descrición	

Lección maxistral	Exposición na clase do coñecemento científico e empírico mais actual sobre os contidos da materia.
Resolución de problemas	Obter solucións baseadas no coñecemento e método científico de problemas comúns sobre planificación y organización do adestramento deportivo.
Aprendizaxe baseado en proxectos	Deseño de un proxecto de adestramento para un caso individual ou colectivo, real ou simulado.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	Resolución de dúbidas.
Resolución de problemas	Resolución de dúbidas.
Aprendizaxe baseado en proxectos	Titorización e resolución de dúbidas.
Probas	Descrición
Exame de preguntas obxectivas	Resolución de dúbidas.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Lección maxistral	Participación activa e proactiva na realización das tarefas de aprendizaxe desenvoltas nas clases teóricas.	10	B1 B2 B5 B7 B11 B13 B14 B26	C7 C8 C9 C10 C11 C18
Resolución de problemas	Participación activa e proactiva das tarefas de resolución de problemas propostas nas clases prácticas.	20	B1 B2 B5 B7 B11 B13 B14 B26	C7 C8 C9 C10 C11 C18
Aprendizaxe baseado en proxectos	Elaboración e defensa dun proxecto de adestramento para un caso real ou simulado.	30	B1 B2 B5 B7 B11 B13 B14 B26	C7 C8 C9 C10 C11 C18
Exame de preguntas obxectivas	Proba escrita con respostas de opción múltiple e/ou verdadeiro/falso e/ou supostos prácticos.	40	B1 B2 B5 B7 B11 B13 B14 B26	C7 C8 C9 C10 C11 C18

Outros comentarios sobre a Avaliación

- Modalidad avaliación continua en convocatoria ordinaria e extraordinaria:
 - Proba escrita con resolución de supostos prácticos e/ou preguntas con opción de resposta múltiple e/ou verdadeiro/falso (40%)
 - Proxecto de adestramento (30 %): documento (50 % do 30 %) + video (50 % do 30 %).
 - Participación activa e proactiva nas tarefas desenvolta nas clases teóricas (10 %) e nas clases prácticas (20 %)

%). Este requisito aplicarase sempre e cando o alumnado asista a un mínimo de 10 clases teóricas e 10 clases prácticas.

- Modalidad avaliación global en convocatoria ordinaria e extraordinaria:
 - O alumno ou alumna fará unha proba de coñecementos e procedementos correspondentes a materia, coa resolución de supostos prácticos e/ou respostas a preguntas con opción múltiple e/ou clasificación de afirmacións ou respostas como verdadeiras/falsas (100 %).

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Bompa, T & Buzzichelli, C, **Periodización del entrenamiento deportivo**, B073D3G1L2, 4, Editorial Paidotribo, 2017

Miller, T, **Guía de pruebas y evaluaciones de la NSCA (Entrenamiento Personal)**, B01N7NAPNJ, 1, Editorial Paidotribo, 2016

Silva, T, **Entrena remo apoyándote en la ciencia**, 978-84-19668-09-7, 1, Editorial Uno, 2023

Bibliografía Complementaria

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Psicoloxía do adestramento deportivo/P02G050V01911

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Actividades de fitness				
Materia	Actividades de fitness			
Código	P02G050V01901			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	1c
Lingua de impartición	Castelán Galego			
Departamento				
Coordinador/a	Alonso Fernández, Diego			
Profesorado	Alonso Fernández, Diego			
Correo-e	diego_alonso@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	A materia pretende ofrecer ao alumno/a unha visión xeral dunha das principais opcións profesionais da titulación: as actividades de Fitness.			

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
C24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
C26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa
C28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas
C29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa

Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Os estudantes serán capaces de coñecer e comprender fundamentos das actividades de fitness.	B2 B5 B12 B13 B24	
Os estudantes serán capaces de deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de E-A relativos as actividades de fitness, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	B5 B25	C9 C24 C26 C28 C29
Os estudantes serán capaces de comprender a literatura científica do ámbito das actividades de fitness.	B2 B5	
Os estudantes serán capaces de promover a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade de fitness.	B13 B24 B25	C9 C28 C29
Os estudantes serán capaces de identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica das actividades de fitness.	B24	C9 C26 C28 C29

Os estudantes serán capaces de seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para as actividades de fitness.	B26	C24 C26 C29
Os estudantes serán capaces de aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao ámbito das actividades de fitness.	B5 B24	C28

