

# GUIA DE L'ESTUDIANT **2022-2023**

FACULTAT D'EDUCACIÓ, TRADUCCIÓ, ESPORTS I PSICOLOGIA

**GRAU EN CIÈNCIES DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE  
L'ESPORT**



# ÍNDEX

ORGANITZACIÓ DE L'ENSENYAMENT	4
— Objectius generals	4
— Metodologia	4
— Procés d'avaluació	5
PLA D'ESTUDIS	6
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE PRIMER CURS	9
— Aprenentatge i Desenvolupament Motor	9
— Bases dels Esports	11
— English	13
— Esport Col·lectiu I. Bàsquet	16
— Esport d'Espai Separat. Voleibol	18
— Esport Individual I. Gimnàstica	20
— Esport Individual II. Atletisme	22
— Expressió Corporal	24
— Fonaments de l'Educació	26
— Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport	28
— Tècniques d'Expressió i Comunicació	30
— Teoria i Història de l'Activitat Física i de l'Esport	33
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE SEGON CURS	35
— Activitats al Medi Natural	35
— Bases de la Pràctica d'Activitat Física	38
— Biomecànica del Moviment Humà	40
— Cinesiologia	43
— Esport Col·lectiu II. Handbol	45
— Esport Col·lectiu III. Rugbi	47
— Esport Col·lectiu IV. Futbol	49
— Esport Individual III. Natació	51
— Fisiologia de l'Exercici	53
— Jocs Motors	57
— Sociologia de l'Activitat Física i l'Esport	59
— Tecnologies de la Informació i la Comunicació per a l'Activitat Física i l'Esport	62
— Treball Interdisciplinari	64
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE TERCER CURS	66
— Activitat Física i Esport en l'Àmbit de l'Oci	66
— Didàctica de l'Educació Física I	68
— Didàctica de l'Educació Física II	70
— Entrenament Esportiu I	72
— Entrenament Esportiu II	75
— Estructura, Organització i Gestió Esportiva	78
— Fisiopatologia General i de l'Àparell Locomotor	81
— Programes d'Activitat Física i Salut	84
— Pràctiques I	86
— Seminari de Pràctiques I	89
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE QUART CURS	91
— Seminari d'Investigació	91
— Treball de Fi de Grau	93
— Pràctiques II	95
ASSIGNATURES OPTATIVES	97

— Activitat Física per a Persones amb Discapacitat o Malalties Mentals	97
— Activitats Coreogràfiques amb Suport Musical	99
— Aspectes Didàctics i Organitzatius de l'Educació Secundària	101
— Competències Bàsiques i Medi Aquàtic	103
— Comprendre el Joc del Futbol	106
— Direcció d'Equips i Coneixement Estructurat de l'Entrenador a partir de l'Handbol	108
— Entrenadors de Voleibol Juvenil	110
— Esports d'Aventura	112
— Gestió d'Instal·lacions, Empreses i Serveis Esportius	114
— Jocs Populars i Tradicionals	116
— L'Activitat Física com a Recurs Socioeducatiu	118
— Màrqueting Esportiu	120
— Metodologia de l'Entrenament Tècnic i Condicional en el Tennis	122
— Noves Tecnologies Aplicades a l'Anàlisi de l'Esport	124
— Noves Tendències en l'Activitat Física Saludable	126
— Nutrició i Esport	128
— Organització i Gestió d'Activitats i Esdeveniments Esportius	131
— Organització, Gestió i Lideratge de Recursos Humans	133
— Planificació i Organització d'Activitats al Medi Natural	135
— Primers Auxilis i Lesions Esportives	137
— Programació d'Exercici Físic per a Pacients amb Malalties Cròniques i Gent Gran	139
— Projectes Dramàtics en Educació Física	141
— Promoció de la Salut i Benestar Integral a través de l'Activitat Física	143
— Psicologia de l'Entrenament i de l'Alt Rendiment	146
— Tècniques d'Exercici Físic Terapèutic i la seva Aplicació a Diverses Malalties	148
— Treball en Equip a partir del Bàsquet	150

# ORGANITZACIÓ DE L'ENSENYAMENT

## Objectius generals

Formar professionals capaços de confeccionar projectes educatius i de lleure, gestionar instal·lacions i esdeveniments esportius, elaborar programes d'activitat física saludable i planificar i desenvolupar sessions tècniques, tàctiques i físiques d'entrenament dels diferents esports.

