



Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte

Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte

Materias

Curso 3

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

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

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

Competencias

Código		Tipoloxía
CG1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber facer
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber facer
CG15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	• saber facer
CG16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	• saber facer
CG18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	• saber facer
CG20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.	• saber facer
CG21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.	• saber facer
CG23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	• saber facer
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• Saber estar / ser
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• Saber estar / ser

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Identificar os diferentes elementos do acto didáctico, como se articula a súa presenza na programación e entender a relación entre eles.	CG15

Conceptualizar que é unha programación sistémica, os modelos didácticos fundamentais e os elementos que constitúen a ecoloxía dos procesos de ensino-aprendizaxe.	CG1 CG2
Utilizar a plataforma de teledocencia para supervisar a guía docente, o guiión do traballo e realizar a inscrición para o traballo por proxectos/microensino.	CG12
Empregar a web 2.0 para avaliar os procesos de E-A desenvolvidos na aula.	
Asimilar que a realización dunha boa programación é un factor fundamental para unha boa práctica profesional vencellada á actividade física e o deporte.	CG11 CG13
Comprender que a reflexión durante a programación e práctica docente responde a un aspecto básico da deontoloxía profesional.	CG11 CG13
Seleccionar, secuenciar e explicitar obxectivos para unha programación de forma sistémica e articulada en niveis de concreción.	CG15 CG21
Seleccionar, secuenciar e explicitar contidos para unha programación sistémica e articulada en niveis de análise epistemolóxico e psicopedagóxico.	CG15 CG16 CG21
Seleccionar e aplicar os métodos e técnicas didácticas máis acordes aos obxectivos, contidos, modelo didáctico e estratexia seleccionada na programación.	CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23
Deseñar sesións a través da motricidade realizando unha elección e ordenación idónea dos elementos didácticos.	CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23 CG26
Deseñar tarefas acordes aos obxectivos e contidos.	CG15 CG18 CG20 CG23 CG26
Realizar en equipo unha programación didáctica completa para unha intervención concreta.	CG2
Desenvolver unha intervención didáctica nun contexto facilitado, prestando especial atención ás habilidades comunicativas.	CG12 CG13
Aceptar as avaliacións externas e empregarlas como eixos de reflexión sobre a propia competencia didáctica.	CG25 CG26
Ser autocrítico/a coas habilidades didácticas.	
Desenvolver a capacidade de avaliación didáctica observando o desenvolvemento dos elementos do acto comunicativo na praxis dos procesos de ensino-aprendizaxe.	
Analizar sistémicamente a programación desenvolvida avaliando a súa coherencia estratéxica.	

Contidos

Tema	
1. Fundamentación teórica da Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	<p>Bloque temático I. Aspectos conceptuais da didáctica dos procesos de E-A na actividade física e o deporte.</p> <p>1. A didáctica.</p> <p>1.1. Contextualización histórica.</p> <p>1.2. Definición.</p> <p>1.3. Obxecto, funcións e clases de didáctica.</p> <p>1.4. Didáctica e currículo.</p> <p>2. Os procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.</p> <p>2.1. Delimitación e epistemoloxía do concepto.</p>
2. Elementos básicos na programación dos procesos de ensino aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	Bloque temático II. A programación nos procesos de E-A na actividade física e o deporte.
3. A coherencia na programación didáctica.	3. Concepción ecolóxica dos procesos de E-A na actividade física e o deporte.
4. Programación dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte no terceiro nivel de concreción ou programación a corto prazo. As unidades de programación.	<p>4. A programación didáctica.</p> <p>4.1. Concepto de programación.</p> <p>4.2. Modelos de programación.</p> <p>4.3. Características da programación.</p> <p>4.4. Componentes da programación.</p>

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

Bloque temático III. Principios, finalidades, competencias e obxectivos nos procesos de E-A a través das expresións motrices.

5. Tipos de obxectivos.

6. Tarefas do profesorado vencelladas aos obxectivos.

7. Taxonomías de obxectivos.

Bloque temático IV. Contidos nos procesos de E-A na actividade física e do deporte.

8. Os contidos. Tipos de contidos.

8.1. Os contidos na educación a través da motricidade.

8.2. Contidos abstractos ou epistemolóxicos. Taxonomías.

8.3. Contidos psicopedagóxicos. Taxonomías.

9. Tarefas do profesorado vencelladas aos contidos.

Bloque temático V. Metodoloxía dos procesos de E-A na actividade física e o deporte.

10. Conceptos e elementos.

11. Métodos de práctica.

12. Métodos para a organización da sesión.

13. Métodos para a organización espacial e material.

14. Métodos para a formación e distribución de grupos.

15. Métodos para a xestión da disciplina.

6. A tarefa didáctica.

16. Actividades de ensino-aprendizaxe.

16.1. A tarefa didáctica.

16.2. Método de presentación da tarefa.

16.3. Formulación de tarefas.

16.4. Análise didáctico das tarefas motrices.

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

Bloque temático VI. Habilidades do profesorado nos procesos de E-A na actividade física e o deporte.

17. Métodos para a comunicación.

17.1. Habilidades de comunicación.

17.2. Feedback.

18. Estratexias para unha comunicación sen prexuízos de xénero e non sexista.

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	10	30	40
Resolución de problemas	10	10	20
Traballo tutelado	1	15	16
Seminario	3	21	24
Estudo de casos	12	0	12
Prácticas de laboratorio	13	13	26
Práctica de laboratorio	2	6	8
Estudo de casos	1	3	4

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Clases Maxistrais nas que se explican os fundamentos teóricos. O alumnado asimila e toma apuntes. Expón dúbidas e cuestións complementarias.

Resolución de problemas	Traballo individual e grupal de resolución de tarefas nas clases C. A profesora presenta e exemplifica a tarefa e o alumnado resolve e expón dúbidas. O alumnado diseña, imparte e analiza diferentes métodos e tarefas didácticas.
Traballo tutelado	- Diseño e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte. Aplicación de microensino. Cada grupo de tres persoas (ou dúas, se así o indica a profesora) desenvolverá unha sesión según as características básicas determinadas na opción que lle sexa asignada. En cada unha delas abórdase especificamente un método didáctico. Tomando como base ese elemento didáctico o grupo deberá deseñar o resto de elementos didácticos para constituíla súa sesión. Esta sesión deberá ser impartida aos seus compañeiros e compañeiras nas aulas prácticas. É obrigación do alumnado manterse informado das posibles modificacións no calendario de prácticas. É obrigatorio realizar un mínimo de dúas titorías antes da realización da sesión. Unha delas será en hora de clase.
Seminario	O alumnado presenta o desenvolvemento do seu traballo tutelado nun mínimo de dúas titorías grupais.
Estudo de casos	Análise didáctica e discusión da sesión práctica realizada na clase laboratorio realizada na práctica B. O alumnado deberá participar activamente e realizar as tarefas encomendadas na clase A correspondente.
Prácticas de laboratorio	Nas aulas de laboratorio experimentaranse as tarefas motrices propostas e a realización dunha intervención docente. Participación nun microensino. Os métodos desenvolvidos serán mando directo, asignación de tarefas, ensino recíproco-pequenos grupos, ensino modular, resolución de problemas, descubrimento guiado e grupais participativas (para a reflexión-análise do final da sesión).

