



Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte

Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Asignaturas

Curso 3

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

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

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

Competencias

Código	Tipología
CG1 Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber
CG2 Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG11 Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber
CG12 Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber hacer
CG13 Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber hacer
CG15 Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	• saber hacer
CG16 Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.	• saber hacer
CG18 Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.	• saber hacer
CG20 Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.	• saber hacer
CG21 Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicas/deportivas.	• saber hacer
CG23 Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.	• saber hacer
CG25 Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• Saber estar /ser
CG26 Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• Saber estar /ser

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Identificar los diferentes elementos del acto didáctico, como se articula su presencia en la programación y entender la relación que existe entre ellos.	CG15

Conceptualizar lo que es una programación sistémica, los modelos didácticos fundamentales y los elementos que constituyen la ecología de los procesos de enseñanza-aprendizaje.	CG1 CG2
Utilizar la plataforma de teledocencia para supervisar la guía docente, el guión del trabajo y realizar la inscripción para el trabajo por proyectos/microenseñanza.	CG12
Emplear la web 2.0 para evaluar los procesos de E-A desarrollados en el aula.	
Asimilar que la realización de una buena programación es un factor fundamental para una buena praxis profesional de la actividad física y el deporte.	CG11 CG13
Comprender que la reflexión que acompaña a la programación responde a un aspecto básico de la deontología profesional.	CG11 CG13
Seleccionar, secuenciar y explicitar objetivos para una programación de forma sistémica y articulada en niveles de concreción.	CG15 CG21
Seleccionar, secuenciar y explicitar contenidos para una programación sistémica y articulada en niveles de análisis epistemológico y psicopedagógico.	CG15 CG16 CG21
Seleccionar y aplicar los métodos y técnicas didácticas más acordes a los objetivos, contenidos, modelo didáctico y estrategia seleccionada en la programación.	CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23
Diseñar sesiones a través de la motricidad realizando una elección y ordenación idónea de los elementos didácticos.	CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23 CG26
Diseñar tareas acordes a los objetivos y contenidos.	CG15 CG18 CG20 CG23 CG26
Realizar en equipo una programación didáctica completa para una intervención concreta.	CG2
Desarrollar una intervención didáctica en un contexto facilitado, prestando especial atención a las habilidades comunicativas.	CG12 CG13
Aceptar las evaluaciones externas y emplear las como ejes de reflexión sobre la propia competencia didáctica.	CG25 CG26
Ser autocrítico/la con las habilidades didácticas.	
Desarrollar la capacidad de evaluación didáctica observando el desarrollo de los elementos del acto comunicativo en la praxis de los procesos de enseñanza-aprendizaje.	
Analizar sistémicamente la programación desarrollada evaluando su coherencia estratégica.	

Contenidos

Tema

1. Fundamentación teórica de la Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.	Bloque temático I. Aspectos conceptuales de la didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.
	<ol style="list-style-type: none"> 1. La didáctica. <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Contextualización histórica. 1.2. Definición. 1.3. Objeto, funciones y clases de didáctica. 1.4. Didáctica y currículo. 2. Los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Delimitación y epistemología del concepto.
2. Elementos básicos en la programación de los procesos de enseñanza aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.	Bloque temático II. La programación en los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.
3. La coherencia en la programación didáctica.	3. Concepción ecológica de los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.
4. Programación de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte en el tercer nivel de concreción o programación de corto plazo. Las unidades de programación.	<ol style="list-style-type: none"> 4. La programación didáctica. <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Concepto de programación. 4.2. Modelos de programación. 4.3. Características de la programación. 4.4. Componentes de la programación.

5. Modelos para la intervención a través de la actividad física y el deporte en los elementos presentes en el tercer nivel de concreción o programación a corto plazo.

Bloque temático III. Principios, finalidades, competencias y objetivos en los procesos de E-A a través de las expresiones motrices.

5. Tipos de objetivos.

6. Tareas del profesorado vinculadas a los objetivos.

7. Taxonomías de objetivos.

Bloque temático IV. Contenidos en los procesos de E-A en la actividad física y del deporte.

8. Los contenidos. Tipos de contenidos.

8.1. Los contenidos en la educación a través de la motricidad.

8.2. Contenidos abstractos o epistemológicos. Taxonomías.

8.3. Contenidos psicopedagógicos. Taxonomías.

9. Tareas del profesorado vinculadas a los contenidos.

Bloque temático V. Metodología de los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.

10. Conceptos y elementos.

11. Métodos de práctica.

12. Métodos para la organización de la sesión.

13. Métodos para la organización espacial y material.

14. Métodos para la formación y distribución de grupos.

15. Métodos para la gestión de la disciplina.

6. La tarea didáctica.

16. Actividades de enseñanza-aprendizaje.

16.1. La tarea didáctica.

16.2. Método de presentación de la tarea.

16.3. Planteamiento de tareas.

16.4. Análisis didáctico de las tareas motrices.

7. Habilidades del/la docente en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.

Bloque temático VI. Habilidades del profesorado en los procesos de E-A en la actividad física y el deporte.

17. Métodos para la comunicación.

17.1. Habilidades de comunicación.

17.2. Feedback.

18. Estrategias para una comunicación sin prejuicios de género y no sexista.

Planificación

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

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

Metodologías

	Descripción
Lección magistral	Clases magistrales en las que se explican los fundamentos teóricos. El alumnado asimila y toma apuntes. Plantea dudas y cuestiones complementarias.

Resolución de problemas	Trabajo individual y grupal de resolución de tareas en las clases C. La profesora presenta y ejemplifica la tarea y el alumnado resuelve y expone dudas.
	El alumnado diseña, imparte y analiza diferentes métodos y tareas didácticas.
Trabajo tutelado	- Diseño y desarrollo de una intervención didáctica a través de la actividad física y el deporte. Aplicación de microenseñanza. Cada grupo de tres personas (o dos, si así lo indica la profesora) desarrollará una sesión según las características básicas determinadas en la opción que le sea asignada. En cada una de ellas se aborda específicamente un método didáctico. Tomando como base ese elemento didáctico el grupo deberá diseñar el resto de elementos didácticos para constituir su sesión. Esta sesión deberá ser impartida a sus compañeros y compañeras en las aulas prácticas. Es obligación del alumnado mantenerse informado de las posibles modificaciones en el calendario de prácticas. Es obligatorio realizar un mínimo de dos tutorías antes de la realización de la sesión. Una de ellas será en hora de clase.
Seminario	El alumnado presenta el desarrollo de su trabajo tutelado en un mínimo de tres tutorías grupales.
Estudio de casos	Análisis didáctico y discusión de la sesión práctica realizada en la clase laboratorio realizada en la práctica B. El alumnado deberá participar activamente y realizar las tareas encomendadas en la clase A correspondiente.
Prácticas de laboratorio	En las aulas de laboratorio se experimentarán las tareas motrices propuestas y la realización de una intervención docente. Participación en una microenseñanza. Los métodos desarrollados serán mando directo, asignación de tareas, enseñanza recíproca-pequeños grupos, enseñanza modular, resolución de problemas, descubrimiento guiado y grupales participativas (para las reflexiones-análisis del final de la sesión).

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Trabajo tutelado	Supervisión, discusión y corrección del trabajo tutelado.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Prácticas de laboratorio	Control de la participación en las clase de laboratorio. -Asistir y participar activa y críticamente en la microenseñanza con un mínimo del 80% de las prácticas de las horas de los grupos B y C. - Realizar correctamente la observación de habilidades de comunicación y la grabación audiovisual. -La asistencia a más de un 80% de la docencia de aula de créditos B y C eximirá de la realización del examen práctico final. -Este criterio no es de obligado cumplimiento para superar la materia, puesto que el alumnado que supere el 20% de faltas podrá acceder a la evaluación final mediante una prueba de los créditos de laboratorio. Calificación de apto/a o no apto/a	5	CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23 CG25
Trabajo tutelado	Microenseñanza: Programación y desarrollo de una intervención didáctica a través de la actividad física y el deporte. Los criterios son: - Entregar el borrador de la sesión y la memoria final en el plazo establecido;- Desarrollar el trabajo cumpliendo los requisitos formales y de contenido exigidos; - Llevar a la práctica la sesión diseñada; - Asistir a dos tutorías para la revisión previa de la sesión y a la clase donde se explica el método correspondiente a esa sesión; - Diseñar y explicitar tareas cumpliendo los criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). - Obligatorio para todo el alumnado.	30	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23 CG25 CG26
Seminario	Asistencia en grupo a las tutorías para la supervisión y discusión del trabajo tutelado. - El alumnado debe asistir las tutoría con las tareas de control que se explicitan en el guión del trabajo realizadas. - Solo se calificará al alumnado que asista.	10	CG2 CG11 CG12 CG25 CG26

