

Guia de l'estudiant

2002 | 2003

Universitat de Vic

**Ciències de l'Activitat Física
i de l'Esport**

Facultat d'Educació

Primera edició: juliol de 2002

Edita: Servei de Publicacions de la Universitat de Vic

Carrer de Perot Rocaguinarda, 6. 08500 Vic. Tel. 93 889 48 77

Universitat de Vic. Carrer de la Sagrada Família, 7. 08500 Vic. Tel. 93 886 12 22. Fax 93 889 10 63

Impressió: Llibreria-Copisteria de la Universitat de Vic

Índex

Presentació	5
La Facultat d'Educació	7
Estructura	7
Òrgans de Govern	7
Departaments, professors i professionals de serveis	8
Calendari Acadèmic	11
Organització dels Ensenyaments	13
Pla d'Estudis	13
Ordenació temporal de l'ensenyament	13
Programes de les assignatures obligatòries	15
Assignatures obligatòries de 1r curs	15
Psicologia de l'Activitat Física i l'Esport	15
Bases Biològiques i Mecàniques de l'Activitat Física i l'Esport	18
Teoria i Història de l'Esport	25
Fonaments dels Esports I	
1. Atletisme	27
2. Bàsquet	30
3. Gimnàstica	32
4. Voleibol	33
Fonaments i Manifestacions Bàsiques de la Motricitat Humana I	35
Llengua anglesa	37
Assignatures obligatòries de 2n curs	39
Fonaments dels Esports II	
1. Natació	39
2. Handbol	41
3. Futbol	43
4. Rugbi	46
Fonaments i Manifestacions Bàsiques de la Motricitat Humana II	48
Sociologia de l'Esport	52
Fonaments de l'Educació	55
Rehabilitació motriu	57

Presentació

Benvolgut/da estudiant:

Amb aquestes ratlles de presentació s'enceta la «Guia de l'estudiant» per al curs 2002-03 en la qual trobaràs els aspectes bàsics per orientar-te en la teva activitat a la Facultat d'Educació.

Si ets un nou estudiant del nostre centre, et donem la benvinguda i et recomanem vivament la lectura de la «Guia». Si ja ets estudiant de cursos anteriors també et fem la mateixa recomanació perquè cada curs hi ha novetats i modificacions respecte de la «Guia» anterior.

La part central de la «Guia» són els programes de les assignatures obligatòries, amb el nom dels professors que les imparteixen, les metodologies, bibliografies i sistemes d'avaluació. Val la pena que a l'inici de curs facis una bona lectura dels programes que cursaràs per fer-te una idea de l'enfocament, les temàtiques i les tasques que hauràs de realitzar. Un cop iniciat el curs, la «Guia» et servirà de referència constant: tingues en compte també que al mes de febrer canviaràs d'assignatures i en començaràs de noves. També has de tenir en compte que els nostres estudis són de caràcter presencial. En aquest sentit, l'assistència continuada a classe és un factor que es valora per part del professorat.

Però també és molt important que repassis la informació referent a l'organització de la Facultat d'Educació de la Universitat de Vic, així com tota la informació que et cal saber per entendre el funcionament del Pla d'Estudis perquè d'aquesta manera podràs triar i canalitzar els teus interessos personals amb més coneixement de causa.

Aquesta «Guia» es complementa amb el volum que conté la informació de les assignatures optatives i de lliure elecció per als estudiants de les diferents carreres de la Facultat d'Educació.

Esperem que la «Guia» et sigui d'utilitat i et recomanem que la tinguis sempre a mà per poder-la consultar. Finalment, et desitgem un bon curs acadèmic i que les previsions que professorat i personal de serveis hem planificat i que consten en aquesta «Guia de l'Estudiant» es corresponguin amb la pràctica diària amb l'objectiu d'oferir una bona formació universitària.

Antoni Tort i Bardolet
Degà de la Facultat d'Educació

La Facultat d'Educació

Estructura

La Facultat d'Educació de la Universitat de Vic imparteix els següents ensenyaments:

- Mestre. Especialitat Educació Infantil
- Mestre. Especialitat Educació Primària
- Mestre. Especialitat Educació Especial
- Mestre. Especialitat Llengua Estrangera
- Mestre. Especialitat d'Educació Física
- Educació Social
- Llicenciatura de Psicopedagogia
- Llicenciatura de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport

Les unitats bàsiques de docència i recerca de la Facultat són els Departaments, que agrupen els professors d'una mateixa àrea disciplinària. Actualment hi ha sis Departaments:

- Departament de Ciències i Ciències Socials
- Departament de Ciències de l'Educació
- Departament d'Educació Especial
- Departament d'Educació Infantil
- Departament d'Expressions
- Departament de Filologia

Al capdavant de cada Departament hi ha un professor/professora que exerceix de coordinador.

Òrgans de govern

El Deganat

La gestió ordinària en el govern i administració de la Facultat correspon al Deganat, constituït pels següents membres:

- Antoni Tort i Bardolet, degà
- Sebastià Riera i Cusí, cap d'Estudis
- Pere Pujolàs i Maset, coordinador dels estudis d'Educació Social
- Coordinador dels estudis de Psicopedagogia (pendent de nomenament)
- Joan Soler i Mata, coordinador dels estudis de Mestre

El Consell de Direcció

És l'òrgan col·legiat de govern de la Facultat.

Està constituït per:

- El degà de la Facultat, que la presideix.
- La resta de membres del deganat de la Facultat.
- Els caps de departament.

Departaments, professorat i professionals dels serveis

Departament de Ciències i Ciències Socials

- Cap:* Josep Casanovas i Prat
Professors: Miquel Caballeria i Suriñach
Pau Casañas i Xuriach
Agustí Comella i Cayuela
Elisenda Jaumira i Areñas
Marta Marimon i Martí
Jordi Martí i Feixas
Montserrat Martín i Horcajo
Francesc Marín i Serrano
Ramon Rial i Carbonell
Sebastià Riera i Cusí
Jacint Torrents i Buxó
Joan Vancells i Flotats

Departament de Ciències de l'Educació

- Cap:* Esther Fatsini Matheu
Professors: Jaume Carbonell i Sebarroja
Isabel Carrillo i Flores
Eulàlia Collelldemont i Pujadas
Julio Figueroa
Rosa Guitart i Aced
Cristina Jurado i Verdaguer
Ramon Plandiura i Vilacís
Anna Pujol i Costa
Sònia Reig i Orta
Josep Santacreu i Tafià
Àngel Serra i Jubany
Núria Simó i Gil
Ramon Sitjà i Domènech
Joan Soler i Mata
Antoni Tort i Bardolet
Joan Vera i Saucedo
Jordi Verdaguer i Gorchs

Departament d'Educació Especial

- Cap:* (Pendent de nomenament)
Professors: Jaume Carbonés i López
Montserrat Castells i Clota
Manel Dionís Comas i Mongay
Nilda Estrella i Sayag
Josep Font i Roura
Assumpció Guillén i Font
José Ramón Lago Martínez
Olga Pedragosa i Xuclà

Pere Pujolàs i Maset
Gemma Riera i Romero
Ramon Riera i Euras
M. Rosa Roca i Tañà
Robert Ruiz i Bel
Joan Sala i Baiget

Departament d'Educació Infantil

Cap: Àngel Alsina i Pastells
Professors: Irene Balaguer i Felip
Montserrat Benlloch i Burrull
M. Carme Bernal i Creus
Miquel Casadevall i Ginestet
Providència Daufl i Moreso
Núria Franc i Batlle
M. Teresa Feu i Vidal
Eva Mayo i Rodríguez
Maite Pujol i Mongay
Neus Sol i Mauri

Departament d'Expressions

Cap: Miquel Pérez i Mas
Professors: Joan Arumí i Prat
Sebastià Bardolet i Mayola
Xavier Codina i Grossmann
Eduard Comerma i Torras
José Luis López del Amo
Gil Pla i Campàs
Eduard Ramfrez i Banzo
Carles Romagosa i Vidal
Dolors Rusiñol i Cirera
Marta Solà i Serrabou
Lluís Solé i Sala
Gemma Torras
Josep Vernis i Burés
Arnau Vernis i Llambias

Departament de Filologia

Cap: Teresa Puntí i Jubany
Professors: Francesc Codina i Valls
Jordina Coromina i Subirats
Marta Corominas i Salom
Assumpta Fargas i Riera
Josep Gallart i Bau
Núria Medina i Casanovas
Carme Rubio i Larramona
Josep Tió i Casacuberta
Ricard Torrents i Bertrana
Anna Vallbona i González

Coordinació Pràctiques: Providència Daufí i Moreso

Professionals dels Serveis

Secretaria Acadèmica: Elisabet Vila i Sala

Secretària de Direcció: Dolors Ruiz i Zafra

Secretària de Pràctiques: Dolors Muñoz i Vilaseca

Secretària auxiliar: Rosa M. Guix i Godayol

Calendari acadèmic

1r curs

Rebuda dels estudiants: 30 de setembre a les 10 del matí

Docència 1r quadrimestre: del 30 de setembre de 2002 al 24 de gener de 2003

Exàmens:

1^a convocatòria: del 27 de gener al 7 de febrer de 2003

2^a convocatòria: del 30 de juny al 4 de juliol de 2003

Docència 2n quadrimestre: del 17 de febrer al 6 de juny de 2003

Exàmens:

1^a convocatòria: del 16 al 27 de juny de 2003

2^a convocatòria: de l'1 al 12 de setembre de 2003

2n curs

Docència 1r quadrimestre: del 30 de setembre de 2002 al 24 de gener de 2003

(Assig. optatives i lliure elecció: del 30 de setembre al 13 de desembre de 2002)

Exàmens:

1^a convocatòria: del 27 de gener al 7 de febrer de 2003

2^a convocatòria: del 30 de juny al 4 de juliol de 2003

Docència 2n quadrimestre: del 17 de febrer al 6 de juny de 2003

(Assig. optatives i lliure elecció: del 10 de març al 6 de juny de 2003)

Exàmens:

1^a convocatòria: del 16 al 27 de juny de 2003

2^a convocatòria: de l'1 al 12 de setembre de 2003

Dies festius:

- 12 d'octubre de 2002, dissabte, festa estatal (Mare de Déu del Pilar)
- 1 de novembre de 2002, divendres, Tots Sants
- 6 de desembre de 2002, divendres, festa estatal (Dia de la Constitució)
- 22 d'abril de 2003, dimarts, pont
- 23 d'abril de 2003, dimecres, Sant Jordi, Festa patronal de la UV
- 1 de maig de 2003, dijous, festa estatal (Festa del Treball)
- 2 de maig de 2003, divendres, pont
- 9 de juny de 2003, dilluns, Segona Pasqua
- 24 de juny de 2003, dimarts, Sant Joan
- 5 de juliol de 2003, dissabte, Festa Major de Vic
- 11 de setembre de 2003, dijous, Diada Nacional de Catalunya

Vacances:

Nadal: del 21 de desembre de 2002 al 7 de gener de 2003, ambdós inclosos.

Setmana Santa: del 14 al 23 d'abril de 2003, ambdós inclosos
(inclouen el pont del 22 d'abril i el dia de Sant Jordi)

Organització dels Ensenyaments

Pla d'Estudis

El Pla d'Estudis de la Llicenciatura de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport s'organitza en quatre cursos de dos quadrimestres cadascun, amb un total de 300 crèdits, entre els quals n'hi ha de teòrics i de pràctics. Cada quadrimestre té una durada de 15 setmanes lectives.

Els 30 crèdits estan distribuïts de la següent manera:

Matèries Troncals i Obligatòries:	240 crèdits
Matèries Optatives:	30 crèdits
Matèries de Lliure Elecció:	30 crèdits

Ordenació temporal de l'ensenyament

PRIMER CURS	Crèdits	Quadrimestre
Bases Biològiques i Mecàniques de l'Activitat Física i de l'Esport	18	Anual
Fonaments dels Esports I (Gimnàstica, Bàsquet, Voleibol i Atletisme)	18	Anual
Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport	12	Anual
Fonaments i Manifestacions Bàsiques de la Motricitat Humana I	9	Anual
Teoria i Història de l'Esport	9	Anual
Llengua anglesa	9	Anual

SEGON CURS	Crèdits	Quadrimestre
Fonaments dels Esports II (Futbol, Rugby, Natació i Handbol)	18	Anual
Fonaments i Manifestacions Bàsiques de la Motricitat Humana II	15	Anual
Sociologia de l'Esport	6	4t
Fonaments de l'Educació	9	Anual
Rehabilitació Motriu	9	Anual
Optatives / Lliure elecció*	18	Quadrimestral

TERCER CURS	Crèdits
Activitats en el Medi Natural	6
Ensenyament de l'Activitat Física i de l'Esport	12
Entrenament Esportiu	12
Activitat Física i Salut	9
Practicum	9
Especialització Esportiva I	9
Optatives / Lliure elecció*	18

QUART CURS	Crèdits
Esport i Recreació	6
Estructura i Organització de les Institucions Esportives	6
Planificació i Gestió de l'Activitat Física i de l'Esport	12
Practicum	12
Especialització Esportiva II	9
Tècniques d'Expressió i de Comunicació	6
Optatives / Lliure elecció*	24

Nota:

Amb negreta les assignatures troncales (BOE)

Amb rodona, les assignatures obligatòries de la UV

* La llista completa i els programes de les assignatures optatives i de lliure elecció és a la «Guia d'assignatures optatives i de lliure elecció» de la Facultat d'Educació.

Assignatures obligatòries de primer curs

Psicologia de l'Activitat Física i l'Esport

PROFESSOR: Julio C. FIGUEROA

Assignatura anual: 12 crèdits

OBJECTIUS:

- Proporcionar als estudiants els conceptes psicològics bàsics que els permetin un primer acostament a la comprensió del comportament humà.
- Conèixer i comprendre els fonaments de la psicologia de l'activitat física i l'esport.
- Identificar els diferents àmbits d'aplicació de la psicologia de l'activitat física i l'esport.
- Integrar els coneixements generats per la psicologia aplicant-los a l'activitat física i l'esport.
- Aplicar els coneixements adquirits durant el curs en diferents àrees d'intervenció, principalment en la iniciació esportiva i en programes d'exercici físic.