## Metodologia

### Els crèdits ECTS

El crèdit ECTS (o crèdit europeu) és la unitat de mesura del treball de l'estudiant en una assignatura. Cada crèdit europeu equival a 25 hores que inclouen totes les activitats que du a terme l'estudiant en el marc d'una assignatura determinada: assistència a classes, consultes a la biblioteca, pràctiques, treball de recerca, realització d'activitats, estudi i preparació d'exàmens, etc. Si una assignatura té 6 crèdits, es preveu que el treball de l'estudiant ha de ser equivalent a 150 hores de dedicació a l'assignatura (6 × 25).

### Les competències

Quan parlem de competències ens referim a un conjunt de coneixements, capacitats, habilitats i actituds aplicades al desenvolupament d'una professió. Així, doncs, la introducció de competències en el currículum universitari ha de possibilitar que l'estudiant adquireixi un conjunt d'atributs personals, habilitats socials, de treball en equip, de motivació, de relacions personals, de coneixements, etc., que li permetin desenvolupar funcions socials i professionals en el propi context social i laboral.

Algunes d'aquestes competències són comunes a totes les professions d'un determinat nivell de qualificació. Per exemple, tenir la capacitat de resoldre problemes de forma creativa o de treballar en equip són competències generals o transversals de pràcticament totes les professions. És de suposar que un estudiant universitari les adquirirà, incrementarà i consolidarà al llarg dels seus estudis, primer, i, després, en la seva vida professional.

En canvi, altres competències són específiques de cada professió. Un educador o educadora social, posem per cas, ha de dominar unes competències professionals molt diferents de les que ha de dominar una traductora o un intèrpret.

### L'organització del treball acadèmic

Les competències professionals plantegen l'ensenyament universitari més enllà de la consolidació dels continguts bàsics de referència per a la professió. Per tant, demana unes formes de treball complementàries a la transmissió de continguts i és per això que en els ensenyaments en modalitat presencial parlem de tres tipus de treball a l'aula o en els espais de la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya, que en el seu conjunt constitueixen les hores de contacte dels estudiants amb el professorat:

- Les **sessions de classe** s'entenen com a hores de classe que el professorat imparteix a tot el grup. Aquestes sessions inclouen les explicacions del professorat, les hores de realització d'exàmens, les conferències, les projeccions, etc. Es tracta de sessions centrades en algun o alguns continguts del programa.
- Les **sessions de treball dirigit** s'entenen com a hores d'activitat dels estudiants amb la presència del professorat (treball a l'aula d'ordinadors, correcció d'exercicis, activitats en grup a l'aula, col·loquis o debats, pràctiques de laboratori, seminaris en petit grup, etc.). Aquestes sessions poden estar dirigides a tot el grup, a un subgrup o a un equip de treball.
- Les **sessions de tutoria** són les hores en què el professorat atén els estudiants de forma individual o en petit grup per conèixer el progrés que van fent en el treball personal de l'assignatura, orientar o dirigir els treballs individuals o grupals o per comentar els resultats de l'avaluació de les diferents activitats. La iniciativa de l'atenció tutorial pot partir del professorat o dels mateixos estudiants per plantejar dubtes sobre els treballs de l'assignatura, demanar orientacions sobre bibliografia o fonts de consulta, conèixer l'opinió del professorat sobre el propi rendiment acadèmic o aclarir dubtes sobre els continguts de l'assignatura. La tutoria és un element fonamental del procés d'aprenentatge de l'estudiant.

Dins del **pla de treball** d'una assignatura també s'hi inclouen les sessions dedicades al treball personal dels estudiants, que són les hores destinades a l'estudi, a la resolució d'exercicis, a la recerca d'informació, a la consulta a la biblioteca, a la lectura, a la redacció i elaboració de treballs individuals o en grup, a la preparació d'exàmens, etc.

Per veure com s'organitza el treball acadèmic en la modalitat *online*, consulta els plans de treball de les assignatures de les titulacions que s'imparteixen també en aquesta modalitat.