Contidos

Tema	
TEMA 1. Teoría e práctica do exercicio físico e benestar en clases colectivas	SUBTEMA I: Concepto e evolución do fitness Subtema I.1. Concepto e evolución do fitness Subtema I.2. O fitness na actualidade Subtema I.3. O sector dos services de fitness Subtema I.4. Os usuarios/as do fitness SUBTEMA II: O técnico polivalente de fitness Subtema II.1. Características e formación Subtema II.2. Habilidades persoais e sociais Subtema II.3. Pautas para o seu desenvolvemento profesional
TEMA 2. Tendencias do fitness e análise do exercicio físico en clases colectivas	SUBTEMA III: Actividades de fitness: a sala cardio-fitness Subtema III.1. Equipamento e funcionamento dunha sala cardio-fitness actual. Subtema III.2. Pautas básicas de adestramento en sala Subtema III.3. Seguridade e prevención de lesións Subtema III.4. O adestramento funcional na sala cardio-fitness SUBTEMA IV: Actividades de fitness: tendencias actuais Subtema IV.1. H.I.I.T. Subtema IV.2. Tonificación con soporte musical Subtema IV.3. Running Subtema IV.4. Crosfit Subtema IV.5. Adestramento excéntrico e isoinercial Subtema IV.6. Adestramento en suspensión: TRX Subtema IV.7. Core-training Subtema IV.8. Adestramento propioceptivo Subtema IV.9. Stretching Global Activo Subtema IV.10. F.N.P. Subtema IV.11. Método Pilates
TEMA 3. Aspectos didácticos e metodolóxicos do exercicio físico con soporte musical.	SUBTEMA IV: Actividades de fitness: tendencias actuais Subtema IV.12. Tonificación con soporte musical

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	15	5	20
Traballo tutelado	4	15	19
Prácticas de laboratorio	26	9	35
Presentación	4	15	19
Resolución de problemas de forma autónoma	5	10	15
Exame de preguntas obxectivas	2	4	6
Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas	2	8	10
Traballo	6	20	26

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Actividades expositivas de profesor e estudante. Exposicións, seminarios, presentación de exercicios, traballos ou proxectos a desenvolver.
Traballo tutelado	Resolución de exercicios na aula/laboratorio baixo a dirección do profesor
Prácticas de laboratorio	Realización práctica de diferentes tendencias do fitness e desenvolvemento de sesións básicas
Presentación	Actividade práctica onde o alumno debe ser responsable do seu deseño, planificación e abordaxe.
Resolución de problemas de forma autónoma	Procura de información con base dunha posterior abordaxe práctica dos contidos.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	Na aula teórica ou por medios telemáticos no campus remoto, a plataforma MOOVI ou correo electrónico con concertación previa.
Traballo tutelado	Na aula práctica ou en horario de titorías ou por medios telemáticos no campus remoto, a plataforma MOOVI ou correo electrónico con concertación previa.
Presentación	Na aula teórica ou por medios telemáticos no campus remoto, a plataforma MOOVI ou correo electrónico con concertación previa.
Resolución de problemas de forma autónoma	Nas sesións teóricas, prácticas e en horario de titoría ou por medios telemáticos no campus remoto, a plataforma MOOVI ou correo electrónico con concertación previa.
Prácticas de laboratorio	Na aula práctica ou en horario de titorías ou por medios telemáticos no campus remoto, a plataforma MOOVI ou correo electrónico con concertación previa.

Avaliación				
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Lección maxistral	Durante algunhas sesións teóricas realizarase exercicios interactivos en gran grupo onde se concederán puntos da nota final en función da posición final obtida.	5	B2 B5 B12 B13 B24 B25 B26	C9 C24 C26 C28 C29
Presentación	Os alumnos desenvolverán unha sesión de fitness completa como monitores responsables.	25	B2 B5 B12 B13 B25 B26	C9 C24 C26 C28 C29
Exame de preguntas obxectivas	Avaliación global do proceso de aprendizaxe e adquisición de competencias e coñecementos: O exame teórico poderá constar de preguntas curtas e/ou tipo test dos diversos contidos da materia.	40	B2 B5 B12 B13 B25 B26	C9 C24 C26 C28 C29
Informe de prácticas, O alumno debe recompilar as sesións (contidos, obxectivos e tarefas) prácticum e prácticas das clases prácticas analizando críticamente cada unha delas. externas		15	B5 B13 B24 B26	C9 C26 C28 C29
Traballo	Os alumnos desenvolverán diversas tarefas propostas a través da plataforma de teledocencia Moovi que terán unha data límite de presentación para poder ser avaliadas.	15	B2 B5 B12 B13 B25 B26	C9 C24 C26 C28 C29

Outros comentarios sobre a Avaliación

Todo o alumnado, asista ou non ás clases, ten dereito a ser avaliado (mediante un exame ou no modo en que se estableza na guía docente).

Avaliación continua:

a) Avaliación ALUMNADO ASISTENTE (asiste, polo menos, ao 85% das sesións prácticas programadas):

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

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

- Na segunda convocatoria do mesmo curso académico se manterán as cualificacións da primeira convocatoria.

Avaliación global:

b) Avaliación ALUMNADO NON ASISTENTE (asiste a menos do 15% das sesións prácticas programadas):

- En todo caso manteñen a súa vixencia os criterios de avaliación e serán consultados previamente co docente da materia cando os alumnos non asistan de maneira regular durante o curso.

