



## (\*)Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte

## (\*)Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte

| Subjects      |                                                            |            |           |
|---------------|------------------------------------------------------------|------------|-----------|
| Year 4th      |                                                            |            |           |
| Code          | Name                                                       | Quadmester | Total Cr. |
| P02G050V01701 | Leisure and sports tourism                                 | 1st        | 6         |
| P02G050V01702 | Sporting system management and organisation 2              | 1st        | 6         |
| P02G050V01801 | Physical activity and adventure in the natural environment | 2nd        | 6         |
| P02G050V01905 | Leisure physical activity                                  | 1st        | 6         |
| P02G050V01906 | Specialisation in group sports                             | 1st        | 6         |
| P02G050V01907 | Specialisation in individual sports                        | 1st        | 6         |
| P02G050V01908 | Physical exercise for older people                         | 1st        | 6         |
| P02G050V01909 | Marketing and management of sports businesses              | 1st        | 6         |
| P02G050V01910 | Physical exercise and wellbeing programs                   | 1st        | 6         |
| P02G050V01911 | Sports training psychology                                 | 1st        | 6         |
| P02G050V01981 | Internships: Practicum                                     | 2nd        | 18        |
| P02G050V01991 | Final Year Dissertation                                    | 2nd        | 6         |

**IDENTIFYING DATA****Lecer e turismo deportivo**

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |      |            |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|------------|
| Subject             | Lecer e turismo deportivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |      |            |
| Code                | P02G050V01701                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           |      |            |
| Study programme     | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |      |            |
| Descriptors         | ECTS Credits                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Choose    | Year | Quadmester |
|                     | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mandatory | 4    | 1c         |
| Teaching language   | Castelán<br>Galego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |      |            |
| Department          | Didácticas especiais                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |           |      |            |
| Coordinator         | Varela Lorenzo, Raúl<br>Rial Fernández, Ramón Benigno<br>Sánchez Lastra, Miguel Adriano                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |      |            |
| Lecturers           | Rial Fernández, Ramón Benigno<br>Sánchez Lastra, Miguel Adriano<br>Varela Lorenzo, Raúl                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |      |            |
| E-mail              | rrial@uvigo.es<br>misanchez@uvigo.es<br>raulvl@uvigo.es                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |      |            |
| Web                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |      |            |
| General description | España está entre os principais destinos turísticos mundiais. Ademais, o sector turístico é un dos recursos económicos mais importantes do país. Aspectos como o desenvolvemento económico e tecnolóxico dos últimos cincuenta anos, a mellora na calidade de vida e esperanza en países desenvolvidos ou o aumento do tempo libre, xerou unha cultura de lecer onde o turismo, xunto coa actividade física e o deporte, xogan un papel fundamental. Dentro do turismo, atopamos hoxe en día unha tendencia xeral á búsqueda de vacacións activas ou un entretemento programado para encher o tempo de lecer. Neste senso, o ámbito da actividade física e o deporte, convertéronse nun marco ideal para cubrir esta demanda. Con esta materia, se pretende dar a coñecer ó alumnado outra posible área profesional dando a coñecer as bases que definen a estrutura e funcionamento do turismo en xeral, e as aportacións que dende a actividade físico-deportiva podemos ofrecer ó mesmo en particular. |           |      |            |

**Competencias**

|      |                                                                                                                                           |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code |                                                                                                                                           |
| B2   | Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                            |
| B4   | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.             |
| B6   | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.             |
| B12  | Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                  |
| B13  | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                                |
| B20  | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.                         |
| B21  | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.                           |
| B22  | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas.     |
| B23  | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.                    |
| B24  | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                  |
| B25  | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                         |
| B26  | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                        |
| C21  | Capacidade para deseñar o programa de funcionamento das instalacións deportivas e seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado |
| C22  | Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional                                                                  |

**Resultados de aprendizaxe**

|                                                                                                                               |                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Expected results from this subject                                                                                            | Training and Learning Results |
| Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte. | B4                            |
| Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano. | B6                            |
| Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.      | B12                           |
| Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                    | B13                           |

|                                                                                                                                           |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.                         | B20 |
| Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.                           | B21 |
| Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas.     | B22 |
| Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.                    | B23 |
| Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                  | B24 |
| Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                         | B25 |
| Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                        | B26 |
| Capacidade para deseñar o programa de funcionamento das instalacións deportivas e seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado | C21 |
| Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional                                                                  | C22 |
| Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                            | B2  |

## Contidos

### Topic

|                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TEMA 1: Fundamentos teóricos do lecer e o turismo deportivo                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Interrelación entre deporte y turismo</li> <li>- Aportacións do deporte ó turismo e viceversa</li> <li>- Creatividade na xestión turístico-deportiva</li> <li>- Deporte, turismo e medio ambiente</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| TEMA 2: Actividades de lecer e deporte no sector turístico                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades físico-deportivas de baixo impacto económico: turismo rural, actividades en espacios naturais e turismo, actividades de aventura e turismo, actividades de neve e turismo (perfil do turista ou practicante, xestión e organización, impacto ambiental)</li> <li>- Actividades físico-deportivas de alto impacto económico: caza e turismo, golf e turismo, actividades náuticas e turismo, eventos deportivos e turismo (perfil do practicante, xestión e organización, impacto ambiental)</li> </ul>                                                                            |
| TEMA 3: A organización e dirección de actividades de lecer e deporte no sector turístico: turismo rural, turismo náutico, turismo deportivo, turismo de aventura e turismo en complexos hoteleiros | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ordeación e regulamentación turística:</li> <li>.Decretos</li> <li>.Leis</li> <li>.Subvencións</li> <li>- Guía para o desenvolvemento dun proxecto de actividades de lecer e deporte no sector turístico:</li> <li>.Iniciación</li> <li>.Planificación</li> <li>.Execución</li> <li>.Seguemento e control</li> <li>.Peche</li> <li>- Xestión de instalacións deportivo-turísticas</li> <li>- Xestión de eventos deportivos</li> <li>- Creación de empresas de servicios deportivos</li> <li>- Creación de departamentos de turismo deportivo nas axencias de viaxe</li> <li>- Etc.</li> </ul> |
| TEMA 4: Animación deportiva no sector turístico                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funcións</li> <li>- Ferramentas</li> <li>- Condicións de traballo</li> <li>- Ocupacións de traballo</li> <li>- Etc.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Planificación

|                                     | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|-------------------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Lección maxistral                   | 17          | 4                           | 21          |
| Resolución de problemas             | 6           | 23                          | 29          |
| Titoría en grupo                    | 0           | 10                          | 10          |
| Traballo tutelado                   | 2           | 24                          | 26          |
| Prácticas autónomas a través de TIC | 18          | 34                          | 52          |
| Probas de resposta curta            | 1           | 1                           | 2           |
| Informe de prácticas                | 2           | 1                           | 3           |
| Traballo                            | 7           | 0                           | 7           |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

### Description

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección maxistral                   | Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio ou proxecto que vai a realizar o estudante.                                                                                                                                                   |
| Resolución de problemas             | O alumnado, en base as premisas plantexadas previamente polo profesor, busca solucións, fai propostas ou resolve exercicios. Estas actividades se desenvolverán no seminario 3 de informática.                                                                                                                       |
| Tutoría en grupo                    | Consultas que o alumnado mantén co profesor para asesoramento/desenvolvemento de actividades da materia e do proceso de aprendizaxe.                                                                                                                                                                                 |
| Traballo tutelado                   | O alumno, de xeito individual ou en grupo, elabora un documento sobre a temática da materia ou investigacións, memorias, resúmenes de lecturas, etc. Xeralmente trátase dunha actividade autónoma do/dos estudantes que inclúe a búsqueda e recollida de información, lectura e manexo de bibliografía, redacción... |
| 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. Desenvólvense a través das TIC de xeito autónomo.                                                                                                               |

### Atención personalizada

| Methodologies                       | Description                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección maxistral                   | O alumno recibirá atención individualizada no horario de tutorías establecido a tal fin durante o curso académico. Para a consulta do seu horario de tutorías e lugar das mesmas deberáase consultar a web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte. |
| Resolución de problemas             | O alumno recibirá atención individualizada no horario de tutorías establecido a tal fin durante o curso académico. Para a consulta do seu horario de tutorías e lugar das mesmas deberáase consultar a web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte. |
| Prácticas autónomas a través de TIC | O alumno recibirá atención individualizada no horario de tutorías establecido a tal fin durante o curso académico. Para a consulta do seu horario de tutorías e lugar das mesmas deberáase consultar a web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte. |
| Traballo tutelado                   | O alumno recibirá atención individualizada no horario de tutorías establecido a tal fin durante o curso académico. Para a consulta do seu horario de tutorías e lugar das mesmas deberáase consultar a web da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte. |

### Avaliación

| Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Qualification | Training and Learning Results                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Probas de resposta curta<br>Realizarase un exame tipo test para valorar o coñecemento dos contidos teóricos da materia por parte do alumnado. Esta proba constará de 50 preguntas, onde por cada 3 respostas incorrectas descontarase unha que estea ben contestada. Haberá que chegar a unha puntuación mínima de 5 puntos sobre 10.                                                                                                                                                                                                                   | 40            | B2<br>B4<br>B6<br>B13<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>C22           |
| Informe de prácticas<br>O estudante, de xeito individual, terá que elaborar unha serie de documentos sobre a temática da materia ou investigacións, memorias, resúmenes de lecturas, etc. a proposta do profesor. Xeralmente trátase dunha actividade autónoma do/dos estudantes que inclúe a búsqueda e recollida de información, lectura e manexo de bibliografía, redacción... Deberán subir estes documentos a FAITIC                                                                                                                               | 10            | B2<br>B4<br>B6<br>B12<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B26<br>C21           |
| Traballo<br>Actividade de aplicación dos coñecementos e situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia. Desenvólvese a través das TIC de maneira autónoma tanto presencialmente como fora da aula. Os alumnos deberán aportar a documentación dos traballos realizados. Os alumnos, en grupos de 4, deberán presentar un traballo final. As pautas e directrices deste traballo serán facilitadas polos profesores da materia. Haberá que chegar a unha puntuación mínima de 5 puntos sobre 10. | 50            | B12<br>B13<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26<br>C21<br>C22 |

### Other comments on the Evaluation

Será necesario asistir polo menos ó 80% das prácticas nas horas de aula (traballos tutelados e prácticas autónomas a través

das TIC) como requisito previo para poder superar a materia. Rexistraráse a participación activa nestas sesións prácticas mediante una planilla de control de asistencia.

A calificación final da materia resultará da ponderación dos 3 apartados da avaliación, e será requisito imprescindible para superar a materia ter aprobadas as tres partes (chegar a unha puntuación mínima de 5 puntos sobre un máximo de dez). O alumno que non supere algún dos apartados da avaliación obterá unha calificación final de suspenso; en todo caso a nota das partes que teña superadas se lle gardará na convocatoria seguinte de xullo.

De non ter superada a materia na primeira convocatoria, as competencias non adquiridas serán avaliadas na convocatoria de xullo. Os alumnos que non cumpriran o requisito de asistir polo menos ó 80% de asistencia as prácticas de aula deberán presentar os traballos tutelados e o proxecto final da materia de xeito individual na convocatoria de xullo, así como facer o exame teórico tipo test

Recoméndase a asistencia as clases teóricas.

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

---

### **Bibliografía. Fontes de información**

#### **Basic Bibliography**

Jiménez Martín, Pedro J., **Deporte y turismo**, Síntesis, 2011

VV.AA., **50 años de turismo español**, Centro de estudios Ramón Areces, 1999

#### **Complementary Bibliography**

Rebollo, S. y Latiesa, M., **Salidas profesionales en el campo del turismo deportivo**, Instituto Andaluz del Deporte, 2002

Del Alcázar Martínez, B., **Los canales de distribución en el sector turístico**, Esic, 2002

Rebollo, S., **Curso sobre deporte, turismo y medio ambiente**, Instituto Andaluz del Deporte, 2002

Soria, M.A. Y cañellas, A., **La animación deportiva**, Inde, 1991

VV.AA., **Enciclopedia del turismo**, Síntesis, 2002

Puertas, X. y Font, S., **Juegos y actividades deportivas para la animación turística**, Síntesis, 2002

Reguero, M., **Ecoturismo**, Bosch, 1994

VV.AA., **Deporte y naturaleza**, Talasa, 2001

---

### **Recomendacións**

#### **Subjects that continue the syllabus**

Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

Mercadotecnia e dirección de empresas deportivas/P02G050V01909

#### **Subjects that are recommended to be taken simultaneously**

Actividades físicas de lecer/P02G050V01905

Actividades físicas e de aventura no medio natural/P02G050V01801

#### **Subjects that it is recommended to have taken before**

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

Xogo motor/P02G050V01105

Fundamentos dos deportes colectivos I/P02G050V01303

Fundamentos dos deportes colectivos II/P02G050V01403

Fundamentos dos deportes individuais/P02G050V01304

Actividade física e deporte adaptado/P02G050V01601

Actividade física e deporte recreativo/P02G050V01602

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

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

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

Valoración e prescrición do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

| IDENTIFYING DATA                                  |                                                    |           |      |            |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------|------|------------|
| Xestión e organización dos sistemas deportivos II |                                                    |           |      |            |
| Subject                                           | Xestión e organización dos sistemas deportivos II  |           |      |            |
| Code                                              | P02G050V01702                                      |           |      |            |
| Study programme                                   | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |           |      |            |
| Descriptors                                       | ECTS Credits                                       | Choose    | Year | Quadmester |
|                                                   | 6                                                  | Mandatory | 4    | 1c         |
| Teaching language                                 | Castelán<br>Galego                                 |           |      |            |
| Department                                        | Didácticas especiais                               |           |      |            |
| Coordinator                                       | Lago Filgueira, José Ángel                         |           |      |            |
| Lecturers                                         | Lago Filgueira, José Ángel                         |           |      |            |
| E-mail                                            | joseangel.lago@vigo.org                            |           |      |            |
| Web                                               |                                                    |           |      |            |
| General description                               |                                                    |           |      |            |

| Competencias |                                                                                                                                       |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code         |                                                                                                                                       |
| B2           | Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                        |
| B4           | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.         |
| B12          | Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.              |
| B13          | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                            |
| B14          | Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.                 |
| B21          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.                       |
| B22          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas. |
| B24          | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                              |
| B25          | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                     |
| B26          | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                    |
| C26          | Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa      |