Estudio de casos	Asistencia y participación activa en la reflexión y análisis didáctico que se realizará en la clase A de la sesión práctica desarrollada en la clase B. Ejecución y entrega de las tareas propuestas.	5	
Práctica de laboratorio	Desarrollo de una intervención didáctica en grupo. El alumnado asumirá la docencia de un mínimo de una actividad de enseñanza-aprendizaje. Los criterios son: - Organizar la fase pre-activa; - Gestionar adecuadamente los recursos materiales y espaciales durante el desarrollo de la sesión; - Implementar estrategias de disciplina y participación pasiva; - Desarrollar la fase reflexiva con criterios didácticos; Adoptar una actitud docente positiva.	5	CG11 CG23 CG26
Estudio de casos	Defensa oral del trabajo escrito. El alumnado responderá a las cuestiones realizadas por la profesora sobre la programación de la sesión desarrollada en el trabajo tutelado. En casos específicos, mediante negociación previa con la profesora, esta herramienta de evaluación podrá ser sustituida por un examen escrito de desarrollo.	45	CG1 CG2

Otros comentarios sobre la Evaluación

Para superar la asignatura es imprescindible:

-conseguir una cualificación mínima de 5 puntos y realizar la metodología de trabajo tutelado - realizar la práctica de laboratorio.

- obtener una cualificación mínima de 1,5 puntos en el estudio de casos/análisis de situaciones.

Los trabajos deberán ser entregados en las fechas determinadas por la profesora. La entrega de los trabajos será en formato papel, a excepción de aquellos casos en los que se especifique lo contrario. Cuando el trabajo no se entregue personalmente a la profesora, deberá adjuntarse una copia por correo electrónico simultáneamente a su entrega en el buzón de la facultad.

- En caso de no superar la asignatura en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de junio/julio. En las convocatorias correspondientes a un mismo curso académico se conservan las cualificaciones obtenidas por el alumnado. Será necesario repetir las metodologías necesarias para conseguir un mínimo de 5 puntos.

Las tutorías son presenciales. No se realizará atención tutorial por correo electrónico.

El alumnado "No asistente"deberá realizar una intervención didáctica que cumpla las condiciones especificadas en el trabajo tutelado y supera las metodologías: Trabajo tutelado; Estudio de casos/análisis de situaciones; prácticas de laboratorio.

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

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

Fuentes de información

Bibliografía Básica

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

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

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

Rey Cao, Ana, Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte I. Apuntes de la asignatura., Pontevedra, 2017, <https://faitic.uvigo.es/index.php/es/>

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

Tandem. Didáctica de la Educación Física

Bibliografía Complementaria

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

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

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

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

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

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

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, Madrid

González Arévalo, C., El proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte., 2005, Apuntes. Educación Física y Deporte, 80, 20-26.

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, Barcelona

López Pastor, V. (Coord.), La sesión en Educación Física: los diferentes modelos y los planteamientos educativos que subyacen., 2001, Revista digital Educación física y deportes, año 7, 43. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd43/sesion.htm>

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

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

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., 2009, Apunts. Educación Física y Deportes, 98, 23-32.

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

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

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

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

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

Fundamentos de la motricidad/P02G050V01204

Juego motor/P02G050V01105

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

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

Expresión corporal y danza/P02G050V01402

Otros comentarios

Se recomienda:

La asistencia de forma continua a las clases presenciales.

La realización de las actividades de evaluación continua.

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

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

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

Competencias

Código		Tipología
CG1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano	• saber
CG8	Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.	• saber
CG11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber • Saber estar /ser
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• Saber estar /ser
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	• saber • saber hacer
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• Saber estar /ser
CE7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles	• saber • saber hacer
CE8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo	• saber hacer
CE10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE12	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
El estudiante será capaz de proponer el desarrollo de las diferentes capacidades condicionales adecuándolas a las necesidades del deportista, y establecer el control de la carga dentro del proceso de entrenamiento para conseguir un efecto concreto	CG5 CG8 CG14 CE7 CE11
El estudiante será capaz de aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, para justificar el efecto que provoca el entrenamiento deportivo	CG2 CG5 CG8 CG14 CE8

El estudiante será capaz de identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica inadecuada de ejercicios y métodos de entrenamiento deportivo	CG5 CG8 CG14 CG26 CE7 CE9 CE10
El estudiante será capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para desarrollar cada capacidad condicional dentro del proceso entrenamiento deportivo	CG2 CG5 CG26 CE12
El estudiante será capaz de proponer y ejecutar ejercicios o tareas con sus indicadores de control de la carga dentro de cada capacidad condicional para garantizar en los deportistas un determinado efecto del entrenamiento	CG5 CG14 CG26 CE7 CE11
El estudiante será capaz de actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional	CG1 CG11 CG13

Contenidos

Tema

FUNDAMENTOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

- Tema 1. La adaptación en el deporte: El efecto del entrenamiento deportivo
- Concepto de entrenamiento deportivo
 - Concepto de adaptación en el deporte
 - El proceso de adaptación deportiva
 - Mecanismo general de adaptación
 - Síndrome general de adaptación
 - Dinámica del proceso de entrenamiento deportivo: estímulo, fatiga, recuperación, supercompensación, adaptación
 - Fases sensibles en la adaptación
- Tema 2. La carga de entrenamiento
- Concepto de carga de entrenamiento
 - Tipología de cargas de entrenamiento
 - Aspectos que determinan la carga de entrenamiento: contenido, magnitud, organización de la carga
 - Entrenamiento concurrente e interferencias en el entrenamiento
- Tema 3. La forma deportiva
- Concepto de forma
 - factores que determinan el rendimiento deportivo
 - características de la forma deportiva
 - Tipos de forma deportiva
 - Fases del estado de forma
 - Síntomas del estado de forma
 - Evaluación de la forma deportiva
- Tema 4. Los principios del Entrenamiento Deportivo
- Concepto y clasificación
 - Principios biológicos
 - principios pedagógicos
 - principios de planificación y organización

FUNDAMENTOS, ESTRUCTURA Y MÉTODOS DEL ENTRENAMIENTO DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES

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

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

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

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

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Estudio de casos	4	9	13
Prácticas de laboratorio	22.5	45	67.5
Aprendizaje basado en proyectos	4	9	13
Lección magistral	22	33	55
Examen de preguntas de desarrollo	1	0	1
Práctica de laboratorio	0.25	0	0.25
Examen de preguntas objetivas	0.25	0	0.25

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

Metodologías

	Descripción
Estudio de casos	Análisis de casos relacionados con el entrenamiento deportivo para conocerlos, interpretarlos, reflexionar sobre ellos y proponer soluciones alternativa.
Prácticas de laboratorio	Adquisición de habilidades básicas y de procedimientos relacionados con el entrenamiento deportivo. se desarrollan en espacios con equipamiento especializado (pista de atletismo. pabellón deportivo, recta de velocidad, sala de fitness)
Aprendizaje basado en proyectos	Se formularán problemas o ejercicios concretos relacionados con la selección de capacidades condicionales, sus métodos para desarrollarlas así como el efecto previsto en cada caso. El alumno debe desarrollar las solución más adecuada y justificarla
Lección magistral	Exposición por parte del profesor de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y conocimiento científico actualizado.