- As competencias da materia serán avaliadas nunha proba única de natureza teórica (50%) e práctica (50%) que debe ser superada cunha cualificación mínima dun 5.

c) As datas oficiais dos exames pódense consultar na páxina web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte: <http://fcced.uvigo.es/gl/>

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

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

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

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

Bibliografía Complementaria

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

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

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

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

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

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

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

Alonso-Fernandez et al., **Effect of a HIIT Programme vs. Extensive Continuous Training on Inexperienced Individuals**, Apunt. Educación Física y Deportes, 2017

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**, SportS Biomechanics, 2018

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

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

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

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

Vera-García et al., **Progressions of core stabilization exercises based on postural control challenge assessment**, 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

Gardiner et al., **injury risk and injury incidence rates in crossfit**, 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**, Pain Management, 2020

Schmidt et al., **Influence of Pilates Method on Nonspecific Lumbar Pain**, Arquivos Brasileiros de Neurocirurgia, 2020

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

Alonso-Fernandez et al., **Impact of Asking L-PROTOCOL on muscle architecture, flexibility and sprint performance**, Int. Journal of Sports Medicine, 2021

Alonso-Fernandez et al., **Acute impact of Nordic hamstring exercise on sprint performance after 24, 48 and 72 hours**, Sports Biomechanics, 2021

Alonso-Fernandez et al., **Effects of Copenhagen Adduction Exercise on Muscle Architecture and Adductor Flexibility**, IJERPH, 2022

Alonso-Fernandez et al., **Impact of High-Intensity Interval Training on Body Composition and Depressive Symptoms in Adults under Home Confinement**, IJERPH, 2022

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

Outros comentarios

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

- Anatomía e kinesiología humana.
 - Fisiología do exercicio.
-

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

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.
B4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.
B22	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.

Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Ser capaz de comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte nas persoas maiores.	B2
Coñecer e ser capaz de identificar os efectos que a práctica da actividade física e deporte en persoas maiores provocan en aspectos *fisiolóxicos e *biomecánicos.	B3
Ser capaz de identificar os efectos que a práctica da actividade física e deporte en persoas maiores provocan en aspectos *comportamentais e sociais.	B4
Ser capaz de identificar os efectos que a práctica da actividade física e deporte provocan sobre a *estructura de diferentes manifestacións da *motricidad humana en persoas maiores.	B7
Coñecer e ser capaz de aplicar os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional no ámbito das persoas maiores.	B11
Saber utilizar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte no ámbito das persoas maiores.	B12
Ser capaz de identificar e aplicar hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional en lle ámbito das persoas maiores.	B13
Coñecer e ser capaz de promover e avaliar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte nas persoas maiores.	B16
Ser capaz de identificar habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo no ámbito das persoas maiores.	B25
Ser capaz de identificar e adaptarse a novas situacións, aplicar a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma no ámbito das persoas maiores.	B26

Contidos

Tema	
Bloque temático 1. Xerontoloxía e actividade física: aspectos físicos, biolóxicos, sociais e psíquicos relacionados coa actividade física e a corporeidade das persoas maiores.	Tema 1. Cambios na anatomía e fisioloxía dos órganos e sistemas durante o envellecemento. Tema 2. Aspectos psicolóxicos e sociais do envellecemento.
Bloque temático 2. Epidemioloxía e demografía do envellecemento	Tema 3. Definicións e conceptos. Tema 4. Epidemioloxía e demografía do envellecemento. Tema 5. Teorías do envellecemento no ser humano.
Bloque temático 3. Características da motricidade humana en idade avanzada. O corpo e a vellez.	Tema 6. Autonomía funcional e valoración. Tema 7. Capacidades físicas e coordinativas.
Bloque Temático 4. Políticas de promoción da saúde e calidade de vida no envellecemento.	Tema 8. Políticas de promoción da saúde e calidade de vida
Bloque temático 5. O lecer activo nas persoas maiores. Características, necesidades e demandas de actividades das persoas maiores.	Tema 9. O lecer activo nas persoas maiores.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos	0	19	19
Traballo tutelado	28	14	42
Lección maxistral	22	22	44
Actividades introdutorias	2	1	3
Resolución de problemas e/ou exercicios	2	0	2
Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas	0	29	29
Resolución de problemas e/ou exercicios	0	10	10
Presentación	1	0	1

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Estudo de casos	Nas clases presenciais expóñanse diferentes situacións que esixan capacidade de reflexión, relación de contidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Traballo tutelado	Nas clases prácticas fundamentalmente expóñanse situacións que deberán resolver coa axuda do profesor ou con traballo autónomo. Realízáanse de individual ou colectiva, segundo a actividade. Será necesario realizar procura bibliográfica e manexarase bibliografía actual sobre temáticas relacionadas cos contidos da materia.
Lección maxistral	Nas clases presenciais desenvolveranse os aspectos conceptuais da materia, que deberán ser complementados polo alumno con estudo autónomo.
Actividades introdutorias	Nos primeiros días de clase explicarase o programa da materia.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	Nas clases presenciais desenvolveranse os aspectos conceptuais da materia, que deberán ser complementados polo alumno con estudo autónomo.
Estudo de casos	Nas clases presenciais expóñanse diferentes situacións que esixan capacidade de reflexión, relación de contidos, contraste de datos, realizar diagnósticos.
Traballo tutelado	Nas clases prácticas fundamentalmente expóñanse situacións que deberán resolver coa axuda do profesor ou con traballo autónomo. Realízáanse de individual ou colectiva, segundo a actividade. Será necesario realizar procura bibliográfica e manexarase bibliografía actual sobre temáticas relacionadas cos contidos da materia.
Probos	Descrición
Resolución de problemas e/ou exercicios	Actividades de apoio en horario de tutoría destinadas a orientar e/ou supervisar as tarefas da materia.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Estudo de casos	Traballo temático e memoria de prácticas	40	B2 B11 B12 B13 B16 B22 B25 B26
Traballo tutelado	Proposta de sesión	10	B3 B7 B16 B25 B26
Lección maxistral	Exame de contidos	40	B2 B3 B4 B7 B16 B22 B26
Resolución de problemas e/ou exercicios	Resolución e entrega de traballos prácticos	10	B26