### El pla de treball

Aquesta nova forma de treballar demana planificació amb l'objectiu que l'estudiant pugui organitzar i preveure la feina que ha de dur a terme en les diferents assignatures. És per això que el pla de treball esdevé un recurs important que possibilita la planificació del treball que ha de fer l'estudiant en un període de temps limitat.

El pla de treball reflecteix la concreció dels objectius, continguts, metodologia i avaluació de l'assignatura dins l'espai temporal del semestre o del curs. Es tracta d'un document que guia com s'han de planificar temporalment les activitats concretes de l'assignatura de forma coherent amb els elements indicats anteriorment.

Aquest pla és l'instrument que dona indicacions sobre els continguts i les activitats de les sessions de classe, les sessions de treball dirigit i les sessions de tutoria i consulta. En el pla de treball s'hi concreten i planifiquen els treballs individuals i de grup i les activitats de treball personal de consulta, recerca i estudi que cal fer en el marc de l'assignatura.

El pla de treball se centra bàsicament en el treball de l'estudiant i l'orienta perquè planifiqui la seva activitat d'estudi encaminada a l'assoliment dels objectius de l'assignatura i a l'adquisició de les competències establertes.

L'organització del pla de treball pot obeir a criteris de distribució temporal (quinzenal, mensual, semestral, etc.) o bé pot estar organitzat seguint els blocs temàtics del programa de l'assignatura (o sigui, establint un progrés per a cada tema o bloc de temes del programa).

## Procés d'avaluació

Segons la Normativa acadèmica dels estudis de grau de la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya, «els ensenyaments oficials de grau s'avaluen de manera continuada i només hi ha una convocatòria oficial per matricula». Aquesta convocatòria contempla dos períodes diferenciats d'avaluació, un primer període que comprèn les setmanes de docència, inclosa la setmana de tancament, i un segon període de recuperació.

L'avaluació continuada té lloc durant les setmanes de docència i la setmana de tancament de les assignatures. La setmana de tancament, situada al final del semestre, és una setmana docent especial, ja que no s'aporten continguts nous a les assignatures, però hi ha programades activitats d'avaluació per a tot l'estudiantat (tutories, retorn de treballs, presentacions orals o qualsevol altra activitat d'avaluació que preferentment no sigui recuperable).

Durant la setmana de recuperació es poden recuperar totes les activitats d'avaluació que hagin estat identificades en la guia docent com a recuperables. El conjunt d'activitats per recuperar durant aquest període no pot tenir un pes en l'avaluació superior al 50 % de l'assignatura.

L'avaluació de les competències que l'estudiant ha d'assolir en cada assignatura requereix que el procés d'avaluació no es redueixi a un únic examen final. Per tant, s'utilitzen diferents instruments per poder garantir una avaluació continuada i més global que tingui en compte el treball fet per assolir els diferents tipus de competències. És per aquesta raó que parlem de dos tipus d'avaluació amb el mateix nivell d'importància:

- **Avaluació de procés:** seguiment del treball individualitzat per avaluar el procés d'aprenentatge dut a terme durant el curs. Aquest seguiment es pot fer amb les tutories individuals o grupals, el lliurament de treballs de cada tema i la seva posterior correcció, amb el procés d'organització i assoliment que segueixen els membres d'un equip de forma individual i col·lectiva per elaborar els treballs de grup, etc. L'avaluació del procés es fa a partir d'activitats que es desenvolupen de forma dirigida o de les quals es fa orientació a la classe i que tenen relació amb la part del programa que s'estigui treballant. Alguns exemples serien: comentari d'articles, textos i altres documents escrits o audiovisuals (pel·lícules, documentals, etc.); participació en debats col·lectius, visites, assistència a conferències, etc. Aquestes activitats s'avaluen de forma continuada al llarg del semestre.
- **Avaluació de resultats:** correcció dels resultats de l'aprenentatge de l'estudiant. Aquests resultats poden ser de diferents tipus: treballs en grup orals i escrits, exercicis de classe individuals o en petit grup, reflexions i anàlisis individuals en les quals s'estableixen relacions de diferents fonts d'informació més enllà dels continguts explicats pel professorat a les sessions de classe, redacció de treballs individuals, exposicions orals, realització d'exàmens parcials o finals, etc.