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelado	Supervisión, discusión e corrección do traballo tutelado.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Prácticas de laboratorio	Control da participación nas clase de laboratorio. -Asistir e participar activa e criticamente no microensino cun mínimo do 80% das prácticas das horas dos grupos B e C. - Realizar correctamente a observación de habilidades de comunicación e máis a gravación audiovisual. -A asistencia a máis de un 80% da docencia de aula de créditos B e C eximirá da realización do exame práctico final. -Este criterio non é de obrigado cumprimento para superar a materia, posto que o alumnado que supere o 20% de faltas poderá acceder á avaliación final mediante una proba dos créditos de laboratorio. Calificación de apto/a ou non apto/a	5	CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23 CG25
Traballo tutelado	Microensino: Programación e desenvolvemento dunha intervención didáctica a través da actividade física e o deporte. Os criterios son: - Entregar o borrador da sesión e a memoria final no prazo establecido. - Desenvolver o traballo cumprindo os requisitos formais e de contido esixidos. - Levar á práctica a sesión deseñada. - Asistir a dúas titorías para a revisión previa da sesión e a clase onde explicase o método correspondente a esa sesión. - Diseñar e explicitar tarefas cumprindo os criterios solicitados (aplicación de métodos específicos). - Obrigatorio para todo o alumnado.	30	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG21 CG23 CG25 CG26
Seminario	Asistencia en grupo as titorías para a supervisión e discusión do traballo tutelado. - O alumnado debe asistir as titorías coas tarefas de control realizadas que se explicitan no guión do traballo. - Só se cualificará ao alumnado que asista.	10	CG2 CG11 CG12 CG25 CG26

Estudo de casos	Asistencia e participación activa na reflexión e análise didáctica que se realizará na clase A da sesión práctica desenvolvida na clase B. Execución e entrega das tarefas propostas.	5	
Práctica de laboratorio	Desenvolvemento dunha intervención didáctica en grupo. O alumnado asumirá a docencia dun mínimo dunha actividade de ensino-aprendizaxe. Os criterios son: - Organizar a fase pre-activa. - Xestionar axeitadamente os recursos materiais e espaciais durante o desenvolvemento da sesión. - Implementar estratexias de disciplina e participación pasiva. - Desenvolver a fase reflexiva con criterios didácticos. - Adoptar unha actitude docente positiva. - Organizar e desenvolver a fase post-activa xunto co alumnado en horas A (reflexión e análise da sesión).	5	CG11 CG23 CG26
Estudo de casos	Defensa oral do traballo escrito. O alumnado respostará as cuestións realizadas pola profesora sobre á programación da sesión desenvolvida no traballo tutelado. En casos específicos, mediante negociación previa coa profesora, esta ferramenta de avaliación poderá ser substituída por un exame escrito de desenvolvemento.	45	CG1 CG2

Outros comentarios sobre a Avaliación

Para superar a asignatura é imprescindible:

- Acadar unha cualificación mínima de 5 puntos e realizar a metodoloxía de traballo tutelado.
- Realizar a práctica de laboratorio.
- Obter unha cualificación mínima de 2 puntos no estudo de casos/análise de situacións. Cando esta cualificación mínima non se consiga, non se sumarán o resto de probas á cualificación final.
- Os traballos deberán ser entregados nas datas determinadas pola profesora. A entrega dos traballos será en formato papel, a excepción daqueles casos nos que se especifique o contrario. Cando o traballo non se entregue persoalmente á profesora, deberá adxuntarse unha copia por correo electrónico simultaneamente a súa entrega na caixa de correos da facultade.
- De non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xuño/xullo. Nas convocatorias correspondentes a un mesmo curso académico, consérvanse as cualificacións obtidas polo alumnado. Será necesario repetir as metodoloxías necesarias para conseguir un mínimo de 5 puntos.
- As titorías son presenciais. Non se realizará atención titorial por correo electrónico. O alumnado "Non asistente"deberá realizar unha intervención didáctica que cumpla as condicións especificadas no traballo tutelado e superar as metodoloxías de: Traballo tutelado; Estudo de casos/análise de situacións; Prácticas de laboratorios.
- As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade na ligazón <http://fcced.uvigo.es/es/docencia/examen.es>.

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Florence, J., Brunelle, J. & Carlier, G., Enseñar Educación Física en Secundaria. Motivación, organización y control., 1ª ed., Inde, 2000, 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., I proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte., 2005, Apunts. 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.

Recomendacións

Materias que continúan o temario

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

Materias que se recomenda ter cursado previamente

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

Educación: Pedagogía da educación física e o deporte/P02G050V01103

Fundamentos da motricidade/P02G050V01204

Xogo motor/P02G050V01105

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

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

Expresión corporal e danza/P02G050V01402

Outros comentarios

Recoméndase:

A asistencia de forma continua ás clases presenciais.

A realización das actividades de avaliación continua.

Prestar atención á temporalización das actividades e traballos do curso.

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

Materia	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I			
Código	P02G050V01502			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS 6	Carácter OB	Curso 3	Cuadrimestre 1c
Lingua impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
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				
Descrición xeral				

Competencias

Código		Tipoloxía
CG1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.	• saber
CG8	Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana.	• saber
CG11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber • Saber estar / ser
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• Saber estar / ser
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	• saber • saber facer
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• Saber estar / ser
CE7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis	• saber • saber facer
CE8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	• saber • saber facer
CE9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	• saber facer
CE10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	• saber • saber facer
CE11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo	• saber • saber facer
CE12	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo, adecuado para cada tipo de actividade de adestramento deportivo	• saber • saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
O estudante será capaz de propoñer o desenvolvemento de as diferentes capacidades condicionais adecuándoas a as necesidades de o deportista, e establecer o control de a carga dentro de o proceso de adestramento para conseguir un efecto concreto	CG5 CG8 CG14 CE7 CE11

O estudante será capaz de aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, para xustificar o efecto que provoca o adestramento deportivo	CG2 CG5 CG8 CG14 CE8
O estudante será capaz de identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica inadecuada de exercicios e métodos de adestramento deportivo	CG5 CG8 CG14 CG26 CE7 CE9 CE10
O estudante será capaz de seleccionar e saber utilizar o material e equipamiento deportivo adecuado para desenvolver cada capacidade condicional dentro de o proceso adestramento deportivo	CG2 CG5 CG26 CE12
O estudante será capaz de propor e executar exercicios ou tarefas cos seus indicadores de control da carga dentro de cada capacidade condicional para garantir nos deportistas un determinado efecto do adestramento	CG5 CG14 CG26 CE7 CE11
O estudante será capaz de actuar dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional	CG1 CG11 CG13

Contidos

Tema

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

FUNDAMENTOS, ESTRUCTURA E MÉTODOS DO ADESTRAMENTO DAS CAPACIDADES CONDICIONAIS

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

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

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

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

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos	4	9	13
Prácticas de laboratorio	22.5	45	67.5
Aprendizaxe baseado en proxectos	4	9	13
Lección maxistral	22	33	55
Exame de preguntas de desenvolvemento	1	0	1
Práctica de laboratorio	0.25	0	0.25
Exame de preguntas obxectivas	0.25	0	0.25

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Estudo de casos	Análise de casos relacionados co adestramento deportivo para coñecerlos, interpretalos, reflexionar sobre eles e propoñer solucións alternativa.
Prácticas de laboratorio	Adquisición de habilidades básicas e de procedementos relacionados co adestramento deportivo. desenvólvense en espazos con equipamento especializado (pista de atletismo. pabellón deportivo, recta de velocidade, sala de fitness)
Aprendizaxe baseado en proxectos	Formularanse problemas ou exercicios concretos relacionados con a selección de capacidades condicionais, os seus métodos para desenvolvealas así como o efecto previsto en cada caso. O alumno debe desenvolver as solución máis adecuada e xustificala
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e coñecemento científico actualizado.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	No horario de tutorías resolveranse dúbidas concretas sobre os exercicios, casos e explicacións realizadas durante as clases prácticas.
Aprendizaxe baseado en proxectos	En tutorías colectivas abordáense as solucións máis adecuadas a os problemas suscitados para que os alumnos poidan contrastar e discutir as súas solucións con as propostas por o profesor