Outros comentarios sobre a Avaliación

Na avaliación continua é necesario acadar un 5 no exame e no traballo temático para poder acceder ás cualificacións dos outros dous apartados da avaliación e calcular a media da materia. A realización do traballo é obrigatoria e é requisito fundamental para superar a materia. As notas das distintas seccións conservaranse para a segunda convocatoria dos que se presenten en modalidade continua. Para poder optar á avaliación continua é preciso asistir a un mínimo do 80% das clases prácticas.

De non superar a materia en primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xullo.

A avaliación global consta de dúas probas, un exame e un traballo que tratará dun contido desenvolvido nos contidos do curso. Ambos deberán obter un 5 sobre 10 para aprobar a materia.

As datas oficiais dos exames pódense consultar na páxina web da facultade en <http://fcced.uvigo.es/es/docencia/examenes/>.

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Bibliografía Complementaria

- BELSKY, J.K., **Psicología del envejecimiento. Teoría, investigaciones e intervencións**, 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,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

- Valoración e prescrición do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503
- Novas tecnoloxías para a educación musical na escola/P02G110V01942

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

- Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604
Valoración e prescrición do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Biomechanics of sports techniques				
Materia	Biomechanics of sports techniques			
Código	P02G050V01903			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3rd	2nd
Lingua de impartición	Spanish Galician			
Departamento				
Coordinador/a	Silva Alonso, Telmo Cabaleiro Álvarez, David			
Profesorado	Cabaleiro Álvarez, David Mato Corzón, Marta María			
Correo-e	telmosilva@uvigo.es dacabaleiro@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	Knowledge and application of the laws of the mechanics to the analysis of sports techniques with the intention of improving the performance and reducing the incidence of injuries.			

Training and Learning Results	
Código	
B2	Knowledge and comprehension of the scientific literature of the area of the physical activity and the sport.
B3	Knowledge and compression of the physiological factors and biomechanics that determine the practice of the physical activity and the sport
B7	Knowledge and comprehension of the foundations, structures and functions of the skills and bosses of the motricity humanizes.
B8	Knowledge and comprehension of the structure function and development of the different manifestations of the motricity humanizes.
B12	Application of the technologies of the information and communication (TIC) to the area of the Sciences of the Physical Activity and of the Sport.
B13	Habits of excellence and quality in the professional exercise.
B14	Managing of the scientific basic information applied to the physical activity and to the sport in his different manifestations.
B18	Aptitude to apply the physiological beginning, biomechanics, behavioral and social, to the different fields of the physical activity and the sport.
B20	Aptitude to identify the risks that stem for the health of the practice of physical inadequate activities.
B25	Skill of leadership, capacity of interpersonal relation and teamwork.
B26	Adjustment to new situations, the resolution of problems and the autonomous learning.
C3	Aptitude to apply the physiological and biomechanical skills, comportamentales and social, in the offer of tasks in the processes of education - learning across the physical activity and sport.
C8	Aptitude to apply the physiological biomechanical, comportamental and social principles, during the process of the sports training
C16	Aptitude to apply the physiological, biomechanical, comportamental and social principles to the field of the physical activity and the health
C23	Aptitude to identify and value the risks that could stem from the use of the equipments and sports facilities
C28	Aptitude to apply the physiological biomechanicl, comportamental and social principles, in the physical - sports recreative activities

Expected results from this subject	
Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe

The student will be able to know the principles and applications of the *biomecánica to the sportive practice	B2	C3
	B3	C8
	B7	C16
	B8	C23
	B12	C28
	B13	
	B14	
	B18	
	B20	
	B25	
	B26	
The student will be able to comprise like the cinematic, the dynamics and the fluid mechanics are the foundation of the *biomecánica	B2	C3
	B3	C8
	B7	C16
	B8	C23
	B12	C28
	B13	
	B14	
	B18	
	B20	
	B25	
	B26	
The student will be able to know and use distinct types of analysis *biomecánicos of the sportive technician	B2	C3
	B3	C8
	B7	C16
	B8	C23
	B12	C28
	B13	
	B14	
	B18	
	B20	
	B25	
	B26	
The student will be able to know and use tools of analysis *biomecánico of simulation and prediction	B2	C3
	B3	C8
	B7	C16
	B8	C23
	B12	C28
	B13	
	B14	
	B18	
	B20	
	B25	
	B26	