## PLA D'ESTUDIS

Tipus de matèria	Crèdits
Formació Bàsica (FB)	60
Obligatòria (OB)	114
Optativa (OP)	42
Treball de Fi de Grau (TFG)	6
Pràctiques Acadèmiques Externes (PAE)	18
Total	240

- \* Malgrat que el pla d'estudis prevegi la possibilitat de fer la docència d'algunes assignatures durant el primer o el segon semestre, cada any només es pot cursar un sol cop. Consulta l'assignatura per saber el semestre o els semestres d'impartició d'aquest curs acadèmic.

PRIMER CURS			
	Semestre	Crèdits	Tipus
Aprenentatge i Desenvolupament Motor	1r o 2n	6,0	FB
Bases dels Esports	1r o 2n	3,0	OB
English	1r o 2n	6,0	FB
Esport Col·lectiu I. Bàsquet	1r o 2n	4,5	OB
Esport d'Espai Separat. Voleibol	1r o 2n	4,5	OB
Esport Individual I. Gimnàstica	1r o 2n	4,5	OB
Esport Individual II. Atletisme	1r o 2n	4,5	OB
Expressió Corporal	1r o 2n	3,0	OB
Fonaments de l'Educació	1r o 2n	6,0	FB
Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport	1r o 2n	6,0	FB
Tècniques d'Expressió i Comunicació	1r o 2n	6,0	FB
Teoria i Història de l'Activitat Física i de l'Esport	1r o 2n	6,0	FB

SEGON CURS			
	Semestre	Crèdits	Tipus
Activitats al Medi Natural	1r o 2n	6,0	OB
Bases de la Pràctica d'Activitat Física	1r o 2n	3,0	OB
Biomecànica del Moviment Humà	1r o 2n	6,0	FB
Cinesiologia	1r o 2n	6,0	FB
Esport Col·lectiu II. Handbol	1r o 2n	4,5	OB
Esport Col·lectiu III. Rugbi	1r o 2n	4,5	OB
Esport Col·lectiu IV. Futbol	1r o 2n	4,5	OB
Esport Individual III. Natació	1r o 2n	4,5	OB
Fisiologia de l'Exercici	1r o 2n	6,0	FB
Jocs Motors	1r o 2n	3,0	OB
Sociologia de l'Activitat Física i l'Esport	1r o 2n	6,0	FB
Tecnologies de la Informació i la Comunicació per a l'Activitat Física i l'Esport	1r o 2n	3,0	OB
Treball Interdisciplinari	1r o 2n	3,0	OB

**TERCER CURS**

	<b>Semestre</b>	<b>Crèdits</b>	<b>Tipus</b>
Activitat Física i Esport en l'Àmbit de l'Oci	1r o 2n	6,0	OB
Didàctica de l'Educació Física I	1r o 2n	6,0	OB
Didàctica de l'Educació Física II	1r o 2n	6,0	OB
Entrenament Esportiu I	1r o 2n	6,0	OB
Entrenament Esportiu II	1r o 2n	6,0	OB
Estructura, Organització i Gestió Esportiva	1r o 2n	6,0	OB
Fisiopatologia General i de l'Aparell Locomotor	1r o 2n	6,0	OB
Programes d'Activitat Física i Salut	1r o 2n	6,0	OB
Pràctiques I	Anual	9,0	PAE
Seminari de Pràctiques I	Anual	3,0	OB

**QUART CURS**

	<b>Semestre</b>	<b>Crèdits</b>	<b>Tipus</b>
Seminari d'Investigació	1r o 2n	3,0	OB
Treball de Fi de Grau	2n	6,0	TFG
Pràctiques II	Anual	9,0	PAE
Optatives		42,0	OP

## OPTATIVES - ÀMBIT: ACTIVITAT FÍSICA I QUALITAT DE VIDA

	<b>Crèdits</b>
Noves Tendències en l'Activitat Física Saludable	6,0
Nutrició i Esport	6,0
Primers Auxilis i Lesions Esportives	6,0
Tècniques d'Exercici Físic Terapèutic i la seva Aplicació a Diverses Malalties	6,0
Promoció de la Salut i Benestar Integral a través de l'Activitat Física	6,0
Programació d'Exercici Físic per a Pacients amb Malalties Cròniques i Gent Gran	6,0
Activitat Física per a Persones amb Discapacitat o Malalties Mentals	6,0