Avaliación			
	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Exame de preguntas de desenvolvemento	Consistira no desenvolvemento de 5 preguntas referentes aos contidos teóricos e prácticos desenvolvidos na materia. sera necesario aprobalo para poder superar a materia	50	CG1 CG2 CG5 CG8 CG11 CG14 CG26 CE7 CE8 CE9 CE11
Práctica de laboratorio	A proba consistira na resolución e execución práctica de exercicios de adestramento vinculados aos contidos realizados nas prácticas da materia. Sera necesario aprobalo para poder superar a materia	30	CG5 CG8 CG11 CG13 CG14 CG26 CE7 CE10 CE12
Exame de preguntas obxectivas	Consistirá nunha batería de 20 preguntas tipo test de resposta única sobre 5 posibles. Será necesario aprobalo para poder superar a materia	20	CG1 CG2 CG5 CG8 CG14 CE7 CE9 CE10 CE11

Outros comentarios sobre a Avaliación

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>

Bibliografía. Fontes 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

Roozen, 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

Materias que continúan o temario

Metodología e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Materias que se recomienda cursar simultáneamente

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología do exercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

DATOS IDENTIFICATIVOS**Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde**

Materia	Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde			
Código	P02G050V01503			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Ramírez Farto, Emerson			
Profesorado	Ramírez Farto, Emerson			
Correo-e	emerson@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias

Código		Tipoloxía
CG1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber • Saber estar / ser
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	• saber facer
CG16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	• saber • Saber estar / ser
CE8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	• saber • saber facer
CE13	Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde	• saber • saber facer
CE15	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde	• saber • saber facer
CE17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde	
CE18	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados	• saber • saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Coñecer e identificar o obxecto de estudo das Ciencias da Actividad Física e do Deporte.	CG1
Saber buscar e interpretar a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	CG2 CG13 CG14
Coñecer e utilizar os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	CG11 CG13
Ser capaz de elaborar propostas para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	CG16
Ser capaz de avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde en diferentes poboacións.	CG16 CE13 CE17
Coñecer e saber aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde.	CE8 CE13 CE17

Saber identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde.	CG13 CE15 CE17 CE18
---	------------------------------

Ser capaz de seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados.

Contidos

Tema

I. Beneficios e riscos asociados ao exercicio: relación entre actividade física, saúde, lonxevidade e calidade de vida.	I. Mercado laboral en el área de la actividad física; Diferentes conceptos y factores que determinan la actividad física.
II. Prescripción de exercicio físico: xestión de adestramento para a saúde.	II. Evaluación en el contexto de la salud, Efectividad de los testes y etapas de la programación de la actividad física.
III. Deseño dun proxecto de adestramento para a saúde: a planificación da actividade física.	III. Principios del entrenamiento en el ámbito de la salud, Metodología cardiovascular y neuromuscular
IV. Avaliación da condición física no contexto da práctica da actividade física para a saúde.	IV. Evaluación Antropométrica, Evaluación Postural, Evaluación cardiovascular y neuromuscular (Protocolos de campo)
V. Prescripción da actividade física para a prevención e o tratamento de enfermidades crónicas e de lesións derivadas da práctica deportiva.	V. Actividad física y grupos especiales

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	18	0	18
Traballo tutelado	2.5	0	2.5
Prácticas de laboratorio	30	15	45
Informe de prácticas	0	15	15
Traballo	1	30	31
Exame de preguntas obxectivas	1	37.5	38.5

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

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

Avaliación			
	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Prácticas de laboratorio	Traballo e implicación do alumnado durante a realización das clases prácticas e teóricas.	10	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
Traballo tutelado	Participación do alumnado durante a realización dos supostos prácticos	20	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
Traballo	Realizar todos los trabajos planteados por el profesor, sea escritos o en forma de presentación, vinculados con el desarrollo de los contenidos	10	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
Exame de preguntas obxectivas	Realizarase unha proba teórico-práctica: test, resposta curta e/ou resolución de supostos prácticos.	50	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18

Informe de prácticas	Consistirá na elaboración dun informe cos datos das situacións prácticas conforme aos obxectivos en cada sesión.	10	CG1 CG2 CG11 CG13 CG14 CG16 CE8 CE13 CE15 CE17 CE18
----------------------	--	----	---

Outros comentarios sobre a Avaliación

Requisitos básicos a cumprir 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 teórica 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 este trabajo:

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

En 2ª convocatoria, se mantendrán las notas de los trabajos así como la nota de participación en clases teóricas y prácticas.

Bibliografía. Fontes 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

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Actividades físicas de lecer/P02G050V01905

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Anatomía humana: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

Exercicio físico para persoas maiores/P02G050V01908

DATOS IDENTIFICATIVOS**Xestión e organización dos sistemas deportivos I**

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

Competencias

Código		Tipoloxía
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	• Saber estar / ser
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber facer
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber facer
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	• saber facer
CG21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.	• saber facer
CG23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	• saber
CG24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• Saber estar / ser
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• Saber estar / ser
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber facer
CE19	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas	• saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo	CG25
Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma	CG26
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas	CE19
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	CG2
Coñecemento e comprensión dos factores *comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	CG4
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	CG12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	CG13
Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte na súa diferentes manifestación	CG14
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	CG24
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades *físicodeportivas.	CG21 CG23

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

Contidos

Tema	
1. O Sistema deportivo	Introducción O modelo Escandinavo O modelo do Norte de Europa O modelo Centroeuropeo O modelo de Europa do Leste O modelo do Sur de Europa
2. O Servizo deportivo	Concepto global de servizo deportivo Análisis de costes Fijación de precios Financiación Viabilidad
3. Modelos de xestión deportiva	Xestión Público/Privada Xestión Directa/Indirecta/Mixta O rol do Xestor Deportivo Funcións do Xestor Deportivo
4. Xestión e organización no deporte	Organización Administrativa (Pública) Estrutura Asociativa (Privada) Deporte Profesional (Privado) Xestión de entidades deportivas SAL (Privado)
5. Ordenamento xurídico do deporte	Introducción ao Ordenamento Jurídico Unión Europea y Deporte. Base jurídica. Lexislación Nacional e Autonómica Estatutos e Regulamentos Federativos Configuración xurídica do deporte no medio natural

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	30	45	75
Traballo tutelado	1.5	2.25	3.75
Resolución de problemas	22.5	33.75	56.25
Exame de preguntas obxectivas	0	15	15

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Resolución de problemas	Enténdese por atención personalizada o tempo reservado por cada docente para atender e resolver as dúbidas do alumnado. Nestas actividades o/a docente ten como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Resolución de problemas	Grupos-C: O estudante resolverá na aula os exercicios propostos que poderá completar de maneira autónoma e terá que entregar de xeito INDIVIDUAL no prazo acordado a través de FAITIC. (35%)	55	CG4
			CG12
			CG13
			CG14
	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 a través de FAITIC (20%)		CG21
			CG23
			CG26
			CE19

Traballo tutelado	O estudante completará de xeito INDIVIDUAL unha auditoria a un evento deportivo xa celebrado, seguindo un modelo predefinido. Ata un máximo de 10 alumnos (por riguroso orden de inscrición) poderán expoñer o seu traballo en público.	20	CG2 CG4 CG12 CG13 CG14 CG21 CG23 CE19
Exame de preguntas obxectivas	Proba tipo test de preguntas pechadas na que os alumnos seleccionan unha única resposta verdadeira de varias opcións. A fórmula de corrección para anular o efecto do azar será: $[C=A - E/(k-1)]$. Sendo C(cualificación), A (acertos), E(errores), K(número de opcións de resposta).	25	CG2 CG4 CG12 CG13 CG14 CG21 CG23 CG24 CG25 CG26 CE19

Outros comentarios sobre a Avaliación

A) Avaliación para o alumnado que complete polo menos o 85% de asistencia aos grupos *B e *C:

A cualificación final da materia resultará da ponderación das probas de avaliación (resolución de problemas, traballo tutelado e examen).