CONTINGUTS:

Bloc 1 – INTRODUCCIÓ A LA PSICOLOGIA

1. Què és la Psicologia?.
2. La Psicologia i l'ésser humà.
3. Escoles i àrees d'especialització en Psicologia.
4. La conducta:
 - 4.1. La conducta en Psicologia.
 - 4.2. Unitat i pluralitat fenomènica de la conducta.
 - 4.3. Situació i camp.
 - 4.4. Àmbit de la conducta.
 - 4.5. Finalitat de la conducta.
5. Introducció als processos cognitius:
 - 5.1. Què són els processos cognitius?.
 - 5.2. Percepció.
 - 5.3. Atenció.
 - 5.4. Pensament.
 - 5.5. Memòria.
 - 5.6. Llenguatge.

Bloc 2 - PSICOLOGIA DE L'ESPORT I L'EXERCICI FÍSIC

1. ¿Què és la psicologia de l'esport i l'exercici físic?
2. ¿Què fan els especialistes en psicologia de l'esport? Rol del psicòleg de l'esport.
3. Història de la psicologia de l'esport.
4. Evolució i estat actual de la psicologia de l'esport:
 - 4.1. Aspectes teòrics.
 - 4.2. Aspectes metodològics.
 - 4.3. Aspectes aplicats
 - 4.4. Investigació i aplicació.
5. Personalitat i esport:

- 5.1. Principals enfocaments en l'estudi de la personalitat en l'esport i l'exercici físic.
6. Importància de la motricitat en el desenvolupament i la formació de l'ésser humà.
7. El procés d'aprenentatge en l'esport.
8. La comunicació.
9. Principis de reforç i *feedback*.
10. La motivació.
11. Establiment d'objectius.
12. Comprensió dels processos grupals.
13. El lideratge.
14. Estils de presa de decisió en l'esport.
15. Les relacions entre el professor i/o entrenador i l'esportista:
 - 15.1 Expectatives del professor i/o entrenador i rendiment de l'esportista.

Bloc 3 - APLICACIONS DE LA PSICOLOGIA EN LA INICIACIÓ ESPORTIVA I EN PROGRAMES D'EXERCICI FÍSIC.

1. Iniciació esportiva:
 - 1.1. Els esports i l'atleta jove en desenvolupament.
 - 1.2. Objectius i valors en els esports per a joves.
 - 1.3. Desenvolupament psicològic dels nens a través de l'esport.
 - 1.4. Relacions pares-professor i/o entrenador.
 - 1.5. Directrius per a l'assessorament a professors i/o entrenadors d'esport infantil.
 - 1.6. Directrius per a l'assessorament a pares.
2. Programes d'exercici físic:
 - 2.1 Exercici físic i benestar psicològic.
 - 2.2. Adhesió a l'exercici físic.
 - 2.3. Esgotament i sobreentrenament.

METODOLOGIA:

Consistirà a treballar el programa a partir de les explicacions del professor, la participació dels estudiants mitjançant lectures obligatòries i l'aplicació dels coneixements adquirits en exercicis pràctics.

AVALUACIÓ:

Avaluació contínua mitjançant:

- Dues proves escrites.

- Dos treballs de grup relacionats amb el programa de l'assignatura:

En el primer quadrimestre es realitzarà un treball grupal que consistirà en una **presentació oral** de conceptes teòrics relacionats amb el programa. Aquesta nota farà mitjana amb la que s'obtingui de manera individual en la primera prova escrita del corresponent quadrimestre.

En el segon quadrimestre es realitzarà un treball de grup que consistirà en l'**aplicació dels conceptes teòrics** exposats en el primer i segon quadrimestres a un **cas pràctic**. Aquesta nota farà mitjana amb la que s'obtingui de manera individual en la segona prova escrita del corresponent quadrimestre.

BIBLIOGRAFIA:

- Balaguer, I. *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia: Albatros Educación, 1994.
- Banyard, P. I altres *Introducción a los procesos cognitivos*. Barcelona: Ariel Psicología, 1995.
- Blasco, T. *Actividad física y salud*. Barcelona: Martínez Roca, 1994.
- Bleger, J. *Psicología de la conducta*. Buenos Aires: Paidós, 1991.

- Crespo, M. i Balaguer, I. «Las relaciones entre el deportista y el entrenador». A Isabel Balaguer. *Entrenamiento psicológico en el deporte*. València: Albatros Educación, 1994.
- Cruz, J. (Ed.). *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis Psicología, 1997.
- Cruz, J. i Riera, J. (Eds.). *Psicología del deporte. Aplicaciones y perspectivas*. Barcelona: Martínez Roca, 1991.
- Figuerola, J. «Aspectos psicológicos implicados en el aprendizaje de la técnica y la táctica del fútbol». A Julio Figuerola i J. Colomer. Vídeos, *Secretos del fútbol I y II*. Barcelona: PR Vídeo, 1999.
- Gordillo, A. «Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva». *Revista de psicología de l'esport*, 1, 27-36, 1992.
- Linaza, J. i Maldonado, A. *Los juegos y el deporte en el desarrollo psicológico del niño*. Barcelona: Anthropos, 1987.
- Martens, R. i altres. *El entrenador*. Barcelona: Hispano Europea, 1995.
- Meinel, K. i Schnabel G. *Teoría del movimiento*. Buenos Aires: Stadium, 1988.
- Oxendine, J. «Aprendizaje de la destreza motriz para una ejecución deportiva eficaz». A J.M. Williams. *Psicología aplicada al deporte*, p. 49-72. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991.
- Papalia, D. i Wendkos, S. *Psicología*. Madrid: McGraw-Hill, 1998.
- Perez, G.; Cruz, J. i Roca, J. *Psicología y deporte*. Madrid: Alianza Editorial, 1995.
- Smith, R. and Smoll, F. *Way to go, coach*. Portola Valley, California: Warde Publishers, Inc., 1996.
- Smith, R. «Principios de reforzamiento positivo y feedback de la ejecución». A J.M. Williams. *Psicología aplicada al deporte*, p. 75-90. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991.
- Weinberg, R.S. i Gould, D. *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel Psicología, 1996.
- Williams, J.M. *Psicología aplicada al deporte*, Madrid: Biblioteca Nueva, 1991.

Bases Biològiques i Mecàniques de l'Activitat Física i de l'Esport

PROFESSORS: Francesc MARÍN i SERRANO
Agustí COMELLA i CAYUELA
Miquel CABALLERIA i SURIÑACH

Assignatura Anual: 18 crèdits

INTRODUCCIÓ:

L'assignatura es desenvolupa en tres parts: Anatomia humana, Funció del cos humà i Biomecànica.

OBJECTIUS:

Aconseguir que l'estudiant sigui capaç de reconèixer i descriure l'anatomia del cos humà i el funcionament, a nivell macro i microscòpic, dels diferents òrgans i sistemes de l'organisme humà.

Cal que l'estudiant conegui i domini el comportament normal de l'ésser humà i l'adaptació a l'exercici físic.

A la part de Biomecànica l'estudiant haurà de conèixer i dominar els principis biomecànics que regeixen el moviment humà i, particularment, els moviments esportius.

CONTINGUTS:

Part I: ANATOMIA HUMANA

1. INTRODUCCIÓ. GENERALITATS DE L'APARELL LOCOMOTOR

- 1.1. Concepte d'anatomia. Bases del llenguatge anatòmic. Posició anatòmica. Plans i eixos anatòmics.
- 1.2. Histogènesi del sistema esquelètic i del sistema muscular.
- 1.3. Osteologia. Classificació dels ossos.
- 1.4. Artrologia. Classificació de les articulacions.
- 1.5. Miologia. Classificació dels músculs.

2. APARELL LOCOMOTOR

- 2.1. Membre superior.
 - 2.1.1 Cintura escapular
 - 2.1.2 Braç
 - 2.1.3 Colze
 - 2.1.4 Avantbraç
 - 2.1.5 Canell
 - 2.1.6 Mà
- 2.2. Membre inferior.
 - 2.2.1 Anca
 - 2.2.2 Cuixa
 - 2.2.3 Genoll
 - 2.2.4 Cama
 - 2.2.5 Turmell
 - 2.2.6 Peu
- 2.3. Tronc i cap.
 - 2.3.1 Característiques generals de les vèrtebres. Característiques regionals: cervical, dorsal, lumbar, sacre i coxis.
 - 2.3.2 Esquelet ventral i lateral del tòrax (costelles i estern).

2.3.3 Musculatura toracicoabdominal.

2.3.4 Cap

3. SISTEMA NERVIÓS I ÒRGANS DELS SENTITS.

3.1. Introducció

3.2. La neurona

3.2. Les cèl·lules de la glia.

3.3. La fibra nerviosa.

3.4. Sistema nerviós central.

3.5. Sistema nerviós perifèric.

3.6. Vies motores.

3.7. Vies sensitives.

3.8. Nervis cranials.

3.9. Nervis perifèrics.

3.10. Sistema nerviós vegetatiu.

3.11. Òrgans dels sentits.

3.11.1 Sentit del tacte. La pell i annexos.

3.11.2 Sentit de l'olfacte i del gust.

3.11.3 Sentit de la visió.

3.11.4 Sentit de l'audició. Sistema vestibular.

4. ESPLACNOLOGIA

4.1. Sistema endocrí.

4.1.1 Introducció i generalitats.

4.1.2 Hipòfisi.

4.1.3 Glàndula tiroides. Glàndula paratiroides.

4.1.4 Glàndules suprarenals.

4.2. Aparell cardiocirculatori.

4.2.1 Introducció i generalitats.

4.2.2 El cor: morfologia i fisiologia cardíaca.

4.2.3 Pericardi.

4.2.4 Sistema arterial pulmonar.

4.2.5 Sistema arterial.

4.2.6 Sistema venós.

4.2.7 Sistema limfàtic.

4.3 Aparell respiratori.

4.3.1 Introducció i generalitats.

4.3.2 Foses nasals. Faringe. Laringe.

4.3.3 Tràquea i arbre bronquial.

4.3.4 Pulmons.

4.3.5 Pleura i mediastí.

4.4. Aparell digestiu.

4.4.1 Introducció i generalitats.

4.4.2 Cavitat bucal. Llengua. Dents. Glàndules salivars.

4.4.3 Faringe. Esòfag.

4.4.4 Estómac.

4.4.5 Intestí prim.

4.4.6 Intestí gruixut.

4.4.7 Pàncreas.

4.4.8 Fetge.

- 4.4.9 Vies biliars.
- 4.5 Sistema genitourinari.
 - 4.5.1 Introducció i generalitats.
 - 4.5.2 Ronyó.
 - 4.5.3 Vies urinàries.
 - 4.5.4 Aparell genital.
 - 4.5.4.1 Introducció.
 - 4.5.4.2 Testicle.
 - 4.5.4.3 Vies espermàtiques i glàndules annexes.
 - 4.5.4.4 Penis.
 - 4.5.4.5 Ovaris.
 - 4.5.4.6 Trompes de Falopi i úter.
 - 4.5.4.7 Vagina, vulva i glàndules annexes.
 - 4.5.4.8 Glàndules mamàries.

Part II: FUNCIO DEL COS HUMÀ

En aquesta part s'estudia la funció del cos humà sa en repòs i la seva adaptació a l'activitat física.

1- INTRODUCCIÓ A LA FISIOLOGIA. HOMEÒSTASI

- 1.1. Concepte i contingut de l'assignatura.
- 1.2. Mitjà intern. Homeòstasi de l'organisme. Principis de la regulació.

2- LA CÈL·LULA COM A UNITAT FUNCIONAL.

- 2.1. Definició del concepte de cèl·lula.
- 2.2. Tipus de cèl·lules. Cèl·lula eucariota i procariota.
- 2.3. La cèl·lula eucariota.
- 2.4. Tipus de cèl·lules eucariotes: animal i vegetal.
- 2.5. Citoplasma i orgànuls citoplasmàtics.
- 2.6. Membrana plasmàtica. Estructura i composició química.
- 2.7. Bioquímica de les membranes
- 2.8. Transferència d'informació a través de les membranes.

3- HISTOLOGIA

- 3.1. Teixit epitelial
- 3.2. Teixit connectiu.
- 3.3. Teixit muscular
- 3.4. Teixit nerviós.

4- BIOQUÍMICA I METABOLISME CEL·LULAR

- 4.1. Definició del concepte de bioquímica.
- 4.2. Composició i organització de la matèria viva.
- 4.3. Bioelements i les seves característiques.
- 4.4. Biomolècules. Definició. Característiques generals. Grups funcionals.
- 4.5. Principis immediats inorgànics:
 - L'aigua.
 - Sals minerals i dissolucions.
- 4.6. Principis immediats orgànics:
 - Glúcids.
 - Lípids.
 - Proteïnes.
 - Àcids nucleics (ADN i ARN).