Contents

Tema	
Principles of classical mechanics applied to sports biomechanics	Objective Applications
Instrumental techniques to the biomechanical analysis of sports technique	Quantitative analysis Qualitative Analysis Analysis according to criteria of performance Evaluation of sports technique
Tools of simulation and prediction of the realisation of a sportive technician	Objective Characteristic Applications
Equilibrium of a musculoskeletal structure and human body	Foundations Applications
Elasticity of the tissues of a musculoskeletal structure	Foundations Application
Kinematics applied to sports technique	Foundations Applications
Dynamics applied to sports technique	Foundations Applications
Fluid mechanics applied to sports technique	Foundations Applications

Planning			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Seminars	30	30	60
Lecturing	22.5	22.5	45
Portfolio / dossier	0	44	44
Problem and/or exercise solving	1	0	1

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

Methodologies	
	Descrición
Seminars	- Application of the biomechanical principles to solve problems and practical cases. - Determination of objectives, obtaining, treatment, presentation and analysis of data in theoretical and real situations.
Lecturing	Presentation by the teacher of the fundamental theoretical contents of the subject.

Personalized assistance	
Metodoloxías	Descrición
Lecturing	The student will have at her/his disposal tutoring sessions to sort out specific doubts on the theoretical contents studied in class. Tutoring sessions may take place physically in the teacher's office or online (via the institutional email of the teaching staff involved in the subject and available on the faculty website, videoconferences or by telematics applications integrated in the remote campus of the University of Vigo) by appointment request.
Seminars	The student will have at her/his disposal tutoring sessions to sort out specific doubts regarding the problems and practical cases analyzed in the seminars. Tutoring sessions may take place physically in the teacher's office or online (via the institutional email of the teaching staff involved in the subject and available on the faculty website, videoconferences or by telematics applications integrated in the remote campus of the University of Vigo) by appointment request.
Probas	Descrición
Portfolio / dossier	The student will have at her/his disposal tutoring sessions to sort out specific doubts regarding the execution and submission of the required reports and assignments. Tutoring sessions may take place physically in the teacher's office or online (via the institutional email of the teaching staff involved in the subject and available on the faculty website, videoconferences or by telematics applications integrated in the remote campus of the University of Vigo) by appointment request.

Assessment				
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Seminars	Continuous evaluation, submission (in due time and form) of proposed exercises and reports on the analyses raised during the seminars.	35	B2 B3 B7 B8 B12 B13 B14 B18 B20 B25 B26	C3 C8 C16 C23 C28
Portfolio / dossier	Continuous evaluation, submission of required reports and assignments in due time and form.	30	B2 B3 B7 B8 B12 B13 B14 B18 B20 B25 B26	C3 C8 C16 C23 C28

Problem and/or exercise solving	Short answer or multiple choice tests on the contents of the subject.	35	B2 B3 B7 B8 B18 B20 B25 B26	C3 C8 C16 C23 C28
---------------------------------	---	----	--	-------------------------------

Outros comentarios sobre a Avaliación

In the case of negative continuous evaluation, global evaluation and second call, the student will take a final exam on the contents of the subject. This test will consist of short-answer questions and biomechanics problem-solving tasks and will be worth 70% of the final grade. To obtain a positive assessment of the subject, in addition to a positive evaluation of the final exam, student will have to submit (on paper or in digital format) the reports and tasks proposed by the teachers during the course, which will account for 30% of the final grade (the deadline to hand in the activities would be the day of the official exam of the corresponding call).

The official dates of the exams are those published on the faculty's website.

Sources of information

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**,

Pérez Soriano, Pedro, **Biomecánica básica: Aplicada a la actividad física y el deporte**,

Recommendations

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Statistics: Research methodology and statistics in physical activity and sport/P02G050V01302

Physiology: Exercise physiology 2/P02G050V01401

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

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
C8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
C10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo

Resultados previstos na materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.	B7
Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.	B10
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	B12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	B13
Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	B14
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	B23

Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B24
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	B25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	B26
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas	C1
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	C8
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	C9
Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	C10

Contidos

Tema

TEMA 1: Fundamentación teórica dos deportes náuticos	- Definición - Oríxenes e evolución histórica - Análise do remo e do piragüismo e os seus factores - As reglaxes das embarcacións: . Reglaxes en banco fixo . Reglaxes en banco móvil . Reglaxes en piragüismo e kayak
TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos e didácticos dos deportes náuticos: remo e piragüismo	- Técnica básica do remo e do piragüismo - Fases da palada no remo - Técnica básica de banco fixo - Técnica básica de banco móvil - Defectos técnicos mais frecuentes no remo - Técnica básica do piragüismo - Maniobras no piragüismo. Transporte, vuelco e vaciado. De equilibrio e conducción. De propulsión e combinadas - A palada en kayak. Fases da palada. Exercicios e corrección de erros. - Fundamentos tácticos: . A regata. Tipos. Partes . A estratexia - Postos específicos: . Postos específicos no remo de banco fixo . Postos específicos no remo de banco móvil . Postos específicos no piragüismo
TEMA 3: Estructura formal e funcional dos deportes náuticos: remo e do piragüismo	- Modalidades e especialidades - Categorías - Distancias de competición - Características das embarcacións - Características do sistema de masas - Distancias e tempos de competición - Frecuencia de palada en competición - Relación distancia/tempo de competición/tipo de esforzo - Tipos de competicións no remo e no piragüismo: . En función do recorrido . En función do sistema de competición . Programa olímpico
TEMA 4: O proceso de iniciación deportiva nos deportes náuticos	- Didáctica do remo e do piragüismo: . Ensinanza e aprendizaxe . Iniciación e metodoloxía . Etapas de formación - O medio acuático: . Natural: ríos, lagos, mar . Artificiais: pantanos, pistas . Normas de seguridade . Variables medioambientais externas
TEMA 5: Os deportes náuticos na súa vertiente recreativa e de rendemento	- Aspectos recreativos - O club. Organización - Aspectos de rendemento: . Tecnoloxía aplicada . Materiais - Estructura biomecánica do remo e do piragüismo