Será requisito imprescindible para aprobar a materia :

- Presentar dentro do prazo estipulado TODOS os exercicios correspondentes os grupos *B e *C propostos.
- Obter un 60% de preguntas acertadas, tras aplicar a fórmula de corrección.

B) Avaliación para o alumnado que NON complete o 85% de asistencia os grupos *B e *C e para aqueles que non superen a materia na primeira convocatoria:

A cualificación final da materia resultará unicamente do resultado de próba tipo test (100%). Para superar a materia será preciso obter un 65% de preguntas acertadas , tras aplicar a fórmula de corrección.

Bibliografía. Fontes 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,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

- Actividades físicas de lecer/P02G050V01905
- Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

Outros comentarios

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

DATOS IDENTIFICATIVOS**Actividade física e deporte adaptado**

Materia	Actividade física e deporte adaptado			
Código	P02G050V01601			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua impartición	Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
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				
Descrición xeral				

Competencias

Código		Tipoloxía
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	• saber
CG4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	• saber
CG5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.	• saber
CG6	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.	• saber
CG10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.	
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	
CG15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	• saber facer
CG18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	• saber facer
CG20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.	• saber facer
CG23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	• saber facer
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber facer
CE9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	• saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	CG2 CG4 CG20
Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e do deporte.	CG4 CG10
Manexo de la información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	CG14
Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde.	CG3
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación adulta, maiores e discapacitados.	CG10 CG26 CE9

Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde do desenvolvemento das actividades físicas inadecuadas entre a poboación que realiza práctica física orientada á saúde.	CG20
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde.	CG18
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados.	CG23
Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica de actividade física e deporte adaptado sobre a estrutura e función do corpo humano.	CG5
Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica de actividade física e deporte adaptado sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.	CG6
Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte adaptado	CG2 CG3 CG5 CG15 CG18 CE9
Adaptación ás novas situacións, á resolución de problemas e o aprendizaxe autónomo.	CG26
Capacidade para deseñar, desenrolar e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e o deporte adaptado con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	CG15

Contidos

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

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	22.5	33.75	56.25
Resolución de problemas	0	7.5	7.5
Resolución de problemas de forma autónoma	0	7.5	7.5
Traballo tutelado	29	43.5	72.5
Exame de preguntas obxectivas	1	1.5	2.5
Traballo	1	2.75	3.75

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelado	Sesións desenroladas no aula e no pavillón deportivo na que se porán en práctica os contidos relacionados co deporte adaptado.

Lección maxistral	Sesións teóricas desenroladas no aula co apoio das novas tecnoloxías.
Resolución de problemas	Actividades de petición voluntaria a desenrolar no despacho 230 en horario de tutoría adicadas a supervisar o traballo a realizar nas sesión prácticas.

Avaliación			
	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Exame de preguntas obxectivas	Examen de opción múltiple con resposta única.	70	CG3 CG4 CG5 CG6 CG10 CG15 CG18 CG20 CE9
Traballo	Traballo práctico sobre os contidos teóricos da materia, propostos polo profesor. Deberá ser exposto durante as prácticas de laboratorio	30	CG2 CG5 CG14 CG15 CG18 CG20 CG23 CG26

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

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

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

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

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

Bibliografía. Fontes de información

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

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Xerontoloxía e actividade física/P02G050V01902

Outros comentarios

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

DATOS IDENTIFICATIVOS**Actividade física e deporte recreativo**

Materia	Actividade física e deporte recreativo			
Código	P02G050V01602			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Gutierrez Santiago, Alfonso Prieto Lage, Iván			
Profesorado	Gutierrez Santiago, Alfonso Prieto Lage, Iván			
Correo-e	ivanprieto@uvigo.es ags@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias

Código		Tipoloxía
CG7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.	• saber
CG10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.	• saber
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber
CG16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	• saber
CG17	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis.	• saber • saber facer • Saber estar / ser
CG21	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.	• saber
CG23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	• saber
CG24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• saber
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber
CE28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas	• saber • saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físicodeportivas recreativas.	CG17 CG21
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico- deportiva recreativa.	CG23
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica das actividades físico-deportivas recreativas para toda a poboación.	CG16
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas.	CG13 CG16 CG23 CG24
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa.	CG10 CG23 CG25
Coñecemento e comprensión dos fundamentos das actividades físicas e deportes recreativos.	CG7 CG10

Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das actividades físicas e deportes recreativos.	CG12
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	CG25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	CG26
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	CG13
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	CG24
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas	CE28

Contidos

Tema	
Fundamentos teóricos do lecer, o tempo libre e a recreación.	Fundamentos teóricos do lecer, o tempo libre e a recreación.
Fundamentos técnico-tácticos e didácticos das actividades físico-recreativas.	Frisbee Badminton Tenis de mesa Floorball Intercrosse Mazaball Ballnetto Kinball Outras actividades físicas e deportes recreativos
Organización e planificación de actividades de lecer e tempo libre.	Organización e planificación de actividades de lecer e tempo libre.

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	16	24	40
Resolución de problemas	6	12	18
Estudo de casos	4	8	12
Prácticas de laboratorio	26	52	78
Resolución de problemas e/ou exercicios	2	0	2

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	Sesión magistral
Resolución de problemas	Resolución de problemas e/ou exercicios
Estudo de casos	Estudo de casos/análises de situacións
Prácticas de laboratorio	Prácticas de laboratorio

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Prácticas de laboratorio	Asistencia e implicación do/da alumno/a.	30	CG10 CG13 CG16 CG21 CG25 CE28

Resolución de problemas e/ou exercicios	Exame teórico. Tipo test e/ou resposta curta.	70	CG7 CG10 CG12 CG13 CG16 CG21 CG23 CG24 CG25 CG26 CE28
---	--	----	---

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

a) Na convocatoria do segundo cuadrimestre (maio-xuño) o exame terá unha valoración do 70% e a participación activa nas sesións prácticas un 30% (deberán asistir como mínimo ao 80% das sesións prácticas). O alumnado que non cumpra o 80% de asistencia práctica, deberán realizar un exame práctico e/ou se incluírá unha ou varias preguntas extras de desenvolvemento no exame de preguntas curtas. É indispensable superar o exame teórico e o práctico (se fose o caso) cunha cualificación mínima de 5 puntos para aprobar a materia.

b) De non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xuño-xullo. Nesta convocatoria (xuño-xullo) e na de fin de carreira (setembro) o exame teórico terá unha valoración do 70% e o práctico un 30% (se ten superada a parte práctica na convocatoria anterior no será preciso facer este exame). O examen práctico consistirá en preguntas extras de desenvolvemento no exame de preguntas curtas.