- 4.7. Enzims i biocatalitzadors
 - 4.8. Metabolisme cel·lular
 - 4.9. Catabolisme i anabolisme.
 - 4.10. Termoregulació.
- 5- SANG, HEMOSTÀSIA I IMMUNITAT
- 5.1. Funcions generals de la sang. Característiques fisicoquímiques i composició. Funcions generals. Volum de la sang. Concepte de sèrum i plasma. Funcions de les proteïnes plasmàtiques. Elements i formes de la sang.
 - 5.2. Immunitat i al·lèrgia. Generalitats de la sèrie limfoide. Immunitat humoral i cel·lular. Sistema limfocític B: immunitat humoral i anticossos. Sistema limfocític T: immunitat mitjana per cèl·lules. Vacunació i immunitat passiva.
 - 5.3. Hemostàsia i coagulació. Hemostàsia: concepte i mecanismes participants.
 - 5.4. Plaquetes: característiques i trombocitopoiesis. Hemostàsia primària i secundària: coagulació de la sang. Factors i mecanismes de la coagulació. Retracció del coàgul. Fibrinolisis.
- 6- FISIOLOGIA DEL MÚSCUL
- 6.1. La fibra muscular. Tipus de fibres musculars.
 - 6.2. Múscul esquelètic. Estructura de miofibril·les. Actina i miosina.
 - 6.3. Mecanisme de la contracció muscular. Intervenció de l'ió calci i l'ATP. Regulació de la contracció muscular. Acoblament electromecànic. Regulació de la força muscular.
 - 6.4. Mecànica muscular.
 - 6.5. Energètica muscular. Metabolisme energètic.
- 7- SISTEMA CARDIOVASCULAR
- 7.1. Cor: Fenòmens mecànics del cor, cicle cardíac. Fenomen elèctric del cor.
 - 7.2. Regulació de l'activitat cardíaca.
 - 7.3. Circulació de la sang. Sistema arterial i sistema venós. Control local de la circulació.
- 8- SISTEMA RESPIRATORI
- 8.1. Estructura i funció del sistema respiratori.
 - 8.2. Mecànica respiratòria.
 - 8.3. Relacions ventilació/perfusió. Difusió dels gasos respiratoris a nivell pulmonar.
 - 8.4. Regulació de la ventilació pulmonar.
 - 8.5. Transport dels gasos a la sang.
- 9- NEUROFISIOLOGIA
- 9.1. Introducció a l'estudi del sistema nerviós.
 - 9.2. El significat funcional del sistema nerviós en relació amb els altres sistemes corporals.
 - 9.4. El sistema motor.
 - 9.5. Control de la postura i equilibri. Generació del moviment.
 - 9.6. Àrees corticals motores.
 - 9.7. Les vies descendents. Sistema corticoespinal, rubroespinal, reticuloespinal, vestibuloespinal lateral, vestibuloespinal, medial i tectoespinal.
 - 9.8. El cerebel i els ganglis de la base.
 - 9.9. Tronc de l'encèfal i formació reticular.
 - 9.10. Sistema nerviós autònom.
 - 9.11. Escorça cerebral.
- 10- SISTEMA RENAL

- 10.1. Estructura funcional del sistema renal. Nefrona. Filtració glomerular. Mecanismes de reabsorció i secreció tubulars.
- 10.2. Balanç hídric i electrolític.
- 10.3. Equilibri àcid/base.
- 10.4. Micció.
- 11- SISTEMA GASTROINTESTINAL
 - 11.1. Funcions generals. Estructura del sistema gastrointestinal.
 - 11.2. El fetge. Estructura i funció.
 - 11.3. Control i integració de les activitats motores gastrointestinals.
 - 11.4. Secrecions del sistema gastrointestinal.
 - 11.5. Digestió i absorció.
- 12- SISTEMA ENDOCRÍ
 - 12.1. Introducció al sistema endocrí.
 - 12.2. Hipotàlam i hipòfisi.
 - 12.3. Hormones tiroïdals.
 - 12.4. Metabolisme fosfocalci. Hormona paratiroïdea. Calcitonina i vitamina D.
 - 12.5. Glàndules suprarrenals.
 - 12.6. Pàncreas endocrí. Insulina i glucogen
- 13- SISTEMA REPRODUCTOR
 - 13.1. Gònades masculines i femenines. Hormones testiculars: efectes fisiològics i funció testicular. Hormones ovàriques: producció i funcions. Regulacions del cicle menstrual.

Part III: BIOMECÀNICA

- 1- INTRODUCCIÓ A LA BIOMECÀNICA
 - 1.1. Perspectives de la biomecànica esportiva
 - 1.2. Magnituds i unitats
 - 1.3. Mesura i errors
 - 1.4. Trigonometria
- 2- CINEMÀTICA
 - 2.1. Sistemes de referència
 - 2.2. Velocitat i acceleració
 - 2.3. Moviments particulars en 1 i 2 dimensions
- 3- DINÀMICA
 - 3.1. Massa, inèrcia i força
 - 3.2. Forces de fricció i forces de contacte
 - 3.3. Lleis de Newton i aplicacions.
- 4- TREBALL I ENERGIA
 - 4.1. Treball d'una força. Potència
 - 4.2. Energia mecànica
 - 4.3. Principi de conservació de l'energia
- 5- SÒLID RÍGID
 - 5.1. Centre de masses i centre de gravetat
 - 5.2. Moment d'una força. Rotació. Moment d'inèrcia
 - 5.3. Moment angular. Conservació del moment angular
 - 5.4. Equilibri estàtic. Articulacions
- 6- ELASTICITAT
 - 6.1. Característiques mecàniques dels materials

- 6.2. Deformació i esforç
- 7- MECÀNICA DE FLUIDS
 - 7.1. Pressió en gasos i en líquids.
 - 7.2. Principi d'Arquimedes
 - 7.3. Dinàmica de fluids
- 8- BIOMECÀNICA MUSCULAR
 - 8.1. Propietats mecàniques dels músculs.
 - 8.2. Contracció muscular
 - 8.3. Acció mecànica dels músculs
- 9- ANÀLISI BIOMECÀNICA DELS MOVIMENTS DE L'ESPORTISTA
 - 9.1. Dinàmica del recolzament
 - 9.2. Marxa
 - 9.3. Cursa de velocitat i de fons
 - 9.4. Salts verticals i horitzontals
 - 9.5. Llançaments i colpeig (esports amb implement)
 - 9.6. Aixecament de pesos.
 - 9.7. Natació: flotació i propulsió

AVALUACIÓ:

L'avaluació de l'assignatura comportarà haver de demostrar els coneixements adquirits tant a les classes teòriques com a les pràctiques.

L'avaluació es farà mitjançant un examen de preguntes obertes de cadascuna de les tres parts de què es compona.

Les preguntes de les dues primeres parts seran de tipus conceptual i no memorístic. A la tercera part, Biomecànica, es treballaran bàsicament problemes aplicats, amb la seva resolució numèrica.

La nota final de l'assignatura serà la mitjana aritmètica de la nota de les tres parts, sempre que cada part s'hagi aprovat per separat.

BIBLIOGRAFIA:

- Berne, B., Leby M. *Fisiologia*. Harcourt-Brace, 1998.
- Despopoulos, A. *Texto y atlas de Fisiologia*. Mosby/Doyma Libros, 1994.
- Fisiologia del trabajo fisico*. 3a ed. Madrid: Médica Panamericana, 1992.
- Cordova, A. *Compendio de Fisiologia para ciencias de la salud*. Madrid: McGraw-Hill-Interamericana, 1995.
- Escuredo, B. *Estructura y función del cuerpo humano*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana, 1995.
- Guyton, Arthur C. *Anatomía y fisiología del sistema nervioso. Neurociencia básica*. 2a ed. Madrid: Médica Panamericana, 1997.
- Guyton, Arthur C. *Fisiología y fisiopatología*. 5a ed. Mèxic: Nueva Editorial Interamericana, 1994.
- Guyton, Arthur C. Hall, John E. *Tratado de fisiología médica*. 9a ed. Madrid: McGraw-Hill Interamericana, 1997.
- Jacob-Francone. *Anatomía y Fisiología*. 2a ed. Mèxic: Nueva Editorial Interamericana, 1990.
- Kapandji, I.A. *Cuadernos de fisiología articular: tronco y raquis*. Barcelona: Masson, 1997.
- Kapandji, I.A. *Cuadernos de fisiología articular: Miembro inferior*. Barcelona: Masson, 1997.
- Kapandji, I.A. *Cuadernos de fisiología articular: Miembro superior*. Barcelona: Masson, 1997.
- Villamor, M.; Gabriel, P.; Esteban, S.; María, J. *Enfermería. Anatomía-fisiología. Tomo I*. Madrid: Ediciones Científicas y Técnicas, 1994.
- Villamor, M.; Gabriel, P.; Esteban, S.; María, J. *Enfermería. Anatomía-fisiología. Tomo II*. Madrid: Ediciones científicas y técnicas, 1994.

- Netter, F.H. *Sistema musculoesquelético: anatomía, fisiología y enfermedades metabólicas*. Barcelona: Ediciones Científicas y Técnicas, 1993.
- Ninomiya, J.G. *Fisiología humana: neurofisiología*. Mèxic: El Manual Moderno, 1991.
- Reith, Edward J. *Texto Básico de Anatomía y Fisiología para Enfermería*. Barcelona: Doyma, 1982.
- Thibodeau, Gary, Patton, Kevin. *Anatomía y Fisiología. Estructura y función del cuerpo humano*. Madrid: Mosby/Doyma Libros, 1995.
- Berkaloff, Bourguet, Favard, Lacroix. *Biología y Fisiología Celular (Vols. I, II, III i IV)*. Barcelona: Omega, 1987.
- Lewin B. *Genes*. Barcelona: Reverté, 1989.
- Alberts, B.; Bray, D.; Lewis, J.; Raff, M.; Roberts, K.V.; Watson, J.A. *Biología Molecular de la Célula*. Barcelona: Omega, 1986. (L'edició original és de 1983).
- Herrera, E. *Bioquímica (Vols. I i II)*. Madrid: Mc Graw-Hill. Interamericana, 1995.
- Lehninger, A.L. *Principios de Bioquímica*. Barcelona: Omega, 1984. (L'edició original és de 1982).
- Lozano, J.A.; Galindo, J.D.; Garcia-Borrón, J.C.; Martínez-Liarte, J.H.; Peñafiel, R.; Solano, F. *Bioquímica para ciencias de la salud*. Madrid: McGraw-Hill. Interamericana, 1995.
- Stryer, L. *Bioquímica*. 2a ed. Barcelona: Reverté, 1982. (L'edició original és de 1981).
- Baumler, G. i Schneider, K. *Biomecánica deportiva: Fundamentos para el estudio y la práctica*. Barcelona: Martínez Roca, 1989.
- Cromer, A.H. *Física para las ciencias de la vida*. Barcelona: Reverté, 1976.
- Grosser, M.; Hermann, H.; Tusker, F.; Zintl, F. *El movimiento deportivo. Bases anatómicas y biomecánicas*. Barcelona: Martínez Roca, 1991.
- Ortuño, M. *Física para biología, medicina, veterinaria y farmacia*. Barcelona: Crítica, 1996.

Teoria i Història de l'Esport

PROFESSOR: Josep CASANOVAS I PRAT

Assignatura anual: 9 crèdits.

INTRODUCCIÓ:

L'esport és un dels fenòmens socials més importants de la societat contemporània, tot i això no ha estat objecte d'estudi i investigació a les universitats catalanes fins fa relativament pocs anys. Actualment, però, l'esport ja comença a ser estudiat d'acord amb la seva importància. Els continguts sobre la teoria de l'esport i la seva història són una base important en la formació dels llicenciats en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport, perquè tracten de l'essència mateixa de l'esport, el seu origen i evolució, cosa que ens permet entendre l'esport del nostre temps. Sovint, però, aquesta assignatura tracta de forma molt descriptiva només l'esport i l'activitat física en l'antiguitat, es fa una història cultural de l'esport, sense aprofundir gaire en l'esport modern. En aquest cas, però, d'acord amb el canvi de consideració que comença a tenir l'esport a nivell universitari, ens proposem treballar especialment l'esport modern, posant l'atenció en les múltiples relacions que estableix amb la societat, de tipus polític, econòmic, cultural, educatiu i altres. En definitiva farem història social de l'esport.

OBJECTIUS:

1. Introduir l'alumnat en les teories actuals sobre l'activitat física, l'esport i la seva història.
2. Relacionar la història de l'esport amb la societat per tal d'entendre l'esport en l'actualitat i també per explicar críticament la nostra societat.
3. Conèixer l'estreta relació entre l'esport i l'educació física.
4. Tractar l'esport modern a nivell mundial a través de moviment olímpic.
5. Analitzar de forma pràctica la història de l'esport modern a Catalunya.
6. Investigar de forma senzilla procediments per al coneixement de la teoria i la història de l'esport.

CONTINGUTS:

1. Què és l'esport?
 - 1.1. La definició problemàtica de l'esport.
 - 1.2. L'origen de l'esport modern.
2. La història cultural de l'esport.
 - 2.1. L'esport en l'antiguitat.
 - 2.2. L'esport en la cultura preindustrial.
3. La història social de l'esport.
 - 3.1. La instrumentalització de l'esport.
 - 3.2. L'esport com a reflex de la societat contemporània.
4. La història de l'educació física.
 - 4.1. Activitat física i educació.
 - 4.2. L'esport escolar.
5. La història dels jocs olímpics.
 - 5.1. L'olimpisme.
 - 5.2. Els jocs olímpics i la història mundial.
6. La història de l'esport a Catalunya.
 - 6.1. Introducció i difusió de l'esport.
 - 6.2. L'esport de masses.

6.3. L'esport durant el franquisme.

6.4. L'esport en democràcia.

METODOLOGIA:

A partir d'un pla de treball, l'assignatura combina la teoria i la pràctica a través de les explicacions del professor, les activitats proposades a l'aula i a fora, les lectures de textos, la investigació històrica i el treball personal de l'alumnat. S'haurà de fer un treball individual i un altre en grup. També s'exposaran a l'aula els resultats dels treballs. El professor tutoritzarà tot el treball de l'alumnat.

AVALUACIÓ:

Per a valorar l'assignatura es tindran en compte els següents aspectes:

1. Les activitats realitzades durant el curs.
2. El treball personal.
3. El treball en grup.
4. Dues proves parcials.

BIBLIOGRAFIA:

- Bantulà, J.; Bosom, N.; Carranza, M.; Monés, J. *Passat i present de l'educació física a Barcelona*. Ajuntament de Barcelona: Barcelona, 1997.
- Barbero, J.L. (Comp.) *Materiales de sociología del deporte*. Madrid: La Piqueta, 1993.
- Betancor, M.A. *Història de la educació física i el deporte a través de los textos*. Barcelona: PPU, 1995.
- Blanchard, K.; Cheska, A. *Antropología del deporte*. Barcelona: Ediciones Bellaterra, 1986.
- Casanovas, J.; Gil, E.; Pujadas, X. *Esport i història local*. Monogràfic de la revista *Plecs*, núm. 92, abril 2001, ps. 43-55.
- Domingo, X. *Els Jocs Olímpics*. Barcelona: Barcanova, 1992.
- Educació, Activitats Físiques i Esport en una Perspectiva Històrica. 14è Congrés Internacional*. Barcelona: IS-CHE, 1992. (2 volums)
- Elias, N.; Dunning, E. *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Mèxic D.F.: Fondo de Cultura Económica, 1992.
- Mandell, R.D. *Historia cultural del deporte*. Barcelona: Ediciones Bellaterra, 1989.
- Mandell, R.D. *Las primeras Olimpiadas modernas. Atenas, 1896.* Barcelona: Ediciones Bellaterra, 1990.
- Pastor Pradillo, J.L. *El espacio profesional de la educación física en España. Génesis y formación 1883-1961*. Madrid: Universidad de Alcalá, 1997.
- Pastor Pradillo, J.L. *Definición y desarrollo del espacio profesional de la educación física en España 1961-1990*. Madrid: Universidad de Alcalá, 2000.
- Pujadas, X.; Santacana, C. *Història il·lustrada de l'esport a Catalunya. (1870-1931)*. Barcelona: Columna, 1994.
- Pujadas, X.; Santacana, C. *Història il·lustrada de l'esport a Catalunya. (1931-1975)*. Barcelona: Columna, 1995.
- Rodríguez López, J. *Història del deporte*. Saragossa: INDE Publicaciones, 2000.
- Velázquez Buendía, R. "El deporte moderno. Consideraciones acerca de su génesis y de la evolución de su significado y funciones sociales". Dins *Efdeportes*, núm. 36, maig 2001. (www.efdeportes.com)

Fonaments dels Esports

1. Atletisme

PROFESSOR: José Luis LOPEZ DEL AMO

Apartat d'atletisme de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits

L'atletisme el conformen un conjunt d'habilitats i destreses bàsiques que provenen de gestos naturals en l'ésser humà com córrer, saltar i llançar. Des del punt de vista de la iniciació esportiva, l'atletisme és bàsic per a crear una sòlida base motriu en el nen. Igualment, pels alts valors formatius que comporta, és un esport molt interessant si es planteja des d'una perspectiva educativa.

