

# Guía Docente

## DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
-------------	---

Rama de Conocimiento:	Ciencias de la Salud
-----------------------	----------------------

Facultad/Escuela:	Ciencias de la Salud
-------------------	----------------------

Asignatura:	Actividad Físico-Deportiva Recreativa para Diferentes Poblaciones: de Infancia a Tercera Edad
-------------	---

Tipo:	Optativa
-------	----------

Créditos ECTS:	6
----------------	---

Curso:	4
--------	---

Código:	7549
---------	------

Periodo docente:	Séptimo semestre
------------------	------------------

Materia:	Atención a la Diversidad en la Educación Física
----------	---

Módulo:	Educación Física y Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte
---------	--

Tipo de enseñanza:	Presencial
--------------------	------------

Idioma:	Castellano
---------	------------

Total de horas de dedicación del alumno:	150
--	-----

Equipo Docente	Correo Electrónico
Iñaki Quintana García-Milla	i.quintana.prof@ufv.es

## DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Es importante conocer los objetivos de cada etapa para poder así diseñar una serie de ejercicios acordes con esos objetivos previamente planteados y así evitar trabajar incorrectamente, lo que supondría un desarrollo incoherente de la actividad. Por lo tanto, lo que se pretende con esta asignatura es que el alumno sepa diferenciar claramente las etapas y todo lo que acontece sobre ellas y sobre su desarrollo práctico para poder así diseñar sesiones de manera adecuada.

## OBJETIVO

Diferenciar claramente las etapas y todo lo que acontece sobre ellas y sobre su desarrollo práctico para poder así diseñar sesiones de manera adecuada.

## CONTENIDOS

1. Introducción al ocio y recreación deportiva.
2. Características del ocio y el tiempo libre en diferentes poblaciones.
3. Organización y promoción de actividades de ocio activo.
4. Actividades físico-deportivas recreativas en infancia y adolescencia.
5. Actividades físico-deportivas recreativas en la etapa adulta.
6. Actividades físico-deportivas recreativas en tercera edad.

## ACTIVIDADES FORMATIVAS

Se combinará una metodología expositiva por parte del docente, con actividades presenciales en la que se incluyen: clases expositivas, resolución de ejercicios, trabajos en grupos, seminarios y talleres, tutorías personalizadas, tutorías grupales y la evaluación. También indicaremos actividades no presenciales como: trabajo en grupos, estudio teórico-práctico y trabajo virtual en la red.

### ACTIVIDADES PRESENCIALES:

- Clases expositivas. Exposición de contenidos y actividades por parte del profesor con participación de los estudiantes.
- Resolución de ejercicios: Resolver, de forma individual o grupal, en la pizarra o en privado, ejercicios de aplicación de los conocimientos fundamentales.
- Trabajo en grupo: Trabajos en pequeños grupos para profundizar en los principios didácticos fundamentales.
- Seminarios y talleres: Trabajo de análisis y reflexión o eminentemente práctico sobre documentación y lecturas escogidas por el profesor. Los alumnos son los responsables de la preparación de las exposiciones y su discusión en clase.
- Tutoría personalizada: Atención individual al alumno con el objetivo de revisar y debatir los temas presentados en clase y aclarar dudas que hayan surgido.
- Tutoría grupal: Supervisión de los estudiantes que trabajan en grupo para el desarrollo del mismo.
- Evaluación: Realización de pruebas de evaluación a lo largo del curso.

### ACTIVIDADES NO PRESENCIALES:

- Trabajo en grupo: Diseño y desarrollo grupal de un trabajo.
- Estudio teórico y práctico: Estudio de los contenidos de carácter teórico y práctico del programa y preparación de las lecturas recomendadas.
- Trabajo virtual en red: Espacio virtual diseñado por el profesor donde el alumno podrá trabajar conjuntamente con otros compañeros, participar en foros organizados por el profesor y mantener tutorías.

## DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
60 horas	90 horas
Clases Teóricas 20h Clases Prácticas 30h Seminarios, talleres, conferencias, mesas redondas, tutorías. 6h Evaluación 4h	Trabajos Teóricos 30h Trabajos Prácticos 20h Estudio Teórico-Práctico 40h

## COMPETENCIAS

### Competencias básicas

Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio

Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio

Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética

Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

### Competencias generales

Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte, en las diferentes poblaciones de influencia profesional.

Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.

### Competencias específicas

Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.

Adquirir la capacidad de escucha, de empatía, a través de una relación cercana.

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Diseñar sesiones para diferentes poblaciones atendiendo al tipo de actividad, al mejoramiento de la aptitud cardiorrespiratoria y metabólica, al mejoramiento de las cualidades de fuerza, al mejoramiento de la flexibilidad

corporal y la movilidad articular, a la mejora de la coordinación y agilidad, etc.

## SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

### EVALUACIÓN CONTINUA:

50% Pruebas escritas y orales  
20% Actividades diarias y ejercicios  
20% Trabajos individuales y grupales  
10% Asistencia y participación

#### Extraordinaria:

Se mantienen las notas de los apartados aprobados y se recuperan los suspensos, pudiéndose subir nota en caso de que la media de la asignatura pueda no llegar al aprobado (5).

### EVALUACIÓN NO CONTINUA

50% Pruebas escritas y orales  
50% Trabajos

### EVALUACIÓN CONTINUA

Es necesario aprobar todos los apartados para hacer la media de la asignatura. Todas las tareas (actividades y trabajos) se deberán entregar dentro del plazo establecido a través del aula virtual, penalizándose las faltas de ortografía y la mala presentación. La asistencia y participación es obligatoria, necesitando un 80% de asistencia para obtener el derecho a calificación en este apartado, así como poder liberar exámenes y acceder a la evaluación continua.

#### Evaluación extraordinaria:

Se mantienen las notas de los apartados aprobados y se recuperan los suspensos, pudiéndose subir nota en caso de que la media de la asignatura pueda no llegar al aprobado (5).

### EVALUACIÓN NO CONTINUA

Los trabajos a realizar se consensuarán con el profesor.

## BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

### Básica

Aznar Laín, S., & Webster, T. (2006). Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación. Ministerio de Educación.

Lara, H. (2001). La actividad física en el adulto mayor. Revista educación física Chile, 255, 29-38.

Sanz, V. A. (2003). Organización y gestión de actividades deportivas: los grandes eventos (Vol. 608). Inde.

González, J. (2003). Actividad física deporte y vida: beneficios, perjuicios y sentido de la actividad física y del deporte. Edit. Fundación OREKI, 225.

Mallén, J. A. C. (2013). Actividad física en niños. Ediciones Díaz de Santos.