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

Bibliografía. Fontes 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,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Actividades físicas de lecer/P02G050V01905

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

Materia	Didáctica dos procesos de ensino-aprendizaxe na actividade física e o deporte II			
Código	P02G050V01603			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua impartición	Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
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			
Descrición xeral	Materia que aborda a planificación, programación, execución, posta en práctica e avaliación de procesos de ensino - aprendizaxe no eido das actividades físicas e deportivas			

Competencias

Código		Tipoloxía
CG1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber facer
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber facer
CG15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	• saber • saber facer
CG16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	• saber facer
CG18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	• saber • saber facer
CG20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.	• saber
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• saber facer • Saber estar / ser
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber facer • Saber estar / ser
CE4	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas	• saber • saber facer
CE6	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte	• saber

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Conceptualización e identificación do obxecto de estudo da Didáctica dos procesos de ensino aprendizaxe na Actividade Física e do Deporte.	CG1 CG2 CG15
Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da Didáctica dos procesos de ensino aprendizaxe na Actividade Física e do Deporte.	CG2 CG13 CG15
Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	CG11 CG13

Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e o Deporte.	CG12 CG26
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	CG13 CG25 CG26
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e *contextuales das persoas.	CG11 CG15 CG16 CG20
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e deporte entre a poboación escolar.	CG13 CG25
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	CG18 CE4
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas.	CG13 CG20
Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar.	CG15 CG16 CG25 CG26
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte.	CE6
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	CG13 CG25 CG26
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	CG26

Contidos

Tema

Bloque 1. Planificación dos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	<input type="checkbox"/> Evolución e conceptos de planificación e programación. Fases do proceso programador: análise previa, elaboración, execución e avaliación <input type="checkbox"/> O proceso de ensino-aprendizaxe no marco dunha planificación. <input type="checkbox"/> Os procesos didácticos na planificación do ensino deportivo no marco formativo do deporte escolar ou do club de base.
Bloque 2. Niveis de concreción e unidades de programación na planificación a medio e longo prazo.	<input type="checkbox"/> Lexislación educativa na educación física. Análise e aplicación. <input type="checkbox"/> Os niveis de concreción curricular e os seus elementos constituíntes. <input type="checkbox"/> A programación. Finalidades, tipos e deseño.
Bloque 3. Avaliación e control nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e do deporte.	<input type="checkbox"/> A avaliación: conceptos e definicións. <input type="checkbox"/> Clases de avaliación. <input type="checkbox"/> Instrumentos de avaliación. <input type="checkbox"/> Referentes legislativos para a avaliación curricular en educación física.
Bloque 4. A dimensión investigadora do profesorado. A indagación reflexiva, base da formación do profesorado.	<input type="checkbox"/> O profesorado de educación física como investigador. <input type="checkbox"/> A investigación-acción. <input type="checkbox"/> Ferramentas para a investigación educativa.
Bloque 5. Recursos e materiais didácticos na actividade física e o deporte. Análise e *rentabilización educativa.	<input type="checkbox"/> Recursos didácticos para o ensino da educación física e o deporte. <input type="checkbox"/> Materiais didácticos para o ensino da educación física e o deporte. <input type="checkbox"/> Contorna educativa e organización do espazo deportivo educativo. <input type="checkbox"/> Contorna educativa e adaptación á diversidade.
Bloque 6. Educación en valores e a súa didáctica nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte.	<input type="checkbox"/> Os valores e principios éticos na educación física e o deporte. <input type="checkbox"/> Educación para o consumo. <input type="checkbox"/> Educación física sustentábel. <input type="checkbox"/> Educación física desde a perspectiva intercultural. <input type="checkbox"/> Educación física e saúde. <input type="checkbox"/> A perspectiva de xénero a través da actividade física e do deporte

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	0	20	20
Presentación	2	7.5	9.5
Seminario	0	5	5
Saídas de estudo	6.5	0	6.5
Aprendizaxe-servizo	4	8	12
Lección maxistral	26	26	52
Exame de preguntas obxectivas	1	0	1
Práctica de laboratorio	3	20	23
Traballo	1	20	21

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Prácticas de laboratorio	Realizaranse diversas prácticas vinculadas aos contidos e competencias do proceso de planificación didáctica do ensino da educación física e do deporte.
Presentación	O alumnado presenciara e realizará dunha forma activa presentacións e/ou exposicións relacionadas cos contidos da materia e defensa dos mesmos en pequeno e gran grupo.
Seminario	A titoría en grupo será unha condición fundamental para o entendemento e correcta orientación das presentacións e exposicións, así como para clarificar diversos aspectos do ensino/aprendizaxe dos procesos de planificación didáctica.
Saídas de estudo	Poderanse desenvolver saídas para a observación ou deseño e dirección de sesións de intervención práctica vinculadas aos bloques de contidos do currículo oficial de educación física na educación secundaria obrigatoria en Galiza.
Aprendizaxe-servizo	O alumnado experimentará e deseñará actividades didácticas para a educación medioambiental destinadas ao proxecto ApS "Camiño Verde".
Lección maxistral	A lección maxistral pretende dotar ao alumno das ferramentas conceptuais dos contidos da materia.

Atención personalizada

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

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Presentación	Exposición pública e presentación por escrito dunha Unidade Didáctica ou Proxecto Educativo vencellado ás sesións prácticas aleatorias deseñadas e dirixidas seguindo os principios da didáctica.	20	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG20 CG25 CG26
Aprendizaxe-servizo	Deseño e programación de tarefas didácticas vencelladas coa educación medioambiental e a corporeidade susceptíbeis de ser realizadas por diferentes colectivos (proxecto Camiño Verde). Asistencia aos seminarios específicos.	5	CG13 CG15 CG16 CG18 CG20 CG26

Exame de preguntas obxectivas	Proba escrita tipo test sobre os contidos teóricos da materia	35	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG20 CG25 CG26
Práctica de laboratorio	Seguimento do desenvolvemento da dirección e deseño das sesións prácticas e a implicación do alumnado nas prácticas, a participación na discusión das tarefas e os tópicos propostos en clase B e C.	10	CG2
Traballo	Presentación escrita dunha programación anual de educación física ou dunha planificación didáctica	30	CG1 CG2 CG11 CG12 CG13 CG15 CG16 CG20 CG25 CG26

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

As datas de exame poden ser consultadas na xeb da facultade www.fcced.uvigo.es

Bibliografía. Fontes 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

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Educación: Pedagogía da educación física e o deporte/P02G050V01103

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

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

Materia	Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II			
Código	P02G050V01604			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
Lingua impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Ramírez Farto, Emerson			
Profesorado	Ramírez Farto, Emerson			
Correo-e	emerson@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias

Código		Tipoloxía
CG1	Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.	• saber • saber facer
CG7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.	• saber
CG11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber • saber facer • Saber estar / ser
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	• saber • saber facer
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber • saber facer
CE7	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis	• saber • saber facer
CE8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	• saber
CE9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	• saber
CE10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	• saber
CE11	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo	• saber
CE18	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados	• saber • saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
---------------------------	--------------