OBJECTIUS DIDÀCTICS:

Generals:

- Conèixer com col·laborar, mitjançant l'atletisme, en la consecució dels objectius generals de l'Educació Física.
- Motivar a l'alumne per a la pràctica de l'atletisme.
- Conèixer i valorar els efectes de les aplicacions de les tècniques atlètiques a la pràctica de cada prova.
- Reconèixer l'atletisme com a mesura de la condició física, com a base de tots els altres esports i activitats, com a lluita personal i objectiva contra els propis límits i com a portador de qualitats físiques i motrius, i de valors ètics i de formació de la personalitat.
- Conèixer bàsicament la història de l'atletisme, la seva organització en el món i les proves que a l'actualitat componen el programa olímpic d'aquest esport, així com el vocabulari bàsic utilitzat.
- Aplicar les habilitats bàsiques desenvolupades amb la cursa, els salts i els llançaments en les habilitats motrius específiques.
- Conèixer com crear les bases físiques tècniques i psicològiques necessàries per a formar, en el futur, atletes d'alt nivell.

Específics:

- Conèixer, practicar, aprendre i millorar els fonaments tècnics dels diferents gestos o especialitats atlètiques: tècnica de cursa, sortida de tacs, curses de relleus, marxa atlètica, salts d'alçada, llargada, amb perxa i triple salt, i llançament de pes, javelina, martell i disc.
- Desenvolupar un repertori ampli de tècniques atlètiques i un nivell alt de capacitat de velocitat i coordinació amb una formació multidisciplinar.

CONTINGUTS:

Què és l'atletisme (teòric)

Breu història de l'atletisme. L'organització mundial de l'atletisme. Les proves atlètiques: aspectes descriptius i reglamentaris. Característiques dels atletes per especialitats. Termes específics de l'atletisme.

Metodologia de l'atletisme d'iniciació (teòric)

Objectius de l'atletisme. Mètodes d'ensenyament. Fases a l'ensenyament evolutiu de l'atletisme: iniciació, perfeccionament, especialització i màxim rendiment. Recursos.

Curses i marxa (teòric i pràctic)

Història de les tècniques en les curses. Fonaments de la tècnica de cursa. Fonaments de la sortida de tacs.

Evolució de la velocitat als 100 m. Fonaments de les curses de tanques altes. Fonaments de la marxa atlètica. Activitats d'ensenyament-aprenentatge: progressions metodològiques i exercicis i jocs d'iniciació. Errors més freqüents. Activitats d'observació i avaluació. Organització pràctica amb els alumnes d'unes competicions de curses de velocitat i relleus, amb eliminatòries, semifinals i final.

Salts (teòric i pràctic)

Història de les tècniques en els salts. Fonaments del salt d'alçada estil *fosbury*. Fonaments del salt amb perxa. Fonaments del salt de llargada. Fonaments del triple salt. Activitats d'ensenyament-aprenentatge: progressions metodològiques i exercicis i jocs d'iniciació. Errors més freqüents. Activitats d'observació i avaluació. Organització pràctica amb els alumnes d'una competició de salts.

Llançaments (teòric i pràctic)

Història de les tècniques en els llançaments. Fonaments del llançament de pes. Fonament del llançament de javelina. Fonaments del llançament de martell. Fonaments del llançament de disc. Multillançaments amb la pilota medicinal. Activitats d'ensenyament-aprenentatge: progressions metodològiques i exercicis i jocs d'iniciació. Errors més freqüents. Activitats d'observació i avaluació. Organització pràctica amb els alumnes d'una competició de llançaments.

METODOLOGIA:

Les sessions constaran d'explicacions teòriques per part del professor, comentaris de vídeos i classes pràctiques a la pista d'atletisme.

AVALUACIÓ:

L'avaluació d'aquesta part de l'assignatura «Fonaments del esports» es farà a partir de l'assistència i participació a l'activitat d'aula i de pista, examen teòric, examen pràctic i comentari pràctic del vídeo d'una competició realitzat per l'estudiant.

BIBLIOGRAFIA Bàsica:

- Alford, J. i altres. *Complete guide to Running*. New York: Sterling Publishing Co. Inc., 1985.
- Álvarez del Villar, C. *Atletismo básico. Una orientación pedagógica*. Madrid: Gymnos, 1994.
- Ballesteros, J.M.; Alvarez, J. *Manual didáctico de atletismo*. Buenos Aires. Kapelusz, 1982.
- Bravo, J. i altres *Atletismo (II) Saltos*. Madrid: Comité Olímpico Español, 1992.
- Bravo, I. i altres *Atletismo (III) Lanzamientos*. Madrid: Comité Olímpico Español, 1993.
- Bravo, J. i altres *Carreras*. Madrid: RFEA, 1997.
- Calzada, A. *Inicio al atletismo*. Madrid: Gymnos, 1999.
- Fleuridas, C. i altres *Tratado de atletismo Lanzamientos*. Barcelona: Hispano Europea, 1986.
- Fortunyo, J.A.; Sabaté, *Córrer. Dels 100 metres llisos a la maratón*. Lleida: Dilagro, 1992.
- Fortunyo, J.A.; Sabaté, R. *Saltar i llançar: l'atletisme de concursos*. Lleida: Dilagro, 1995.
- García Manso, J.M. i altres *Bases teóricas del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos, 1996.
- García Manso, J.M. i altres *La velocidad*. Madrid: Gymnos, 1998.
- Gil, F. i altres *Manual básico de atletismo*. Madrid. Real Federación Española de Atletismo, 2000.
- Hornillos, I. *Atletismo*. Barcelona: INDE, 2000.
- Hubiche, J.L.; Pradet, M. *Comprender el atletismo*. Barcelona: INDE, 1999.
- Huguet, J. *Deporte 92. Atletismo I*. Barcelona: Editorial 92, 1989.
- Huguet, J. *Deporte 92. Atletismo II*. Barcelona: Editorial 92, 1989.
- Kramer, K. *Atletismo. Lanzamientos*. Barcelona: Paidotribo, 1993.
- López, J.L. *Seréis campeones, Atletismo I*. Barcelona: La Vanguardia, 1991.
- López, J.L. *Seréis campeones. Atletismo II*. Barcelona: La Vanguardia, 1991.

- López, J.L. *Guía escolar Vox. Educación Física y deportes*. Barcelona: CREDSA, 2001.
- Luque, F.; Luque, S. *Guía de juegos con compañeros. Velocidad equilibrioritmo*. Madrid: Gymno, 1995.
- Mansilla, I. *Conocer el atletismo*. Barcelona: Gymnos, 1994.
- Méndez A.; Méndez, C. *Los juegos en el currículum de la educación física*. Barcelona: Paidotribo, 1996.
- Murer, K. *1000 ejercicios y juegos de atletismo*. Barcelona: Hispano Europea, 1992.
- Oliver, A. *Iniciación al atletismo*. Madrid: Alhambra, 1985.
- Olivera, I. *1169 ejercicios y juegos de atletismo (2 vol.)* Barcelona: Paidotribo, 1999.
- Pascual, J. *Reglamento oficial comentado de atletismo*. Barcelona: Flash Books, 1995.
- Piasenta, J. *Aprender a observar*. Barcelona. INDE, 2000.
- Polischuk, V. *Atletismo. Iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo, 1996.
- Quercetani, R.L. *Historia del atletismo mundial*. Madrid: Debate, 1992.
- Rius, J. *Metodología del atletismo*. Barcelona: Paidotribo, 1989.
- Seirullo, F. i altres *Los lanzamientos en E.F. y atletismo en la escuela*. Barcelona: Publicaciones Deportivas SCL, 1989.
- Tous, I. *Nuevas tendencias en fuerza y musculación*. Barcelona: Ergo, 1999.
- Zaporozhanov. V.A. i altres *La carrera atlética*. Barcelona: Paidotribo, 1992.
- Zieschang, K. *Atletismo*. Bilbao: Cantábrica, 1982.

Fonaments dels Esports

2. Bàsquet

PROFESSOR: Joan ARUMÍ i PRAT

Apartat de bàsquet de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits

OBJECTIUS:

- Classificar el bàsquet com a esport i conèixer els seus valors educatius i socials.
- Conèixer el reglament del bàsquet.
- Conèixer i realitzar de forma pràctica les tècniques bàsiques del bàsquet.
- Iniciar-se en el coneixement tàctic del bàsquet.
- Conèixer recursos didàctics i estils metodològics per tal d'ensenyar el bàsquet.
- Detectar errors en les tècniques dels companys i saber-los corregir.
- Elaborar exercicis tècnics i tàctics
- Cooperar amb els companys per millorar com a equip.

METODOLOGIA:

- Les classes seran fonamentalment teoricopràctiques al pavelló d'esports. Determinats continguts són exclusivament teòrics.
- Les classes pràctiques s'organitzaran en grups heterogenis i les activitats seran cooperatives intragrup amb competició intergrup.

CONTINGUTS:

1. Classificació del bàsquet en relació a altres esports:
 - 1.1. Què és el bàsquet.
 - 1.2. Valors educatius i socials del bàsquet.
2. Reglament del bàsquet.
3. Principis de l'ensenyament del bàsquet:
 - 3.1. Progressió de l'aprenentatge. Etapes d'aprenentatge.
 - 3.2. Propietats de l'aprenentatge.
4. Aprenentatge de la tècnica:
 - a) Posició bàsica
 - b) Desplaçaments en atac
 - c) Desplaçament en defensa
 - d) Presa de la pilota
 - e) El bot
 - f) La passada
 - g) El llançament
 - h) Entrades a cistella
 - i) Parades, pivots i arrancades
 - j) Fintes
 - k) Rebot
5. Progressió a partir del joc preesportiu, el joc reduït i el joc controlat cap a un sistema d'atac en bàsquet.
Iniciació a la tàctica individual i col·lectiva.
6. Altres sistemes de joc per a la iniciació al bàsquet.
7. Progressió per a la construcció d'una defensa en la iniciació.

AVALUACIÓ:

Es realitzarà una avaluació inicial teoricopràctica

Avaluació formativa (60%)

- Diferents treballs proposats a classe.
- Treballs sobre els exercicis realitzats a classe.
- Preparació i execució de forma pràctica d'exercicis.
- Assistència (90%), participació activa, esforç i actitud cooperativa per tal de millorar.

Avaluació final: Examen teòric (40%)

Per aprovar l'assignatura cal aprovar l'avaluació formativa i la final.

OBSERVACIONS:

Per a les classes pràctiques s'ha de portar xandall i calçar esportiu.

BIBLIOGRAFIA:

- Costoya, R. *Baloncesto. Metodología del rendimiento*. Barcelona: Inde, 2002.
- Knight, B. *El baloncesto*. Madrid: FRB, 1971.
- Niedlich, D. *Baloncesto: Esquemas y ejercicios tácticos*. Barcelona: Hispano Europea, 1996.
- Olivera, J. *1250 Ejercicios y juegos de baloncesto* (3 vols). Barcelona: Paidotribo, 1996.
- Reglas oficiales de baloncesto*. Federación Internacional de Baloncesto.
- Vary, P. *1000 ejercicios y juegos de Baloncesto*. Barcelona: Hispano Europea, 1995.
- Wissel, H. *Baloncesto. Aprender y progresar*. Barcelona: Paidotribo, 1998.

Fonaments dels Esports

3. Gimnàstica

PROFESSORA: Marra SOLÀ i SERRABOU

Apartat de gimnàstica de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits

OBJECTIUS:

1. L'estudiant ha d'arribar a executar de manera elemental els diferents elements de cada modalitat.
2. Ha d'assolir uns coneixements bàsics de l'educació del ritme.
3. Ha d'adquirir uns coneixements teòrics de l'educació corporal relacionats amb l'anatomia.

CONTINGUTS:

1. Introducció històrica.
2. Vocabulari bàsic.
3. El moviment i el ritme
4. Principals elements: Salts
 - Desplaçaments
 - Girs
 - Equilibris
 - Balancejos i circumduccions
5. Aparells: pilota i corda
6. Gimnàstica i escalfament.
7. Errors més freqüents en l'execució dels exercicis.

AVALUACIÓ:

- Examen teòric (45%).
- Examen pràctic: execució de dos exercicis, un en grup i un d'individual (45%)
- Participació i interès durant les sessions (10%)

BIBLIOGRAFIA:

- Calais Germain, Blandine. *Anatomia para el movimiento I-II*. Madrid: Los Libros de la Liebre de Marzo, 1990.
- Bodo-Schmid. *Gimnasia rítmica deportiva*. Madrid: Hispano Europea, 1985.
- Mendizábal, S. *Iniciación a la gimnasia rítmica*. Madrid: Gymnos, 1985.
- Guillot-Prudhommeau. *Gramática de la danza clásica*. Buenos Aires: Hachette, 1974.
- Compagnon-Thomet. *Educación del sentido rítmico*. Buenos Aires: Kapelusz, 1975.