## OPTATIVES - ÀMBIT: EDUCACIÓ FÍSICA

	<b>Crèdits</b>
Projectes Dramàtics en Educació Física	6,0
Competències Bàsiques i Medi Aquàtic	6,0
Activitats Coreogràfiques amb Suport Musical	6,0
Jocs Populars i Tradicionals	6,0
Treball en Equip a partir del Bàsquet	6,0
Aspectes Didàctics i Organitzatius de l'Educació Secundària	6,0

## OPTATIVES - ÀMBIT: ENTRENAMENT ESPORTIU

	<b>Crèdits</b>
Comprendre el Joc del Futbol	6,0
Entrenadors de Voleibol Juvenil	6,0
Metodologia de l'Entrenament Tècnic i Condicional en el Tennis	6,0
Direcció d'Equips i Coneixement Estructurat de l'Entrenador a partir de l'Handbol	6,0
Psicologia de l'Entrenament i de l'Alt Rendiment	6,0
Noves Tecnologies Aplicades a l'Anàlisi de l'Esport	6,0

OPTATIVES - ÀMBIT: GESTIÓ ESPORTIVA

	<b>Crèdits</b>
Organització i Gestió d'Activitats i Esdeveniments Esportius	6,0
Organització, Gestió i Lideratge de Recursos Humans	6,0
Gestió d'Instal·lacions, Empreses i Serveis Esportius	6,0
Màrqueting Esportiu	6,0

**OPTATIVES ÀMBIT: LLEURE ESPORTIU**

	<b>Crèdits</b>
Esports d'Aventura	6,0
Planificació i Organització d'Activitats al Medi Natural	6,0
Organització i Gestió d'Activitats i Esdeveniments Esportius	6,0
Organització, Gestió i Lideratge de Recursos Humans	6,0
L'Activitat Física com a Recurs Socioeducatiu	6,0



# ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE PRIMER CURS

## Aprentatge i Desenvolupament Motor

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Gil Pla Campas
G12, presencial, matí	català	Gil Pla Campas

### OBJECTIUS

Tal com indica el títol, l'assignatura centra el seu interès en l'àmbit de l'aprenentatge i el desenvolupament motor (ADM). En un primer gran bloc, l'assignatura es pregunta qüestions lligades a la noció d'aprenentatge com: què s'entén per aprendre i com aprèn l'esportista? Aquestes preguntes porten a estudiar què s'entén per habilitat motora i quines són les condicions que afavoreixen el seu aprenentatge. En un segon gran bloc, l'assignatura explica com les persones desenvolupem el control del cos al llarg de la vida i com aquest procés es manifesta en la pràctica esportiva. Aquest bloc espera respondre qüestions com: quina incidència té el moviment corporal en el desenvolupament de l'esportista i en l'aprenentatge d'una habilitat? Com es pot afavorir un bon desenvolupament motor des de la pràctica corporal o l'entrenament?

Per respondre totes aquestes preguntes, l'assignatura d'ADM transita per múltiples aprenentatges de la vida (tant esportius com no esportius) i per totes les grans etapes del desenvolupament vital (infantesa, adolescència i adultesa) per tal que les competències que s'adquireixin permetin al futur graduat adaptar-se a qualsevol dels àmbits professionals en què l'aprenentatge i el desenvolupament motor estan presents.

Donat el caràcter transversal i essencial d'aquests continguts en l'àmbit laboral del futur graduat, l'accés a les competències es fomenta des d'una doble orientació, paral·lela i simultània. Per una banda, es treballa un domini intens del corpus conceptual de l'àmbit de l'aprenentatge i desenvolupament motor, i per l'altra, es mobilitza un domini aplicat d'aquest saber mitjançant estudi de casos en tots els moments de l'assignatura.

### RESULTATS D'APRENTATGE

RA1. Analitza i avalua l'adequació de les metodologies d'entrenament o d'activitat física mitjançant les teories psicològiques que expliquen l'aprenentatge motor.

RA2. Entén i analitza les implicacions del desenvolupament psicomotor en l'esport o en l'activitat física.

RA3. Participa activament de l'assignatura assistint a classe amb regularitat, elaborant de les activitats i mostrant una actitud positiva.