Planificación

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

Lección maxistral	22	3	25
Prácticas de laboratorio	26	20	46
Traballo tutelado	1	0	1
Seminario	0	12.5	12.5
Prácticas con apoio das TIC (Repetida, non usar)	0	26	26
Exame de preguntas obxectivas	1	14.5	15.5
Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas	4	20	24

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos teóricos sobre a materia obxecto de estudo.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia. Desenvólvense no río Lérez.
Traballo tutelado	O estudante, de maneira individual elabora unha memoria de prácticas sobre a materia.
Seminario	Entrevistas que o alumnado mantén co profesorado da materia para asesoramento/desenvolvemento de actividades da mesma e do proceso de aprendizaxe.
Prácticas con apoio das TIC (Repetida, non usar)	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia a través das TIC e de xeito autónomo.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Seminario	Enténdese por atención personalizada o tempo que se reserva para atender e resolver as dúbidas do alumnado en relación a materia. As sesións de titorización poderanse realizar por medios presenciais (despacho 217) ou ben telemáticos: correo electrónico ou despachos virtuais dos profesores a través do Campus Remoto, baixo a modalidade de cita previa: Profesor Ramón Rial Fernández (Remo) Sala 2138. Profesor Pablo Tenreiro Varela (Piragüismo) Sala 2540.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Prácticas de laboratorio	METODOLOXIAS DE AVALIACIÓN CONTÍNUA: Polo carácter da materia, haberá que participar activamente como mínimo no 85% das sesións prácticas de remo e no 85% das sesións prácticas de piragüismo como requisito previo para ter dereito a avaliación continua da parte práctica da materia (a participación debe ser activa, de forma que se o alumno/a asiste á sesión pero non interven nas actividades propostas, a asistencia non será contabilizada). Isto supón que o tope máximo de faltas (enfermidade, lesión, asuntos persoais, etc.) é de 2 entre remo e piragüismo (unha a remo e unha a piragüismo ou ao revés: unha a piragüismo e unha a remo), non podendo de ningunha maneira faltar a 2 prácticas de cada unha das dúas disciplinas (2 faltas a remo ou 2 faltas a piragüismo). As prácticas supoñen o 40% da cualificación final e realizaránse no río Lérez (tamén poderá facerse algunha práctica en terra nos ergómetros). A avaliación da docencia práctica realizarase de forma continua mediante o control de asistencia diaria do alumnado con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado ao longo do cuatrimestre (avaliarase o transporte do material, o seu axuste, o manexo e maniobrabilidade técnica da embarcación, etc.). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia ás prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ao alumnado para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comenzo das prácticas.	40	B7 B10 B13 B23 B24 B25 B26	C1 C8 C9 C10
Exame de preguntas obxectivas	Encamiñada a avaliar a integración dos contidos teóricos por parte do alumnado. Enténdese tamén por contido teórico calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas. Esta proba realizarase na data oficial e constará de 50 preguntas tipo test (25 de remo e 25 de piragüismo) con 4 opcións de resposta, sendo obrigatorio responder a todas as preguntas; as respostas erróneas non descontarán. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	25	B7 B10 B14 B24	C1 C8 C9 C10

Informe de prácticas, prácticum e prácticas externas	Ao rematar primeiro as prácticas de remo e logo as de piragüismo o alumnado, de xeito individual, deberá presentar unha memoria de todas as prácticas feitas. Para elaborar esta memoria o profesorado facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ao alumnado os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito o alumnado ao rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. No caso de que os profesores detectasen que as memorias fosen copiadas entre dous ou mais alumnos ou alumnas, éstos deberán facer un traballo individual relacionado coa materia. Unha vez remate a parte práctica de remo habilitarase un espazo en Moovi cun tempo límite dunha semana para que o alumnado poida subir as memorias en formato PDF, e farase o propio cando rematen as prácticas de piragüismo (fora deste prazo non se admitirá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	35	B7 B10 B12 B23 B26	C1 C8 C10
--	---	----	--------------------------------	-----------------

Outros comentarios sobre a Avaliación

Observacións: Unha vez cumprido o requisito de asistencia a un mínimo do 85% con participación activa ás prácticas tanto de remo como de piragüismo, a cualificación final do alumno/a será a nota media ponderada de cada un dos tres apartados (40%-25%-35%) sempre coa premisa de haber alcanzado unha puntuación mínima de 5 en cada un dos tres apartados. Se o alumno non chega a 5 en calquera dos tres apartados a súa cualificación na nota final será de suspenso. A cualificación positiva de unha ou dúas partes conservarase únicamente ata a seguinte convocatoria de xuño/xullo. De non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xuño/xullo.