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Prácticas de laboratorio	En el horario de tutorías se resolverán dudas concretas sobre los ejercicios, casos y explicaciones realizadas durante las clases prácticas.
Aprendizaje basado en proyectos	En tutorías colectivas se abordaran las soluciones más adecuadas a los problemas planteados para que los alumnos puedan contrastar y discutir sus soluciones con las propuestas por el profesor

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Examen de preguntas de desarrollo	Consistirá en el desarrollo de 3 preguntas referentes a los contenidos teóricos y prácticos desarrollados en la asignatura. sera necesario aprobarlo para poder superar la asignatura	50	CG1 CG2 CG5 CG8 CG11 CG14 CG26 CE7 CE8 CE9 CE11
Práctica de laboratorio	La prueba consistirá en la resolución y ejecución práctica de ejercicios de entrenamiento vinculados a los contenidos realizados en las prácticas de la asignatura. sera necesario aprobarlo para poder superar la asignatura	30	CG5 CG8 CG11 CG13 CG14 CG26 CE7 CE10 CE12
Examen de preguntas objetivas	Consistirá en un batería de 20 preguntas tipo test de respuesta única sobre 5 posibles. Será necesario aprobarlo para poder superar la asignatura	20	CG1 CG2 CG5 CG8 CG14 CE7 CE9 CE10 CE11

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

Fuentes de información

Bibliografía Básica

García-García, O y Serrano-Gómez, V, Entrenamiento personal: Guía para el desarrollo profesional, 1, Medica panamericana, 2017, Madrid

Gonzalez Ravé, J.M., Pablos Abellá, C. y Navarro Valdivielso, F., Entrenamiento Deportivo: Teoría y práctica, 1, Medica panamericana, 2014, Madrid

Nacleiro, F., Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones, 1, Medica panamericana, 2011, Madrid

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

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

Bibliografía Complementaria

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

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

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

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

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

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

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

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

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

Competencias

Código		Tipología
CG1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber • Saber estar /ser
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	• saber hacer
CG16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.	• saber • Saber estar /ser
CE8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE13	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud	• saber • saber hacer
CE15	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud	• saber • saber hacer
CE17	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud	• saber • saber hacer
CE18	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados	• saber • saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Conocer e identificar el objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	CG1
Saber buscar e interpretar la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	CG2 CG13 CG14
Conocer y utilizar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	CG11 CG13
Ser capaz de elaborar propuestas para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.	CG16
Ser capaz de evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud en diferentes poblaciones.	CG16 CE13 CE17
Conocer y saber aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud.	CE8 CE13 CE17

Saber identificar los riesgos que se derivan para la salud del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud.	CG13 CE15 CE17 CE18
Ser capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados.	CE18

Contenidos

Tema

I. Beneficios y riesgos asociados al ejercicio: relación entre actividad física, salud, longevidad y calidad de vida.	I. Mercado laboral en el área de la actividad física; Diferentes conceptos y factores que determinan la actividad física.
II. Prescripción de ejercicio físico: gestión de entrenamiento para la salud.	II. Evaluación en el contexto de la salud, Efectividad de los testes y etapas de la programación de la actividad física.
III. Diseño de un proyecto de entrenamiento para la salud: la planificación de la actividad física.	III. Principios del entrenamiento en el ámbito de la salud, Metodología cardiovascular y neuromuscular
IV. Evaluación de la condición física en el contexto de la práctica de la actividad física para la salud.	IV. Evaluación Antropométrica, Evaluación Postural, Evaluación cardiovascular y neuromuscular (Protocolos de campo)
V. Prescripción de la actividad física para la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas y de lesiones derivadas de la práctica deportiva.	V. Actividad física y grupos especiales

Planificación

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

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

Metodologías

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

Atención personalizada

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

Informe de prácticas Inicialmente mediante indicaciones específicas de cómo elaborar el informe, y después a través de las tutorías y el correo electrónico.

Evaluación			
	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Prácticas de laboratorio	Trabajo e implicación del alumnado durante la realización de las clases prácticas.	10	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
Trabajo tutelado	Trabajo teórico/práctico planteado por el profesor con entrega en fecha única determinada durante las clases teóricas y prácticas.	20	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
Trabajo	Trabajo teórico planteado por el profesor con entrega en fecha única determinada por el mismo.	10	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
Examen de preguntas objetivas	Se realizará una prueba teórico-práctica: test, respuesta corta y/o resolución de supuestos prácticos.	50	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18

Informe de prácticas Presentación oral sobre los trabajos planteados durante las clases	10	CG1
		CG2
		CG11
		CG13
		CG14
		CG16
		CE8
		CE13
		CE15
		CE17
		CE18

Otros comentarios sobre la Evaluación

Requisitos básicos a cumplir para la superación de la materia:

- Realizar todos los trabajos planteados por el profesor, sea escritos o en forma de presentación, vinculados con el desarrollo de los contenidos.
- Obtener una calificación de al menos 5 puntos en la sumatoria de todos los trabajos y examen.

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

- Calificación obtenida por la realización de los trabajos: 40%
- Calificación obtenida en el examen: 50%
- La asistencia y la participación activa a las sesiones prácticas y teóricas: 10% (Obs: La hoja de asistencia estará a disposición de los alumnos/as para su firma hasta 10 minutos del inicio de la clase, a partir de este momento, los alumnos/as que no han firmado, tendrán falta en dicha clase.

Trabajos a realizar por los alumnos: 40%

1. Realizar un trabajo teórico de cualquier tema relacionado con la asignatura. Revisar por lo menos 10 artículos científicos del mismo tema encontrados en revistas científicas (se llevará en consideración en la nota final de dicho trabajo ARTÍCULOS PUBLICADOS EN LOS ÚLTIMOS 5 AÑOS) y presentar el resumen del mismo de cada artículo con una extensión de 1 página. El trabajo será individual y tendrá un 10% de la nota final.
2. Realizar una presentación de 20 minutos máximo en formato Power Point con todos los apartados de la asignatura.

Proporción de incidencia en la calificación para los trabajos:

- Revisión de los artículos: 10%
- Calidad de la presentación: 10%
- Anexos (Word, Excel y etc): 20%

La entrega de los mismos será con fecha única determinada por el profesor durante el curso, en la 2ª convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos así como la nota de participación en clases teóricas y prácticas conseguidas en la 1ª convocatoria, o sea, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria.

Fuentes de información

Bibliografía Básica

ACSM, anual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio, Paidotribo, 2005, Barcelona
 Vivian H. Heyward, Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio, Panamericana, 2008, Madrid.

Bibliografía Complementaria

ACSM, Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio., Paidotribo, 2000, España
 López, E.J.M., Pruebas de aptitud física, Paidotribo., 2002, Barcelona
 George, Fisher, Vehrs, Test y Pruebas Físicas, Paidotribo, 2001, Barcelona

Baechle, T & Earle, R., Essentials of strength training and conditioning., Human Kinetics., 2000, Illinois USA
Sharkey, B.J., Fitness and Health., Human Kinetics, 2002, Illinois USA

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Actividades físicas de ocio/P02G050V01905

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

Ejercicio físico para personas mayores/P02G050V01908

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

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

Competencias

Código		Tipología
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	• Saber estar /ser
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber hacer
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber hacer
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	• saber hacer
CG21	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades fíicodeportivas.	• saber hacer
CG23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.	• saber
CG24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• Saber estar /ser
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• Saber estar /ser
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber hacer
CE19	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas	• saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo	CG25
Adaptación a nuevas situaciones, a la resolución de problemas y al aprendizaje autónomo	CG26
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas	CE19
Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	CG2
Conocimiento y comprensión de los factores *comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	CG4
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	CG12
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	CG13
Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestación	CG14
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	CG24
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades fíicodeportivas.	CG21 CG23

Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.

Contenidos

Tema	
1. El Sistema deportivo	Introducción El modelo Escandinavo El modelo del Norte de Europa El modelo Centroeuropeo El modelo de Europa del Este El modelo del Sur de Europa
2. El Servicio deportivo	Concepto global de servicio deportivo Análisis de costes Fijación de precios Financiación Viabilidad
3. Modelo de gestión deportiva	Gestión Público/Personal Gestión Directa/Indirecta/Mixta El papel del Gestor Deportivo Funciones del Gestor Deportivo
4. Gestión y organización en el deporte	Organización Administrativa (Pública) Estructura Asociativa (Personal) Deponerte Profesional (Privado) Gestión de entidades deportivas SAL (Privado)
5. Ordenamiento jurídico del deporte	Introducción al Ordenamiento Jurídico Unión Europea y Deporte. Base jurídica. Legislación Nacional y Autonómica Estatutos y Legislaciones Federativas Configuración jurídica del deponerte en medio natural

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Lección magistral	30	45	75
Trabajo tutelado	1.5	2.25	3.75
Resolución de problemas	22.5	33.75	56.25
Examen de preguntas objetivas	0	15	15