| Resultados de aprendizaxe                                                                                                        |                                                    |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----|
| Expected results from this subject                                                                                               | Training and Learning Results                      |     |
| 1. Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte. | B2<br>B4<br>B12<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25 |     |
| 2. Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                | B14<br>B21<br>B22<br>B25                           |     |
| 3.- Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte      | B12<br>B13<br>B14<br>B26                           | C26 |

| Contidos                                   |                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Topic                                      |                                                                                                                                                 |
| 1. Planificación e organización no deporte | Políticas deportivas, financiamento, contratación, normativa, lexislación, planificación, xestión, programación, RR.HH, subvencións, convenios. |

|                                         |                                                                                      |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. Planificación dos espazos deportivos | Contextualización, familiarización cos conceptos fundamentais e a súa planificación. |
| 3. Os espazos e equipamentos deportivos | Concepto e tipos, normativa aplicable, censos, pavimentos, mantemento.               |

| Planificación                                                                                                                 |             |                             |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                                                                                                                               | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
| Lección maxistral                                                                                                             | 22.5        | 33.75                       | 56.25       |
| Traballos de aula                                                                                                             | 10          | 0                           | 10          |
| Resolución de problemas de forma autónoma                                                                                     | 26          | 39                          | 65          |
| Exame de preguntas obxectivas                                                                                                 | 0.3         | 0                           | 0.3         |
| Exame de preguntas de desenvolvemento                                                                                         | 1.5         | 7.5                         | 9           |
| Informe de prácticas                                                                                                          | 9.5         | 0                           | 9.5         |
| *The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students. |             |                             |             |

| Metodoloxía docente                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                           | Description                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 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.                                                                                               |
| Traballos de aula                         | O estudante desenvolve exercicios ou proxectos na aula baixo as directrices e supervisión do profesor. O seu desenvolvemento pode estar vinculado con actividades autónomas do estudante, as cales serán contrastadas na aula co conxunto dos alumnos ou soamente polo profesor. |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Actividade na que se formulan problemas e/ou exercicios relacionados coa materia. O alumno/a debe desenvolver a análise e resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma.                                                                                             |

| Atención personalizada                    |                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Methodologies                             | Description                                                                                                                                                                                                                    |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Enténdese por atención personalizada o tempo reservado por cada docente para atender e resolver as dúbidas do alumnado. Nestas actividades o/a docente ten como función orientar e guiar o proceso de aprendizaxe do alumnado. |
| Traballos de aula                         | 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                                |                                                                                                                                                                                                                  |               |                               |     |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------|-----|
|                                           | Description                                                                                                                                                                                                      | Qualification | Training and Learning Results |     |
| Traballos de aula                         | Probas de resolución que expón o profesor para a aprendizaxe de contidos.                                                                                                                                        | 10            | B12                           | C26 |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B13                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B14                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B21                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B22                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B24                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B25                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B26                           |     |
| Resolución de problemas de forma autónoma | Probas para a avaliación que inclúen actividades, problemas ou exercicios prácticos a resolver. Os alumnos deben dar resposta á actividade formulada, aplicando os coñecementos teóricos e prácticos da materia. | 25            | B2                            |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B4                            |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B12                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B13                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B14                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B21                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B22                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B24                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B25                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B26                           |     |
| Exame de preguntas obxectivas             | Proba para avaliación das competencias adquiridas que constará preguntas pechadas na que os alumnos seleccionan unha única resposta verdadeira de entre varias opcións.                                          | 15            | B12                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B13                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B14                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B21                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B22                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B24                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B25                           |     |
|                                           |                                                                                                                                                                                                                  |               | B26                           |     |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |                                                      |     |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------|-----|
| Exame de preguntas de desenvolvemento | Probas para avaliación das competencias que inclúen preguntas abertas sobre un tema. Os alumnos deben desenvolver, relacionar, organizar e presentar os coñecementos que teñen sobre a materia nunha resposta extensa.                                                                                                                                                 | 40 | B12<br>B13<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26 | C26 |
| Informe de prácticas                  | Elaboración dun documento por parte do alumno no que se reflicten as características do traballo levado a cabo. Os alumnos deben describir as tarefas e procedementos desenvolvidos, mostrar os resultados obtidos ou observacións realizadas, así como a análise e tratamento de datos. Deseño de construcións que elabora o alumno sobre cuestións expostas na aula. | 10 | B2<br>B4<br>B14<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26   | C26 |

### Other comments on the Evaluation

A cualificación final da materia resultará da ponderación do tres probas de avaliación, ( test, Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma e probas de resposta longa, de desenvolvemento). Será requisito imprescindible para aprobar a materia ter superadas as tres partes. O alumno/a que non realice algunha das tres probas de avaliación obterá unha calificación final de SUSPENSO. En xullo e no resto das convocatorias extraordinarias avaliarase mediante un exame tipo test (60%) e probas de desenvolvemento e prácticas de contidos teóricos (60%), ou test sobre o (100%).

### Bibliografía. Fontes de información

#### Basic Bibliography

Mestre,J.; García,E., **La gestión del deporte municipal**, Primera edición, INDE, 1997

Mestre,J., **La planificación deportiva. Teoría y Práctica**, Segunda edición, INDE, 1997

Mestre,J.; Brotons,J., **La gestión deportiva: clubes y federaciones**, Primera edición, INDE, 2002

[www.csd.mec.es](http://www.csd.mec.es), **Portal del Consejo Superior de Deportes (CSD)**,

Paris,F., **La planificación estratégica en las organizaciones deportivas**, Primera edición, Paidotribo, 1998

Paramio, J.L. y otros, **Manual de Equipamientos e instalaciones deportivas**, Primera edición, Síntesis, 2010

#### Complementary Bibliography

<http://www.rbi.es/info-profesional/publicaciones-construccion/instalaciones-deportivas-xxi/>, **Instalaciones Deportivas XXII**, Editor Iñaki Lasa,

[www.femp.es](http://www.femp.es), **Portal de la Federación Española de Municipios y Provincias**, Área Temática de Deporte y Ocio,

### Recomendacións

#### Subjects that continue the syllabus

Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

#### Subjects that are recommended to be taken simultaneously

Mercadotecnia e dirección de empresas deportivas/P02G050V01909

#### Subjects that it is recommended to have taken before

Xestión e organización dos sistemas deportivos I/P02G050V01504



**IDENTIFYING DATA****Physical activity and adventure in the natural environment**

|                     |                                                                                 |           |      |            |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|------------|
| Subject             | Physical activity and adventure in the natural environment                      |           |      |            |
| Code                | P02G050V01801                                                                   |           |      |            |
| Study programme     | (*)Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                           |           |      |            |
| Descriptors         | ECTS Credits                                                                    | Choose    | Year | Quadmester |
|                     | 6                                                                               | Mandatory | 4th  | 2nd        |
| Teaching language   | Spanish<br>Galician                                                             |           |      |            |
| Department          | Special Didactics                                                               |           |      |            |
| Coordinator         | Prieto Lage, Iván<br>Alonso Fernández, Diego<br>Zarzosa Alonso, Fernando        |           |      |            |
| Lecturers           | Alonso Fernández, Diego<br>Prieto Lage, Iván<br>Zarzosa Alonso, Fernando        |           |      |            |
| E-mail              | fzarzosa@uvigo.es<br>diego_alonso@uvigo.es<br>ivanprieto@uvigo.es               |           |      |            |
| Web                 | <a href="http://http://fcced.uvigo.es/gl/">http://http://fcced.uvigo.es/gl/</a> |           |      |            |
| General description |                                                                                 |           |      |            |

**Competencies**

|      |                                                                                                                                                                                                                       |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code |                                                                                                                                                                                                                       |
| B9   | Knowledge and comprehension of the foundations of the physical exercise, motive game, dance, movement and activities in the nature.                                                                                   |
| B13  | Habits of excellence and quality in the professional exercise.                                                                                                                                                        |
| B15  | Aptitude to design, to develop and evaluate the processes of education - learning relative to the physical activity and of the sport, with attention to the individual and contextual characteristics of the persons. |
| B18  | Aptitude to apply the physiological beginning, biomechanics, behavioral and social, to the different fields of the physical activity and the sport.                                                                   |
| B24  | Action inside the ethical beginning necessary for the correct professional exercise.                                                                                                                                  |
| B25  | Skill of leadership, capacity of interpersonal relation and teamwork.                                                                                                                                                 |
| B26  | Adjustment to new situations, the resolution of problems and the autonomous learning.                                                                                                                                 |
| C1   | Aptitude to design, to develop and evaluate the processes of education - learning relative to the physical activity and the sport with attention to the individual and contextual characteristics of the persons.     |
| C22  | Aptitude to know and apply the juridical frame of the professional area                                                                                                                                               |
| C25  | Aptitude to plan, to develop and control the accomplishment of physical - sports recreative activities                                                                                                                |
| C26  | Aptitude to select the material and sports equipment adapted for every type of physical - sports recreative activity                                                                                                  |
| C29  | Aptitude to identify the risks that stem for the health, of the practice of physical inadequate activities in the medical instructors of physical - sports recreative activity                                        |

**Learning outcomes**

| Expected results from this subject                                                                                                                                                                                                     | Training and Learning Results |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------|
| The students will be able to know and understand the factors fisiolóxicos and biomecánicos that condition the practice of the physical activity and the sport.                                                                         | B18                           |            |
| The students will be able to know and apply the juridical frame of the professional field of the activities in the half natural                                                                                                        | B13                           | C22        |
| The students will be able to identify and value the risks that can derive of the use of the equipments and sportive installations of the activities in the half natural                                                                |                               | C25<br>C26 |
| The students will be able to know and understand the fundamentos of the activities in the nature                                                                                                                                       | B26                           | C1         |
| The students will be able to identify the risks that derive stop the health of the practice of inappropriate physical activities in the natural surroundings                                                                           |                               | C26<br>C29 |
| The students will be able to design, develop and evaluate the processes of ensino-aprendizaxe relative to the physical activity and when deposing you, with attention to the individual characteristics and contextuales of the people | B15                           | C25        |

|                                                                                                               |     |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| The students will be able to select and know use the material and appropriate sportive equipment              | B9  | C26 |
| stop each type of activity in the half natural                                                                |     | C29 |
| New                                                                                                           | B24 |     |
| The students will be able to show skill of leadership, capacity of relation interpersonal and work in team    | B25 |     |
| The students will be able to adapt the new situations, the resolution of problems and the autonomous learning | B26 |     |

## Contents

| Topic                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (*)1. Fundamentos teóricos das actividades físicas no medio natural: orientación e bases cartográficas, planificación de itinerarios, seguridade, e outros fundamentos teóricos relacionados. | (*)1.1. Fundamentos teóricos<br>1.1.1. Concepto de Actividades Físicas no medio Natural<br>1.1.2. Xeneralidades<br>1.1.2.1. Que son as AFMN<br>1.1.2.2. Organización e regulación das AFMN |

(\*)2. Actividades físico deportivas no medio natural: actividades de permanencia, sendeirismo, deporte de orientación, escalada e outros deportes de aventura.

- (\*)2.1. Sendeirismo e montañismo
  - 2.1.1. Montañismo e trekking: concepto e lugar na evolución dos deportes de montaña
  - 2.1.2. Medio ambiente de montaña
  - 2.1.3. Metereoloxía
  - 2.1.4. Formación técnica
  - 2.1.5. Preparación e desenvolvemento dunha actividade
  - 2.1.6. Orientación e cartografía
  - 2.1.7. Técnicas de acampada e vivac
  - 2.1.8. Seguridade
  - 2.1.9. Desenvolvemento profesional
- 2.2. Orientación
  - 2.2.1. Introducción á orientación: xeneralidades
  - 2.2.2. Representación gráfica e interpretación de debuxos ou esquemas
  - 2.2.3. Cartografía. Introducción á interpretación de mapas elaborados (topográficos e/ou de orientación).
  - 2.2.4. Utilización do compás
  - 2.2.5. Orientación.
  - 2.2.6. Aplicación no ámbito educativo
  - 2.2.7. Organización de actividades de orientación e seguridade.
- 2.3. Técnicas de aire libre
  - 2.3.1. Actividades Físicas no Medio Natural. Xeneralidades
  - 2.3.2. Ámbitos de aplicación das Actividades ao aire libre
  - 2.3.3. Aplicación ao ámbito escolar
  - 2.3.4. AFMN. Contorna profesional
  - 2.3.5. Organización de actividades e seguridade
- 2.4. Escalada e técnicas con cordas
  - 2.4.1. Introducción á escalada: xeneralidades (tipos)
  - 2.4.2. Aspectos técnicos da escalada
  - 2.4.3. Cabuxería.
  - 2.4.4. Seguridade: normas básicas
  - 2.4.5. Aplicación no ámbito escolar
- 2.5. Organización de actividades
  - 2.5.1. Organización dun proxecto de actividades no medio natural
  - 2.5.2. Organización dunha ruta de sendeirismo. Seguridade
  - 2.5.3. Organización de AFAMN na educación non formal
  - 2.5.4. Organización de AFAMN na educación formal
- 2.6. Bicicleta de montaña
  - 2.6.1. A bicicleta e o ciclismo
  - 2.6.2. Conducir e circular en bicicleta. Normas de seguridade
  - 2.6.3. Axuste e mantemento da bicicleta
  - 2.6.4. Mecánica da bicicleta
  - 2.6.5. Rutas en bicicleta de montaña. Seguridade
  - 2.6.6. Actividades recreativas en bicicleta de montaña. Organización e seguridade
- 2.7. Outras actividades de aventura no medio natural
  - 2.7.1. Introducción ao tiro con arco
  - 2.7.2. Introducción ao surf
  - 2.7.3. Seguridade: normas básicas