METODOLOXÍAS DE AVALIACIÓN GLOBAL:

Aqueles alumnos/as que non cumprisen co requisito previo de asistir a lo menos ao 85% das prácticas con participación activa tanto a remo como a piragüismo ou ben figuren como non presentados/as dentro do cuatrimestre, non poderán acollerse a modalidade de avaliación continua e terán que acollerse obrigatoriamente á modalidade de Avaliación Global. Nesta modalidade terán que facer un exámen práctico da materia na data oficial, polo que se lles recomenda que previamente fagan as pertinentes prácticas en algún club de remo e/ou piragüismo (esta proba ponderará un 50%); ademais deberán superar o exámen teórico da materia (que ponderará un 25%) e realizar un traballo individual consistente na elaboración dunha progresión didáctica para a aprendizaxe do remo e do piragüismo (que ponderará un 25%). As pautas de devandito traballo, serán facilitadas polos profesores.

As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade na ligazón <http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>.

Bibliografía. Fontes 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 Fijo**, 1ª ed, Lea, 1996
- Silva Alonso, Telmo, **Entrena remo apoyándote en la ciencia**, 1ª ed, Uno Editorial, 2023

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

Recomendacións

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Socorrismo e a súa didáctica				
Materia	Socorrismo e a súa didáctica			
Código	P02G050V01912			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	1c
Lingua de impartición	#EnglishFriendly Castelán Galego			
Departamento				
Coordinador/a	Barcala Furelos, Roberto Jesús			
Profesorado	Barcala Furelos, Roberto Jesús			
Correo-e	roberto.barcala@uvigo.es			
Web	http://http://remoss.webs.uvigo.es/			
Descrición xeral	Materia para a formación especializada en salvamento e socorrismo acuático e nos primeiros auxilios.			

Resultados de Formación e Aprendizaxe

Código	
A1	Que os estudantes demostren posuír e comprender coñecementos nunha área de estudo que parte da base da educación secundaria xeral e adoita atoparse a un nivel que, malia se apoiar en libros de texto avanzados, inclúe tamén algúns aspectos que implican coñecementos procedentes da vangarda do seu campo de estudo.
A2	Que os estudantes saiban aplicar os seus coñecementos ó seu traballo ou vocación dunha forma profesional e posúan as competencias que adoitan demostrarse por medio da elaboración e defensa de argumentos e a resolución de problemas dentro da súa área de estudo.
A3	Que os estudantes teñan a capacidade de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro da súa área de estudo) para emitir xuízos que inclúan unha reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica ou ética.
A4	Que os estudantes poidan transmitir información, ideas, problemas e solución a un público tanto especializado coma non especializado.
A5	Que os estudantes desenvolvan aquelas habilidades de aprendizaxe necesarias para emprender estudos posteriores cun alto grao de autonomía.
B3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.
B11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
C10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo
C15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde
C17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde
C23	Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas
C26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa
C29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa

Resultados previstos na materia

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

Que os estudantes demostren posuír e comprender coñecementos sobre o socorrismo e a súa didáctica.	A1	B3	C1
Que os estudantes saiban aplicar os seus coñecementos ó seu traballo no ámbito do socorrismo.	A2	B11	C10
Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que influen no socorrismo.	A3	B20	C15
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas e as medidas de actuación urxente fronte a eles.	A4	B23	C17
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcta intervención das maniobras urxentes.	A5	B24	C23
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos ó socorrismo e a súa didáctica.		B25	C26
		B26	C29

Contidos

Tema	
1.- A prevención de accidentes na actividade física e a educación. Instalacións e espazos acuáticos naturais.	1.1. Prevención de accidentes en espazos acuáticos naturais. 1.2. Prever accidentes ou situacións de emerxencia en instalacións acuáticas, velando pola seguridade dos usuarios.
2.- Socorrismo, primeiros auxilios e os CC. Do Deporte	2.1. Primeiro interviniente ante incidentes en contornas acuáticas. Condutas de autoseguridade. PAS. 2.2. Graos do afogado 2.2. Valoración Primaria 2.3. Reanimación Cardiopulmonar 2.4. Obstrución de vía aérea 2.5. Tratamento do paciente traumático 2.6. Primeiros auxilios básicos para socorristas e primeiros intervinientes. 2.7. Primeiros auxilios en tempos de COVID-19
3.- Socorrismo acuático	3.1. Rescate de accidentados en espazos acuáticos naturais. 3.2. Rescate de persoas en caso de accidente ou situación de emerxencia en instalacións acuáticas.
4.- Didáctica do socorrismo	4.1. Proceso de ensino aprendizaxe das técnicas de natación adaptadas ao socorrismo. 4.2. Proceso de ensino aprendizaxe dos mecanismos de prevención. 4.3. Proceso de ensino aprendizaxe das técnicas de rescate. 4.4. Proceso de ensino aprendizaxe dos primeiros auxilios

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Obradoiro	10	7.5	17.5
Simulación	11.5	20	31.5
Traballo tutelado	1	40	41
Lección maxistral	10	0	10
Simulación ou Role Playing	10	0	10
Simulación ou Role Playing	10	0	10
Proxecto	1	29	30