- Conocer el obxeto de estudio CG1
- Ser capaz de analizar a estrutura técnica, táctica e condicional das disciplinas deportivas CG2
- Ser capaz de deseñar tarefas de adestramento aplicadas á mellora de factores craves do rendemento deportivo. CG5
- Ser capaz de deseñar e organizar programas de adestramento específicos atendendo ás prioridades de rendemento en competición. CG7
- Saber utilizar os medios tecnolóxicos básicos para o desenvolvemento do adestramento e a avaliación do rendemento. CG11
- Saber diagnosticar e controlar o rendemento deportivo, así como utilizar unha metodoloxía científica para o adecuado uso deses datos. CG13
- Manexar operativamente as medidas de prevención de lesións relacionadas coa actividade física e ser capaz de deseñar programas preventivos específicos para cada deportista e modalidade. CG14
- Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte. CG26
- Coñecer e comprender os efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano. CE7
- Comprender e coñecer os fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana. CE8
- Coñecemento e comprensión os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional. CE9
- Adquirir hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional. CE10
- Manexar información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións. CE11
- Adaptar a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma. CE18

Contidos

Tema	
TEMA 1 Fundamentos, estrutura y métodos de las capacidades coordinativas.	- Entrenamiento deportivo como proceso sistémico. - Capacidades coordinativas generales y especiales
TEMA 2. Fundamentos, estrutura e métodos do adestramento da técnica.	- A análise da técnica deportiva - Análise da táctica deportiva.
TEMA 3. Fundamentos e estrutura do entrenamiento integrado.	- Definición de entrenamiento integrado. - Microestructura como elemento básico da planificación.
TEMA 4. Planificación y organización del entrenamiento deportivo.	- As estruturas temporais na periodización do adestramento. - Modelos de planificación do adestramento. - O deseño do plan de adestramento-competición.
TEMA 5: Medios y métodos de control do adestramento	- Prevención de lesións. - O ciclo da prevención. - Factores e medidas de prevención de lesions.

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Traballo tutelado	8	0	8
Prácticas de laboratorio	18	0	18
Lección maxistral	22	28	50
Traballo	5	40	45
Exame de preguntas de desenvolvemento	2	0	2
Presentación	1	24	25
Exame de preguntas obxectivas	2	0	2

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballo tutelado	Aclararanse as dúbidas no horario de docencia e de no ser suficiente no horario de tutoría
Probas	Descrición
Traballo	Aclararanse as dúbidas no horario de docencia e de no ser suficiente no horario de tutoría

Avaliación			
	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Traballo tutelado	Realización dun traballo de planificación dunha tempada do deporte elixido. Desenrolo de vida deportiva previa a dita planificación.	30	CG1 CG2 CG5 CG7 CG11 CG13 CG14 CG26 CE7 CE8 CE9 CE10 CE11 CE18
Prácticas de laboratorio	Participación activa dos alumnos nas prácticas realizadas o longo do curso.	10	CE7 CE8 CE9 CE10 CE11 CE18
Exame de preguntas de desenvolvemento	(*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

Outros comentarios sobre a Avaliación

As notas conquistadas na primeira convocatoria mantendránse para a segunda.

Para superala materia será necesario ter al menos un 40% en cada unha das partes metodolóxicas da avaliación e un 50% del total de las suma das notas

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

De la Rosa, A, F; Ramirez, E.F., Teoría, metodoloxía 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 metodoloxía, 1, Ed. Komekt, 1999, Cuba

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

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

Platonov, V., El entrenamiento deportivo, teoría, metodoloxía, 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. Mtnz. 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

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuais/P02G050V01907

Psicología do adestramento deportivo/P02G050V01911

Materias que se recomenda cursar simultáneamente

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio I/P02G050V01104

Fisioloxía: Fisioloxía do exercicio II/P02G050V01401

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

DATOS IDENTIFICATIVOS**Actividades de fitness**

Materia	Actividades de fitness			
Código	P02G050V01901			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	1c
Lingua impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Alonso Fernández, Diego			
Profesorado	Alonso Fernández, Diego			
Correo-e	diego_alonso@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	(*)La asignatura pretende ofrecer al alumno/a una visión general de una de las principales opciones profesionales de la titulación: las actividades de fitness.			

Competencias

Código		Tipoloxía
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG5	Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.	• saber
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber • saber facer
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber facer • Saber estar / ser
CG24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• saber • saber facer • Saber estar / ser
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• Saber estar / ser
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber facer
CE9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	• saber • saber facer
CE24	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas	• saber • saber facer
CE26	Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa	• saber • saber facer
CE28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas	• saber • saber facer
CE29	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa	• saber • saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
Os estudantes serán capaces de coñecer e comprender fundamentos das actividades de fitness.	CG2 CG5 CG12 CG13 CG24
Os estudantes serán capaces de deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de E-A relativos as actividades de fitness, con atención ás características individuais e contextuais das persoas.	CG5 CG25 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29
Os estudantes serán capaces de comprender a literatura científica do ámbito das actividades de fitness.	CG2 CG5

Os estudantes serán capaces de promover a formación de hábitos perdurables e autónomos de practica de actividade de fitness.	CG13 CG24 CG25 CE9 CE28 CE29
Os estudantes serán capaces de identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica das actividades de fitness.	CG24 CE9 CE26 CE28 CE29
Os estudantes serán capaces de seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para as actividades de fitness.	CG26 CE24 CE26 CE29
Os estudantes serán capaces de aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao ámbito das actividades de fitness.	CG5 CG24 CE28

Contidos

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

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	25	10	35
Traballo tutelado	4	12	16
Seminario	4	10	14
Presentación	15	13	28
Resolución de problemas de forma autónoma	5	10	15

Exame de preguntas obxectivas	2	4	6
Informe de prácticas	2	8	10
Traballo	6	20	26

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Lección maxistral	Actividades expositivas de profesor e estudante. Exposicións, seminarios, presentación de exercicios, traballos ou proxectos a desenvolver.
Traballo tutelado	Resolución de exercicios na aula/laboratorio baixo a dirección do profesor
Seminario	Titorías obrigatorias individualmente ou en pequeno grupo.
Presentación	Actividade práctica onde o alumno debe ser responsable do seu deseño, planificación e abordaxe.
Resolución de problemas de forma autónoma	Procura de información con base dunha posterior abordaxe práctica dos contidos.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	Na aula teórica
Traballo tutelado	Na aula práctica ou en horario de titorías.
Presentación	Na aula teórica e sesións prácticas
Seminario	Nas sesións teóricas, prácticas e en horario de titoría
Resolución de problemas de forma autónoma	Nas sesións teóricas, prácticas e en horario de titoría

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Presentación	Os alumnos desenvolverán unha sesión de fitness completa como monitores responsables.	25	CG2 CG5 CG12 CG13 CG25 CG26 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29
Exame de preguntas obxectivas	Avaliación global do proceso de aprendizaxe e adquisición de competencias e coñecementos: O exame teórico poderá constar de preguntas curtas e/ou tipo test dos diversos contidos da materia.	50	CG2 CG5 CG12 CG13 CG25 CG26 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29

Informe de prácticas	O alumno debe recompilar as sesións (contidos, obxectivos e tarefas) das clases prácticas analizando críticamente cada unha delas.	15	CG5 CG13 CG24 CG26 CE9 CE26 CE28 CE29
Traballo	Os alumnos desenvolverán un traballo de natureza teórico-práctica vinculado á actividade de fitness que desenvolverán de forma práctica na súa presentación.	10	CG2 CG5 CG12 CG13 CG25 CG26 CE9 CE24 CE26 CE28 CE29

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

a) Avaliación alumnado asistente:

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

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

- Na convocatoria extraordinaria do mesmo curso académico manteranse as cualificacións da primeira convocatoria.

b) Avaliación alumnado non asistente:

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

- As competencias da materia serán avaliadas nunha proba única de natureza teórica e práctica.

c) As datas oficiais dos exames pódense consultar na páxina web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte:

http://feduc.webs.uvigo.es/*index.*php?ide=60,0,0,1,0,0

Bibliografía. Fontes 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,

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Programas de exercicio físico e benestar/P02G050V01910