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

Metodologías

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

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Resolución de problemas	Se entiende por atención personalizada el tiempo reservado por cada docente para atender y resolver las dudas del alumnado. En estas actividades lo/la docente tiene como función orientar y guiar el proceso de aprendizaje del alumnado.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Resolución de problemas	Grupos-C: O estudiante resolverá na aula os exercicios propostos que poderá completar de maneira autónoma e terá que entregar de xeito INDIVIDUAL no prazo acordado. (20%)	55	CG4
	Grupos-B: Os estudante resolverá en pequeno grupo (max. 3 persoas) na aula os exercicios propostos que poderá completar de maneira autónoma e terá que entregar de xeito GRUPAL no prazo acordado. (35%)		CG12 CG13 CG14 CG21 CG23 CG26 CE19

Trabajo tutelado	O estudiante completará de xeito INDIVIDUAL unha auditoria a un evento deportivo xa celebrado, seguindo un modelo predefinido e fará unha breve exposición oral da mesma na aula.	20	CG2 CG4 CG12 CG13 CG14 CG21 CG23 CE19
Examen de preguntas objetivas	Constará de 30 preguntas cerradas en la que los alumnos seleccionan una única respuesta verdadera de entre 3 opciones. La fórmula de corrección para anular el efecto del azar será: $[C = A - Y/(k-1)]$. Siendo C(calificación), A (aciertos), Y(errores), K(número de opciones de respuesta).	25	CG2 CG4 CG12 CG13 CG14 CG21 CG23 CG24 CG25 CG26 CE19

Otros comentarios sobre la Evaluación

A) Evaluación para el alumnado que complete al menos el 85% de asistencia a los grupos B y C:

La calificación final de la materia resultará de la ponderación de las pruebas de evaluación (resolución de problemas, trabajo tutelado y rueba tipo test). Será requisito imprescindible para aprobar la materia :

a) Presentar dentro del plazo estipulado todos los ejercicios correspondientes a los grupos B y C

b) Obtener en el examen una calificación de 5.5 ó más puntos.

B) Evaluación para el alumnado que NO complete el 85% de asistencia a los grupos B y C y para aquellos que no superen la materia en la primera convocatoria: La calificación final de la materia resultará únicamente del resultado de la prueba tipo test (100%), en la cual deberá obtener una calificación de 6.5 o más puntos para superar la materia.

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Añó Sanz, V., Organización de eventos deportivos y competiciones deportivas, Universidad de Valencia, 2011, Valencia
Blanco,E.;Burriel,J.C.;Camps,A.;J.L.; Landaberea,J.A.;Montes,V., Manual de la Organización Institucional del Deporte, Paidotribo, 1999, Barcelona

Desbordes, M & Falgoux, J., Gestión y organización de un evento deportivo, Inde, 2006, Barcelona

Llopis-Goig, R., Participación Deportiva en Europa. Políticas, culturas y prácticas, UOC, 2016, Barcelona

Celma, J., ABC del Gestor Deportivo, INDE, 2004, Barcelona

Millán Garrido, A, Legislación Deportiva, Reus, 2016, Barcelona

Llopis-Goig,R., Megaeventos deportivos. Perspectivas científicas y estudio de casos, UOC, 2012, Barcelona

www.csd.gob.es, Consejo Superior de Deportes,

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

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

Bibliografía Complementaria

www.iusport.com, Portal Jurídico del Deporte,

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

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Actividades físicas de ocio/P02G050V01905

Gestión y organización de los sistemas deportivos II/P02G050V01702

Marketing y dirección de empresas deportivas/P02G050V01909

Otros comentarios

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

DATOS IDENTIFICATIVOS**Actividad física y deporte adaptado**

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

Competencias

Código		Tipología
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	• saber
CG4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	• saber
CG5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano	• saber
CG6	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.	• saber
CG10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.	
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	
CG15	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	• saber hacer
CG18	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.	• saber hacer
CG20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.	• saber hacer
CG23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.	• saber hacer
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber hacer
CE9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo	• saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte adaptado.	CG2 CG4 CG20
Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte adaptado	CG4 CG10
Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte adaptado	CG14
Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte adaptado sobre la estructura y función del cuerpo humano	CG3
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte adaptado en las personas con diversidad funcional.	CG10 CG26 CE9

Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas y deportes adaptados de forma inadecuada.	CG20
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a la actividad física y deporte adaptado.	CG18
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad física y deporte adaptado.	CG23
Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica de actividad física y deporte adaptado sobre la estructura y función del cuerpo humano.	CG5
Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica de actividad física y deporte adaptado sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.	CG6
Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte adaptado.	CG2 CG3 CG5 CG15 CG18 CE9
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	CG26
Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte adaptado, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	CG15

Contenidos

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

Planificación

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

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

Metodologías

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

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
--------------	-------------

Trabajo tutelado	Sesiones desarrolladas en el aula y en el pabellón deportivo en las que se podrán en práctica los contenidos relacionados con el deporte adaptado.
Lección magistral	Sesiones teóricas desarrolladas en el aula con el apoyo de las nuevas tecnologías.
Resolución de problemas	Actividades de petición voluntaria a desarrollar en el despacho 230 en horario de tutoría dedicadas a supervisar el trabajo a realizar en las sesiones prácticas.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Examen de preguntas objetivas	Examen de opción múltiple con respuesta única.	70	CG3 CG4 CG5 CG6 CG10 CG15 CG18 CG20 CE9
Trabajo	Trabajo dirigido por el Profesor/a. Técnicas grupales participativas. Resolución de dudas, consulta y seguimiento de trabajos. Actividad autónoma del alumno.	30	CG2 CG5 CG14 CG15 CG18 CG20 CG23 CG26

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

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

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

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

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

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

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

Fuentes de información

Bibliografía Básica

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

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, Navarra

Pedersen, B., y Saltin, B., Exercise as medicine □ evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases, 2015, Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport

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

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

Bibliografía Complementaria

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Gerontología y actividad física/P02G050V01902

Otros comentarios

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

DATOS IDENTIFICATIVOS**Actividad física y deporte recreativo**

Asignatura	Actividad física y deporte recreativo			
Código	P02G050V01602			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	2c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Gutierrez Santiago, Alfonso Prieto Lage, Iván			
Profesorado	Gutierrez Santiago, Alfonso Prieto Lage, Iván			
Correo-e	ivanprieto@uvigo.es ags@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

Competencias

Código		Tipología
CG7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	• saber
CG10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.	• saber
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber
CG16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.	• saber
CG17	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.	• saber • saber hacer • Saber estar /ser
CG21	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.	• saber
CG23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.	• saber
CG24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• saber
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber
CE28	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas	• saber • saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físicodeportivas recreativas.	CG17 CG21
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico- deportiva recreativa.	CG23
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de las actividades físico-deportivas recreativas para toda la población.	CG16
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas.	CG13 CG16 CG23 CG24
Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa.	CG10 CG23 CG25
Conocimiento y comprensión de los fundamentos de las actividades físicas y deportes recreativos.	CG7 CG10

Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las actividades físicas y deportes recreativos. CG12

Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	CG25
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	CG26
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	CG13
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	CG24
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas	CE28

Contenidos

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

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Lección magistral	16	24	40
Resolución de problemas	6	12	18
Estudio de casos	4	8	12
Prácticas de laboratorio	26	52	78
Resolución de problemas y/o ejercicios	2	0	2

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

Metodologías

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

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Lección magistral	Sesión magistral
Resolución de problemas	Resolución de problemas y/o ejercicios
Estudio de casos	Estudio de casos/análisis de situaciones
Prácticas de laboratorio	Prácticas de laboratorio

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Prácticas de laboratorio	Asistencia e implicación del/de la alumno/la	30	CG10 CG13 CG16 CG21 CG25 CE28

Resolución de problemas y/o ejercicios Examen teórico.
Tipo test y/o respuesta corta .

70

CG7
CG10
CG12
CG13
CG16
CG21
CG23
CG24
CG25
CG26
CE28

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

a) En la convocatoria del segundo cuatrimestre (mayo-junio) el examen tendrá una valoración del 70% y la participación activa en las sesiones prácticas un 30% (deberán asistir como mínimo al 80% de las sesiones prácticas). El alumnado que no cumpla el 80% de asistencia práctica, deberán realizar un examen práctico y/o se incluirá una o varias preguntas extras de desarrollo en el examen de preguntas cortas. Es indispensable superar el examen teórico y el práctico (si fuera el caso) con una calificación mínima de 5 puntos para aprobar la materia.

b) De no tener superada la materia en la primera convocatoria, las competencias no adquiridas serán evaluadas en la convocatoria de junio-julio. En esta convocatoria (junio-julio) y en la de fin de carrera (septiembre) el examen teórico tendrá una valoración del 70% y el práctico un 30% (si tiene superada la parte práctica en la convocatoria anterior no será preciso hacer este examen). El examen práctico consistirá en preguntas extras de desarrollo en el examen de preguntas cortas.