Fonaments dels Esports

4. Voleibol

PROFESSOR: Eduard COMERMA i TORRAS

Apartat de voleibol de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits

OBJECTIUS:

1. Adquirir i dominar els coneixements bàsics, tant teòrics com pràctics, de la tècnica del voleibol.
2. Aplicar les tàctiques fonamentals del voleibol.
3. Conèixer els principis bàsics del reglament.
4. Conèixer i aplicar les progressions adequades a la millora de cada tècnica.
5. Aplicar aquests coneixements en l'àmbit educatiu.

CONTINGUTS:

1. Introducció.
 - 1.1. Referència històrica.
 - 1.2. Característiques específiques del voleibol.
 - 1.3. Signes convencionals del voleibol.
2. Tècnica.
 - 2.1. Estructuració dels gestos tècnics.
 - 2.2. Moviments abans i després del contacte amb la pilota.
 - 2.3. La passada de dits.
 - 2.4. La passada d'avantbraços.
 - 2.5. El servei: Tipus, superfícies de contacte i moviments després el contacte.
 - 2.6. El servei de baix.
 - 2.7. El servei "lateral".
 - 2.8. Servei de tenis.
 - 2.9. La rematada.
 - 2.10. El bloqueig.
 - 2.11. Els jocs reduïts: objectius i aplicació en l'ensenyament de la tècnica.
3. Tàctica
 - 3.1. Característiques específiques del voleibol i sistemes a estudiar.
 - 3.2. La recepció o defensa del servei.
 - 3.2.1. Sistemes de recepció amb cinc jugadors.
 - 3.2.2. Sistema 1-3-2 o en W.
 - 3.2.3. Moviments de col.laboració o suport al company que rep.
 - 3.2.4. Sistema de rotacions i didàctica.
 - 3.3. L'atac i els seus sistemes.
 - 3.3.1. Col.locador a torn amb col.locador per zona tres.
 - 3.3.2. Sistema 2C-4R.
 - 3.3.3. Possibilitats de l'atac i maneres d'organitzar-lo.
 - 3.4. La defensa
 - 3.4.1. Defensa de xarxa.
 - 3.4.2. Defensa de camp.
 - 3.4.3. Sistema de defensa 3-1-2.

4. Reglament.

- 4.1. Instal·lacions i equipaments.
- 4.2. Participants.
- 4.3. Forma de joc.
- 4.4. Accions de joc.
- 4.5. Interrupcions i retards del joc.
- 4.6. El jugador "libero".
- 4.7. Actitud dels participants.
- 4.8. Els àrbitres.
- 4.9. Responsabilitats dels àrbitres.
- 4.10. Senyals oficials.

METODOLOGIA:

Les classes seran fonamentalment teoricopràctiques al pavelló d'esports.

AVALUACIÓ:

- 1- Assistència activa i interessada, i demostració pràctica de les activitats treballades. (20%)
- 2- Prova escrita al final de curs. (40%)
- 3- Treballs a classe. (20%)
- 4- Fitxes de seguiment de les classes pràctiques. (20%)

BIBLIOGRAFIA:

- Aragón, P. i Rodado, P. *Voleibol. Del aprendizaje a la competición*. Madrid: Pila Teleña, 1985.
- Lucas, J. *Voleibol. Iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo, 1997.
- Bonnefoy, G., Lahuppe, H. i Né, R. *Enseñar voleibol para jugar en equipo*. Barcelona: Inde, 2000.
- Moras, G. *Preparación integral en voleibol. 1000 Ejercicios y juegos*. Barcelona: Paidotribo, 2000.
- Walter, H. *Voleibol para principiantes*. Barcelona: Paidotribo, 1999.
- Bacmann, E. *1000 ejercicios y juegos de voleibol y minivoleibol*. Barcelona: Hispano Europea, 2001.

Fonaments i Manifestacions Bàsiques de la Motricitat Humana I

PROFESSORS: Dolors RUSIÑOL i CIRERA
Joan ARUMÍ i PRAT

Assignatura anual: 9 crèdits.

OBJECTIUS:

Presa de consciència del propi cos: espontaneïtat, creativitat, relacions amb l'entorn i amb els altres.
Intensificació de la capacitat d'atenció general.

Desenvolupament de la capacitat d'expressar emocions, sensacions, vivències, idees, conceptes, records. En definitiva, de la sensibilitat i la imaginació.

Valorar la importància humanitzadora del desenvolupament emocional i perceptiu.

Donar al joc i a l'activitat física la importància que es mereix dins l'educació integral de les persones.

Proporcionar als estudiants els coneixements per tal d'adaptar el joc a les necessitats del grup i a les necessitats individuals.

Conèixer les teories i classificacions més importants del joc.

Executar de forma pràctica un joc i detectar-ne els elements importants per tal de variar-lo

METODOLOGIA:

Les classes seran fonamentalment pràctiques.

En cada sessió es donarà una explicació sobre els conceptes que es treballaran i, a partir d'aquí, l'estudiant experimentarà, buscarà i farà una proposta de treball.

Es faran exercicis individuals i en grup.

CONTINGUTS:

1- Expressió corporal:

Presa de consciència

Concentració

Respiració

Imaginació

Relaxació

La comunicació no verbal: Espai personal, mirada i postures

Expressió de sentiments

Interacció i relació amb l'entorn: espai i objectes

Relació i intercomunicació personals

Components del moviment

Zones i centres corporals

Possibilitats de moviment del cos sense desplaçament.

Possibilitats del cos en el desplaçament

Jocs d'expressió

Jocs de sensibilització

2- Teoria del joc:

2.1- Definició de joc, exercici, formes, jugades i esport

2.2- Elements constitutius del joc:

2.2.1- Elements quantitius

2.2.2- Elements qualitius

2.2.3- Jocs amb significació pràctica

2.3- Teories del joc

- 2.4- Classificacions del joc:
 - 2.4.1- Seqüenciació del joc
 - 2.4.2- El joc en les diferents etapes del desenvolupament
- 3- El joc educatiu:
 - 3.1- El joc i l'atenció a la diversitat
 - 3.2. El joc i el treball dels continguts actitudinals. El joc i la resolució de problemes
 - 3.3- Com presentar un joc, dirigir-lo i avaluar-lo
 - 3.4- Variar el joc, un recurs per variar resultats.
- 4- Pràctica de diferents tipus de joc

AVALUACIÓ:

Es valorarà l'assistència a classe, l'esforç, la participació i l'actitud.

Es realitzarà una memòria en forma de fitxes de tots els exercicis fets a classe.

La nota final sortirà del conjunt de notes dels exercicis que es fan a classe i de la memòria presentada.

En l'apartat de jocs:

Avaluació formativa: 60%

-Treballs a classe

-Assistència i participació activa

Avaluació final: 40%

Per aprovar l'apartat de jocs cal aprovar l'avaluació formativa i la final.

OBSERVACIONS:

Per a les classes de Joc Motriu s'ha de portar xandall i calçat esportiu, i per a les classes d'Expressió Corporal s'ha de portar roba còmoda i mitjons gruixuts per treballar descalços.

BIBLIOGRAFIA

- Aymerich, M.; Aymerich, C. *L'expressió, mitjà de desenvolupament*. Barcelona: Llar del Llibre, 1980.
- Blázquez, D. *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona. Martínez Roca, 1986.
- Blázquez, D. *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona. INDE, 1995.
- Castañer, M. i Camerino, O. *La educación física en la enseñanza primaria*. Barcelona. INDE, 1991.
- Coutier, D.; Camus, Y.; Sarkar, A. *Tercera edad, actividades físicas y recreación*. Madrid: Gymnos, 1990.
- Dobbeleare, G. *Pedagogia de l'expressió*. Barcelona: Nova Terra, 1964
- Guitart, R. *Jugar y divertirse sin excluir*. Barcelona: Graó, 1999.
- Mantovani, A. Morales, R.I. *Juegos de expresión dramática*. Ciudad Real: Ñaque, 1999.
- Mosston, M. *La enseñanza de la educación física (la reforma de los estilos de enseñanza)*. Barcelona: Hispano Europea, 1993.
- Motos, T.; Tejado, F. *Prácticas de dramatización*. Barcelona: Humanitas, 1987.
- Motos, T.; Arana, L.G. *Práctica de expresión corporal*. Ciudad Real: Ñaque.
- Orlick, T. *Juegos y deportes cooperativos*. Madrid: Popular, 1986.
- Pieron, M. *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid. Gymnos, 1988.
- Pont, P. *Tercera edad, actividad física y salud*. Barcelona: Paidotribo, 1994.
- Ríos, M.; Blanco, A; Bonany, T; Carol, N. *El juego y los alumnos con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo, 1998.
- Sánchez Bañuelos, F. *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos, 1992.
- Siedentop, D. *Aprender a Enseñar la Educación Física*. Barcelona: INDE, 1998.
- Slade, P. *Expresión dramática infantil*. Madrid: Santillana, 1978

Webs recomanades:

www.ctv.es/USERS/avicent www.xtec.es/~rbadia

Llengua Anglesa

PROFESSORES: Núria MEDINA i CASANOVAS

Anna VALLBONA i GONZALEZ

Assignatura anual: 9 Crèdits

OBJECTIUS:

Es tracta d'una assignatura pràctica que pretén ajudar els estudiants a millorar el seu nivell d'anglès i a desenvolupar la comprensió i l'expressió, oral i escrita, en aquesta llengua. Per tal d'assolir aquests objectius caldrà repassar i ampliar aquells aspectes gramaticals que siguin necessaris i es donarà especial importància a l'adquisició del vocabulari bàsic de les àrees d'interès dels estudiants d'aquesta llicenciatura.

CONTINGUTS:

Escollar, parlar, llegir i escriure són les quatre habilitats bàsiques que els estudiants hauran de desenvolupar.

Escollar (*Listening*) i parlar (*Speaking*):

A part de la pròpia situació comunicativa de la classe d'anglès (les classes es faran en anglès) es realitzaran altres activitats per tal de facilitar la comprensió de l'anglès i d'ampliar la competència comunicativa utilitzant tots els elements lingüístics adquirits tant abans com durant l'assignatura.

Llegir (*Reading*):

Es treballarà la comprensió de diferents textos i documents de temes relacionats amb l'activitat física i l'esport, bàsicament textos de llibres, diaris i revistes, anuncis, cartes i altres, originals o adaptats, publicats en anglès.

Escriure (*Writing*):

Es treballaran diferents tipus de text: *summaries, comparisons, opinions*.

Per determinar el nivell de llengua dels estudiants es farà una prova a principi de curs a partir de la qual es fixaran els objectius lingüístics que hauran d'assolir quan s'acabi el curs.

AVALUACIÓ:

Hi haurà diferents proves parcials. Una prova de *listening*, una prova de *speaking* (que consistirà en una presentació oral, individual o en grup a classe) i una prova de *reading* i una de gramàtica. La nota de *writing* serà la mitjana de les notes dels treballs presentats.

En totes les proves es valoraran els aspectes gramaticals i semàntics treballats durant el curs.

La nota final serà la mitjana de les notes de les diferents parts. Perquè aquesta mitjana es pugui fer cal que cadascuna de les parts tingui com a mínim un cinc.

BIBLIOGRAFIA:

Swan, M & Walter, C. *How English Works. A grammar Practice Book*. Oxford, 1997.

Murphy, R. *Essential Grammar in Use*. Cambridge University Press, 1996.

Swan, M. *Practical English Usage*. Oxford University Press, 1995.

Vince, M *Elementary Language Practice*. Macmillan Heinemann, 1999.

Vince, M. *Intermediate Language Practice*. Macmillan Heinemann, 1999.

* A principi de curs la professora facilitarà bibliografia específica adient segons les necessitats i el nivell de llengua dels estudiants.

Assignatures obligatòries de segon curs

Fonaments dels Esports II

1. Natació

PROFESSORAT: Eduard RAMIREZ i BANZO

Apartat de Natació de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits.

OBJECTIUS DIDÀCTICS:

- Classificar la natació com a esport i conèixer-ne els valors educatius i socials segons els diferents tipus de pràctica possibles.
- Conèixer els diferents recursos i possibilitats que ens ofereix la natació en els diferents entorns socials i necessitats de la població.
- Conèixer la tècnica dels diferents estils de natació.
- Realitzar de forma correcta els gestos tècnics dels diferents estils de natació.
- Conèixer els recursos didàctics per ensenyar una progressió metodològica en l'àmbit de la natació utilitària.

CONTINGUTS:

1. Activitats aquàtiques. Tipus i classificació per objectius.
 - 1.1 Generalitats sobre el medi
 - 1.2 El medi aquàtic en el context social.
 - 1.3 Classificacions.
 - 1.3.1 Natació i salut. Plantejament higiènic-preventiu
 - 1.3.2 Natació i recreació. Plantejament recreatiu
 - 1.3.3 Natació utilitària. Plantejament educatiu
2. Principis hidrodinàmics
 - 2.1. Flotació. Principis de flotació i flotabilitat. Les seves variables.
 - 2.2 Resistència, lleis i principis. Tipus de resistència . Lliscaments.
 - 2.3 Propulsió : lleis i principis. Superfícies propulsores. Trajectòries.
 - 2.4 Respiració. Influència de la respiració en els principis anteriors.
3. Fonaments de la tècnica d'estils
4. Tècniques d'estils.
 - 4.1 Crol.
 - 4.1.2 Història i generalitats
 - 4.1.3 Característiques generals
 - 4.1.4 Acció de braços
 - 4.1.5 Acció de cames
 - 4.1.6 Respiració
 - 4.1.7 Coordinació
 - 4.1.8 Progressions a l'ensenyament
 - 4.1.9 Observació i correcció general
 - 4.2 Esquena
 - 4.2.2 Història i generalitats
 - 4.2.3 Característiques generals
 - 4.2.4 Acció de braços

- 4.2.5 Acció de cames
- 4.2.6 Respiració
- 4.2.7 Coordinació
- 4.2.8 Progressions a l'ensenyament
- 4.2.9 Observació i correcció general
- 4.3 Braça
 - 4.3.2 Història i generalitats
 - 4.3.3 Característiques generals
 - 4.3.4 Acció de braços
 - 4.3.5 Acció de cames
 - 4.3.6 Respiració
 - 4.3.7 Coordinació
 - 4.3.8 Progressions a l'ensenyament
 - 4.3.9 Observació i correcció general
- 4.4 Papallona
 - 4.4.2 Història i generalitats
 - 4.4.3 Característiques generals
 - 4.4.4 Acció de braços
 - 4.4.5 Acció de cames
 - 4.4.6 Respiració
 - 4.4.7 Coordinació
 - 4.4.8 Progressions a l'ensenyament
 - 4.4.9 Observació i correcció general

METODOLOGIA:

Les sessions constaran de classes teòriques complementades amb classes pràctiques a la piscina.