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Biomecánica da técnica deportiva/P02G050V01903

Outros comentarios

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

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

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

Competencias		
Código		Tipoloxía
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber • saber facer
CG3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	• saber
CG4	Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	• saber
CG7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.	
CG11	Coñecemento e comprensión dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	• Saber estar / ser
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber facer • Saber estar / ser
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	• saber facer • Saber estar / ser
CG16	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.	• saber • saber facer
CG22	Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas.	• saber
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• saber facer • Saber estar / ser
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber facer

Resultados de aprendizaxe	
Resultados de aprendizaxe	Competencias
Ser capaz de comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte nas persoas maiores.	CG2
Coñecer e ser capaz de identificar os efectos que a práctica da actividade física e deporte en persoas maiores provocan en aspectos *fisiolóxicos e *biomecánicos.	CG3
Ser capaz de identificar os efectos que a práctica da actividade física e deporte en persoas maiores provocan en aspectos *comportamentais e sociais.	CG4
Ser capaz de identificar os efectos que a práctica da actividade física e deporte provocan sobre a *estructura de diferentes manifestacións da *motricidade humana en persoas maiores.	CG7
Coñecer e ser capaz de aplicar os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional no ámbito das persoas maiores.	CG11
Saber utilizar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte no ámbito das persoas maiores.	CG12
Ser capaz de identificar e aplicar hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional en lle ámbito das persoas maiores.	CG13
Coñecer e ser capaz de promover e avaliar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte nas persoas maiores.	CG16
Ser capaz de identificar habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo no ámbito das persoas maiores.	CG25

Ser capaz de identificar e adaptarse a novas situacións, aplicar a resolución de problemas e a aprendizaxe CG26 autónoma no ámbito das persoas maiores.

Adquirir coñecementos básicos para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas para persoas maiores. CG3
CG4
CG22

Contidos

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

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Estudo de casos	0	19	19
Traballo tutelado	30	15	45
Lección maxistral	22	22	44
Resolución de problemas e/ou exercicios	2	0	2
Informe de prácticas	0	29	29
Resolución de problemas e/ou exercicios	0	10	10

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

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

Avaliación

Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
------------	---------------	------------------------

Lección maxistral	Exame de contidos	40	CG2 CG3 CG4 CG7 CG16 CG22 CG26
Estudo de casos	Traballo temático e memoria de prácticas	40	CG2 CG11 CG12 CG13 CG16 CG22 CG25 CG26
Traballo tutelado	Proposta de sesión	10	CG3 CG7 CG16 CG25 CG26
Resolución de problemas e/ou exercicios	Resolución e entrega de traballos prácticos	10	CG26

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

As notas dos diferentes apartados gardaranse para a segunda convocatoria.

Todo o alumnado, asista ou non ás aulas ten dereito a ser avaliado.

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

As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade na ligazón http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/calendario-*academico

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

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

Bibliografía Complementaria

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

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

BUENDÍA, J., Gerontología y salud. Perspectivas actuais, 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 maiores: 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

Recomendacións

Materias que continúan o temario

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía humana para o movemento/P02G050V01101

Anatomía humana: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

Fisiología: Fisiología do exercicio I/P02G050V01104

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

DATOS IDENTIFICATIVOS**Biomecánica da técnica deportiva**

Materia	Biomecánica da técnica deportiva			
Código	P02G050V01903			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Carácter	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	2c
Lingua impartición	Castelán Galego			
Departamento	Didácticas especiais 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				
Descrición xeral	Coñecemento e aplicación das leis da mecánica para a análise da técnica deportiva coa intención de mellorar o rendemento e reducir a incidencia de lesións.			

Competencias

Código		Tipoloxía
CG2	Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.	• saber
CG3	Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.	• saber
CG7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.	• saber
CG8	Coñecemento e comprensión da estrutura, función e desenvolvemento das diferentes manifestacións da motricidade humana.	• saber
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	• saber facer
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	• saber facer
CG18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.	• saber facer
CG20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.	
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	• saber facer • Saber estar / ser
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	• saber facer
CE3	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, na proposta de tarefas nos procesos de ensino-aprendizaxe a través da actividade física e o deporte	
CE8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	
CE16	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais ao campo da actividade física e a saúde	• saber facer
CE23	Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas	
CE28	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas	• saber facer

Resultados de aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias
---------------------------	--------------

O alumno será capaz de coñecer os principios e aplicacións da biomecánica á práctica deportiva	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
O alumno será capaz de comprender como a cinemática, a dinámica e a mecánica de fluídos son o fundamento da biomecánica	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
O alumno será capaz de coñecer e utilizar distintos tipos de análise biomecánicos da técnica deportiva	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
O alumno será capaz de coñecer e usar ferramentas de análises biomecánico de simulación e predición	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28

Contidos

Tema

Principios da mecánica clásica aplicados á biomecánica deportiva	Obxectivos Aplicacións
Cinemática aplicada á técnica deportiva	Fundamentos Aplicacións
Dinámica aplicada á técnica deportiva	Fundamentos Aplicacións
Mecánica de fluídos aplicada á técnica deportiva	Fundamentos Aplicacións
Equilibrio dunha estrutura músculo esquelética e do corpo humano	Fundamentos Aplicacións
Elasticidade dos tecidos dunha estrutura músculo esquelética	Fundamentos Aplicacións
Técnicas instrumentais da análise biomecánica da técnica deportiva	Análise cuantitativa Análise cualitativa Análise conforme a criterios de rendemento Avaliación da técnica deportiva
Ferramentas de simulación e predición da realización dunha técnica deportiva	Obxectivos Características Aplicacións

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Seminario	30	30	60
Lección maxistral	22.5	22.5	45
Cartafol/dossier	0	44	44
Resolución de problemas e/ou exercicios	1	0	1

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

Metodoloxía docente

	Descrición
Seminario	-Aplicación dos principios biomecánicas na resolución de problemas e casos prácticos. -Determinación de obxectivos, obtención, tratamento, presentación e análise de datos en situación experimentais e reais.
Lección maxistral	Exposición por parte do profesor/a de contidos teóricos fundamentais da materia

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Lección maxistral	O alumno dispoñerá dun horario de tutorías para poder solucionar dúbidas concretas sobre os contidos teóricos suscitados na clase.
Seminario	O alumno dispoñerá dun horario de tutorías para poder solucionar dúbidas concretas sobre os problemas, e casos prácticos suscitados nos seminarios.
Probas	Descrición
Cartafol/dossier	O alumno dispoñerá dun horario de tutorías para poder solucionar dúbidas relacionadas coa realización e presentación dos informes de prácticas.

Avaliación

Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
------------	---------------	------------------------

Seminario	Avaliación continua, entrega en tempo e forma dos problemas propostos e informes relativos a as análises suscitadas durante os seminarios.	35	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
Cartafol/dossier	Avaliación continua, entrega en tempo e forma dos informes e traballos requiridos.	30	CG2 CG3 CG7 CG8 CG12 CG13 CG14 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28
Resolución de problemas e/ou exercicios	Probas de resposta curta ou tipo test dos contidos da materia	35	CG2 CG3 CG7 CG8 CG18 CG20 CG25 CG26 CE3 CE8 CE16 CE23 CE28

Outros comentarios sobre a Avaliación

No caso de avaliación continua negativa e segunda convocatoria, o alumno realizará unha proba final sobre os contidos da materia consistente na resposta curta e resolución de problemas que contará o 70% da nota final. Para avaliación positiva da materia, será requisito indispensable ademais de unha avaliación positiva na proba final, a presentación en papel ou formato digital dos informes e traballos realizados durante o curso que contará hasta un máximo do 30% da nota final.