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

<http://fcced.uvigo.es/eres/gl/docencia/exámenes>

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Bibliografía Complementaria

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

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

Camerino e Castañer, 1001 ejercicios y juegos de recreación, 1º, 2003

Jardi e Rius, 1000 ejercicios y juegos con material alternativo, 1º, 1990

varios, Recursos de la web referentes a las distintas actividades recreativas,

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Actividades físicas de ocio/P02G050V01905

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

Asignatura	Didáctica de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte II			
Código	P02G050V01603			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptor	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuatrimestre
	6	OB	3	2c
Lengua	Gallego			
Impartición	Departamento Didácticas especiales			
Coordinador/a	Rey Cao, Ana Isabel Vicente Vila, Pedro			
Profesorado	Rey Cao, Ana Isabel Vicente Vila, Pedro			
Correo-e	anacao@uvigo.es pvicente@uvigo.es			
Web	http://www.portaleducacionfisica.es			
Descripción general	(*)Materia que aborda a planificación, programación ejecución, posta en práctica e avaliación de procesos de ensino - aprendizaxe no eido das actividades físicas e deportivas			

Competencias

Código		Tipología
CG1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber hacer
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber hacer
CG15	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza[] aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	• saber • saber hacer
CG16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.	• saber hacer
CG18	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.	• saber • saber hacer
CG20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.	• saber
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber hacer • Saber estar /ser
CE4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas	• saber • saber hacer
CE6	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte	• saber

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Conceptualización e identificación del objeto de estudio de la Didáctica de los procesos de enseñanza aprendizaje en la Actividad Física y del Deporte.	CG1 CG2 CG15
Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la Didáctica de los procesos de enseñanza aprendizaje en la Actividad Física y del Deporte.	CG2 CG13 CG15
Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	CG11 CG13

Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.	CG12 CG26
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	CG13 CG25 CG26
Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	CG11 CG15 CG16 CG20
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deporte entre la población escolar.	CG13 CG25
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.	CG18 CE4
Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas.	CG13 CG20
Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar.	CG15 CG16 CG25 CG26
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuada para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte.	CE6
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	CG13 CG25 CG26
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	CG26

Contenidos

Tema	
Bloque 1. Planificación de los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.	<input type="checkbox"/> Evolución y conceptos de planificación y programación. Fases del proceso programador: análisis previo, elaboración, ejecución y evaluación <input type="checkbox"/> El proceso de enseñanza-aprendizaje en el marco de una planificación. <input type="checkbox"/> Los procesos didácticos en la planificación de la enseñanza deportiva en el marco formativo del deporte escolar o del club de base.
Bloque 2. Niveles de concreción y unidades de programación en la planificación a medio y largo plazo.	<input type="checkbox"/> Legislación educativa en la educación física. Análisis y aplicación. <input type="checkbox"/> Los niveles de concreción curricular y sus elementos constituyentes. <input type="checkbox"/> La programación. Finalidades, tipos y diseño.
Bloque 3. Evaluación y control en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte.	<input type="checkbox"/> La evaluación: conceptos y definiciones. <input type="checkbox"/> Clases de evaluación. <input type="checkbox"/> Instrumentos de evaluación. <input type="checkbox"/> Referentes legislativos para la evaluación curricular en educación física.
Bloque 4. La dimensión investigadora del profesor. La indagación reflexiva, base de la formación del profesorado.	<input type="checkbox"/> El profesor de educación física cómo investigador. <input type="checkbox"/> La investigación-acción. <input type="checkbox"/> Herramientas para la investigación educativa.
Bloque 5. Recursos y materiales didácticos en la actividad física y el deporte. Análisis y **rentabilización educativa.	<input type="checkbox"/> Recursos didácticos para la enseñanza de la educación física y el deporte. <input type="checkbox"/> Materiales didácticos para la enseñanza de la educación física y el deporte. <input type="checkbox"/> Entorno educativo y organización del espacio deportivo educativo. <input type="checkbox"/> Entorno educativo y adaptación a la diversidad.
Bloque 6. Educación en valores y su didáctica en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte.	<input type="checkbox"/> Los valores y principios éticos en la educación física y el deporte. <input type="checkbox"/> Educación para el consumo. <input type="checkbox"/> Educación física sostenible. <input type="checkbox"/> Educación física desde la perspectiva intercultural. <input type="checkbox"/> Educación física y salud. Herramientas didácticas para diseñar y planificar hacia un mejor estilo de vida. <input type="checkbox"/> La igualdad de sexos en la educación y el deporte. <input type="checkbox"/> La perspectiva de género en la educación a través de la actividad física y del deporte

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Prácticas de laboratorio	0	20	20
Presentación	2	7.5	9.5
Seminario	0	5	5
Salidas de estudio	6.5	0	6.5
Aprendizaje-servicio	4	8	12

Lección magistral	26	26	52
Examen de preguntas objetivas	1	0	1
Práctica de laboratorio	3	20	23
Trabajo	1	20	21

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

Metodologías

	Descripción
Prácticas de laboratorio	Se realizarán diversas prácticas vinculadas a los contenidos y competencias del proceso de planificación didáctica de la enseñanza de la educación física y del deporte.
Presentación	El alumnado presenciará y realizará de una forma activa presentaciones y/o exposiciones relacionadas con los contenidos de la materia y defensa de los mismos en pequeño y gran grupo.
Seminario	La tutoría en grupo será una condición fundamental para el entendimiento y correcta orientación de las presentaciones y exposiciones, así como para clarificar diversos aspectos de la enseñanza/aprendizaje de los procesos de planificación didáctica.
Salidas de estudio	Se podrán desarrollar salidas para la observación o diseño y dirección de sesiones de intervención práctica vinculadas a los bloques de contenidos del currículo oficial de educación física en la educación secundaria obligatoria en Galicia.
Aprendizaje-servicio	El alumnado experimentará y diseñará actividades didácticas para la educación medioambiental destinadas al proyecto ApS "Camiño Verde".
Lección magistral	La lección magistral pretende dotar al alumno de las herramientas conceptuales de los contenidos de la materia.

Atención personalizada

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

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Presentación	Exposición de una sesión práctica de una unidad didáctica aleatoria siguiendo los principios de la didáctica.	20	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG20 CG25 CG26
Aprendizaje-servicio	Diseño y programación de tareas didácticas vinculadas con la educación medioambiental y la corporeidad susceptibles de ser realizadas por diferentes colectivos (proyecto Camiño Verde). Asistencia a los seminarios específicos.	5	CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG26

Examen de preguntas objetivas	Prueba escrita tipo test sobre los contenidos teóricos de la materia	35	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG20 CG25 CG26
Práctica de laboratorio	Seguimiento del desarrollo de la dirección y diseño de las sesiones prácticas y la implicación del alumno en la práctica, la participación en la discusión de las tareas y los tópicos propuestos en clase.	10	CG2
Trabajo	Presentación escrita de una programación anual de educación física o de una planificación didáctica	30	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG20 CG25 CG26

Otros comentarios sobre la Evaluación

Será necesario aprobar toda las herramientas de evaluación para superar la materia. Se mantienen los mismos criterios para aprobar en las sucesivas convocatorias. Cualquier alumno matriculado en la materia tiene el deber del cumplimiento de los requisitos para la obtención de una calificación positiva en la misma. No existe ninguna posibilidad de mantener partes de la materia aprobadas procedentes de anteriores cursos académicos. El alumnado que no asiste a la clase tiene derecho a ser evaluado por medio de idénticas herramientas de evaluación que al alumnado con asistencia.