AVALUACIÓ:

L'avaluació constarà de tres parts: assistència a les classes tant teòriques com pràctiques, i dos exàmens, un de teòric i un de pràctic.

BIBLIOGRAFIA:

- Counsilman, James. *La natación*. Ed. Hispano Europea, 1971.
- Jiménez, J. *Columna vertebral y medio acuático*. Ed. Gymnos, 1998.
- Joven i Castellví *Apuntes de la enseñanza de la natación*. Ed. F.E de Natación
- Lloret, Conde, Fagoaga, León, Tricas. *Natación Terapéutica*. Barcelona: Paidotribo.
- Maglisho, D. *Nadar más rápido*. Ed. Hispano Europea, 1986.
- Navarro, Fernando. *Pedagogía de la natación*. Ed. Miñón. Colecc., Kiné, 1978
- Vivensang, Jean *Pedagogía moderne de la natation*. París: Chiron Sports, 1981

Fonaments dels Esports II

2. Handbol

PROFESSORAT: Xavier CODINA i GROSSMANN

Apartat de Handbol de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits

OBJECTIUS:

- Establir i identificar l'handbol com un esport de col·laboració-oposició amb àmplies possibilitats educatives.
- Conèixer i identificar les característiques tècnico-tàctiques i reglamentàries de l'handbol.
- Definir i determinar diverses metodologies d'ensenyament i iniciació a l'handbol.
- Analitzar el context esportiu de desenvolupament de l'handbol.

METODOLOGIA:

- Activa: Prioritzant l'assoliment dels objectius i continguts mitjançant sessions de caire eminentment pràctic.
- Participativa: Cercant en tot moment la participació de l'alumne en la definició dels objectius i el desenvolupament dels continguts.
- Personal: Intentant individualitzar al màxim els interessos i aspiracions dels alumnes.

CONTINGUTS:

1. El mini-handbol com a eina metodològica
2. Les etapes i fases d'aprenentatge de l'handbol:
 - Consideracions generals del procés d'ensenyament-aprenentatge
 - Concepcions i mètodes del procés d'ensenyament-aprenentatge
3. Els continguts de l'handbol:
 - Descripció del joc. Llocs específics.
 - Les fases del joc
 - Mitjans bàsics col·lectius en atac i defensa
 - Accions tècnico-tàctiques de caire individual
 - Els sistemes de joc
4. Regles de joc:
 - Mini-handbol
 - Handbol
 - Handbol recreatiu

AVALUACIÓ:

- Atenent a l'assistència i participació en el desenvolupament de les sessions per part de l'alumne així com a la superació dels continguts del programa mitjançant les corresponents proves de caire teòric i pràctic.
- Es valorarà l'interès per la recerca i la innovació de continguts.

BIBLIOGRAFIA:

- Daza, G. i González, C. *Llança't al mini-handbol!* Barcelona. Federació Catalana d'Handbol. 1997.
- Daza, G. i González, C. *Passa i vine a jugar a Mini-Handbol!* Barcelona. Federació Catalana d'Handbol. 1998.

- Daza, G i González, C. *Handbol? Quina passada!* Barcelona. Federació Catalana d'Handbol. 1997.
- Espar, X. *Balonmano*. Barcelona. Ediciones Martinez Roca. 2001.
- VVAA. *Balonmano*. Comité Olímpico Español y Real Federación Española de Balonmano. 1991.
- Bayer, C. *Técnica del balonmano*. Barcelona. Hispano Europea. 1987.
- VVAA. *Text del curs de Monitor Català d'Handbol*. Barcelona. Federació Catalana d'Handbol. 1998.
- Alonso, E. *Sereis Campeones*. Balonmano. Navarra. N. 4 La Vanguardia. 1991.

Fonaments dels Esports II

3. Futbol

PROFESSORAT: Carles ROMAGOSA I VIDAL

Apartat de Futbol de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits.

OBJECTIUS:

- Valorar l'esport d'equip com un dels eixos principals de la formació personal.
- Despertar un interès permanent pel coneixement del futbol i l'esport en general.
- Assumir els valors educatius del futbol per transmetre'ls (viure l'esport).
- Conèixer els diferents paradigmes d'anàlisi del futbol.
- Reconèixer la globalitat del futbol des d'una perspectiva holística.
- Dominar els continguts pràctics i teòrics de l'assignatura per poder respondre de forma òptima al repte que representa el procés d'ensenyament - aprenentatge.
- Participar activament en el procés d'ensenyament - aprenentatge del futbol en tots els nivells.
- Elaborar propostes teòric - pràctiques a partir dels criteris i pautes desenvolupats a classe.
- Analitzar crítica i exhaustivament la iniciació en el futbol a través de seguiments de partits i entrenaments i de la revisió documental.

CONTINGUTS:

A. TEMARI BÀSIC.

0. L'any vinent seràs l'entrenador de l'Aleví!
 - 0.1. Què esperen els alumnes de mi? Què els puc oferir?
 - 0.2. De la pràctica a la teoria o de la teoria a la pràctica?
1. El procés d'Ensenyament - Aprenentatge en el futbol.
 - 1.1. Els processos d'aprenentatge en el futbol.
 - 1.2. Els procediments d'ensenyament en el futbol.
2. La Dinàmica de Grup.
 - 2.1. Estudi sistèmic de les organitzacions: l'equip.
 - 2.2. Estratègies de gestió i dinàmica de grup.
 - 2.3. La direcció/orientació de l'equip.
 - 2.3.1. L'acció catalitzadora de l'entrenador.
3. La Dinàmica del Joc.
 - 3.1. Estructura i dinàmica del joc.
 - 3.1.1. Enfocament holístic del futbol.
 - 3.1.2. Estructuració de les etapes.
 - 3.2. Etapes de la formació del futbolista: la iniciació.
 - 3.2.1. La identificació de rols.
 - 3.2.2. La cooperació en el joc.
 - 3.2.3. La progressió en el joc.
 - 3.2.4. El joc amb intencions.
 - * Fonaments de la tàctica.
 - 3.2.5. El joc auto-organitzat.
 - * Les estructures del joc
 - 3.3. La programació de les etapes.

4. Organització i Planificació del futbol.
 - 4.1. La filosofia del joc. L'estil de joc.
 - 4.2. Àmbits del futbol:
 - 4.2.1. Educatiu.
 - 4.2.2. Recreatiu.
 - 4.2.3. Competitiu.
 - 4.3. Estratègies i eines per la planificació.
- B. TEMARI COMPLEMENTARI (ESCOLA ENTRENADORS)

1. Representació gràfica i terminologia.
2. Direcció d'equips.
3. El reglament del futbol.
4. Metodologia aplicada al futbol.
5. Fonaments tècnics del futbol.
6. Fonaments tàctics del futbol.
7. Desenvolupament professional.
8. Seguretat esportiva.
9. Preparació física específica.
10. Futbol sala. Estructura i dinàmica.

METODOLOGIA:

En el curs es valorarà la participació activa dels alumnes. Per això, els 2/3 de l'assignatura es desenvoluparà en sessions teoricopràctiques on la participació de l'alumne en el procés d'ensenyament-aprenentatge anirà augmentant progressivament. Es potenciarà especialment el treball de grup i l'esperit d'equip. Les sessions teòriques ajudaran a consolidar els continguts desenvolupats a la pràctica. Es preveu la col·laboració d'especialistes i d'entrenadors.

AVALUACIÓ:

L'assignatura es superarà si queden assolits satisfactòriament els objectius de la mateixa. Les següents activitats formaran part del procés d'avaluació contínua i final.

- Elaboració i exposició d'un treball teoricopràctic sobre la iniciació al futbol (30%)*
- Realització d'un examen teoricopràctic final (30%)*
- Activitats d'anàlisi documental (20%)
- Realització dels exàmens de l'escola d'entrenadors (10%) o si s'escau d'activitats complementàries.
- Elaboració d'una memòria de pràctiques (10%). Opcional.

L'assistència i participació a les classes teoricopràctiques és indispensable per al correcte seguiment del curs.

* Caldrà aprovar-los de forma independent per superar l'assignatura.

BIBLIOGRAFIA:

- *** Llibres bàsics per l'assignatura ** Llibres complementaris * Llibres consultius
- Bangsbo, J. *Entrenamiento de la condición física en el fútbol*. Barcelona: Paidotribo, 1997.*
- Bayer, C. *La enseñanza en los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispano Europea, 1992.***
- Blázquez, D. *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Martínez Roca, 1986.**
- Capra, J. *La trama de la vida. Una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Barcelona: Anagrama, 1996.**
- Castelo, J. *Fútbol. Estructura y dinámica del juego*. Barcelona: Inde, 1999. **
- Cruz, A. *Análisis del juego. Terapia correctora*. Madrid: Gymnos, 1999.*
- D'Ottavio, S. *El rendimiento del joven futbolista*. Barcelona: Paidotribo, 2001.*
- Ekblom, B. *Manual de las ciencias de entrenamiento. Fútbol*. Barcelona: Paidotribo, 1999.*
- Fradau, L. *La visión de juego en el futbolista*. Barcelona: Paidotribo, 1999.*

- Gayoso, F. *Iniciación al fútbol*. Madrid: Gymnos, 1988.*
- Godik, M. i Popov, V. *La preparación del futbolista*. Barcelona: Paidotribo, 1998.**
- Gréhaigne, J. F. *La organización del juego en el fútbol*. Barcelona: Inde 2001.*
- Hernández, J. *Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: Inde, 1998.*
- Hernández, J. *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica*. Barcelona: Inde, 2000.**
- Lozano, J. *Fútbol sala: Experiencias tácticas*. Madrid: Gymnos, 1995.*
- Mahlo, F. *La acción táctica en el juego*. La Habana: Pueblo y educación, 1981.**
- Manno, R. *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo, 1991.**
- Meinel, K. i Schabel, G. *Teoría del movimiento*. Buenos Aires: Stadium, 1988.**
- NÉ, R.; Bonnefoy, G. i Lahuppe, M. *Enseñar balonmano para jugar en equipo*. Barcelona: INDE, 2000.**
- Nitsch, J. R. *Entrenamiento de la técnica*. Barcelona: Paidotribo, 2002.*
- Pozo, J. I. *Aprendices y maestros*. Madrid: Alianza editorial, 1996.**
- Ricart, F. *Aplicación práctica del entrenamiento integrado en el fútbol*. Madrid: Gymnos, 1998.*
- Riera, J. *Fundamentos del aprendizaje de la técnica y táctica deportivas*. Barcelona: Inde, 1989.**
- Sampedro, J. *Fútbol sala: Las acciones del juego*. Madrid: Gymnos, 1997.*
- Sans, A. i Frattarola, C. *Entrenamiento en el fútbol base*. Barcelona: Paidotribo, 1993.***
- Sans, A. i Frattarola, C. *Fútbol base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación*. Barcelona: Paidotribo, 1996.**
- Wein, H. *Fútbol a la medida del adolescente*. Sevilla: Federación Andaluza de Fútbol CEDIFA, 1999.***
- Weineck, J. *Entrenamiento óptimo. Como lograr el máximo rendimiento*. Barcelona: Hispano Europea, 1988.*
- Weineck, J. *Fútbol total. El entrenamiento físico del futbolista*. Barcelona: Paidotribo, 1994.*
- Werkhoshansky, Y. *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo, 2002.*

LLibres Escola d'Entrenadors

- IFAB *Reglas de juego*. Madrid: International Football Association Board, 1999.*
- RFEF *Área de organización y legislación del deporte y desarrollo profesional*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*
- Buceta, J. M. *Psicología*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*
- Casajus, J. A. i Naranjo, J. *Bases anatómicas y fisiológicas del deporte*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*
- Coca, S. *Dirección de equipos*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*
- Fraille, A. *Metodología de la enseñanza y entrenamiento deportivo aplicada al fútbol*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*
- Moreno, M. *Técnica individual y colectiva*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*
- Moreno, M. *Táctica, estrategia y sistemas de juego*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, 1999.*

Revistes

- Apunts Educació Física i Esports *
- El Entrenador Español. Fútbol.*
- Il Nuovo Calcio **
- Revista de Entrenamiento Deportivo. RED**
- Training Futbol ***

Adreces d'Internet

- www.efdeportes.com***
- www.futbolbase.com*
- www.futboltecnic.com**
- www.ilnuovocalcio.it*

Fonaments dels Esports II

4. Rugbi

PROFESSORAT: Gil PLA i CAMPÀS

Apartat de Rugbi de 4,5 crèdits dins l'assignatura anual de 18 crèdits.

OBJECTIUS:

1. Justificar la possibilitat d'integració del rugbi com a activitat de l'àrea d'Educació Física en els centres d'ensenyament.
2. Conèixer les característiques que converteixen el rugbi en un esport amb un vocació educativa.
3. Oferir a l'alumne els coneixements necessaris per poder analitzar l'esport en els seus estadis més bàsics.
4. Conèixer els elements bàsics d'aquest esport per elaborar programes d'iniciació esportiva.
5. Conèixer i acceptar el contacte físic reglamentat com a part d'aquest esport i integrant d'altres modalitats esportives.
6. Promoure el coneixement i l'interès d'aquest esport poc arrelat a Catalunya envers els futurs professionals de l'esport i de l'educació.