As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade.

Bibliografía. Fontes 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

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía humana: Anatomía e kinesiología humana/P02G050V01201

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

Fisiología: Fisiología do exercicio II/P02G050V01401

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

Competencias	
Código	Tipoloxía
CG7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
CG10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.
CG12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
CG13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
CG14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
CG23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
CG24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
CG25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
CG26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
CE1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
CE8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
CE9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
CE10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo

Resultados de aprendizaxe	
Resultados de aprendizaxe	Competencias

Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.	CG7
Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.	CG10
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	CG12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	CG13
Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	CG14
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	CG23
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	CG24
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	CG25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	CG26
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas	CE1
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	CE8
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	CE9
Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	CE10

Contidos

Tema	
TEMA 1: Fundamentación teórica dos deportes náuticos	<ul style="list-style-type: none"> - Definición - Oríxenes e evolución histórica - Análise do remo e do piragüismo e os seus factores - As reglaxes das embarcacións: <ul style="list-style-type: none"> . Reglaxes en banco fixo . Reglaxes en banco móvil . Reglaxes en piragüismo e kayak
TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos e didácticos dos deportes náuticos: remo e piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> - Técnica básica do remo e do piragüismo - Fases da palada no remo - Técnica básica de banco fixo - Técnica básica de banco móvil - Defectos técnicos mais frecuentes no remo - Técnica básica do piragüismo - Maniobras no piragüismo. Transporte, vuelco e vaciado. De equilibrio e conducción. De propulsión e combinadas - A palada en kayak. Fases da palada. Exercicios e corrección de erros. - Fundamentos tácticos: <ul style="list-style-type: none"> . A regata. Tipos. Partes . A estratexia - Postos específicos: <ul style="list-style-type: none"> . Postos específicos no remo de banco fixo . Postos específicos no remo de banco móvil . Postos específicos no piragüismo
TEMA 3: Estructura formal e funcional dos deportes náuticos: remo e do piragüismo	<ul style="list-style-type: none"> - Modalidades e especialidades - Categorias - Distancias de competición - Características das embarcacións - Características do sistema de masas - Distancias e tempos de competición - Frecuencia de palada en competición - Relación distancia/tempo de competición/tipo de esforzo - Tipos de competicións no remo e no piragüismo: <ul style="list-style-type: none"> . En función do recorrido . En función do sistema de competición . Programa olímpico

TEMA 4: O proceso de iniciación deportiva nos deportes náuticos

- Didáctica do remo e do piragüismo:
 - . Ensinanza e aprendizaxe
 - . Iniciación e metodoloxía
 - . Etapas de formación
- O medio acuático:
 - . Natural: ríos, lagos, mar
 - . Artificiais: pantanos, pistas
 - . Normas de seguridade
 - . Variables medioambientais externas

TEMA 5: Os deportes náuticos na súa vertiente recreativa e de rendemento

- Aspectos recreativos
- O club. Organización
- Aspectos de rendemento:
 - . Tecnoloxía aplicada
 - . Materiais
- Estructura biomecánica do remo e do piragüismo

Planificación docente

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	22	3	25
Prácticas de laboratorio	26	20	46
Traballo tutelado	1	0	1
Seminario	0	12.5	12.5
Prácticas autónomas a través de TIC	0	26	26
Exame de preguntas obxectivas	1	14.5	15.5
Informe de prácticas	4	20	24

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

Metodoloxía docente

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

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Seminario	Enténdese por atención personalizada o tempo que o profesor reserva para atender e resolver as dúbidas do alumnado en relación a materia.

Avaliación

Descrición	Cualificación	Competencias Avaliadas
Prácticas de laboratorio Polo carácter práctico da materia, haberá que asistir a lo menos ó 80% das sesións prácticas con participación activa como requisito previo para superar a materia no cuatrimestre; supoñen o 60% da cualificación final e realizaránse no río Lérez (tamén poderá facerse algunha práctica en terra nos remoergómetros). A avaliación da docencia práctica realizaráse de forma continua mediante o control de asistencia diaria dos alumnos con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado o longo do cuatrimestre (avaliarase o transporte do material, o seu axuste, o manexo e maniobrabilidade técnica da embarcación, etc.). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia as prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ós alumnos para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comezo das prácticas.	60	CG7 CG10 CG13 CG23 CG24 CG25 CG26 CE1 CE8 CE9 CE10

Exame de preguntas obxectivas	Encamiñada a avaliar a integración dos contidos teóricos por parte do alumnado. Enténdese tamén por contido teórico calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas. Esta proba realizarase na data oficial e constará de 50 preguntas tipo test con 3 opcións de resposta onde por cada 3 respostas erróneas descontarase unha resposta correcta e a súa parte proporcional. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	CG7 CG10 CG14 CG24 CE1 CE8 CE9 CE10
Informe de prácticas	O rematar o cuatrimestre os alumnos, de xeito individual, deberán presentar unha memoria de todas as prácticas feitas e entregala en formato papel. Para elaborar esta memoria o profesor facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comenazar cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ós alumnos os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito os alumnos ó rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. No caso de que os profesores detectasen que as memorias fosen copiadas entre dous ou máis alumnos, éstos deberán facer un traballo individual relacionado coa materia. A data tope para presentar o informe/memoria das prácticas será a data do exámen oficial (fora deste prazo non se recollerá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	CG7 CG10 CG12 CG23 CG26 CE1 CE8 CE10

Outros comentarios sobre a Avaliación

Prácticas de laboratorio: Polo carácter práctico da materia, haberá que asistir a lo menos ó 80% das sesións prácticas con participación activa como requisito previo para superar a materia no cuatrimestre; supoñen o 60% da cualificación final e realizaranse no río Lérez (tamén poderá facerse algunha práctica en terra nos remoergómetros). A avaliación da docencia práctica realizarase de forma contínua mediante o control de asistencia diaria dos alumnos con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado o longo do cuatrimestre (avaliarase o transporte do material, o seu axuste, o manexo e maniobrabilidade técnica da embarcación, etc.). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia as prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ós alumnos para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comenzo das prácticas.

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

Informe de prácticas: Supón o 20% de cualificación final. O rematar o cuatrimestre os alumnos, de xeito individual, deberán presentar unha memoria de todas as prácticas feitas e entregala en formato papel. Para elaborar esta memoria o profesor facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comenazar cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ós alumnos os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito os alumnos ó rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. No caso de que os profesores detectasen que as memorias fosen copiadas entre dous ou máis alumnos, éstos deberán facer un traballo individual relacionado coa materia. A data tope para presentar o informe/memoria das prácticas será a data do exámen oficial (fora deste prazo non se recollerá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

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

Aqueles alumnos que non cumprisen co requisito previo de asistir a lo menos ó 80% das sesións prácticas con participación activa non poderán superar a materia na primeira convocatoria e deberán presentarse a convocatoria de xullo, tendo que

facen o pertinente exámen teórico tipo test, que ponderará un 60%, e deberán presentar un traballo en formato papel consistente nunha "*Progresión didáctica para o aprendizaxe do remo e do piragüismo*", que ponderará un 40% (as pautas para a elaboración deste traballo serán facilitadas polos profesores). Estes alumnos terán que acadar unha puntuación mínima de 5 puntos tanto no exámen como no traballo.

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

Bibliografía. Fontes 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,

Recomendacións