Las fechas de examen pueden ser consultadas en la web de la facultad www.fcced.uvigo.es

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Annichiarico Ramos, Rubén, Manual de Didáctica de la Educación Física, 1ª, Annichiarico R.J., 2005, A Coruña

Blández, J., Programación de unidades didácticas según ambientes de aprendizaje., INDE, 2000, Barcelona

Contreras, O., Didáctica de la E.F., INDE, 1998, Barcelona

Fernández, J., Ruiz, M., Fuster, M., Los materiales didácticos de Educación Física, Wanceulen, 1997, Sevilla

Galera, A., Manual de Didáctica de la E.F., Paidós, 2001, Barcelona

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, Barcelona

Sánchez Bañuelos, F., Didáctica de la E.F., Prentice Hall, 2002, Madrid

Zagalaz, M., Corrientes y tendencias en la E.F., INDE, 2001, Barcelona

Bibliografía Complementaria

SCOPUS,

Senners, P., La Lección de Educación Física., INDE, 2001, Barcelona

SPORTDISCUS,

Torres, J., El currículum oculto, Morata, 1996, Madrid

Vázquez, B., Baes educativas de la Actividad Física y el Deporte, Síntesis, 2001, Madrid

Zagalaz, M., Los enfoques curriculares en la enseñanza de la Educación Física., Prentice Hall, 2002, Madrid

Recomendaciones

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

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

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

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

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

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

Competencias

Código		Tipología
CG1	Conceptualización e identificación del objeto de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano	• saber • saber hacer
CG7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	• saber
CG11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber • saber hacer • Saber estar /ser
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	• saber • saber hacer
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber • saber hacer
CE7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles	• saber • saber hacer
CE8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo	• saber
CE9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo	• saber
CE10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo	• saber
CE11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo	• saber
CE18	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado, para cada tipo de actividad que practique la población de adultos, mayores y discapacitados	• saber • saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
---------------------------	--------------

- Conocer el objeto de estudio CG1
- Ser capaz de analizar la estructura técnica, táctica y condicional de las disciplinas deportivas CG2
- Ser capaz de diseñar tareas de entrenamiento aplicadas a la mejora de factores claves del rendimiento deportivo. CG5
- Ser capaz de diseñar y organizar programas de entrenamiento específicos atendiendo a las prioridades de rendimiento en competición. CG7
- Saber utilizar los medios tecnológicos básicos para el desarrollo del entrenamiento y la evaluación del rendimiento. CG11
- Saber diagnosticar y controlar el rendimiento deportivo, así como utilizar una metodología científica para lo adecuado uso de los datos CG13
- Manejar *operativamente las medidas de prevención de lesiones relacionadas con la actividad física y ser capaz de diseñar programas preventivos específicos para cada deportista y modalidad. CG14
- Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte. CG26
- Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano. CE7
- Comprender y conocer los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana. CE8
- Conocimiento y comprensión los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional. CE9
- Adquirir hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional. CE10
- Manejar información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones. CE11
- Adaptar a las nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo. CE18

Contenidos

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

Planificación

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

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

Metodologías

Descripción

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

Atención personalizada

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

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Trabajo tutelado	Trabajo teórico/práctico planteado por el profesor con entrega en fecha única determinada durante las clases teóricas y prácticas.	30	CG1 CG2 CG5 CG7 CG11 CG13 CG14 CG26 CE7 CE8 CE9 CE10 CE11 CE18
Prácticas de laboratorio	Trabajo e implicación del alumnado durante la realización de las clases prácticas.	10	CE7 CE8 CE9 CE10 CE11 CE18
Examen de preguntas de desarrollo	Se realizará una prueba teórico-práctica: test, respuesta corta y/o resolución de supuestos prácticos.	50	CG2 CG14 CG26 CE7 CE8 CE9 CE11 CE18
Presentación	Exposición por parte del alumnado ante el/la docente y/o un grupo de estudiantes de un tema sobre contenidos de la materia o de los resultados de un trabajo, ejercicio, proyecto... Se puede llevar a cabo de manera individual o en grupo.	10	CG1 CG2 CG11 CG14 CE9 CE11 CE18

Otros comentarios sobre la Evaluación

Requisitos básicos a cumplir para la superación de la materia:

- Realizar todos los trabajos planteados por el profesor, sea escritos o en forma de presentación, vinculados con el desarrollo de los contenidos.
- Obtener una calificación de al menos 5 puntos en la sumatoria de todos los trabajos y examen.

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

- Calificación obtenida por la realización de los trabajos: 40%
- Calificación obtenida en el examen: 50%
- La asistencia y la participación activa a las sesiones prácticas y teóricas: 10% (Obs: La hoja de asistencia estará a disposición de los alumnos/as para su firma hasta 10 minutos del inicio de la clase, a partir de este momento, los alumnos/as que no han firmado, tendrán falta en dicha clase.

Trabajos a realizar por los alumnos: 40%

1. Cuestionario a contestar en forma de dossier (Trabajo teórico)
2. Entregar el trabajo teórico con la Planificación de la temporada según el deporte elegido (Macro ciclo, mesociclos, microciclos, sesiones y tareas del entrenamiento).
3. Realizar una presentación con la Planificación de la temporada según el deporte elegido de 20 minutos máximo en formato Power Point.

Proporción de incidencia en la calificación para los trabajos:

- Cuestionario a contestar en forma de dossier: 10%
- Calidad de la presentación: 10%
- Diseño del plan de una temporada, anexos (Word, Excel y etc): 20%

La entrega de los mismos será con fecha única determinada por el profesor durante el curso, en la 2ª convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos así como la nota de participación en clases teóricas y prácticas conseguidas en la 1ª convocatoria, o sea, los criterios de puntuación serán los mismos que en la 1ª convocatoria.

Fuentes de información

Bibliografía Básica

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

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

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

Garcia Manso, M, Bases Teóricas del Entrenamiento deportivo, 1, Ed. Gymnos, 1996, Madrid

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

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

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

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

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

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

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

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

Bibliografía Complementaria

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

- Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906
- Especialización en deportes individuales/P02G050V01907
- Psicología del entrenamiento deportivo/P02G050V01911

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

- Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Otros comentarios

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

DATOS IDENTIFICATIVOS**Actividades de fitness**

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

Competencias

Código		Tipología
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG5	Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano	• saber
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber • saber hacer
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber • saber hacer • Saber estar /ser
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• Saber estar /ser
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber hacer
CE9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE24	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad físico-deportiva recreativa, con atención a las características individuales y contextuales de las personas	• saber • saber hacer
CE26	Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa	• saber • saber hacer
CE28	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas	• saber • saber hacer
CE29	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa	• saber • saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Los estudiantes serán capaces de conocer y comprender fundamentos de las actividades de fitness.	CG2 CG5 CG12 CG13 CG24
Los estudiantes serán capaces de diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de Y-A relativos las actividades de fitness, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	CG5 CG25 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29
Los estudiantes serán capaces de comprender la literatura científica del ámbito de las actividades de fitness.	CG2 CG5

Los estudiantes serán capaces de promover la formación de hábitos perdurables y autónomos de practica de actividad de fitness.	CG13 CG24 CG25 CE9 CE28 CE29
Los estudiantes serán capaces de identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de las actividades de fitness.	CG24 CE9 CE26 CE28 CE29
Los estudiantes serán capaces de seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuada para las actividades de fitness.	CG26 CE24 CE26 CE29
Los estudiantes serán capaces de aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al ámbito de las actividades de fitness.	CG5 CG24 CE28

Contenidos

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

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Lección magistral	25	10	35
Trabajo tutelado	4	12	16
Seminario	4	10	14
Presentación	15	13	28
Resolución de problemas de forma autónoma	5	10	15

Examen de preguntas objetivas	2	4	6
Informe de prácticas	2	8	10
Trabajo	6	20	26

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

Metodologías

	Descripción
Lección magistral	Actividades expositivas de profesor y estudiante. Exposiciones, seminarios, presentación de ejercicios, trabajos o proyectos a desarrollar.
Trabajo tutelado	Resolución de ejercicios en el aula/laboratorio bajo la dirección del profesor
Seminario	Tutorías obligatorias individualmente o en pequeño grupo.
Presentación	Actividad práctica en donde el alumno debe ser responsable de su diseño, planificación y abordaje.
Resolución de problemas de forma autónoma	Búsqueda de información con base de un posterior abordaje práctico de los contenidos.