## Planning

|                            | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|----------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Laboratory practices       | 25          | 50                          | 75          |
| Autonomous problem solving | 8           | 4                           | 12          |
| Field practice             | 4           | 4                           | 8           |
| Computer practices         | 1           | 2                           | 3           |
| Case studies               | 4           | 4                           | 8           |
| Lecturing                  | 10          | 10                          | 20          |
| Objective questions exam   | 1           | 10                          | 11          |
| Essay                      | 1           | 12                          | 13          |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

| Methodologies              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Laboratory practices       | The character of the subject does necessary that the student/assist it, at least, to 80% of the practices of laboratory for power mark the same.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Autonomous problem solving | (*)Resolución de ejercicios na aula/laboratorio baixo a dirección do profesor                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Field practice             | (*)O carácter da materia fai necesario que se fagan prácticas fóra das instalacións do centro.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Computer practices         | (*)Para o correcto desenvolvemento do traballo da materia é necesario prácticas na aula de informática.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Case studies               | (*)Resolución de estudos de caso na aula/laboratorio baixo a dirección do profesor                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Lecturing                  | The character of the subject does necessary to combine several types of methodologies, depending of the nature of the objective to reach and the contents to treat. *Avogarase By an active methodology, alternating exhibitions *maxistrais and work in small group in the theoretical sessions and *vivencia of the different proposals of tasks (of the professor and of the @propio students) in the sessions practise.<br>Besides, the student will have of one bear virtual of support to the *docencia, through the platform SUBJECT (# <a href="http://www.uvigo.es/*faitic">http://www.uvigo.es/*faitic</a> ), with the that will be able to realize a tracking partially *on-*line of the subject.<br>- Organisation of the *docencia:<br>The sessions of theoretical and practical character will develop in schedule and location fixed pole centre. |

## Personalized attention

| Methodologies              | Description |
|----------------------------|-------------|
| Lecturing                  |             |
| Laboratory practices       |             |
| Autonomous problem solving |             |
| Field practice             |             |
| Computer practices         |             |
| Case studies               |             |
| Tests                      | Description |
| Essay                      |             |

| Assessment               |                                                                                                                                                                                                         |               |                                       |                                |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------|--------------------------------|
|                          | Description                                                                                                                                                                                             | Qualification | Training and Learning Results         |                                |
| Laboratory practices     | (*)É necesario asistir, polo menos, ao 80% das prácticas para poder puntuar esta parte da avaliación. Como son 12 prácticas haberá que asistir a un mínimo de 10.                                       | 15            | B9<br>B13<br>B15<br>B24<br>B25<br>B26 | C1<br>C22<br>C25<br>C26<br>C29 |
| Objective questions exam | It is necessary to approve the examen theoretical for power do average.                                                                                                                                 | 50            | B9<br>B13<br>B15<br>B24<br>B25<br>B26 | C1<br>C22<br>C25<br>C26<br>C29 |
| Essay                    | (*)O alumnado organizárase en pequenos grupos para realizar un traballo vinculado á materia aplicable a un contexto real. Este traballo deberá superarse cunha nota mínima de 5 para aprobar a materia. | 35            | B9<br>B13<br>B15<br>B24<br>B25<br>B26 | C1<br>C22<br>C25<br>C26<br>C29 |

## Other comments on the Evaluation

The assistance to the practices of laboratory has to be of a 80% to be marked.

The assistance and participation of the students will value with a 15% of the final note.

It is necessary to approve the examen theoretical for power do average.

In the extraordinary announcement of the even academic course will keep the qualifications of the first announcement.

Anyway they will keep the criteria of evaluation.

---

### Sources of information

#### Basic Bibliography

BERNAL RUIZ, J., **Organización de campamentos en la escuela**, Wanceulen, 2002

COLORADO, J., **Montañismo y Trekking. Manual completo**, Manuales Desnivel, 2010

EEAM, **Escuela Española de alta montaña. Certificado de iniciación al montañismo**, Barrabés editorial, 2001

Granero Gallegos, A., Baena Extremera, A., **Actividades físicas en el medio natural: Teoría y práctica para la Educación Física**, Wanceulen, 2010

MILSON, F., **El libro de la bicicleta de montaña: mantenimiento y reparación**, OMEGA, 2009

MURCIA, M., **Prevención, seguridad y autorescate**, Desnivel editorial, 2001

SANTOS PASTOR, M. L., **Las actividades en el medio natural en la educación física escolar**, Wanceulen, 2002

VARIOS, **Señalización de Senderos**, FEDME, 2009

VIGO, M., **Manual para dirigentes de campamentos organizados**, Stadium, 2005

#### Complementary Bibliography

Rojas Pedregosa, P., **La bicicleta y su desarrollo práctico en Educación Secundaria**, Wanceulen, 2016

---

### Recommendations

| IDENTIFYING DATA             |                                                    |          |      |            |
|------------------------------|----------------------------------------------------|----------|------|------------|
| Actividades físicas de lecer |                                                    |          |      |            |
| Subject                      | Actividades físicas de lecer                       |          |      |            |
| Code                         | P02G050V01905                                      |          |      |            |
| Study programme              | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |          |      |            |
| Descriptors                  | ECTS Credits                                       | Choose   | Year | Quadmester |
|                              | 6                                                  | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language            | Castelán                                           |          |      |            |
| Department                   | Didácticas especiais                               |          |      |            |
| Coordinator                  | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                       |          |      |            |
| Lecturers                    | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                       |          |      |            |
| E-mail                       | ivanmartinez@uvigo.es                              |          |      |            |
| Web                          |                                                    |          |      |            |
| General description          |                                                    |          |      |            |

| Competencias |                                                                                                                                                                                                            |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code         |                                                                                                                                                                                                            |
| B4           | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.                                                                              |
| B6           | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.                                                                              |
| B9           | Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza.                                                                            |
| B12          | Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                                                   |
| B13          | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                                                                                                 |
| B24          | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                                                                                   |
| B25          | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                          |
| B26          | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                                                         |
| C24          | Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas |
| C25          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas                                                                                             |
| C26          | Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa                                                                           |
| C27          | Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica das actividades físico-deportivas recreativas para toda a poboación                                          |
| C28          | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, nas actividades físico-deportivas recreativas                                                                 |
| C29          | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa                               |

| Resultados de aprendizaxe                                                                                                                                                                          |                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Expected results from this subject                                                                                                                                                                 | Training and Learning Results |
| Coñecemento e comprensión dos factores *comportamentais e sociais que condicionan a práctica das actividades físicas de lecer.                                                                     | B4                            |
| Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica das actividades físicas de lecer sobre os aspectos *psicológicos e sociais do ser humano                                                         | B6                            |
| Coñecemento e comprensión dos fundamentos das actividades físicas de lecer.                                                                                                                        | B4                            |
| *Aplicación das *tecnologías da *información e comunicación (TIC) ao *ámbito das actividades físicas de lecer.                                                                                     | B12                           |
| Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                  | B24<br>B25                    |
| Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                                                 | B26                           |
| Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional                                                                                                                                          | B13                           |
| Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                                                                           | B24                           |
| Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos ás actividades físicas de lecer, con atención ás características individuais e *contextuais das persoas | C24                           |

|                                                                                                                                                    |           |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----|
| Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas de lecer.                                       |           | C25 |
| Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos *perdurables e autónomos de práctica de actividades físico-deportivas de lecer.          |           | C27 |
| Capacidade para aplicar os principios *fisiolóxicos, *biomecánicos, *comportamentais e sociais, nas actividades físicas de lecer.                  |           | C28 |
| Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas de lecer inadecuadas.                        | B9<br>B24 | C29 |
| Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividades físico-deportivas de lecer. |           | C26 |

## Contidos

| Topic                                            |                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Fundamentos das actividades de raqueta e pala | Material e Equipamento<br>O Padel como AF de Lecer<br>O Tenis de Mesa como AF de Lecer<br>O Tenis Praia como AF de Lecer<br>Boas prácticas                                                     |
| 2. Bailes e danzas colectivas para a recreación  | Material e Equipamento<br>Bailes de salón para a recreación<br>Danzas colectivas para a recreación<br>Boas prácticas                                                                           |
| 3. Xogos tradicionais con material complexo      | Material e Equipamento<br>AF de Lecer con Bastóns<br>AF de Lecer con Patíns<br>AF de Lecer con Cometas<br>AF de Lecer con Bicicleta<br>AF de Lecer con Stand Up Paddle (SUP)<br>Boas prácticas |

## Planificación

|                          | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|--------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Lección maxistral        | 22.5        | 33.75                       | 56.25       |
| Resolución de problemas  | 15          | 22.5                        | 37.5        |
| Prácticas de laboratorio | 12          | 19.2                        | 31.2        |
| Cartafol/dossier         | 3           | 22.5                        | 25.5        |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

|                          | Description                                                                                                                                                               |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección maxistral        | Sesión maxistral                                                                                                                                                          |
| Resolución de problemas  | Resolución de problemas e/ou exercicios de forma autónoma por parte do alumno relacionados coa materia.                                                                   |
| 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.  |
| Cartafol/dossier         | Análise dun feito, problema ou suceso real coa finalidade de coñecelo, interpretalo, resolvelo, merar hipótese, contrastar datos, reflexionar, completar coñecementos,etc |

## Atención personalizada

| Methodologies           | Description                                                                       |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Lección maxistral       | Mediante as *tutorías individuais ou *grupales nos horarios de atención ao alumno |
| Resolución de problemas | Mediante as *tutorías individuais ou *grupales nos horarios de atención ao alumno |
| Cartafol/dossier        | Mediante as *tutorías individuais ou *grupales nos horarios de atención ao alumno |

## Avaliación

| Description                                                                                                          | Qualification | Training and Learning Results |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------|------------|
| Resolución de problemasEntrega dos comentarios a lecturas e vídeos no prazo acordado a través da plataforma *FAITIC. | 25            | B4<br>B24                     | C25<br>C26 |

|                          |                                                                                                 |    |                                |     |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------|-----|
| Prácticas de laboratorio | Diseño, planificación y ejecución de una práctica de AF de Ocio para el grupo de la asignatura. | 50 | B4<br>B13<br>B24<br>B25<br>B26 | C24 |
| Cartafol/dossier         | Entrega do dossier comercial individual no prazo acordado a través da plataforma *FAITIC.       | 25 | B6<br>B12<br>B13               | C24 |

#### Other comments on the Evaluation

A cualificación final da materia resultará da \*ponderación das probas de avaliación (resolución de problemas, cartafol/dossier e prácticas de laboratorio).

Será requisito imprescindible para aprobar a materia:

a) Presentar dentro do prazo estipulado todas as tarefas a través da plataforma FAITIC

**b) Completar polo menos o 85% de asistencia ós grupos B**

**c) superar satisfactoriamente a práctica de laboratorio (diseñar, planificar e executar una práctica de AF de Ocio).**

#### Bibliografía. Fontes de información

##### Basic Bibliography

Rifkin, J., **La sociedad del coste marginal cero**, Paidós, 2014

De la Plata, N. (coord), **El Entorno jurídico de las nuevas tendencias deportivas : deporte de aventura, animación deportiva y ocio activo**, Dykinson, 2006

San Salvador, R., **Políticas de ocio : cultura, turismo, deporte y recreación**, Deusto, 2000

Svensson,M., **Nordic Walking**, Human Kinetics, 2009

Wilhelm,S., **Manual práctico de Nordic Walking: introducción sencilla en 7 pasos con la técnica**, Tutor, 2009

Bicicleta Club de Cataluña, **Estudio sobre el uso y la promoción de la bicicleta en las universidades españolas**, Bicicleta Club de Cataluña, 2012

Carmichael,Chris, **Bicicleta : salud y ejercicio**, Paidotribo, 1997

##### Complementary Bibliography

<https://www.decathlon.es>, **Portal de Decathlon-España**,

#### Recomendacións

#### Subjects that it is recommended to have taken before

Actividade física e deporte recreativo/P02G050V01602



| IDENTIFYING DATA                       |                                                    |          |      |            |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|----------|------|------------|
| Especialización en deportes colectivos |                                                    |          |      |            |
| Subject                                | Especialización en deportes colectivos             |          |      |            |
| Code                                   | P02G050V01906                                      |          |      |            |
| Study programme                        | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |          |      |            |
| Descriptors                            | ECTS Credits                                       | Choose   | Year | Quadmester |
|                                        | 6                                                  | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language                      | Castelán<br>Galego                                 |          |      |            |
| Department                             | Didácticas especiais                               |          |      |            |
| Coordinator                            | Lago Peñas, Carlos                                 |          |      |            |
| Lecturers                              | Iglesias Caamaño, Mario<br>Lago Peñas, Carlos      |          |      |            |
| E-mail                                 | clagop@uvigo.es                                    |          |      |            |
| Web                                    |                                                    |          |      |            |
| General description                    |                                                    |          |      |            |

| Competencias |                                                                                                                                                                           |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code         |                                                                                                                                                                           |
| B1           | Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                                   |
| B3           | Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.                                           |
| B4           | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.                                             |
| B6           | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.                                             |
| B17          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis.                                                                  |
| B25          | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                         |
| B26          | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                        |
| C5           | Capacidade para planificar, desenvolver e avaliar a realización de programas de deporte e actividade física escolar                                                       |
| C8           | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo                                  |
| C9           | Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo |
| C11          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo                                                                  |

| Resultados de aprendizaxe                                                                                                       |                               |                                          |                             |                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| Expected results from this subject                                                                                              | Training and Learning Results |                                          |                             |                            |
| - Ser capaz de controlar o rendemento e estado de forma nestas especialidades.                                                  | A3<br>A4                      | B1<br>B1<br>B2<br>B3<br>B4<br>B25<br>B26 | C1<br>C5<br>C8<br>C9<br>C11 | D1<br>D3<br>D4<br>D5<br>D9 |
| - Ser capaz de deseñar ferramentas para a detección, e o desenvolvemento de talentos (plans de formación a medio e longo prazo) | A4<br>A5                      | B6<br>B17                                | C5<br>C9<br>C11             |                            |
| - Adquirir habilidades de dirección de persoas                                                                                  | A1<br>A3<br>A4<br>A5          | B1<br>B2<br>B3<br>B4<br>B6<br>B25        | C4<br>C5<br>C9<br>C11       | D1<br>D3<br>D4<br>D5<br>D8 |