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Obradoiro	Talleres para a aprendizaxe de habilidades e técnicas referidas ao contido da materia (eminentemente prácticos. Os talleres de rescate acuático realizaranse en contornas acuáticas naturais -praia ou río)
Simulación	Simulación clínica de casos de estudo (ben virtual ou ben *presencialmente) dos contidos da materia (tanto en praia como en piscina).
Traballo tutelado	Traballo tutelado referido ao último bloque de contidos da materia. O alumno deberá elaborar un traballo a modo de proxecto para a formación nalgún colectivo da educación, deporte ou salvamento de cada unha das unidades dos módulos formativos dos certificados de profesionalidade de socorrismo.
Lección maxistral	Presentación dos contidos da materia por parte do docente (*telemáticamente ou *presencialmente)

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	O temario estará dispoñible en fatic, e atenderanse titorías sobre as dúbidas de cada contido. Esta atención personalizada será a través de titorías virtuais e/ou presenciais.

Traballo tutelado O traballo tutelado consistirá na elaboración dun traballo que será presentado en forma de proxecto avaliable. O traballo terá relación sobre o último tema dos contidos. O alumnado recibirá apoio por parte do docente, en titorías (telemáticas ou presenciais) para o correcto seguimento deste traballo.

Avaliación						
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe			
Simulación ou Role Playing	Simulación 1. Realizarase unha proba de rescate acuático na que se deberán aplicar correctamente técnicas específicas de salvamento (indicaranse antes do exame e atenderán os contidos da materia). Despois do rescate, debería realizar unha RCP de 20 minutos alcanzando un valor de polo menos o 70%. As notas ponderaranse en relación co tempo e a calidade da RCP. (40% da nota)	40	A1	B3	C1	
			A2	B11	C10	
			A3	B20	C15	
			A4	B23	C17	
			A5	B24	C23	
				B25	C26	
				B26	C29	
Simulación ou Role Playing	Simulación 2. Presentarase un caso clínico ligado a calquera dos contidos da materia (prevención, vixilancia, salvamento ou primeiros auxilios ou unha combinación de varios, tanto espazos acuáticos naturais como instalacións acuáticas) para ser resolto individualmente ou en grupo. (40% da nota)	40				
Proxecto	Preparación e presentación dun proxecto audiovisual para a impartición de calquera dos módulos dos certificados de profesionalidade relacionados cos primeiros auxilios e / ou proxecto para a impartición dalgúns contidos asociados nunha poboación vinculada a deportes ou educación. (10% da nota)	10	A2	B26	C1	
			A3			
			A4			

Outros comentarios sobre a Avaliación

AVALIACIÓN GLOBAL

A avaliación será eminentemente práctica. Os contidos teóricos serán avaliados e integrados na simulación práctica. Se a simulación se realiza en grupo, a avaliación será sempre individual. Esta avaliación consistirá nun conxunto de probas relacionadas cos primeiros auxilios e outro conxunto de probas relacionadas co rescate acuático.

A presentación do proxecto pode ser individual ata un máximo de 5 participantes. No caso de ser un grupo, todos os participantes recibirán a mesma nota e, polo tanto, ponderada no proxecto. Este proxecto tamén pode integrarse na parte avaliadora da simulación, sempre que os estudantes asistisen regularmente e previamente co profesor da materia.

Será necesario acadar polo menos o 50% da porcentaxe de cada unha das dúas probas de avaliación (superar ambas partes). Se se suspende unha peza, non se manterá a CUALIFICACIÓN DA PRÓXIMA CONVOCATORIA PARA A PROBA DE SIMULACIÓN OU ROLE PLAYING

AVALIACIÓN CONTINUA

A mesma que a avaliación global pero diferida ao longo do curso académico

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Biernes, J., **Handbook on Drowning Prevention, Rescue, Treatment**, Springer, 2014

Fernández F., Palacios J., Barcala R, Oleagordia A., **Primeros auxilios y socorrismo acuático. Prevención e intervención**, 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**, N Engl J Med, 2012

Bibliografía Complementaria

PUBMED,

SCOPUS,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Outros comentarios

Recoméndase que os estudantes teñan neopreno xa que se realizarán moitas prácticas nun ambiente natural.

Recoméndase que, se existe unha condición de saúde preexistente que poida supor un risco para actividades acuáticas

intensas e extremas (como enfermidades cardíacas, epilepsia, mareos, etc.), escolla outro tema con menos risco ou avalíe o seu risco a través dun médico consello.

Se o alumno que presenta unha patoloxía que podería ser potencialmente perigosa para esta materia, decide cursala, deberá poñerse en contacto co servizo de prevención de riscos laborais para que, xunto co profesor, adopte as medidas preventivas específicas para a situación persoal.

Esta materia implica unha intensa actividade práctica en ambientes inestables. O estudante na súa matrícula debe avaliar as súas capacidades físicas e limitacións, así como o seu nivel de natación anterior, a tolerancia á hipotermia ou o afrontamento emocional con situacións simuladas relacionadas con emerxencias acuáticas / deportivas.