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Lección magistral	En el aula teórica
Trabajo tutelado	En el aula práctica o en horario de tutorías.
Presentación	En el aula teórica y sesiones prácticas
Seminario	En las sesiones teóricas, prácticas y en horario de tutoría
Resolución de problemas de forma autónoma	En las sesiones teóricas, prácticas y en horario de tutoría

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Presentación	Los alumnos desarrollarán una sesión de fitness completa como monitores responsables.	25	CG2 CG5 CG12 CG13 CG25 CG26 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29
Examen de preguntas objetivas	Evaluación global del proceso de aprendizaje y adquisición de competencias y conocimientos: El examen teórico podrá constar de preguntas cortas y/o tipo test de los diversos contenidos de la asignatura.	50	CG2 CG5 CG12 CG13 CG25 CG26 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29

Informe de prácticas	El alumno debe recopilar las sesiones (contenidos, objetivos y tareas) de las clases prácticas analizando críticamente cada una de ellas.	15	CG5 CG13 CG24 CG26 CE9 CE26 CE28 CE29
Trabajo	Los alumnos desarrollarán un trabajo de naturaleza teórico-práctica vinculado a la actividad de fitness que desarrollarán de forma práctica en su presentación.	10	CG2 CG5 CG12 CG13 CG25 CG26 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

a) Evaluación alumnado asistente:

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

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

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

b) Evaluación alumnado no asistente:

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

- Las competencias de la materia serán evaluadas en una prueba única de naturaleza teórica y práctica.

c) Las fechas oficiales de los exámenes se pueden consultar en la página web de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte:

<http://feduc.webs.uvigo.es/index.php?id=60,0,0,1,0,0>

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Bibliografía Complementaria

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

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

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

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

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

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

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

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

S A Costigan, N Eather, R C Plotnikoff, D R Taaffe, D R Lubans, High-intensity interval training for improving health-related fitness in adolescents: a systematic review and meta-analysis, Br J Sports Med, 2015,
Lieberman et al., Foot strike patterns and collision forces in habitually barefoot versus shod runners, Nature, 2010,
Thijs et al., Gait-related intrinsic risk factors for patellofemoral pain in novice recreational runners, Br J Sports Med, 2008,
Klika B. & Jordan C., HIGH INTENSITY CIRCUIT TRAINING USING BODY WEIGHT: Maximum Results With Minimal Investment, ACSM'S Health & Fitness Journal, 2013,
Alonso-Fernandez et al., Changes in muscle architecture of biceps femoris induced by eccentric strength training with nordic hamstring exercise, Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sp, 2018,

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Programas de ejercicio físico y bienestar/P02G050V01910

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

Biomecánica de la técnica deportiva/P02G050V01903

Otros comentarios

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

- Anatomía y kinesiólogía humana.
 - Fisiología del ejercicio.
-

DATOS IDENTIFICATIVOS**Gerontología y actividad física**

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

Competencias

Código		Tipología
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber • saber hacer
CG3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	• saber
CG4	Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	• saber
CG7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	
CG11	Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• Saber estar /ser
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG16	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.	• saber • saber hacer
CG22	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas	• saber
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
Ser capaz de comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en las personas mayores.	CG2
Conocer y ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte en personas mayores provocan en aspectos fisiológicos y biomecánicos.	CG3
Ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte en personas mayores provocan en aspectos comportamentales y sociales.	CG4
Ser capaz de identificar los efectos que la práctica de la actividad física y deporte provocan sobre la estructura de diferentes manifestaciones de la motricidad humana en personas mayores.	CG7
Conocer y ser capaz de aplicar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional en el ámbito de las personas mayores.	CG11
Saber utilizar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en el ámbito de las personas mayores.	CG12
Ser capaz de identificar y aplicar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional en el ámbito de las personas mayores.	CG13
Conocer y ser capaz de promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte en las personas mayores.	CG16
Ser capaz de identificar habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo en el ámbito de las personas mayores.	CG25

Ser capaz de identificar y adaptarse a nuevas situaciones, aplicar la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo en el ámbito de las personas mayores.	CG26
Adquirir conocimientos básicos para planificar, desarrollar y controlar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas para personas mayores.	CG3 CG4 CG22

Contenidos

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

Planificación

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

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

Metodologías

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

Atención personalizada

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

Pruebas

	Descripción
Resolución de problemas y/o ejercicios	Actividades de apoyo en horario de tutoría destinadas a orientar y/o supervisar las tareas de la materia.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
--	-------------	--------------	------------------------

Lección magistral	Examen de contenidos	40	CG2 CG3 CG4 CG7 CG16 CG22 CG26
Estudio de casos	Trabajo temático y memoria de prácticas	40	CG2 CG11 CG12 CG13 CG16 CG22 CG25 CG26
Trabajo tutelado	Propuesta de sesión	10	CG3 CG7 CG16 CG25 CG26
Resolución de problemas y/o ejercicios	Resolución y entrega de trabajos prácticos	10	CG26

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

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

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

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

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

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

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Bibliografía Complementaria

BELSKY, J.K., Psicología del envejecimiento. Teoría, investigaciones e intervenciones, Ed. Masson. Barcelona, 1996

BERMEJO GARCÍA, L., Envejecimiento activo y actividades socioeducativas con personas mayores: Guía de buenas prácticas., Panamericana: Madrid, 2010

BUENDÍA, J., Gerontología y salud. Perspectivas actuales, Ed. Biblioteca Nueva. Madrid., 1997

JONES, C. & ROSE, D., Physical activity instruction of older adults, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU., 2005

MELÉNDEZ ORTEGA, A., Actividad física para personas mayores: las razones para hacer ejercicio, Ed. Gymnos. Madrid, 2000

MORROW, J. R.; JACKSON, A. W.; DISCH, J. G. & MOOD, D. P., Measurement and evaluation in human performance, Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU., 1995

SPIRDUSO, W. W. & ECKERT, H. M., Physical activity and aging. Human Kinetics, Champaign, IL, EEUU., 1989

SPIRDUSO, W., Physical dimensions of aging., Human Kinetics. Champaign, IL, EEUU., 1995

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, 1995

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía humana para el movimiento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología del ejercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

DATOS IDENTIFICATIVOS**Biomecánica de la técnica deportiva**

Asignatura	Biomecánica de la técnica deportiva			
Código	P02G050V01903			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	3	2c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento	Didácticas especiales Física aplicada			
Coordinador/a	Mato Corzón, Marta María Serrano Gómez, Virginia			
Profesorado	Mato Corzón, Marta María Serrano Gómez, Virginia Zarzosa Alonso, Fernando			
Correo-e	fammmc@uvigo.es vserrano@uvigo.es			
Web				
Descripción general	Conocimiento y aplicación de las leyes de la mecánica para el análisis de la técnica deportiva con la intención de mejorar el rendimiento y reducir la incidencia de lesiones.			

Competencias

Código		Tipología
CG2	Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.	• saber
CG3	Conocimiento y comprensión de los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.	• saber
CG7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	• saber
CG8	Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.	• saber
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber hacer
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	• saber hacer
CG18	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.	• saber hacer
CG20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.	
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber hacer
CE3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte	
CE8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo	
CE16	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales al campo de la actividad física y la salud	• saber hacer
CE23	Capacidad para identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de los equipamientos e instalaciones deportivas	
CE28	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en las actividades físico-deportivas recreativas	• saber hacer

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje	Competencias
---------------------------	--------------

El alumno será capaz de conocer los principios y aplicaciones de la biomecánica a la práctica deportiva	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
El alumno será capaz de comprender como la cinemática, la dinámica y la mecánica de fluidos son el fundamento de la biomecánica	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
El alumno será capaz de conocer y utilizar distintos tipos de análisis biomecánicos de la técnica deportiva	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
El alumno será capaz de conocer y usar herramientas de análisis biomecánico de simulación y predicción	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28

Contenidos

Tema

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

Planificación

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

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

Metodologías

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

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Lección magistral	El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas concretas sobre los contenidos teóricos planteados en clase.
Seminario	El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas concretas sobre los problemas, y casos prácticos planteados en los seminarios.
Pruebas	Descripción
Portafolio/dossier	El alumno dispondrá de un horario de tutorías para poder solucionar dudas relacionadas con la realización y presentación de los informes y trabajos requeridos.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
--	-------------	--------------	------------------------

Seminario	Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de los problemas propuestos e informes relativos a los análisis planteados durante los seminarios.	35	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
Portafolio/dossier	Evaluación continua, entrega en tiempo y forma de los informes y trabajos requeridos.	30	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
Resolución de problemas y/o ejercicios	Pruebas de respuesta corta o tipo test de los contenidos de la materia	35	CG2 CG3 CG7 CG8 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