| Contidos |
|----------|
| Topic    |

|                                                                             |                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TEMA 1: OPTIMIZACIÓN E CONTROL DO RENDEMENTO TÉCNICO, TÁCTICO E ESTRATÉGICO | 1.1. O adestramento deportivo nos deportes colectivos.                                                                                                   |
| TEMA 2: OPTIMIZACIÓN E CONTROL DA CONDICIÓN FÍSICA                          | 1.2. Estrutura dos deportes colectivos e Factores de rendemento diferenciais                                                                             |
| TEMA 3: XESTIÓN DO ESTADO DE FORMA EN DEPORTES COLECTIVOS.                  | 1.3. O calendario de preparación e as fases da forma como condicionantes o proceso de adestramento-competición. Densidade competitiva en longos períodos |
| TEMA 4: DETECCIÓN E SELECCIÓN DE TALENTOS EN DEPORTES COLECTIVOS            | 1.4. O adestramento-competición como realidade sistémica. O adestramento integrado                                                                       |
| TEMA 5: DIRECCIÓN DE EQUIPOS                                                | 2.1. Optimización e control das capacidades Técnico-coordinativas nos deportes colectivos                                                                |
|                                                                             | 2.2. A técnica deportiva nos deportes colectivos: variabilidade e adaptabilidade                                                                         |
|                                                                             | 2.3. Desenvolvemento do mapa técnico-coordinativo dos deportes colectivos                                                                                |
|                                                                             | 2.4. Adestramento e control dos contidos técnicos nos deportes colectivos                                                                                |
|                                                                             | 2.5. Optimización e control das capacidades Táctico-decisionais nos deportes colectivos                                                                  |
|                                                                             | 2.6. A estratexia e táctica deportiva nos contextos de colaboración-oposición                                                                            |
|                                                                             | 2.7. Desenvolvo do mapa táctico-decisional nos deportes colectivos                                                                                       |
|                                                                             | 2.8. Adestramento e control dos contidos tácticos nos deportes colectivos                                                                                |
|                                                                             | 2.9. Optimización e control das capacidades Físico-condicionais nos deportes colectivos                                                                  |
|                                                                             | 2.10. Análises da carga externa e interna                                                                                                                |
|                                                                             | 2.11. Desenvolvemento do mapa condicional nos deportes colectivos                                                                                        |
|                                                                             | 2.12. Adestramento e control dos contidos físicos nos deportes colectivos: forza, velocidade, resistencia e flexibilidade.                               |
|                                                                             | 3.1. Deseño da carga de adestramento: Modelos de planificación nos deportes colectivos.                                                                  |
|                                                                             | 3.2. Planificación contemporánea. Deseños con cargas concentradas. Microestructuración. Periodización táctica                                            |
|                                                                             | 3.3. O deseño do plan de adestramento-competición en deportes de longo período competitivo                                                               |
|                                                                             | 4.1. Detección e selección de talentos nos deportes colectivos                                                                                           |
|                                                                             | 4.2. O proceso de identificación de talentos                                                                                                             |
|                                                                             | Construción do perfil de referencia para o alto rendemento no os deportes colectivo                                                                      |
|                                                                             | 4.3. Probas e medidas para a selección de talentos nos deportes colectivos                                                                               |
|                                                                             | 4.4. Desenvolvemento do talento: As etapas de formación nos deportes colectivos                                                                          |
|                                                                             | 4.5. Planificación a longo prazo nos deportes colectivos. As diferentes etapas de formación e especialización                                            |
|                                                                             | 4.6. Establecemento do curriculum na área física ou condicional, área técnica ou coordinativa, área táctica ou decisional                                |
|                                                                             | 5.1. observación e análise da competición como medio para a dirección de equipos                                                                         |
|                                                                             | Valoración do rendemento nos deportes colectivos: análise da competición                                                                                 |
|                                                                             | 5.2. O proceso de recollida de datos: a observación. Os instrumentos de recollida e análises informatizadas. Os labores de scouting                      |
|                                                                             | A modelización do proceso de adestramento: a acción                                                                                                      |
|                                                                             | 5.3. A dirección de equipos deportivos por parte do adestrador                                                                                           |
|                                                                             | - Concepto de dirección de equipos: Determinantes que configuran a dirección.                                                                            |
|                                                                             | Modelos ou estilos de dirección                                                                                                                          |
|                                                                             | - A dirección durante o adestramento. A dirección antes do partido. A dirección durante o partido. A atención á prensa                                   |
|                                                                             | 5.4. O adestrador como xestor de recursos humanos nos grupos deportivos.                                                                                 |
|                                                                             | - O adestrador como xestor de recursos humanos: a dirección de profesionais.                                                                             |
|                                                                             | Modelos de liderado por parte do adestrador                                                                                                              |
|                                                                             | - A cohesión grupal do equipo e a dinámica de grupo                                                                                                      |
|                                                                             | - O equipo multidisciplinar de traballo: o staff deportivo                                                                                               |
|                                                                             | PRÁCTICA 1: adestramento integrado como recurso metodolóxico nos deportes colectivos                                                                     |
|                                                                             | PRÁCTICA 2: adestramento técnico nos deportes colectivos: variabilidade e adaptabilidade: metodoloxía analítica vs global                                |
|                                                                             | PRÁCTICA 3: adestramento táctico nos deportes colectivos: construción do modelo de xogo I                                                                |
|                                                                             | PRÁCTICA 4: adestramento táctico nos deportes colectivos: construción do modelo de xogo II                                                               |
|                                                                             | PRÁCTICA 5: adestramento das capacidades físicas: resistencia                                                                                            |
|                                                                             | PRÁCTICA 6: adestramento das capacidades físicas: forza                                                                                                  |
|                                                                             | PRÁCTICA 7: deseños de sesións de adestramento: contidos simuladores e rexenerativos                                                                     |
|                                                                             | PRÁCTICA 8: observación e análise do rendemento nos deportes colectivos                                                                                  |
|                                                                             | PRÁCTICA 9: probas e tests para a detección de talentos nos deportes colectivos                                                                          |
|                                                                             | PRÁCTICA 10: etapas de formación: exemplo de secuenciación de medios técnico-tácticos                                                                    |
|                                                                             | PRÁCTICA 11: etapas de formación: exemplo de secuenciación de medios físicos                                                                             |
|                                                                             | PRÁCTICA 12: dirección de equipos: role playing                                                                                                          |
|                                                                             | PRÁCTICA 13: xestión de recursos humanos: caso NASA                                                                                                      |

| Planificación            |             |                             |             |
|--------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
|                          | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
| Lección maxistral        | 10          | 10                          | 20          |
| Estudo de casos          | 10          | 20                          | 30          |
| Prácticas de laboratorio | 30          | 17                          | 47          |
| Traballo tutelado        | 0           | 8                           | 8           |
| Probas de resposta curta | 2           | 0                           | 2           |
| Probas de resposta curta | 2           | 0                           | 2           |
| Traballo                 | 0           | 41                          | 41          |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

| Metodoloxía docente      |                                                 |
|--------------------------|-------------------------------------------------|
|                          | Description                                     |
| Lección maxistral        | Clases teóricas impartidas polo docente         |
| Estudo de casos          | Nas clases se resolverán clases prácticos reais |
| Prácticas de laboratorio | Clases prácticas impartidas polo docente        |
| Traballo tutelado        | Os estudantes deberán facer traballos tutelados |

| Atención personalizada |                                                  |
|------------------------|--------------------------------------------------|
| Methodologies          | Description                                      |
| Estudo de casos        | O docente atenderá aos estudantes que o requiran |
| Traballo tutelado      | O docente atenderá aos estudantes que o requiran |

| Avaliación               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                               |                       |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------|-----------------------|
|                          | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Qualification | Training and Learning Results |                       |
| Prácticas de laboratorio | Valorarase a participación activa nas prácticas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 15            | B17<br>B25<br>B26             | C5<br>C8<br>C9<br>C11 |
| Probas de resposta curta | O exame constará de preguntas curtas e de aplicación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 50            | B3<br>B4<br>B6<br>B17         | C9<br>C11             |
| Probas de resposta curta | O exame constará de preguntas curtas e de aplicación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 50            | B3<br>B4<br>B6<br>B17         | C9<br>C11             |
| Traballo                 | O traballo de aplicación versará sobre a Planificación do proceso de adestramento-competición nun deporte colectivo. Poderá ser realizado por parellas, e poderá seleccionarse de entre dúas temáticas:<br>- Proposta de deseño de planificación dunha tempada nun deporte colectivo<br>- Proposta de secuenciación de contidos en planificación a longo prazo nas etapas de formación nun deporte colectivo<br>Data de entrega: día do exame.<br>A súa extensión non poderá superar as 100 páxinas | 35            | B1<br>B3<br>B4<br>B6          | C5<br>C9<br>C11       |

#### Other comments on the Evaluation

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

a) Na convocatoria do primeiro cuadrimestre (xaneiro-febreiro) o exame terá unha valoración do 50%, o traballo-proxecto un 35% e a participación activa nas sesións prácticas un 15% (deberán asistir como mínimo ao 80% das sesións prácticas). Os alumnos que non cumpran o 80% de asistencia práctica, deberán realizar un exame práctico e/ou se incluírá unha pregunta/s extras de desenvolvemento no exame de preguntas cortas e aplicación. É indispensable superar o exame teórico 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 terá unha valoración do 65% e o proxecto-traballo un 35%. Gardaranse as notas do exame e traballo da convocatoria do primeiro cuadrimestre se fose o caso.

---

### **Bibliografía. Fontes de información**

#### **Basic Bibliography**

Bompa, T., **Entrenamiento de equipos deportivos.**, Paidotribo, 2009

Carling, C., **Performance assessment for field sports: physiological, and match notational assessment in practice**, Routledge, 2009

Lago, C., **La preparación física en el fútbol**, Biblioteca Nueva, 2002

Martin, R. y Lago, C., **Deportes de equipo. Comprender la complejidad para elevar el rendimiento.**, INDE, 2005

#### **Complementary Bibliography**

Bompa, T. O., **Periodización del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2000

Campos, J., Cervera, V.R., **Teoría y planificación del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

García, J. M., **Alto rendimiento: La adaptación y la excelencia deportiva**, Gymnos, 1999

Hughes, M y. Franks, I.A., **Notational analysis of sport: systems for better coaching and performance in sport**, Routledge, 2004

Manno, R., **Fundamentos del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2005

Martin, D.; Carl, K.; Lehnertz, K., **Manual de Metodología del Entrenamiento Deportivo**, Paidotribo, 2001

Matveiev, L., **Teoría general del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

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

Riera, J., **Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas**, INDE, 1989

Riera, J., **Habilidades en el deporte**, INDE, 2005

Thiess, G., Tschiene, P. y Nickel, H., **Teoría y metodología de la competición deportiva**, Paidotribo, 2004

Vasconcelos, A., **Planificación y organización del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2000

Verkhoshansky, Y., **Teoría y metodología del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2002

Viru, A. y Viru, M., **Análisis y control del rendimiento deportivo**, Paidotribo, 2003

Zhelyazkoz, T., **Bases del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

---

### **Recomendacións**

#### **Subjects that it is recommended to have taken before**

Fundamentos dos deportes colectivos I/P02G050V01303

Fundamentos dos deportes colectivos II/P02G050V01403

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo I/P02G050V01502

Metodoloxía e planificación do adestramento deportivo II/P02G050V01604

| IDENTIFYING DATA                        |                                                         |          |      |            |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------|------|------------|
| Especialización en deportes individuais |                                                         |          |      |            |
| Subject                                 | Especialización en deportes individuais                 |          |      |            |
| Code                                    | P02G050V01907                                           |          |      |            |
| Study programme                         | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte      |          |      |            |
| Descriptors                             | ECTS Credits                                            | Choose   | Year | Quadmester |
|                                         | 6                                                       | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language                       | Castelán<br>Galego                                      |          |      |            |
| Department                              | Didácticas especiais                                    |          |      |            |
| Coordinator                             | Martínez Patiño, María José<br>Zarzosa Alonso, Fernando |          |      |            |
| Lecturers                               | Martínez Patiño, María José<br>Zarzosa Alonso, Fernando |          |      |            |
| E-mail                                  | fzarzosa@uvigo.es<br>mjpatino@uvigo.es                  |          |      |            |
| Web                                     |                                                         |          |      |            |
| General description                     |                                                         |          |      |            |

### Competencias

|      |                                                                                                                                                                           |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code |                                                                                                                                                                           |
| B3   | Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.                                           |
| B4   | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.                                             |
| B5   | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.                                                        |
| B6   | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.                                             |
| B24  | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                                                  |
| B25  | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                         |
| B26  | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                        |
| C7   | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis                                                                   |
| C8   | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo                                  |
| C9   | Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo |
| C11  | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de adestramento deportivo                                                                  |

### Resultados de aprendizaxe

| Expected results from this subject                                                       | Training and Learning Results |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|
| Demostrar coñecemento e comprensión da especialización en deportes individuais.          | B3                            | C7  |
| Coñecer e comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte. | B4                            | C8  |
| Hábitos de calidade e excelencia no exercicio profesional.                               | B5                            | C9  |
|                                                                                          | B6                            | C11 |
|                                                                                          | B24                           |     |
|                                                                                          | B25                           |     |
|                                                                                          | B26                           |     |

### Contidos

|       |
|-------|
| Topic |
|-------|

|                                                                        |                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Optimización e control do rendemento técnico, táctico e estratéxico | 1.1 Fases da formación do deportista.                                                                   |
| 2. Optimización e control da condición física                          | 1.2. A iniciación deportiva.                                                                            |
| 3. Xestión do estado de forma en deportes individuais                  | 1.3. Adestramento en etapas inferiores                                                                  |
| 4. Detección, selección e xestión de talentos en deportes individuais  | 2.1. Fases do ciclo vital do deportista                                                                 |
| 5. Dirección deportiva nos deportes individuais                        | 2.2. Desenvolvemento da elite no deporte individual                                                     |
|                                                                        | 3.1. Desenvolvemento do liderado do adestrador                                                          |
|                                                                        | 3.2. O adestrador no deporte individual                                                                 |
|                                                                        | 4.1. Desenvolvemento e adestramento da carreira lisa                                                    |
|                                                                        | 4.2. Desenvolvemento e adestramento da velocidade.                                                      |
|                                                                        | 4.3. Desenvolvemento e adestramento da carreira de valos.                                               |
|                                                                        | 4.4. Desenvolvemento e adestramento da resistencia                                                      |
|                                                                        | 5.1. Desenvolvemento e adestramento dos saltos verticais                                                |
|                                                                        | 5.2. Desenvolvemento e adestramento dos saltos horizontais                                              |
|                                                                        | 6.1. Adestramento e desenvolvemento dos lanzamentos                                                     |
|                                                                        | 6.2. Desenvolvemento e adestramento da forza.                                                           |
|                                                                        | 6.3. O adestramento da forza no deporte individual. Adestramento de forza para prevención de lesións.   |
|                                                                        | 7. A flexibilidade como medio de prevención de lesións. *Profilaxis no deporte individual: O quecemento |
|                                                                        | 8. Planificar no deporte individual en función do nivel deportivo e do nivel competitivo                |

## Planificación

|                          | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|--------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Prácticas de laboratorio | 29          | 90                          | 119         |
| Lección maxistral        | 11          | 20                          | 31          |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

|                          | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prácticas de laboratorio | Traballo práctico a desenvolver pista de atletismo (módulo cuberto) ximnasio e bosque.                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Lección maxistral        | Realización na aula ou nas diferentes instalacións con clases maxistrais, intervencións dos grupos e debates sobre as diferentes temáticas a desenvolver en clase ou temas de actualidade vinculados á materia. As clases teóricas terán un compoñente participativo moi importante con análise de vídeos, documentación e exposicións individuais ou en grupo. |

## Atención personalizada

| Methodologies            | Description                                                           |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Prácticas de laboratorio | Valoraranse todas as competencias especificadas na avaliación docente |

## Avaliación

|                          | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Qualification | Training and Learning Results       |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------|
| Prácticas de laboratorio | A asistencia ás prácticas que se realizarán en clase será o 40% da nota final da materia. Nesta valoración terase en conta a participación do alumno e as preparacións e intervencións do alumno nos contidos expostos na materia. O alumno-a debe asistir a clase práctica coa roupa e calzado adecuados. Permítese a utilización de zapatillas de cravos nalgunha práctica da materia.                                                                                                                             | 40            | B5 C9<br>B6 C11                     |
| Lección maxistral        | En relación coa docencia impartida nas clases teóricas está previsto que se realice un control para valorar as aprendizaxes da materia. O valor desta proba representa o 60% da nota final da materia. Tamén se terá en conta para a avaliación final a participación do alumno nos debates previstos, a asistencia á análise dos vídeos así como a valoración e achega do alumno sobre os documentos en relación coa materia. amén forma parte deste apartado de avaliación as exposicións individuais ou en grupo. | 60            | B3 C7<br>B4 C8<br>B24<br>B25<br>B26 |

## Other comments on the Evaluation

Para aprobar a materia nas seguintes convocatorias, mantéñense os mesmos criterios que na primeira.