PROGRAMA:

1. Introducció a l'esport.
 - 1.1. Origen, història i evolució del rugbi
 - 1.2. Filosofia de l'esport
2. Estructura formal del joc
 - 2.1. Com es juga
 - 2.2. Regles fonamentals
 - 2.3. Formes de puntuar
 - 2.4. Elements de l'esport: terreny de joc, jugadors, àrbitre.
3. Estructura funcional del joc
 - 3.1. Aspectes tècnics individuals
 - 3.1.1. La passada-recepció
 - 3.1.2. El contacte (placatge, rebug, percussió)
 - 3.1.3. Joc al peu
 - 3.2. Aspectes tècnics col·lectius
 - 3.2.1. Agrupaments (mol i melé oberta)
 - 3.2.2. Fases de conquesta (melé, servei de toc i sortides)
 - 3.2.3. Els cops (de càstig i franc)
4. Comprensió del joc
 - 4.1. Moviment general del joc
 - 4.2. Formes de joc (agrupat, desplegat i al peu)
 - 4.3. Els principis del joc
5. Els valors educatius d'aquest esport
 - 5.1. La col·lectivitat i rols
 - 5.2. La lluita i el combat en el contacte físic
6. Modalitats esportives afins
 - 6.1. Rugbi a XIII, Futbol Australià, Futbol Gaèlic,...

METODOLOGIA:

Les sessions de l'assignatura seran de treball teòric a l'aula i, sobretot, de treball dels seus aspectes pràctics al camp. Les sessions pràctiques estaran al voltant del 70% de les sessions total de l'assignatura És imprescindible la participació activa dels estudiants per obtenir una bona assimilació de tot allò que comporta el coneixement d'aquest esport.

OBSERVACIONS:

Per a la realització de les classes és imprescindible roba i calçat esportiu. Preferentment, roba resistent i botes de tacs.

AVALUACIÓ:

La nota final de l'assignatura sortirà dels següents aspectes:

- Prova escrita sobre continguts de l'assignatura: 40% de la nota final.
- Treball sobre l'esport: 30% de la nota final.
- Elaboració de petits treballs: 20% de la nota final.
- Participació activa en les classes teòriques i pràctiques: 10% de la nota final.

BIBLIOGRAFIA:

- Barrière, R. (1980). *Le Rugby et sa valeur éducative*. París: Librairie Philosophique J. Vrin.
- Corless, B. (1988). *El Rugby: técnica, táctica y entrenamiento*. Barcelona: Hispano Europea.
- Greenwood, J. (1994). *Rugby total*. Ediciones Tutor.
- Harty & Riff. *Le Rugby illustré de A à Z*. Tournei: La Sirène.
- Joven, A. & Etxebeste, J. (1989). *Rugby educativo*. Lleida: Paper kite.
- Marty, R. & Manzanares, P. (1998). *La USAP de Perpinyà, la força del rugbi català*. Barcelona: Thassàlia.
- Rea, C. (1977). *Rugby: a history of Rugby Union Football*. Londres: Hamlyn.
- Stott, B. (1988). *The crazy world of rugby*. Atford: Exley Publications.
- Termcat, Centre de Terminologia (1995). *Diccionari de rugbi*. Barcelona: Proa.
- Titely, V.A. (1970). *Centenary of the Rugby Football Union*. Londres: RFU.
- Usero, F. (1994). *Rugby: entrenamiento y juego*. Madrid: Campomanes Libros SL.
- Usero, F. & Rubio, A. (1996). *Rugby*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- Usero, F. & Martín, L. (1988). *Manual de Rugby a 9 y a 12*. Madrid: FER.
- Williams, R. (1973). *Iniciación al rugby y al mini-rugby*. Buenos Aires: Stadium.

Fonaments i Manifestacions Bàsiques de la Motricitat Humana II

Assignatura troncal de 15 crèdits

OBJECTIUS:

1. Conèixer les bases fisiològiques que condicionen les activitats motrius.
2. Conèixer les capacitats físiques bàsiques.
3. Desenvolupar una visió àmplia del moviment entenent-lo com un fenomen complex de múltiples significacions.
4. Conèixer les funcions del moviment i la seva repercussió en el desenvolupament de la persona.
5. Valorar la funció comunicativa del moviment.
6. Conèixer els elements bàsics per a la construcció i desenvolupament d'activitats físiques i esportives en etapes inicials.
7. Reconèixer els factors i elements que ajuden a construir una tasca motriu, així com saber controlar-los per tal d'assolir els objectius educatius proposats.
8. Observar en quines condicions es produeix un aprenentatge motriu.

Bloc 1 (6 crèdits)

PROFESSORAT: Agustí COMELLA i Francesc MARÍN

PROGRAMA:

1. Control de l'acte motor
 - Funcions motores de la medulla espinal. Paper dels receptors musculars en el control motor.
 - Funcions motores del cerebel i ganglis de la base.
 - Funcions motores del tronc encefàlic.
 - Control cortical de l'acte motor.
 - Sistema d'integració motora.
2. Coordinació neuroendocrina
 - Resposta hormonal a l'exercici
 - Resposta del sistema nerviós vegetatiu a l'exercici.
3. Energia i sistemes energètics per a la contracció muscular.
 - Valor energètic dels nutrients. Energia per a la contracció muscular.
 - Els sistemes d'energia per a l'exercici.
 - Despesa energètica en l'exercici.
 - Mesures de la despesa energètica. Calorimetria.
 - Metabolisme dels hidrats de carboni, grasses i proteïnes.
 - Quocient respiratori. Mesura del substrat energètic utilitzat.
 - Substrat energètic, influència de la intensitat i durada de l'exercici.
4. Capacitats físiques bàsiques.
 - La flexibilitat.
 - La resistència.
 - La velocitat.
 - La força.
 - La coordinació.

Bloc 2 (4'5 crèdits)

PROFESSORA: Núria FRANC i BATLLE

PRESENTACIÓ:

Podem entendre i estudiar el moviment desde diferents perspectives que condicionen la comprensió d'aquest fenomen i de la naturalesa humana. Per elaborar una concepció global de la persona cal entendre que aquesta disposa amb el moviment de la principal eina de comunicació i d'estructuració de si mateixa i del seu entorn.

La funció adaptativa del moviment contempla un conjunt d'accions que poden prendre direccions molt diverses però que tenen en comú ser una manifestació significant de la conducta humana.

CONTINGUTS:

Aspectes teòrics:

1. Concepció de moviment segons diferents paradigmes.
2. Naturalesa, funcions i dimensions del moviment.
3. La significació psicològica i social del moviment.
4. La funció tònica, la postura i l'equilibri des de la perspectiva emocional entre la biologia i la psicologia.
5. La comunicació no verbal mitjançant el to, la postura i el moviment.
6. Contingut formal i latent del moviment.
7. Etapes del desenvolupament motor.
8. Fases d'aprenentatge motor.
9. Factors que incideixen en l'aprenentatge.

Aspectes pràctics:

Realització de sessions de treball corporal que permetin explorar les diferents funcions i dimensions del moviment. Les sessions pràctiques seguiran el següent esquema:

1. Explicació inicial de l'activitat.
2. Realització de l'activitat.
3. Discussió en petit grup i posta en comú en gran grup.
4. Relacions entre les activitats proposades i els continguts conceptuals de l'assignatura.

Bloc 3 (4'5 crèdits)

PROFESSOR: Gil PLA i CAMPÀS

CONTINGUTS:

1. Pantomotricitat.
 - 1.1. L'acció pedagògica.
 - 1.2. Regulació del moviment voluntari.
 - 1.3. La tasca motriu.
 - 1.3.1. Conceptualització.
 - 1.3.2. Construcció i anàlisi de la tasca.
 - 1.3.3. Dificultat de la tasca.
 - 1.4. Continguts.
 - 1.4.1. Control i consciència corporal.
 - 1.4.1.1. Esquema corporal.
 - 1.4.1.2. Lateralitat.

- 1.4.1.3. Actitud i postura.
- 1.4.2. Organització de l'espai i del temps.
- 1.4.3. Control tònic i respiració.
 - 1.4.3.1. Mètodes.
 - 1.4.3.2. Finalitat.
- 1.4.4. Habilitats coordinatives.
 - 1.4.4.1. Coordinació dinàmica específica.
 - 1.4.4.2. Coordinació dinàmica general.
- 2. L'aprenentatge de la tasca.
 - 2.1. Característiques.
 - 2.2. Factors que influeixen.
 - 2.3. Models d'aprenentatge.

METODOLOGIA:

Les sessions de l'assignatura tindran una doble vessant. Per una banda hi haurà sessions de caràcter teòric on s'exposaran aquells continguts més conceptuals. I per l'altra hi haurà una sèrie de sessions pràctiques en les que es treballaran els conceptes apresos a l'aula. L'assignatura intentarà fomentar l'anàlisi crític dels continguts i la participació activa de l'alumne com a motor del seu propi aprenentatge.

OBSERVACIONS:

Per a la realització de les classes pràctiques és imprescindible l'ús de roba i calçat esportiu.

AVALUACIÓ:

Avaluació bloc 1: La nota corresponent a aquest bloc sortirà d'un examen de tipus teòric.

Avaluació bloc 2: Es valorarà l'assistència i especialment el grau de participació de l'estudiant a les classes teòriques i a les sessions pràctiques, la seva capacitat crítica i actituds. (20%)

Realització d'un treball individual consistent en la lectura i resum crític de 3 articles proposats per la profesora. (40%)

Realització d'una prova escrita de tipus conceptual a final de curs (40%).

Avaluació bloc 3: La nota final de l'assignatura sortirà dels següents aspectes:

- Prova escrita sobre continguts de l'assignatura: 50% de la nota final.
- Treball sobre l'assignatura: 30% de la nota final.
- Elaboració de petits treballs: 20% de la nota final.

Avaluació final: La nota final de l'assignatura sortirà de la mitja ponderada del resultat dels tres blocs.

Només es calcularà la nota mitja quan els tres blocs estiguin aprovats.

BIBLIOGRAFIA:

- A.L.E.F.U.C. (1983-85) *Educación Física de Base*. Dossiers pedagògics n. 1, 2 i 3. Madrid: Gymnos.
- Ballesteros, S. (1982) *El esquema corporal*. Madrid: TEA Ediciones.
- Corraze, J. (1988) *Las bases neuropsicológicas del movimiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Cratty, B. (1982) *Desarrollo perceptual i motor en los niños*. Barcelona: Paidós.
- Diza, J. 1999 *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: Inde.
- Famose, J.P. (1992) *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Barcelona: Paidotribo.
- Fonseca, V. Da (1984). *Filogénesis de la motricidad*. Madrid: García Núñez.
- Fonseca, V. Da (1988) *Ontogénesis de la motricidad*. Madrid: García Núñez.
- Fonseca, V. Da (1996) *Estudio y génesis de la Psicomotricidad*. Barcelona: Inde.

- Guilmain, E. (1981) *Evolución psicomotriz desde el nacimiento hasta los 12 años*. Barcelona: Médica y Técnica.
- Lapierre, A. Aucouturier, B. (1977) *Simbología del movimiento*. Barcelona: Científico-Médica,
- Le Boulch, J. (1978) *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Buenos Aires: Paidós.
- Le Boulch, J. (1995) *El desarrollo psicomotor desde el nacimiento a los 6 años*, Buenos Aires: Paidós.
- Massion, J. (2000). *Cerebro y motricidad. Funciones sensoriomotrices*. Barcelona: Inde.
- Moral Sánchez, A. (1994) *Aprendizaje y desarrollo motor*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá.
- Oña, A. (Coord.) (1999) *Control y aprendizaje motor*. Madrid: Síntesis.
- Parlebas, P. (2001) *Juegos, deportes y sociedades. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Pastor Pradillo, J.L. (1994) *Psicomotricidad escolar*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá de Henares.
- Riera, J. (1989) *Fundamentos en el aprendizaje de la técnica y táctica deportiva*. Barcelona: Inde.
- Rigal, R. (1987) *Motricidad humana, fundamentos y aplicaciones pedagógicas*. Madrid: Pila Teleña.
- Ruiz, L. M. (1987) *Desarrollo motor y actividades físicas*. Madrid: Gymnos.
- Ruiz, L. M. (1995) *Competencia motriz*. Madrid: Gymnos.
- Sánchez Bañuelos, F. (1992) *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Schnabel, G. (1987) *Teoría del movimiento. Síntesis de una teoría de la motricidad deportiva bajo el aspecto pedagógico*. Buenos Aires: Stadium.
- Wickstrom, R. (1990) *Patrones motores básicos*. Madrid: Alianza.

Internet

- La página de la psicomotricidad: <http://www.terra.es/personal/psicomot>
- Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales: <http://www.iberopsicomot.net>

Sociologia de l'Esport

PROFESSORA: Montserrat MARTÍN i HORCAJO

Assignatura quadrimestral: 6 crèdits

INTRODUCCIÓ:

En molts sentits aquesta assignatura esta molt lligada a la Teoria i Historia de l'Esport. El que aquesta assignatura busca, però, es centrar-se sobretot en les categories socials (gènere, edat, classe social...) que ens proporcionen dades analítiques adequades per entendre el perquè, el com i el quan la població desenvolupa un comportament esportiu.

OBJECTIUS:

- Familiaritzar l'alumnat amb el pensament sociològic entès com a forma d'aproximació científica al coneixement de la realitat social.
- Iniciar en els instruments teòrics fonamentals per entendre el comportament esportiu de la població.
- Introduir en el coneixement i la utilització de les tècniques d'investigació social.
- Aplicar els coneixements obtinguts durant l'assignatura en la pràctica esportiva quotidiana.

CONTINGUTS:

1. La pràctica esportiva

- 1.1. Què s'entén per esport?: definicions operatives; carta europea de l'esport per a tothom, 1975; carta europea de l'esport, 1992; els problemes de mesurar.
- 1.2. Dades generals: interès per l'esport; participació esportiva; esports més practicats; freqüència... Índexs comparatius sobre la pràctica esportiva (el projecte COMPASS).
- 1.3. Pràctica esportiva i variables independents. L'edat: "efecte de generació". El sexe: diferències quantitatives i qualitatives. Categories socioprofessionals. Nivells d'instrucció.
- 1.4. La interdependència de variables. Esport i mode de vida. Temps, diners i pràctica esportiva. Esport i estils de vida. Teoria de les oportunitats

2. Cultura i procés de socialització

- 2.1. Cultura i socialització: creences, ideologia, valors, normes, símbols.
- 2.2. La cultura esportiva: valors tradicionals i nous valors.
- 2.3. El procés de socialització: la persona com a ésser social; els agents socialitzadors; el marc de la socialització; la importància del llenguatge en el procés de socialització; la socialització primària i la socialització secundària.
- 2.4. La influència del procés d'individualització en la socialització.