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

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Izquierdo, Mikel, Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte, Editorial Panamericana 2008

Bibliografía Complementaria

Aguado, Xabier, Eficacia y Técnica Deportiva, 2ª edición, INDE, 1993

Hay and Prentice-Hall, The Biomechanics of Sport and Exercise, 1985

Bartlett, Sport Biomechanics, 1ª edición, E FN SPON, 1999

Bartlett y Hong, Routledge Handbook of Biomechanics and Human Movement Science, Routledge, 2008

Recomendaciones

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía y kinesiólogía humana/P02G050V01201

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

Fisiología: Fisiología del ejercicio II/P02G050V01401

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

Competencias		
Código		Tipología
CG7	Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	• saber
CG10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.	• saber
CG12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	• saber • saber hacer
CG13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	• saber • saber hacer
CG14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	• saber • saber hacer
CG23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.	• saber • saber hacer
CG24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	• saber hacer • Saber estar /ser
CG25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	• saber • saber hacer
CG26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	• saber • saber hacer
CE1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas	• saber • saber hacer
CE8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo	• saber • saber hacer
CE10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo	• saber

Resultados de aprendizaje	
Resultados de aprendizaje	Competencias

Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.	CG7
Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.	CG10
Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.	CG12
Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.	CG13
Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.	CG14
Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva acomodada para cada tipo de actividad.	CG23
Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.	CG24
Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.	CG25
Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.	CG26
Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	CE1
Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo.	CE8
Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo.	CE9
Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo.	CE10

Contenidos

Tema	
TEMA 1: Fundamentación teórica de los deportes náuticos: remo y piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> - Definición - Orígenes y evolución histórica - Análisis del remo y del piragüismo y sus factores - Los reglajes de las embarcaciones: <ul style="list-style-type: none"> . Reglajes en banco hizo . Reglajes en banco móvil . Reglajes en piragüismo y kayak
TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de los deportes náuticos: remo y piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> - Técnica básica del remo y del piragüismo - Fases de la palada en el remo - Técnica básica de banco fizo - Técnica básica de banco móvil - Defectos técnicos mas frecuentes en el remo - Técnica básica del piragüismo - Maniobras en el piragüismo. Transporte, vuelco y vaciado. De equilibrio y conducción. De propulsión y combinadas - La palada en kayak. Fases de la palada. Ejercicios y corrección de errores. - Fundamentos tácticos: <ul style="list-style-type: none"> . La regata. Tipos. Partes . La estrategia - Puestos específicos: <ul style="list-style-type: none"> . Puestos específicos en el remo de banco hizo . Puestos específicos en el remo de banco móvil . Puestos específicos en el piragüismo
TEMA 3: Estructura formal y funcional de los deportes náuticos: remo y piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> - Modalidades y especialidades - Categorías - Distancias de competición - Características de las embarcaciones - Características del sistema de masas - Distancias y tiempos de competición - Frecuencia de palada en competición - Relación distancia/tiempo de competición/tipo de esfuerzo - Tipos de competiciones en el remo y en el piragüismo: <ul style="list-style-type: none"> . En función del recorrido . En función del sistema de competición . Programa olímpico

TEMA 4: El proceso de iniciación deportiva en los deportes náuticos

- Didáctica del remo y del piragüismo:
 - . Enseñanza y aprendizaje
 - . Iniciación y metodología
 - . Etapas de formación
- El medio acuático:
 - . Natural: ríos, lagos, mar
 - . Artificiales: pantanos, pistas
 - . Normas de seguridad
 - . Variables medioambientales externas

TEMA 5: Los deportes náuticos en su vertiente recreativa y de rendimiento

- Aspectos recreativos
- El club. Organización
- Aspectos de rendimiento:
 - . Tecnología aplicada
 - . Materiales
- Estructura biomecánica del remo y del piragüismo

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Lección magistral	22	3	25
Prácticas de laboratorio	26	20	46
Trabajo tutelado	1	0	1
Seminario	0	12.5	12.5
Prácticas autónomas a través de TIC	0	26	26
Examen de preguntas objetivas	1	14.5	15.5
Informe de prácticas	4	20	24

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

Metodologías

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

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Seminario	Se entiende por atención personalizada el tiempo que el profesor reserva para atender y resolver las dudas del alumnado en relación a materia.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Competencias Evaluadas
Prácticas de laboratorio	Por el carácter práctico de la materia, habrá que asistir al menos al 80% de las sesiones prácticas con participación activa como requisito previo para superar la materia en el cuatrimestre; suponen el 60% de la calificación final y se realizarán en el río Lérez (también podrá hacerse alguna práctica en tierra en los remoergómetros) .La evaluación de la docencia práctica se realizará de forma continua mediante el control de asistencia diaria de los alumnos con participación activa y la observación sistemática por parte del profesor de su rendimiento y el nivel técnico alcanzado a lo largo del cuatrimestre (se evaluará el transporte del material, su ajuste, el manejo y maniobrabilidad técnica de la embarcación, etc.). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. El profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia las prácticas de laboratorio y además el día de presentación de la materia, proporcionará una ficha a los alumnos para que la devuelvan al profesor con la su fotografía y los datos pertinentes, dentro de la primera semana de comienzo de las prácticas.	60	CG7 CG10 CG13 CG23 CG24 CG25 CG26 CE1 CE8 CE9 CE10

Examen de preguntas objetivas	Encaminada a evaluar la integración de los contenidos teóricos por parte del alumnado. Se entiende también por contenido teórico cualquier explicación o concepto que se maneje en las sesiones prácticas. Esta prueba se realizará en la fecha oficial y constará de 50 preguntas tipo test con 3 opciones de respuesta donde por cada 3 respuestas erróneas se descontará una respuesta correcta y su parte proporcional. La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	CG7 CG10 CG14 CG24 CE1 CE8 CE9 CE10
Informe de prácticas	Al rematar el cuatrimestre los alumnos, de manera individual, deberán presentar una memoria de todas las prácticas hechas y entregarla en formato papel. Para elaborar esta memoria el profesor facilitará un modelo tipo de ficha el primer día de las prácticas de laboratorio. Para completar este informe, el profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente en el pantalán a los alumnos los objetivos, características, contenidos, etc. de la misma y los alumnos deberán tomar las notas oportunas; del mismo modo los alumnos al rematar la sesión y trabajando por su cuenta deberán completar la ficha. En caso de que los profesores detectaran que las memorias fueran copiadas entre dos o mas alumnos, éstos deberán hacer un trabajo individual relacionado con la materia. La fecha tope para presentar el informe/memoria de las prácticas será la fecha del exámen oficial (fuera de este plazo no se recogerá ninguna memoria). La calificación será de 0 a 10 puntos y habrá que alcanzar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	CG7 CG10 CG12 CG23 CG26 CE1 CE8 CE10

Otros comentarios sobre la Evaluación

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

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

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

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

Aquellos alumnos que no cumplieran con el requisito previo de asistir al menos al 80% de las sesiones prácticas con

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

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

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Molina Castillo, C., Remo de Competición, 1ª ed, Wanceulen, 1997, Sevilla

Bennett, Jeff, Manual del kayakista de aguas bravas, 1ª ed, Paidotribo, 2001,

De Bergia Cervantes, E. y otros, Iniciación al Piragüismo, 1ª ed, Gymnos, 1997,

Isorna-Folgar, M. y otros, Entrenamiento en piragüismo de aguas tranquilas: avances para la mejora en preparación física, técnica, táctica, psicológica, nutricional y tecnológica, 1ª ed, 2.0 Editora, 2014,

Francisco García, José Manuel y García Soidán, José Luis, Iniciación al Remo, 1ª ed, Xunta de Galicia (Secretaría Xeral para o Deporte), 1991,

Francisco García, José Manuel, Remo de Banco Fixo, 1ª ed, Lea, 1996,

Bibliografía Complementaria

Briones Pérez de La Blanca, Enrique, Remo: Entrenamiento de Base y de Elite, 1ª ed, Wanceulen, 1990, Sevilla

Escuela Nacional de Entrenadores, Apuntes del Curso Nacional de Entrenador de Club: Bloque Específico, F.E.R., 2002,

Sánchez Hernández, J.L. y otros, Piragüismo I, Comité Olímpico Español, 1993,

Sánchez Hernández, J.L. y otros, Piragüismo II, Comité Olímpico Español, 1993,

Recomendaciones