## Bibliografía. Fontes de información

## Basic Bibliography

American College of Sports Medicine, **Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio**, Paidotribo, 2005

Arufe, V.; Martínez-Patiño, M.J. (eds), **Tratado de Atletismo en el Siglo XXI**, ACUGA, 2005

Badillo, J.; Serna, J.R., **Bases de la programación del entrenamiento de fuerza**, Inde, 2002

Bravo Ducal, J., **Atletismo III**, RFEA, 2000

Bravo Ducal, J.; López, **Atletismo II**, RFEA, 1992

Bompa, T., Buzzichelli, C.A., **Periodización del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2016

Fleck, S.J., Kraemer W.J., **Designing Resistance Training Programs**, Human Kinetics, 2004

Gil, F.; Marin J., **Atletismo I**, RFEA, 1998

González JJ, Villegas J.A., **Valoración del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales**, FEMEDE, 1999

Issurin, V., **Entrenamiento Deportivo: periodización en bloques**, Paidotribo, 2012

McDougall JD, Wenger HA, Green AJ., **Evaluación fisiológica del deportista**, Paidotribo, 2000

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

Tous J., **Nuevas tendencias en fuerza y musculación**, Ergo, 1999

Weineck, J., **Entrenamiento total**, Paidotribo, 2005

## Complementary Bibliography

Delavier, F., **Guía de los movimientos de Musculación. Descripción anatómica**, Paidotribo, 2001

Haff, G.G., Triplett, N.T., **Essentials of strength training and conditioning**, Human Kinetics, 2016

Fleck, S.J., Kraemer W.J., **Designing Resistance Training Programs**, Human Kinetics, 2004

García-Manso, J.M., Navarro, M., Ruiz, J.A., **Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones**, Gymnos, 1996

García-Manso, J.M., Navarro, M., Ruiz, J.A., **Planificación del entrenamiento deportivo**, Gymnos, 1996

González-Badillo, J.J., Gorostiaga, E., **Fundamentos del entrenamiento de la fuerza. Aplicación al alto rendimiento deportivo**, Inde, 2002

Matveev, L.P., **Teoría general del entrenamiento deportivo**, Paidotribo, 2001

Naclerio, F., **Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes**, Panamericana, 2011

Navarro, F., **La velocidad**, Gymnos, 1998

Navarro, F., **La resistencia**, Gymnos, 1998

Wasserman K, Hansen JE, Sue DY, Casaburi R, Whipp BJ., **Principles of exercise testing and interpretation**, Lippincott Williams & Wilkins, 1999

## Recomendaciones

| <b>IDENTIFYING DATA</b>                       |                                                                                   |          |      |            |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------|------|------------|
| <b>Ejercicio físico para personas mayores</b> |                                                                                   |          |      |            |
| Subject                                       | Ejercicio físico para personas mayores                                            |          |      |            |
| Code                                          | P02G050V01908                                                                     |          |      |            |
| Study programme                               | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte                            |          |      |            |
| Descriptors                                   | ECTS Credits                                                                      | Choose   | Year | Quadmester |
|                                               | 6                                                                                 | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language                             | Castellano                                                                        |          |      |            |
| Department                                    | Didácticas especiales                                                             |          |      |            |
| Coordinator                                   | Cancela Carral, José María<br>Varela Martínez, Silvia                             |          |      |            |
| Lecturers                                     | Cancela Carral, José María<br>Varela Martínez, Silvia                             |          |      |            |
| E-mail                                        | chemacc@uvigo.es<br>silviavm@uvigo.es                                             |          |      |            |
| Web                                           | <a href="http://www.healthfit.es">http://www.healthfit.es</a>                     |          |      |            |
| General description                           | Evaluación y prescripción de ejercicio físico en el colectivo de personas mayores |          |      |            |

### Competencias

|      |                                                                                                                                          |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code |                                                                                                                                          |
| B2   | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                   |
| B5   | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano            |
| B6   | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano. |
| B11  | Conocimiento y comprensión de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.                                   |
| B12  | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.     |
| B13  | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                             |
| B16  | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.      |
| B19  | Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico orientado hacia la salud.                                       |
| B20  | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.                   |
| B21  | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físicodeportivas.                          |
| B23  | Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.                   |
| B25  | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                         |
| B26  | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                   |

### Resultados de aprendizaje

| Expected results from this subject                                                                                                                                  | Training and Learning Results |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Ser capaz de identificar los efectos que la práctica del ejercicio físico provoca en los aspectos psicológicos y sociales en las personas mayores.                  | B6                            |
| Ser capaz de identificar los efectos que la práctica del ejercicio físico provoca sobre la estructura y función del cuerpo humano de las personas mayores.          | B5                            |
| Conocer y ser capaz de interpretar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional en el campo de las personas mayores.                     | B11                           |
| Ser capaz de aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de las personas mayores. | B12                           |
| Ser capaz de identificar y desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.                                                                 | B13                           |
| Ser capaz de promover y evaluar la formación de hábitos *perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte entre la población de mayores.    | B16                           |
| Ser capaz de identificar y desarrollar habilidades de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo en el campo de las personas mayores.       | B13<br>B25                    |
| Ser capaz de identificar y adaptar la nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                     | B26                           |
| Ser capaz de evaluar la condición física y prescribir ejercicio físico para las personas mayores orientado hacia la salud.                                          | B2<br>B19                     |



|                                                                                                                                                                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Ser capaz de identificar los riesgos que se derivan para la salud de las personas mayores del desarrollo de las actividades físicas inadecuadas entre la población que realiza práctica física orientada a la salud. | B20       |
| Ser capaz de planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de actividades físico-deportivas orientada a la salud para personas mayores.                                                            | B5<br>B21 |
| Ser capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuada, para cada tipo de actividad que practique la población de personas mayores.                                                   | B5<br>B23 |

## Contenidos

| Topic                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema I. Valoración de la condición física y salud en las personas mayores.                        | 1. Introducción a la valoración.<br>2. Las Baterías de test.<br>3. Los Cuestionarios.<br>4. Otras herramientas de valoración.                                                                                                                                             |
| Tema II. Los efectos del ejercicio físico en las personas mayores.                                | 1. Introducción a los beneficios/perjuicios del ejercicio físico en personas mayores.<br>2. Efectos Físicos.<br>3. Efectos Psíquicos.<br>4. Efectos Sociales.                                                                                                             |
| Tema III. Prescripción del ejercicio físico y patologías en las personas mayores.                 | 1. Introducción a las patologías más comunes en personas mayores.<br>2. Prescripción de ejercicio físico en patologías degenerativas, cardiovasculares y cerebrales.<br>3. Prescripción de ejercicio físico en patologías osteomusculares.                                |
| Tema IV. Programas específicos de ejercicio físico para personas mayores: Pautas de Intervención. | 1. Introducción al diseño de programas de ejercicio físico para personas mayores.<br>2. Modelos de programas:<br>2.1. Programas de ejercicio físico en el agua.<br>2.2. Programas de ejercicio físico en seco.                                                            |
| Tema V. El deporte de competición en las personas mayores.                                        | 1. Introducción a la competición en personas mayores.<br>2. Adaptaciones reglamentarias<br>3. Atletas "Master" vs Atletas "Mayores"<br>4. Los deportes individuales de competición en personas mayores.<br>5. Los deportes colectivos de competición en personas mayores. |

## Planificación

|                               | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|-------------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Lección magistral             | 22.5        | 45                          | 67.5        |
| Trabajo tutelado              | 0           | 12                          | 12          |
| Prácticas de laboratorio      | 27          | 27                          | 54          |
| Tutoría en grupo              | 0           | 2                           | 2           |
| Salidas de estudio            | 3           | 4.5                         | 7.5         |
| Examen de preguntas objetivas | 1.5         | 0                           | 1.5         |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodologías

|                          | Description                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección magistral        | Exposición oral con apoyo audiovisual de los contenidos de la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directrices del trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el/la estudiante. |
| Trabajo tutelado         | Desarrollo de un trabajo grupal en base a las directrices y tutorización de los profesores.                                                                                                   |
| Prácticas de laboratorio | Ejecución y análisis de diferentes manifestaciones de actividades físicas vinculadas al temario de la materia en la instalación deportiva reservada para la misma.                            |
| Tutoría en grupo         | Resolución de dudas, consultas sobre la materia y seguimiento de trabajos.                                                                                                                    |
| Salidas de estudio       | Se prevee la visita a diferentes centros en los cuales se observará y analizará un programa de ejercicio físico para personas mayores.                                                        |

## Atención personalizada

| Methodologies    | Description                                                                                 |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado | Desarrollo de un trabajo grupal en base a las directrices y tutorización de los profesores. |

## Evaluación

| Description | Qualification | Training and Learning Results |
|-------------|---------------|-------------------------------|
|-------------|---------------|-------------------------------|

|                               |                                                                                                                                       |    |                                                                               |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo tutelado              | Se desarrollará en grupos trabajos tutelados en base a las directrices del profesor/es.<br>Dichos trabajos serán defendidos en clase. | 60 | B2<br>B5<br>B6<br>B11<br>B12<br>B16<br>B19<br>B20<br>B21<br>B23<br>B25<br>B26 |
| Examen de preguntas objetivas | Se desarrollará un examen: tipo Test o/y de preguntas cortas en base a los contenidos desarrollados en clase.                         | 40 | B5<br>B6<br>B13<br>B19<br>B20<br>B21                                          |

### Other comments on the Evaluation

Para superar la asignatura será necesario alcanzar un mínimo de 5 puntos en cada una de las dos pruebas de evaluación.

El alumnado que no supere el 80% de asistencia a las clases prácticas, deberá realizar una serie de ejercicios teórico-prácticos (a coordinar con el profesorado) vinculados a la temática de dichas clases.

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

Sólo se guardará la nota de la parte aprobada para la segunda convocatoria del mismo curso académico.

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

<http://fcced.uvigo.es/gl/docencia/exames>

### Fuentes de información

#### Basic Bibliography

ACSM, **Exercise and Physical Activity for Older Adults**, 2009

ACSM, **Position stand: the recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults**, 1998

Bouchard C, Shephard RJ, Stephens T, Sutton JR, y Mcpherson BD, **Exercise, fitness & health: A consensus of current knowledge**, Human Kinetics, 1990

Meléndez, A, **Actividades físicas para mayores. Las razones para hacer ejercicio.**, Gymnos, 2000

Spirduso, WW, **Physical Dimensions of Aging**, Human Kinetics, 1995

#### Complementary Bibliography

Elsawy B, Higgins KE, **Physical activity guidelines for older adults**, 2010

Rodríguez FA, Gusi N, Valenzuela A, Nacher S, Nogués J, y Marina M, **Valoración de la condición física saludable en adultos (I): Antecedentes y protocolos de la batería Afisal-Inefc**, 1998

Rodríguez, F.A., Valenzuela, A., Gusi, N., Nacher, S., y Gallardo, I., **Valoración de la condición física saludable en adultos: Fiabilidad, aplicabilidad y valores normativos de la batería Afisal-inefc**, 1999

Rose, DJ., **Equilibrio y movilidad con personas mayores**, 2ª, Paidotribo, 2014

### Recomendaciones

#### Subjects that it is recommended to have taken before

Valoración y prescripción del ejercicio físico para la salud/P02G050V01503

| <b>IDENTIFYING DATA</b>                                 |                                                    |          |      |            |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------|------|------------|
| <b>Mercadotecnia e dirección de empresas deportivas</b> |                                                    |          |      |            |
| Subject                                                 | Mercadotecnia e dirección de empresas deportivas   |          |      |            |
| Code                                                    | P02G050V01909                                      |          |      |            |
| Study programme                                         | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte |          |      |            |
| Descriptors                                             | ECTS Credits                                       | Choose   | Year | Quadmester |
|                                                         | 6                                                  | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language                                       | Castelán                                           |          |      |            |
| Department                                              | Didácticas especiais                               |          |      |            |
| Coordinator                                             | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                       |          |      |            |
| Lecturers                                               | Martínez Lemos, Rodolfo Ivan                       |          |      |            |
| E-mail                                                  | ivanmartinez@uvigo.es                              |          |      |            |
| Web                                                     |                                                    |          |      |            |
| General description                                     |                                                    |          |      |            |

| <b>Competencias</b> |                                                                                                                                       |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code                |                                                                                                                                       |
| B2                  | Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                        |
| B4                  | Coñecemento e comprensión dos factores comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.         |
| B12                 | Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.              |
| B13                 | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                            |
| B14                 | Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.                 |
| B21                 | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.                       |
| B22                 | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas. |
| B24                 | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                              |
| B25                 | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                     |
| B26                 | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                    |

| <b>Resultados de aprendizaxe</b>                                                                                                      |                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Expected results from this subject                                                                                                    | Training and Learning Results |
| Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.                 | B14                           |
| Coñecemento e comprensión dos factores *comportamentais e sociais que condicionan a práctica da actividade física e o deporte.        | B4                            |
| Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                        | B2                            |
| Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.              | B12                           |
| Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                     | B25                           |
| Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                    | B26                           |
| Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                            | B13                           |
| Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                              | B24                           |
| Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades *físicodeportivas.                      | B21                           |
| Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas. | B22                           |

| <b>Contidos</b>                             |                                                                                                        |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Topic                                       |                                                                                                        |
| 1.0 Mercado Deportivo. Marketing Deportivo. | 1.1. A economía en torno ao deporte<br>1.2. A ciencia da mercadotecnia<br>1.3. Mercadotecnia deportiva |

