

30145 - Enseñanza de la actividad física y el deporte

Información del Plan Docente

Año académico: 2023/24

Asignatura: 30145 - Enseñanza de la actividad física y el deporte

Centro académico: 179 - Centro Universitario de la Defensa - Zaragoza

Titulación: 563 - Graduado en Ingeniería de Organización Industrial

Créditos: 6.0

Curso: 4

Periodo de impartición: Primer semestre

Clase de asignatura: Optativa

Materia:

1. Información básica de la asignatura

El objetivo principal de esta asignatura es el de conocer los fundamentos básicos del entrenamiento deportivo. Para ello se estudiarán conceptos sobre anatomía y fisiología del ejercicio y se analizará la metodología del entrenamiento para el desarrollo de las cualidades físicas, profundizando en los fundamentos básicos de la fuerza y resistencia. Por último, se estudiará la planificación del proceso de entrenamiento deportivo y la evaluación de la condición física.

Perfil Defensa: Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje de la asignatura proporciona capacitación y conocimientos, habilidades y competencias para contribuir en cierta medida a su logro.

-Objetivo 3: Salud y bienestar.

2. Resultados de aprendizaje

1. Describir las bases teóricas de cada uno de los contenidos de la enseñanza en actividad física y el deporte.
2. Definir y analizar los diferentes enfoques a partir de los cuales se desarrolla la enseñanza de la actividad física y el deporte.
3. Identificar, clasificar y elaborar tareas adecuadas a cada uno de los contenidos estudiados.
4. Describir los procesos metodológicos que intervienen en la enseñanza de la educación física y el deporte.
5. Describir y utilizar de forma básica los diferentes sistemas de entrenamiento.
6. Explicar las características básicas de la sesión y sus partes.
7. Reconocer e interpretar los diferentes estilos de enseñanza.
8. Detallar los diferentes conceptos básicos del entrenamiento deportivo.
9. Describir las diferentes formas de evaluar y planificar en la enseñanza de la actividad física y del deporte.

3. Programa de la asignatura

Tema 1: El sistema muscular.

Tema 2: Los sistemas energéticos.

Tema 3: Principios del entrenamiento deportivo.

Tema 4: Resistencia.

Tema 5: Fuerza.

Tema 6: Flexibilidad.

Tema 7: Planificación del proceso de entrenamiento.

Tema 8: Nutrición deportiva.

4. Actividades académicas

-Clases expositivas.

-Actividades teórico-prácticas: gamificación, resolución de problemas, estudio de casos, aprendizaje cooperativo, etc.

-Elaboración y exposición oral de un trabajo.

-Realización de pruebas escritas conforme a las pautas de evaluación señaladas.

-Tutorías de carácter individual o grupal.

-Estudio personal del alumno.

5. Sistema de evaluación

PRIMERA CONVOCATORIA

Evaluación continua:

1. Prueba 1: examen teórico (30%).
 2. Prueba 2: examen teórico-práctico (30%) y resolución de problemas (20%).
 3. Elaboración por equipos de un trabajo y presentación oral (20%).
- La calificación final de evaluación continua (100%) se calculará según el peso específico de cada prueba.

Prueba global:

Los estudiantes que no superen la asignatura por evaluación continua o que quisieran mejorar su calificación, tendrán derecho a presentarse a la prueba global, prevaleciendo, en cualquier caso, la mejor de las calificaciones obtenidas. Esta prueba global tendrá un peso del 100% en la nota final. Consistirá en un examen teórico-práctico y resolución de problemas sobre los contenidos vistos en la asignatura y en la entrega y presentación oral del trabajo.

SEGUNDA CONVOCATORIA

Prueba global:

Los estudiantes que no superen la asignatura en la primera convocatoria podrán presentarse a una prueba global. Consistirá en un examen teórico-práctico y resolución de problemas sobre los contenidos vistos en la asignatura y en la entrega y presentación oral del trabajo.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Se establecen en base a los resultados de aprendizaje de la asignatura.

En el trabajo, el alumnado dispondrá de una rúbrica de evaluación.

En todos los casos, para superar la asignatura se deberá obtener una nota igual o superior a 5 tanto en la calificación final como en cada uno de los instrumentos de evaluación.

INSTRUMENTOS vs. RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RA)

Instrumento de evaluación	Ponderación	RA-1	RA-2	RA-3	RA-4	RA-5	RA-6	RA-7	RA-8	RA-9
Prueba 1	30%	X	X		X			X	X	
Prueba 2	50% (30%+20%)		X	X	X	X	X	X	X	X
Trabajo	20%	Todos potencialmente, en función del tema del trabajo.								