3. Procés de socialització i esport

3.1. Presocialització esportiva

1. Diferenciació social i esport: Hàbits i esquemes incorporats; l'espai de les posicions socials: capital econòmic i capital cultural; el sistema de pràctiques esportives; la distinció a través de l'esport.
2. Gènere i esport: sexe i gènere; el concepte de construcció social; estereotips; feminitat i masculinitat; socialització masculina i socialització femenina; dues cultures esportives; individualització del gènere - la diferència sexual.
3. Edat i esport: cicles de vida i rituals de transició; actituds davant de l'esport segons l'edat.

3.2. Socialització en l'esport: les capacitats socialitzadores de l'esport.

3.3. La transferència dels valors adquirits en l'esport a d'altres àmbits de la vida social.

3.4. Desocialitzar-se de l'esport i resocialitzar-se en altres àmbits de la vida: el cas de la pràctica esportiva d'alt nivell.

4. L'organització social de l'esport
 - 4.1. Principals "arranjaments institucionals": club, mercat, Estat i "organització de la pràctica no organitzada".
 - 4.2. Els clubs esportius: entre el grup social i l'organització formal; característiques constitutives del club esportiu
 - 4.3. Les organitzacions públiques: burocràcia; models d'intervenció en l'esport (centralitzador, cooperatiu, subsidiari)
 - 4.4. Les organitzacions comercials: característiques
- 5.- El mercat de treball de l'esport
 - 5.1. Conceptes generals: què és el mercat de treball de l'esport?; un mercat de treball ampli i poc acotable; processos de desenvolupament del mercat de treball; polarització del mercat de treball; estatus professional, processos d'inserció i determinació biogràfica; gènere i mercat de treball de l'esport.
 - 5.2. Situació del mercat de treball de l'esport; lloc ocupat pels llicenciats i llicenciades en ciències de l'activitat física i l'esport en el mercat de treball de l'esport.
 - 5.3. Prospectiva de futur: escenaris referencials per a l'estructura ocupacional de l'esport; conseqüències professionals, laborals i en la formació de tècnics; el repte europeu.

METODOLOGIA:

L'objectiu metodològic de l'assignatura es provocar una inquietud per a la investigació sociològica en l'alumnat.

L'assignatura busca que l'alumnat interrelacioni les explicacions teòriques de la professora amb la seva pròpia pràctica esportiva i la d'aquells que l'envolten. Les activitats proposades són variades: des d'escoltar les explicacions de classe, a llegir textos i adquirir un coneixement més ampli sobre temes sociològics i opinar amb coneixement de causa. Proposar debats sobre temes esportius actuals que interessin la sociologia i exposar arguments i treballs sòlids al respecte.

AVALUACIÓ:

- Examen final referit a tot el programa.
- Algunes activitats grupals o individuals, a escollir entre:
 1. Treball (estudi dels hàbits esportius en una població, anàlisi dels recursos d'un club, IEC i mercat de treball, immigració i esport...)
 2. Presentació oral d'un dels temes del programa
 3. Organització d'una taula rodona sobre algun tema d'actualitat que estigui relacionat amb algun dels 5 temes del programa.

BIBLIOGRAFIA:

Manual

GARCÍA FERRANDO, Manuel; PUIG, Núria; LAGARDERA, Francisco (comp.) (1998): *Sociologia del deporte*. Madrid: Alianza Editorial, (el libro universitario).

Textos de suport

Sociologia general

Berger, P.L. (1992), *Invitació a la Sociologia*, Barcelona: Herder .

Cardús, Salvador, (ed). (1999), *La mirada del sociòleg. Què és, què fa, què diu la sociologia?* Barcelona: Universitat Oberta de Catalunya-Proa.

García Ferrando, M. (ed.). (1991), *Pensar nuestra sociedad. Fundamentos de Sociología*. València: Tirant lo Blanch. Hi ha edició catalana.

Giddens, A. (1992), *Sociología*, Madrid: Alianza Editorial.

Sociologia de l'esport

- Barbero, J.I. (ed.). (1994) *Ciencias sociales y deporte*, Pamplona: Asociación Española de Investigación Social aplicada al Deporte.
- Defrance, J. (1995), *Sociologie du sport*, Paris: éditions la Decouverte.
- Enquesta sobre la pràctica d'activitats físico-esportives a Catalunya*, Barcelona, Generalitat de Catalunya, Secretaria General de l'Esport, 1995 i 1999 <http://cultura.gencat.es/esport>
- García, M. (ed.). (1991), *Dona i esport*, Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- García Ferrando, M. (1997), *Los españoles y el deporte, 1980-1995. (Un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores)*, València: Consejo Superior de Deportes -Tirant lo Blanch, (Estudios de Economía).
- García Ferrando, M. (2001) *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Consejo Superior de Deportes.
- Heinemann, K. (1998), *Introducción a la Economía del deporte*, Barcelona: Paidotribo, (Deporte y Humanismo).
- Heinemann, K. (1999), *Sociología de las organizaciones voluntarias. El ejemplo del club deportivo*, Valencia: Tirant lo Blanch, Asociación Española de Investigación Social aplicada al Deporte.
- Martínez del Castillo, J. (ed.). (1998) *Deporte y calidad de vida*, Madrid: Librerías Esteban Sanz.
- Puig Barata, N. (ed.). (1997), "Clubs esportius, monogràfic" a *Apunts*. Educació física i esports, (49).
- Puig Barata, N.; Zaragoza, A. (1995), *Lectures en sociologia de l'oci i de l'esport*, Barcelona: Universitat de Barcelona.
- Sánchez Martín, R. (ed.). (1996a), *Los retos de las Ciencias Sociales aplicadas al deporte*, Pamplona: Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte.
- Sánchez Martín, R. (ed.) (1996b) *La actividad física y el deporte en un contexto democrático (1976-1996)*, Pamplona: Asociación Española de Investigación Social aplicada al Deporte.
- VVAA, (1992), *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*, Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales - Instituto de la Mujer.
- Zaragoza, A.; Puig Barata, N. (1990) *Oci, esport i societat*.- Barcelona: PPU.

Fonaments de l'Educació

PROFESSOR: Antoni TORT i BARDOLET

Assignatura anual. 9 crèdits.

OBJECTIUS:

L'assignatura presenta els elements bàsics del fet educatiu per tal que puguin servir de referència en l'exercici de l'acció pedagògica que les persones llicenciades en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport duran a terme en el camp de la docència, l'entrenament, el monitoratge o l'animació sociocultural.

CONTINGUTS:

1. Educació: Què ?

El concepte d'educació al llarg del temps. L'educació al segle XXI.

2. Educació: Perquè ?

Les finalitats de l'educació. Educació i ciutadania. Educació i democràcia. Educació i desenvolupament humà. Educació i igualtat, educació i excel·lència. L'educació com a dret. L'educació com a inversió. Educació per a la competència.

3. Educació: Qui?

Els protagonistes de l'educació. Qui educa, qui s'educa, qui és educat. L'individu, el grup, la societat. De l'autoformació als sistemes educatius. Educació i estat.

4. Educació: On?

Educació formal, no formal i informal. Els contextos de l'educació. Contextos experiencials i contextos educatius. Agències i xarxes educatives. La ciutat i l'educació. Cultura local i cultura mundial, la «globalització».

5. Educació: Quan ?

L'educació al llarg de la vida. Estructures educatives en les diferents etapes de la vida de les persones. Formació i ocupació. El temps escolar i el temps educatiu.

6. Educació: Com ?

Mètodes, tècniques i formes d'educar. El procés d'ensenyament-aprenentatge: models i tendències. Canvi social i canvi educatiu. La pràctica educativa.

METODOLOGIA:

Les sessions constaran d'explicacions inicials per part del professor, comentaris de lectures recomanades, discussions en petit grup i exposicions públiques per part de l'alumnat.

AVALUACIÓ:

L'avaluació de l'assignatura es farà a partir de:

- una prova escrita
- assistència i participació en l'activitat d'aula i en altres activitats que s'organitzin.
- redacció d'escrits i exposicions orals realitzades regularment a l'aula
- elaboració d'una memòria de l'assignatura que inclourà comentaris de diversos articles i d'un llibre.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA:

Es donarà bibliografia específica al començament de cada apartat del programa

A.A.V.V., *La educación en el siglo XXI. Los retos del futuro inmediato*. Barcelona: Graó, 2000. Col. Biblioteca de Aula.

- A.A.V.V., *Cròniques per a una educació democràtica*. Vic: Eumo Ed., 1998. Col. Interseccions, n. 22.
- A.A.V.V., *Educar a la secundària*. Vic: Eumo, 2000. Col. Interseccions, n. 25
- A.A.V.V. *Volver a pensar la educación. Prácticas y discursos educativos*. (Vols. I i II). Madrid: Morata/Fundación Paideia, 1995
- A.A.V.V., *Els grans autors i l'escola*. Vic: Eumo Editorial.
- A.A.V.V., *La ciutat educadora*. 1r Congrés de Ciutats Educadores. Barcelona: Ajuntament de Barcelona, 1990
- Bruner, J., *La educación, puerta de la cultura*. Madrid: Visor, 1.997.
- Cardús, S., *El desconcert de l'educació*. Barcelona: La Campana, 2000. Col. Obertures, 7
- Delors, J., et. al. *Hi ha un tresor amagat a dins*. Barcelona : UNESCO, 1996.
- Freire, P., *A la sombra de este árbol*. Barcelona: Roure, 1997.
- Giddens, A. *Consecuencias de la modernidad*. Madrid: Alianza Ed., 1996.
- Kincheloe, J. L., Steinberg. Sh. R., *Cultura Infantil y multinacionales*. Madrid: Morata 2000.
- Mallart, Teixidor, Vilanou (eds.) *Repensar la pedagogia, avui*. Societat Catalana de Pedagogia (IEC). Eumo, Vic, 2001.
- Mayor Zaragoza, F., *Los nudos gordianos*. Barcelona: Galaxia Gutenberg/Círculo de Lectores, 1999.
- Meirieu, Ph., *Frankenstein educador*. Barcelona: Laertes, 1998.
- Morin, E., *Els 7 coneixements necessaris per a l'educació del futur*. Barcelona: Centre Unesco de Catalunya, 2.000.
- Postman, N., *Fi de l'educació. Una redefinició del valor de l'escola*. Vic : Eumo, 2000. Col. Interseccions, n. 24.
- Postman, N., *La desaparició de la infantesa*. Vic: Eumo, 1.994. Col. Interseccions, n. 12.
- Savater, F., *El valor d'educar*. Barcelona: Ariel, 1997
- Stenhouse, L., *Cultura y educación*. Morón: Publicaciones MCEP, 1997
- Tort, A. *Opinions públiques sobre l'educació*. Barcelona: CEAC, 1997.
- Trilla, J., *Otras educaciones*. Barcelona: Anthropos, 1993.

Rehabilitació Motriu

PROFESSORAT: Marra SOLÀ I SERRABOU

Assignatura anual: 9 crèdits

OBJECTIUS:

- Proporcionar als alumnes els conceptes teòrics i pràctics elementals en tècniques de rehabilitació.
- Aplicar aquests coneixements dins del camp de l'activitat física, com una eina que els proporcionarà més independència dins les seves tasques professionals.
- Conèixer el vocabulari més utilitzat dins del camp de la rehabilitació i la medicina que estan relacionats amb l'activitat física.
- Identificar els principals problemes físics que afecten la pràctica de l'exercici físic.

CONTINGUTS:

1- Introducció a la rehabilitació:

Què és la fisioteràpia?

Què és la rehabilitació?

Equip Multidisciplinar. Objectius.

2- Vocabulari més representatiu.

3- Principals tècniques de rehabilitació motriu

A. Electroteràpia

Termoteràpia

Crioteràpia

B. Mecanoteràpia

Poleoteràpia

Suspensoteràpia

C.1. Cinesiteràpia

C.2. Teràpia manual:

-Massoteràpia

-Mobilitzacions passives

-Manipulacions

-Teràpia manual específica:

P.N.F.

Bobath

R.P.G.

Cyriax

Terryer

Mayland

Kaltenborn

Maigne...

D- Tècniques específiques:

Sofrologia. Relaxació

Psicomotricitat

Schroth

Klpapp

Neederhofer

Taiping

Estiraments: analítics i globals

Ortesis.

E- Hidroteràpia

Balneoteràpia

Kineobalneoteràpia

Helioteràpia

Hidrologia mèdica.

4- Rehabilitació postural:

-Observació, anàlisi i avaluació de la postura

-Medició i avaluació dels escurçaments musculars

-Exercicis de reprogramació postural

5- Ergonomia:

- Introducció teòrica

-Principals postures de la vida diària.

TIPUS DE SESSIONS:

Teòriques aproximadament uns 2/3 i pràctiques aproximadament 1/3.

AVALUACIÓ:

Prova escrita de preguntes curtes o tipus test.

BIBLIOGRAFIA:

M. Esnault. *Estiramientos analíticos en fisioterapia activa*. Barcelona: Masson, 1994.

Thomas Einsingbach i altres *Fisioterapia y rehabilitación en el deporte*. Barcelona: Scriba, 1992.

Henri Neiger. *Estiramientos Analíticos Manuales*. Ed. Panamericana, 1992.

Thomas Einsengbach. *La recuperación muscular*. Barcelona: Paidotribo, 1994.

Ph. E. Souchard. *Stretching Global Activo*. Barcelona: Paidotribo, 2000.

I.A. Kapandji. *Cuadernos de fisiología articular*. Barcelona : Masson, 1990.

H. Neiger. *Los vendajes funcionales. Aplicaciones en traumatología del deporte y en reeducación*. 1990.
Barcelona: Masson.

A. Lapiere. *La reeducación física III*. 6a edició. Ed. Inversiones editoriales CIE Dossat 2000.

Neiger, Leroy, Dufour i altres *Kinesioterapia*. 1997. Barcelona: Panamericana.



1. Name
2. Address
3. City
4. State
5. Zip

6. Telephone
7. E-mail
8. Fax
9. Other

PERSONAL INFORMATION

10. Date of Birth

EDUCATION

11. School Name

CAREER HISTORY

12. Company Name

13. Job Title

14. Start Date

15. End Date

16. Reason for Leaving

17. Contact Information

18. Phone

19. Email

20. Other