2. A Empresa deportiva: características e dirección.

2.1. A empresa deportiva e os seus negocios  
2.2. O emprendemento no sector deporte

3. Protocolo e comunicación

3.1. A xestión de marca  
3.2. Comunicación corporativa e \*RSC

## Planificación

|                               | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|-------------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Lección maxistral             | 22.5        | 31.5                        | 54          |
| Resolución de problemas       | 15          | 40.5                        | 55.5        |
| Estudo de casos               | 7           | 32.2                        | 39.2        |
| Exame de preguntas obxectivas | 0           | 1.5                         | 1.5         |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

|                         | Description                                                                                                                                                                         |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 | 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. |
| Estudo de casos         | Análise dun feito, problema ou suceso real coa finalidade de coñecelo, interpretalo, resolvolo, xerar hipótese, contrastar datos, reflexionar, completar coñecementos, etc.         |

## Atención personalizada

| Methodologies           | Description                                                              |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Lección maxistral       | Por medio de *tutorías personalizadas ou en grupo no horario estipulado. |
| Resolución de problemas | Por medio de *tutorías personalizadas ou en grupo no horario estipulado. |
| Estudo de casos         | Por medio de *tutorías personalizadas ou en grupo no horario estipulado. |

## Avaliación

|                               | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Qualification | Training and Learning Results                       |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------|
| 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                                                                                                                                                                                                  | 0             |                                                     |
| Resolución de problemas       | O alumno realizará de maneira individual exercicios expostos na clase. Completaraos de maneira autónoma e presentaraos por escrito no prazo acordado.                                                                                                                                                                                                                              | 20            | B2<br>B12<br>B13<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26 |
| Estudo de casos               | O estudante completará estudos de casos expostos polo profesor e presentaraos por escrito no prazo acordado.                                                                                                                                                                                                                                                                       | 30            | B2<br>B12<br>B13<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26 |
| Exame de preguntas obxectivas | Constará de 20 preguntas pechadas na que os alumnos seleccionan unha única resposta verdadeira de entre 3 opcións. Fórmula de corrección para anular el efecto del azar; $[ **C = A - E/(**k-1) ]$ . $**C$ (*cualificación), $A$ (*acertos), $E$ (errores), $**K$ (número de *opcións de *respuesta). Por baixo do 50% das preguntas correctas a materia considérase non superada. | 50            | B2<br>B12<br>B13<br>B21<br>B22<br>B24<br>B25<br>B26 |

## Other comments on the Evaluation

[illegible]

## Bibliografía. Fontes de información

## Basic Bibliography

Sánchez Martín, J., **Business & Fitness. El negocio de los centros deportivos**, 2011

García Fdez.,J., **Emprendiendo en el sector deportivo, de la teoría a la prácticda**, Aranzadi, 2016

Palomar,A.; Cazorla,Luis; Dompablo;S.; Avezuela,J. , **Los fondos de inversión y la actividad deportiva** , Aranzadi, 2015

Gálvez, P.; Sánchez, A. J.; Baena, M. J., **Economía, gestión y deporte. Una visión global de la investigación**, Aranzai, 2016

Calzada,E. , **Show me the money. Cómo conseguir dinero a través del marketing deportivo** , Libros de cabecera, 2012

Blázquez.A. . **Marketing deportivo..en 13 historias** . INDE. 2012

Sobrino, J., **El deporte, sector de actividad económica**, Universidad Pontificia de Comillas, 2013

## Complementary Bibliography

## Recomendacións

### Subjects that are recommended to be taken simultaneously

Xestión e organización dos sistemas deportivos II/P02G050V01702

**Subjects that it is recommended to have taken before**

Xestión e organización dos sistemas deportivos I/P02G050V01504

| <b>IDENTIFYING DATA</b>                         |                                                                                 |          |      |            |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------|------|------------|
| <b>Programas de exercicio físico e benestar</b> |                                                                                 |          |      |            |
| Subject                                         | Programas de exercicio físico e benestar                                        |          |      |            |
| Code                                            | P02G050V01910                                                                   |          |      |            |
| Study programme                                 | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                              |          |      |            |
| Descriptors                                     | ECTS Credits                                                                    | Choose   | Year | Quadmester |
|                                                 | 6                                                                               | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language                               | Castelán<br>Galego                                                              |          |      |            |
| Department                                      | Didácticas especiais                                                            |          |      |            |
| Coordinator                                     | Sánchez Lastra, Miguel Adriano<br>Serrano Gómez, Virginia                       |          |      |            |
| Lecturers                                       | Sánchez Lastra, Miguel Adriano<br>Serrano Gómez, Virginia                       |          |      |            |
| E-mail                                          | vserrano@uvigo.es<br>misanchez@uvigo.es                                         |          |      |            |
| Web                                             | <a href="http://http://fcced.uvigo.es/gl/">http://http://fcced.uvigo.es/gl/</a> |          |      |            |
| General description                             |                                                                                 |          |      |            |

| <b>Competencias</b> |                                                                                                                                                                              |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code                |                                                                                                                                                                              |
| B1                  | Conceptualización e identificación do obxecto de estudo das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                                      |
| B2                  | Coñecemento e comprensión da literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte.                                                                               |
| B5                  | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre a estrutura e función do corpo humano.                                                           |
| B6                  | Coñecemento e comprensión dos efectos da práctica do exercicio físico sobre os aspectos psicolóxicos e sociais do ser humano.                                                |
| B12                 | Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                     |
| B13                 | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                                                                   |
| B14                 | Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.                                                        |
| B16                 | Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.                                             |
| B18                 | Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.                         |
| B24                 | Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                                                     |
| B26                 | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                           |
| C25                 | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de actividades físico-deportivas recreativas                                                               |
| C26                 | Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa                                             |
| C29                 | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde, da práctica de actividades físicas inadecuadas nos practicantes de actividade físico-deportiva recreativa |

| <b>Resultados de aprendizaxe</b>                                                                                                                |                               |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|
| Expected results from this subject                                                                                                              | Training and Learning Results |     |
| O alumnado terá a capacidade de valorar distintas situacións persoais para planificar a práctica de actividade física de forma individualizada. | B2                            | C25 |
|                                                                                                                                                 | B5                            | C26 |
|                                                                                                                                                 | B6                            | C29 |
|                                                                                                                                                 | B13                           |     |
|                                                                                                                                                 | B14                           |     |
|                                                                                                                                                 | B16                           |     |
|                                                                                                                                                 | B18                           |     |
|                                                                                                                                                 | B26                           |     |
| O alumnado mostrará hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                  | B13                           |     |
|                                                                                                                                                 | B24                           |     |
| O alumnado será capaz de adaptarse a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                      | B26                           | C25 |

|                                                                                                                                                                                                              |                          |                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------|
| O alumnado mostrará habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                        | B12<br>B13<br>B24<br>B26 |                   |
| O alumnado comprenderá a literatura científica do ámbito do exercicio físico e o benestar                                                                                                                    | B1<br>B2                 |                   |
| O alumnado mostrará a capacidade de 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 | B26                      | C25<br>C26<br>C29 |

## Contidos

### Topic

|                                                                                                                                |                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Novas Tendencias do fitness, wellness, & healthy                                                                            | 1.1. Programas de exercicio físico e benestar nos servizos deportivos actuais.<br>1.2. Novas Tendencias de programas con orientación físico saudable.               |
| 2. O Adestramento persoal.                                                                                                     | 2.1. A figura do adestrador persoal.<br>2.2. Mercadotecnia e comunicación.<br>2.3. Aplicación dos programas de exercicio físico e benestar ao adestramento persoal. |
| 3. Fundamentos, estrutura, deseño e control de programas de exercicio físico e benestar según o obxectivo das persoas usuarias | 3.1. Segmentos poboacións nos practicantes de servizos deportivos.                                                                                                  |
| 4. Equipamentos de fitness, wellness, & healthy                                                                                | 4.1. As tendencias no equipamento dos servizos deportivos e o fitness<br>5.2. Equipamentos.                                                                         |

## Planificación

|                          | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|--------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Prácticas de laboratorio | 26          | 16                          | 42          |
| Resolución de problemas  | 2           | 0                           | 2           |
| Presentación             | 2           | 5                           | 7           |
| Traballo tutelado        | 4           | 22                          | 26          |
| Lección maxistral        | 17          | 0                           | 17          |
| Probas de resposta curta | 1           | 30                          | 31          |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

|                          | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Resolución de problemas  | Actividade na que se formulan problemas e/ou exercicios relacionados coa asignatura. O alumno debe desenvolver as solucións adecuadas ou correctas mediante a exercitación de rutinas, a aplicación de fórmulas ou algoritmos, a aplicación de procedementos de transformación da información dispoñible e a interpretación dos resultados. Adóitase utilizar como complemento da lección magistral.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Presentación             | Exposición por parte do alumnado ante o docente e/ou un grupo de estudantes dun tema sobre contidos da materia ou dos resultados dun traballo, exercicio, proxecto...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Traballo tutelado        | O alumno, nun pequeno grupo, prepara un documento sobre o tema da materia previamente acordado co profesor.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Lección maxistral        | O carácter da materia fai necesario combinar varios tipos de metodoloxías, dependendo da natureza dos obxectivos a alcanzar e os contidos a tratar. Avogarase por unha metodoloxía activa, alternando exposicións maxistras e traballo en pequeno grupo nas sesións teóricas e vivencia das diferentes propostas de tarefas (do profesor e dos propios alumnos) nas sesións prácticas. Ademais, o alumno disporá dun soporte virtual de apoio á docencia, a través da plataforma TEMA ( <a href="http://www.uvigo.es/faitic">http://www.uvigo.es/faitic</a> ), co que poderá realizar un seguimento parcialmente on-line da materia.<br>- Organización da docencia:<br>As sesións de carácter teórico e práctico desenvolveranse en horario e localización fixadas polo centro. |

## Atención personalizada

### Methodologies Description

|                   |                                                                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Traballo tutelado | O alumno terá un horario de tutorías para consultar e resolver cuestións relacionadas coa materia |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|

| <b>Avaliación</b>        |                                                                                                                                                                       |               |                                                      |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------------|
|                          | Description                                                                                                                                                           | Qualification | Training and Learning Results                        |
| Prácticas de laboratorio | A asistencia, a participación activa ea resolución das actividades propostas serán valoradas                                                                          | 15            | C25<br>C26<br>C29                                    |
| Presentación             | Exposición por parte do alumnado ante o docente e/ou un grupo de estudantes dun tema sobre contidos da materia ou dos resultados dun traballo, exercicio, proxecto... | 5             | B6<br>B12<br>B13<br>B24<br>B26                       |
| Traballo tutelado        | O alumno, nun pequeno grupo, prepara un documento sobre o tema da materia previamente acordado co profesor                                                            | 20            | B2<br>B5<br>B12<br>C25<br>C26<br>C29                 |
| Probas de resposta curta | O exame teórico poderá constar de preguntas curtas e/ou tipo test dos diversos contidos da materia                                                                    | 60            | B13<br>B16<br>B18<br>B24<br>B26<br>C25<br>C26<br>C29 |

### Other comments on the Evaluation

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

a) Na convocatoria de xaneiro o exame terá unha valoración do 60%, o traballo un 20%, exposicións 5% e as sesións prácticas un 15% (Deberán asistir como mínimo ao 80% das sesións prácticas). Os alumnos que non cumpran o 80% de asistencia práctica, deberán realizar un exame práctico e/ou se incluírá unha pregunta/s extras de desenvolvemento no exame de resposta curta / test.

É indispensable superar o exame teórico 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 xullo. Nesta convocatoria (xuño-xullo) o exame terá unha valoración do 100%.

c) As datas oficiais dos exames pódense consultar na web da facultade

### Bibliografía. Fontes de información

#### Basic Bibliography

American College of Sports Medicine, **ACSM's guidelines to exercise testing and prescription**, Lippincott Williams & Wilkins, 2009

Bouchard, C., Blair, S.N., Haskell, W., **Physical activity and health**, Human Kinetics, 2007

Buckley, J.P., Redgrave, A., Redgrave, S., **Exercise physiology in special populations**, Churchill Livingstone.-Dwyer, 2008

Coburn, J. W., Malek, M. H., **Manual NSCA. Fundamentos del Entrenamiento Personal**, Paidotribo, 2014

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

Earle, R., **Fundamentos del entrenamiento personal.**, Paidotribo, 2008

García-García, O. y Serrano Gómez, V., **Entrenamiento personal. Guía para el desarrollo profesional**, Medica Panamericana, 2017

Riva, L., **Physical activity and health guidelines. Recommendations for various ages, fitness levels, and conditions from 57 authoritative sources**, Human Kinetics., 2010

Werner, W.K., Hoeger, S.A., **Fitness and wellness.**, 8, Wadsworth, 2009

#### Complementary Bibliography

American College of Sports Medicine, **Exercise management for persons with chronic diseases and disabilities**, Human Kinetics, 2003

Busquet, L., **Las cadenas musculares (tomo I)**, Paidotribo, 2000

Colado, J.C., **Acondicionamiento físico en el medio acuático**, Paidotribo, 2004

Gomariz, J.R., **Estiramientos de cadenas musculares**, La liebre de marzo, 2009

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

Ratames, N., **Manual ACSM de Entrenamiento de la Fuerza y del Acondicionamiento Físico**, Paidotribo, 2015

Souchard, P., **RPG. Principios de la reeducación postural global**, Paidotribo, 2005

### Recomendacións



**Subjects that continue the syllabus**

---

Actividades de fitness/P02G050V01901

---

**Subjects that are recommended to be taken simultaneously**

---

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

---

**Subjects that it is recommended to have taken before**

---

Actividades de fitness/P02G050V01901

Valoración e prescripción do exercicio físico para a saúde/P02G050V01503

---

| IDENTIFYING DATA                       |                                                        |          |      |            |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------|------|------------|
| Psicología del entrenamiento deportivo |                                                        |          |      |            |
| Subject                                | Psicología del entrenamiento deportivo                 |          |      |            |
| Code                                   | P02G050V01911                                          |          |      |            |
| Study programme                        | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |          |      |            |
| Descriptors                            | ECTS Credits                                           | Choose   | Year | Quadmester |
|                                        | 6                                                      | Optional | 4    | 1c         |
| Teaching language                      | Castellano Gallego                                     |          |      |            |
| Department                             | Psicología evolutiva y comunicación                    |          |      |            |
| Coordinator                            | Dosil Díaz, Joaquín                                    |          |      |            |
| Lecturers                              | Dosil Díaz, Joaquín                                    |          |      |            |
| E-mail                                 | jdosil@uvigo.es                                        |          |      |            |
| Web                                    |                                                        |          |      |            |
| General description                    |                                                        |          |      |            |

| Competencias |                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code         |                                                                                                                                                                                                                    |
| B2           | Conocimiento y comprensión de la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte.                                                                                                             |
| B4           | Conocimiento y comprensión de los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.                                                                            |
| B5           | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano                                                                                      |
| B6           | Conocimiento y comprensión de los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.                                                                           |
| B7           | Conocimiento y comprensión de los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.                                                                                      |
| B8           | Conocimiento y comprensión de la estructura, función y desarrollo de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.                                                                                       |
| B15          | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas. |
| B17          | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.                                                                                                           |
| B25          | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.                                                                                                                                   |
| B26          | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.                                                                                                                             |
| C2           | Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar                                                             |

| Resultados de aprendizaje                                                                                                                               |                                                        |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----|
| Expected results from this subject                                                                                                                      | Training and Learning Results                          |    |
| Identificar e planificar a resolución de situaciones educativas que afectan a estudiantes con diferentes capacidades e distintos ritmos de aprendizaje. | B4<br>B5<br>B7<br>B15<br>B25<br>B26                    | C2 |
| Comprensión da psicoloxía específica de cada modalidade deportiva, así como tratar cos deportistas e adestradores.                                      | B2<br>B4<br>B6<br>B7<br>B8<br>B15<br>B17<br>B25<br>B26 | C2 |

## Contenidos

| Topic                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. La psicología en el entrenamiento y en la competición.                   | 1. La importancia de la psicología en el deporte.<br>2. La importancia de la psicología en el entrenamiento.<br>3. La importancia de la psicología en la Competición.<br>4. La figura del psicólogo del deporte.                           |
| 2. Evaluación, Planificación e Intervención Psicológica                     | 1. Concepto de entrenamiento mental<br>2. Niveles de asesoramiento mental<br>3. Evaluación y planificación del entrenamiento mental<br>4. Preparación psicológica de los entrenamientos<br>5. Preparación psicológica de las competiciones |
| 3. Programas de Entrenamiento Mental.                                       | 1. Psicología del atletismo<br>2. Psicología del tenis<br>3. Psicología del golf<br>4. Psicología del motociclismo<br>5. Psicología del automovilismo<br>6. Psicología del surf                                                            |
| 4. Preparación psicológica de las competiciones.                            | 1. Psicología del fútbol<br>2. Psicología del baloncesto<br>3. Psicología del volleyball                                                                                                                                                   |
| 5. Estrategias psicológicas de intervención.                                | 1. Técnicas de intervención psicológica<br>2. Establecimiento de objetivos<br>3. Relajación<br>4. Visualización<br>5. Técnicas cognitivas<br>6. Técnicas de biofeedback y neurofeedback<br>7. Técnicas de habilidades de comunicación      |
| 6. Asesoramiento Psicológico a Entrenadores, Padres, Directivos y Árbitros. | 1. Enfoque educativo de la iniciación deportiva<br>2. Motivos para comenzar y abandonar un deporte<br>3. Del triángulo al pentágono de la iniciación deportiva<br>4. Los componentes del pentágono de la iniciación deportiva              |

## Planificación

|                               | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|-------------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Presentación                  | 2           | 0                           | 2           |
| Debate                        | 16          | 30                          | 46          |
| Lección magistral             | 28          | 28                          | 56          |
| Examen de preguntas objetivas | 2           | 35                          | 37          |
| Observación sistemática       | 2           | 0                           | 2           |
| Trabajo                       | 2           | 5                           | 7           |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodologías

|                   | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Presentación      | Exposición por parte del alumno de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directoras de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar en grupos.                                                                                                                                                                          |
| Debate            | Exposición, por grupos, delante do grupo mediano, e despois por escrito ao profesor, dos resultados da valoración de tres alumnos/as de educación infantil (3, 4 e 5 anos), utilizando probas adaptadas a este alumnado co obxecto de detectar posibles causas das dificultades de aprendizaxe que poida manifestar un alumno/a e actuar en consecuencia. |
| Lección magistral | Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directoras dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante.                                                                                                                                                                         |

| <b>Atención personalizada</b> |                                                                                                                                        |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Methodologies</b>          | <b>Description</b>                                                                                                                     |
| Presentación                  | Los alumnos tendrán que presentar la planificación psicológica de una temporada, tanto de forma individual como en equipos.            |
| <b>Tests</b>                  | <b>Description</b>                                                                                                                     |
| Examen de preguntas objetivas | Los alumnos tendrán que realizar una prueba tipo test con 40 preguntas y tres alternativas de respuesta.                               |
| Trabajo                       | Los alumnos tendrán que presentar un trabajo de entrenamiento mental en una modalidad deportiva, presentando el proyecto al finalizar. |

| <b>Evaluación</b>             |                                                                                                                                                                                     |               |                                                              |    |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------|----|
|                               | Description                                                                                                                                                                         | Qualification | Training and Learning Results                                |    |
| Examen de preguntas objetivas | La evaluación final consistirá en una prueba tipo test de 40 pregunta, con 3 alternativas de respuesta y solo una verdadera. Cada dos respuestas incorrectas restarán una correcta. | 100           | B2<br>B4<br>B5<br>B6<br>B7<br>B8<br>B15<br>B17<br>B25<br>B26 | C2 |

#### **Other comments on the Evaluation**

En las sucesivas convocatorias se mantendrán los mismos criterios para aprobar que en la primera.

Se debe ver la fecha de evaluación en la web de la facultad.

#### **Fuentes de información**

##### **Basic Bibliography**

Dosil, J. (Ed), **El psicólogo del deporte: asesoramiento e intervención.**, 2, Síntesis, 2002

Dosil, J. (Ed), **The Sport Psychologist Handbook: a guide for sport-specific performance enhancement.**, 1, John Wiley & Sons, 2006

Dosil, J., **Psicología de la actividad Física y del Deporte**, 2, McGraw-Hill, 2008

##### **Complementary Bibliography**

Buceta, J.M., **Psicología del entrenamiento deportivo**, 1, Dykinson, 1998

Weinberg, R. y Gould, D., **Fundamentos en Psicología del Deporte**, 3, Panamericana, 2009

#### **Recomendaciones**

##### **Subjects that continue the syllabus**

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

##### **Subjects that are recommended to be taken simultaneously**

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

##### **Subjects that it is recommended to have taken before**

Psicología: Psicología de la actividad física y el deporte/P02G050V01202

| IDENTIFYING DATA              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                     |           |                  |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------|------------------|
| Prácticas externas: Practicum |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                     |           |                  |
| Subject                       | Prácticas externas: Practicum                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |           |                  |
| Code                          | P02G050V01981                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |           |                  |
| Study programme               | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                     |           |                  |
| Descriptors                   | ECTS Credits<br>18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Choose<br>Mandatory | Year<br>4 | Quadmester<br>2c |
| Teaching language             | Castelán<br>Galego<br>Inglés                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                     |           |                  |
| Department                    | Didáctica, organización escolar e métodos de investigación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                     |           |                  |
| Coordinator                   | Martínez Figueira, María Esther                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                     |           |                  |
| Lecturers                     | Martínez Figueira, María Esther                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                     |           |                  |
| E-mail                        | esthermf@uvigo.es                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                     |           |                  |
| Web                           | <a href="http://webs.uvigo.es/feduc/index.php?id=179,0,0,1,0,0">http://webs.uvigo.es/feduc/index.php?id=179,0,0,1,0,0</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |           |                  |
| General description           | <p>O artigo 2 de o Real Decreto 1707/2011, de 18 de novembro, por o que se regulan as prácticas académicas externas de os estudantes universitarios, define estas como "[...] unha actividade de natureza formativa realizada por os estudantes universitarios e supervisada por as Universidades, cuxo obxectivo é permitirlles a os mesmos aplicar e complementar os coñecementos adquiridos en a súa formación académica, favorecendo a adquisición de competencias que os preparen para o exercicio de actividades profesionais, faciliten a súa empleabilidade e fomenten a súa capacidade de emprendemento". O Real Decreto mencionado establece en o seu artigo 3 que con a realización de as prácticas académicas externas preténdense alcanzar os seguintes fins:</p> <p>a) Contribuír para a formación integral de os estudantes complementando a súa aprendizaxe teórica e práctico.</p> <p>b) Facilitar o coñecemento de a metodoloxía de traballo adecuada a a realidade profesional en a que os/as estudantes han de operar, contrastando e aplicando os coñecementos adquiridos.</p> <p>c) Favorecer o desenvolvemento de competencias técnicas, metodolóxicas, persoais e participativas.</p> <p>d) Obter unha experiencia práctica que facilite a inserción en o mercado de traballo e mellore o seu empleabilidade futura.</p> <p>e) Favorecer a innovación e creatividade e o emprendemento.dirección dun profesor/a titor/a, cuxa realización ten a finalidade de favorecer que ou estudante integre as ensinanzas recibidas durante vos estudos e asegurar a adquisición das competencias propias da titulación.</p> |                     |           |                  |

## Competencias

|                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code                                                                                                                                                                                                     |
| B12 Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                                             |
| B13 Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                                                                                           |
| B14 Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.                                                                                |
| B15 Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino- aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas. |
| B16 Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica da actividade física e do deporte.                                                                     |
| B17 Capacidade para planificar, desenvolver e controlar o proceso de adestramento nos seus distintos niveis.                                                                                             |
| B18 Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte.                                                 |
| B19 Capacidade para avaliar a condición física e prescribir exercicio físico orientado cara á saúde.                                                                                                     |
| B20 Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas.                                                                                    |
| B21 Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.                                                                                      |
| B22 Capacidade para planificar, desenvolver e controlar programas para a dirección de organizacións, entidades e instalacións deportivas.                                                                |
| B23 Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.                                                                               |
| B24 Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.                                                                                                             |
| B25 Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                    |
| B26 Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                                                   |

## Resultados de aprendizaxe

| Expected results from this subject | Training and Learning Results |
|------------------------------------|-------------------------------|
| Aplicar as TIC en Educación Física | B12<br>B13                    |

|                                                                                                                |                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| Utilización de bibliografía e bases de datos                                                                   | B13<br>B14<br>B26                                                                       |
| Planificación e deseño de actividades en diferentes contextos, situacións e en diferentes tipos de poboacións. | B13<br>B15<br>B16<br>B17<br>B18<br>B19<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 |

## Contidos

| Topic                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Estudo e análise de a institución, programación, intervención, e avaliación do traballo desenvolvido no periodo de prácticas en empresas ou institucións, orientadas ben á docencia, á xestión, ao adestramento deportivo, á saúde, ou á recreación. Considérase como un conxunto de actividades orientadas a unha aprendizaxe baseada na acción e na experiencia e á apropiación e integración de destrezas e coñecementos. O practicum debe realizarse en servizos ou entidades desde as que se desenvolven traballos relacionados coa actividade física e o deporte en calquera dos ámbitos anteriormente relacionados e que sexan recoñecidos como centros colaboradores para a formación en prácticas mediante os correspondentes convenios. Neste sentido, existe actualmente un número importante de convenios con diferentes entidades ou institucións que desde distintos ámbitos traballan en actividade física e deporte e que garante que todos os alumnos poidan desenvolver as súas prácticas de forma adecuada. | Observación, planificación, intervención e avaliación das prácticas.                                                                                         |
| Seguimiento e control tutelado do periodo de prácticas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Estancia de prácticas                                                                                                                                        |
| Memoria do periodo de prácticas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Planificación e temporalización das prácticas.<br>Intervención ou simulación de intervención no centro de prácticas.<br>Elaboración da memoria de prácticas. |

## Planificación

|                               | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|-------------------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Actividades introductorias    | 5           | 10                          | 15          |
| Lección maxistral             | 4           | 0                           | 4           |
| Seminario                     | 5           | 50                          | 55          |
| Prácticum                     | 150         | 60                          | 210         |
| Traballo tutelado             | 10          | 100                         | 110         |
| Informe de prácticas externas | 2           | 50                          | 52          |
| Informe de prácticas externas | 4           | 0                           | 4           |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

|                            | Description                                                                                                                                                                        |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Actividades introductorias | Actividades encamiñadas a tomar contacto e reunir información sobre o alumnado, así como a presentar a materia.                                                                    |
| 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. |

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Seminario         | Actividades enfocadas ao traballo sobre un tema específico, que permiten afondar ou complementar os contidos da materia. O titor ou titora co seu grupo de prácticum organizarán as tarefas de prácticas.                                                                                                                                                 |
| Prácticum         | O estudante desenvolver as actividades nun contexto relacionado co exercicio dunha profesión vinculada as ciencias da actividade física e o deporte.                                                                                                                                                                                                      |
| Traballo tutelado | 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. Trátase dunha actividade autónoma do/s estudante/s que inclúe a procura e recollida de información, lectura e manexo de bibliografía vinculada ao prácticum |

### Atención personalizada

| Methodologies              | Description                                                                                                                                                     |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Actividades introductorias | Actividades dirixidas a todo o alumnado nas que se explica e matiza o como se van a desenvolver prácticas                                                       |
| Lección maxistral          | Reunións co alumnado para facer seguimento do desenvolvemento das prácticas                                                                                     |
| Prácticum                  | Reunións personalizadas co alumnado para facer seguimento do desenvolvemento das prácticas                                                                      |
| Traballo tutelado          | Realízase traballos solicitados tanto polo titor do centro de prácticas como polo titor académico, cando estes considérenos necesario na súa formación práctica |
| Seminario                  | Organización de reunións grupais de facer á mellora da formación practica                                                                                       |

### Avaliación

|                               | Description                                                                                                                                                                                                                                               | Qualification | Training and Learning Results                                                                         |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Informe de prácticas externas | Memoria das prácticas desenvolverase consonte o establecido no art. 14 do Real decreto 1707/2011, de 18 de Novembro.<br>O alumnado deberá entregar unha memoria conforme ao modelo oficial indicado a principio de curso e publicado na web da Facultade. | 50            | B12<br>B13<br>B14<br>B15<br>B16<br>B17<br>B18<br>B19<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 |
| Informe de prácticas externas | Informe motivado e detallado do titor ou titora do centro de prácticas, según o modelo oficial publicado na web da Facultade.                                                                                                                             | 50            | B12<br>B13<br>B14<br>B15<br>B16<br>B17<br>B18<br>B19<br>B20<br>B21<br>B22<br>B23<br>B24<br>B25<br>B26 |

### Other comments on the Evaluation

1. A titora ou titor académico de a universidade evaluará as prácticas desenvolvidas por os estudantes de conformidad con os criterios e fontes de información sinalados.
2. A titora ou titor de o centro escolar, como indica o art. 13 de o Real Decreto 1707/2011, de 18 de Novembro, polo que se regulan as prácticas académicas externas de os estudantes universitarios, realizará e remitirá a o titor/a académico de a Universidade a avaliación final.
3. Para superar a materia de o Prácticum o estudante deberá alcanzar o aprobado en cada un de os criterios de avaliación

establecidos infórmesnos, tanto de o titor/a de o centro de prácticas como de o titor/a académico. Manteranse as competencias adquiridas en primeira convocatoria ata segunda convocatoria.

4. Para facilitar o proceso de avaliación, antes de o inicio de as prácticas, o/a coordinador/a de o Practicum remitiralle a o centro escolar a folla de avaliación en a que se reflectan as diferentes competencias obxecto de mesma.

5. Conforme a normativa vigente, con independencia de ser estudantes asistente como non asistente, o alumnado gozará de condicións equivalentes de avaliación.

Particularmente, en canto a a Memoria de Prácticas, sinalar:

1. A Memoria de as prácticas desenvolverase segundo o establecido en o art. 14 de o Real decreto 1707/2011, de 18 deNoviembre.

2. A través de a guía docente, así como por outro tipo de orientacións, a Comisión de Prácticas establecerá anualmente as recomendaciones precisas para unha correcta elaboración de a Memoria.

3. Para facilitar o proceso de avaliación cada titor ou titora contará con a correspondente folla de avaliación.

4. As datas de entrega de a Memoria de Prácticas de cada convocatoria figuran reflectidas en o calendario académico de a Facultade, podendo consultarse en o apartado de organización académica de a web de a facultade: <http://fcced.uvigo.es/gl/>

---

#### **Bibliografía. Fontes de información**

##### **Basic Bibliography**

VVAA, **Memoria Verifica do Grao en CC. da Actividade Física e do Deporte,**

VVAA, **Documentos oficiais de prácticum do Grao en CC. da Actividade Física e do Deporte da FECD,**

##### **Complementary Bibliography**

---

#### **Recomendacións**

---

#### **Other comments**

Ter en conta a normativa propia de Prácticas Curriulares de a Universidade de Vigo e de a Facultade de Ciencias de a Educación e de o Deporte.

---



| IDENTIFYING DATA        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |      |            |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|------------|
| Traballo de Fin de Grao |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |      |            |
| Subject                 | Traballo de Fin de Grao                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |           |      |            |
| Code                    | P02G050V01991                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |           |      |            |
| Study programme         | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |      |            |
| Descriptors             | ECTS Credits                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Choose    | Year | Quadmester |
|                         | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Mandatory | 4    | 2c         |
| Teaching language       | Castelán<br>Galego<br>Inglés                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |      |            |
| Department              | Didáctica, organización escolar e métodos de investigación                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |      |            |
| Coordinator             | Martínez Figueira, María Esther                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |      |            |
| Lecturers               | Martínez Figueira, María Esther                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |      |            |
| E-mail                  | esthermf@uvigo.es                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |           |      |            |
| Web                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |      |            |
| General description     | O Traballo Fin de Grao consiste no desenvolvemento autónomo por parte do estudante dun proxecto baixo a dirección dun profesor/a titor/a, cuxa realización ten a finalidade de favorecer que o estudante integre as ensinanzas recibidas durante os estudos e asegurar a adquisición das competencias propias da titulación. |           |      |            |

| Competencias |                                                                                                                                                                                                            |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Code         |                                                                                                                                                                                                            |
| B13          | Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.                                                                                                                                                 |
| B14          | Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.                                                                                      |
| B21          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físicodeportivas.                                                                                            |
| B23          | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.                                                                                     |
| B25          | Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                          |
| B26          | Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.                                                                                                                         |
| C1           | Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas          |
| C2           | Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica de actividade física e deporte entre a poboación escolar                                                     |
| C3           | 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           |
| C4           | Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde dos escolares debido á práctica de actividades físicas inadecuadas                                                                       |
| C17          | Capacidade para planificar, desenvolver e controlar a realización de programas de actividades físico-deportivas orientada á saúde                                                                          |
| C18          | Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado, para cada tipo de actividade que practique a poboación de adultos, maiores e discapacitados                      |
| C20          | Capacidade para administrar os servizos deportivos públicos e privados                                                                                                                                     |
| C21          | Capacidade para deseñar o programa de funcionamento das instalacións deportivas e seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado                                                                  |
| C22          | Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional                                                                                                                                   |
| C24          | Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade físico-deportiva recreativa, con atención ás características individuais e contextuais das persoas |
| C26          | Capacidade para seleccionar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva recreativa                                                                           |

| Resultados de aprendizaxe                                                      |                               |     |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|
| Expected results from this subject                                             | Training and Learning Results |     |
| 1. Coñecementos sobre os modos de presentación do traballo técnico-científico. | B13                           | C1  |
|                                                                                | B21                           | C4  |
|                                                                                | B23                           | C17 |
|                                                                                | B25                           | C18 |
|                                                                                | B26                           | C20 |
|                                                                                |                               | C24 |

|                                                                                                                                                        |                   |                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------|
| 2. Coñecemento dos modos de inserción do Traballo Fin de Grao no ámbito profesional.                                                                   | B14<br>B21        | C1<br>C2<br>C3<br>C4<br>C17<br>C20<br>C22<br>C26          |
| 3. Coñecemento dos modos de escritura relacionados coa realización, exhibición e presentación dos proxectos técnicos-profesionais e a súa elaboración. | B23<br>B25<br>B26 | C1<br>C2<br>C3<br>C4<br>C20<br>C21<br>C26                 |
| 4. Capacidade para a procura, análise e incorporación da información necesaria para a elaboración dun proxecto técnico-profesional                     | B23<br>B25<br>B26 | C1<br>C2<br>C17<br>C18<br>C20<br>C21<br>C22<br>C24<br>C26 |

## Contidos

### Topic

Elaboración de una planificación adecuada a la realidad técnico-profesional de alguno de los ámbitos profesionales vinculados al Grado. Elaboración e desenrolo dun TFG.

Presentación e defensa do traballo elaborado. Presentación do TFG.  
Defensa do TFG.

## Planificación

|                   | Class hours | Hours outside the classroom | Total hours |
|-------------------|-------------|-----------------------------|-------------|
| Traballo tutelado | 0           | 125                         | 125         |
| Presentación      | 0           | 16                          | 16          |
| Titoría en grupo  | 4           | 0                           | 4           |
| Lección maxistral | 4           | 0                           | 4           |
| Traballo          | 1           | 0                           | 1           |

\*The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

## Metodoloxía docente

|                   | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Traballo tutelado | <p>SOLICITUDE DE PRESENTACIÓN E DEFENSA DO TFG.</p> <p>1. O alumno/a solicitará a presentación e avaliación do TFG co visto e prace do seu respectivo titor/a académico.</p> <p>2. A solicitude de presentación, dirixida á Comisión de Coordinación Académica, deberá ir acompañada da versión escrita e electrónica do TFG por cuadruplicado co visto e prace do titor/a académico. Poderá achegarse a documentación ou material adicional que se estime oportuno para que sexa tomada en consideración polo Tribunal avaliador. A FCED porá ao dispor do alumnado unhas orientacións académicas e de estilo para a presentación escrita da memoria do TFG.</p> <p>3. A efectos de avaliación, o titor/a académico emitirá un informe no que valorará (de 0 a 3 puntos) o labor realizado pola alumna/o durante o período de elaboración do TFG. Este informe acompañará a documentación referida no punto 2. Os criterios de avaliación fícarán recollidos na guía docente da materia.</p> <p>4. En atención ás solicitudes presentadas, a Comisión establecerá, de acordo co Tribunal avaliador, e publicará a orde para a celebración do acto de presentación pública do TFG. Polo menos, fixarase unha data na convocatoria ordinaria de xuño e outra na extraordinaria de xullo.</p> |
| Presentación      | <p>ACTO DE PRESENTACIÓN E DEFENSA PÚBLICA DO TFG.</p> <p>1. O acto de presentación será realizado polo alumno/a en sesión pública na data e hora asignada. De maneira excepcional, a Comisión de Coordinación Académica poderá aprobar outra modalidade, previa solicitude formal e motivada do alumno/a e sempre que sexa posible.</p> <p>2. O alumno/a exporá nun tempo máximo de quince minutos un resumo do TFG e dos principais resultados e conclusións acadados. Posteriormente, sen superar os trinta minutos, os membros do Tribunal avaliador realizarán as observacións e consideracións oportunas.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                   |                                                                                                      |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Titoría en grupo  | O titor poderá establecer titorías grupais para dar as indicacións xerais para cada fase do traballo |
| Lección maxistral | Existirán titorías en pequeno grupo para expoñer toda a reglamentación relativa ó TFG                |

### Atención personalizada

#### Methodologies Description

Traballo tutelado Traballo asociado ao desenvolvemento do traballo fin de grao

#### Tests Description

Traballo Traballo e proxectos que complementen a formación para o desenvolvemento do traballo fin de grao

### Avaliación

|                   | Description                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Qualification | Training and Learning Results                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Traballo tutelado | O profesor fará unha avaliación continua do traballo do alumno. Antes da data 30 establecida para a presentación e defensa do TFG, o tribunal de avaliación terá o informe de valoración do director sobre o traballo realizado por parte do estudante cunha valoración parcial do mesmo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 30            | B13 C1<br>B14 C2<br>B21 C3<br>B23 C4<br>B25 C17<br>B26 C20<br>C21<br>C24<br>C26 |
| Traballo          | ACTO DE PRESENTACIÓN E DEFENSA PÚBLICA DO TFG.<br>1. O acto de presentación será realizado polo alumno/a en sesión pública na data e hora asignada. De maneira excepcional, a Comisión de Coordinación Académica poderá aprobar outra modalidade, previa solicitude formal e motivada do alumno/a e sempre que sexa posible.<br>2. O alumno/a exporá nun tempo máximo de quince minutos un resumo do TFG e dos principais resultados e conclusións acadados. Posteriormente, sen superar os trinta minutos, os membros do Tribunal avaliador realizarán as observacións e consideracións oportunas.<br>AVALIACIÓN E CUALIFICACIÓN DO TFG.<br>1. Celebrado o acto de presentación pública do TFG, o Tribunal avaliador deliberará sobre a cualificación tomando en consideración o informe emitido polo titor académico, a calidade do contido do TFG, así como a propia exposición, en particular, a claridade expositiva e a capacidade de debate e defensa argumental do alumno/a.<br>2. A cualificación será a suma ponderada da cualificación do Tribunal (de 0 a 7 puntos) máis a valoración do titor (de 0 a 3 puntos). A valoración do Tribunal será a media aritmética das notas atribuídas por cada un dos seus membros. Neste punto o Tribunal rexerase polo disposto nas Normas de Xestión Académica para as titulacións de Grao regulados polo Real Decreto 1393/2007 vixentes na Universidade de Vigo.<br>3. As deliberacións do Tribunal para cualificar o TFG serán a porta pechada. Unha vez finalizado o acto de defensa, o tribunal fará pública a cualificación.<br>4. Ao remate da avaliación e cualificación da totalidade dos TFG do grao, o Tribunal avaliador poderá conceder mencións de matrícula de honra de conformidade coa normativa. | 70            | B13 C3<br>B21 C4<br>B23 C18<br>B25 C20<br>B26 C21<br>C22<br>C24<br>C26          |

### Other comments on the Evaluation

A calificación será a suma ponderada da calificación do Tribunal (70%) máis a valoración do titor/a (30%). A valoración do Tribunal será o promedio aritmético das notas atribuídas por cada un dos seus membros.

O TFG debe ser un traballo persoal no que se constrúa un discurso propio. Cando se utilicen ideas ou palabras doutra autoría acreditarase explicitamente a súa orixe.

Aqueles estudantes que non superen o TFG na avaliación do segundo cuatrimestre poderán presentarse á segunda convocatoria no mes de xullo.

As datas de entrega da memoria e da defensa do TFG serán publicadas con antelación suficiente na web da Facultade: <http://fcced.uvigo.es/gl/>

No caso de obter a cualificación de suspenso, ben sexa na primeira ou segunda convocatoria, o tribunal fará chegar un informe coas recomendacións oportunas ao estudante e ao/o titor/a para a mellora do traballo e a súa posterior avaliación.

Conforme a normativa vixente, con independencia de ser estudantes asistentes como non asistentes, o alumnado disfrutará de condicións equivalentes de avaliación

---

**Bibliografía. Fontes de información**

---

**Basic Bibliography**

Cordón, J.A.; López, J.; Vaquero, J., **Manual de investigación bibliográfica y documental**, Piramide, 2001

Gutiérrez Dávila, Marcos, **Metodología de las Ciencias del Deporte**, Síntesis, 2005

---

**Regulamento de Traballo de Fin de Grao da Universidade de Vigo,****Normativa de Traballo de Fin de Grao da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte.,****Complementary Bibliography**

Jurado Rojas, Yolanda, **Técnicas de investigación documental: manual para la elaboración de tesis, monografías, ensayos e informes académicos**, Thompson, 2002

---

---

**Recomendacións**

---

**Other comments**

Ter en conta a normativa propia de TFG da Universidade de Vigo e da Facultade de Ciencias da Educación e do Deporte.

---