RA4. Utilitza apropiadament el saber de l'aprenentatge i el desenvolupament motor per millorar experiències reals d'aprenentatge.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir

una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

## CONTINGUTS

---

- 1.L'habilitat motriu
  - 1.1.Noció conceptual d'habilitat motriu
  - 1.2.Tipus d'habilitats motrius
- 2.L'aprenentatge motor
  - 2.1.Noció conceptual d'aprenentatge motor
  - 2.2.Models explicatius de l'aprenentatge motor
  - 2.3.Consideracions psicopedagògiques
- 3.El desenvolupament motor i psicomotor
  - 3.1.Noció de desenvolupament motor i psicomotor
  - 3.2.Continguts del desenvolupament psicomotor
  - 3.3.Consideracions psicopedagògiques

## AVALUACIÓ

---

- Examen conceptual del bloc d'Aprenentatge motor: 40%, RA1
- Examen conceptual del bloc de Desenvolupament motor: 30%, RA2
- Treball sobre un estudi de cas: 30%, RA3, RA4

Consideracions sobre l'avaluació de l'assignatura:

- La nota final de l'assignatura sorgeix de la mitjana ponderada dels percentatges de cada RA. Aprovar és el resultat d'haver obtingut una nota igual/major a 5 al final de l'assignatura.
- Pel caràcter sumatori i finalista dels exàmens, per aprovar l'assignatura és condició indispensable superar ambdós exàmens amb nota igual o superior a 5. En cas de suspendre un examen, se supèn igualment l'assignatura. Tanmateix hi ha la possibilitat de recuperar els exàmens que s'hagin pogut suspendre en les setmanes de recuperació.
- Pel caràcter formatiu i processual del treball, no és imprescindible aprovar aquest element d'avaluació per aprovar l'assignatura. Per contra, la nota obtinguda a final de curs del treball, no és recuperable ni millorable.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Cobos, Pilar (2007). *El Desarrollo psicomotor y sus alteraciones: manual práctico para evaluarlo y favorecerlo* (2 ed.). Pirámide.
- da Fonseca, Vítor (1998). *Manual de observación psicomotriz*. INDE.
- Piek, Jan. P. (2006). *Infant motor development*. Human Kinetics.
- Pla, Gil (2011). *Les Interaccions dels nadons en les activitats aquàtiques: conseqüències educatives (tesi doctoral)*. Universitat de Vic [recurs electrònic].
- Schmidt, Richard A.; Wrisberg, Craig, A. (2000). *Motor learning and performance. A problem-based learning approach*. Human Kinetics.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Bases dels Esports

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Daniel Moreno Galceran
G12, presencial, matí	català	Daniel Moreno Galceran

### OBJECTIUS

---

L'assignatura proporciona les eines bàsiques per a la comprensió de la iniciació esportiva i l'esport, desenvolupant aspectes comuns als diferents esports que es desenvolupen al Grau. Es coneixeran i aplicaran conceptes de l'esport, de la didàctica i del procés d'iniciació esportiva.

#### Objectius:

- Conèixer la taxonomia bàsica de l'esport.
- Ser capaç d'analitzar i classificar els esports.
- Conèixer i saber aplicar diferents propostes metodològiques.
- Introduir-se en la iniciació esportiva

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

RA 1-4. Aplica adequadament els conceptes esportius tècnica, tàctica, estratègia, habilitat, competència i aptitud

RA 2. Classifica els esports i fa un anàlisi estructural

RA3. Coneix i aplica diferents propostes de tasques de forma ajustada als objectius plantejats

RA 5. Identifica les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en tot tipus de contextos (estructurats o no)

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

### CONTINGUTS

---

#### 1. Praxeologia motriu

- Concepte d'esport
- Classificació dels esports
- Anàlisi de l'esport

#### 2. Taxonomia

- Tècnica, Tàctica i Estratègia
- Habilitat, Capacitat, Aptitud i Competència esportives

### 3. Didàctica de l'entrenament

- Objectius i Continguts
- La Sessió
- Les Tasques d'Entrenament
- Representació Gràfica

## **AVALUACIÓ**

---

### **Avaluació continuada o de procés**

- Tutoria individual del procés d'aprenentatge seguit a l'assignatura
- Tutories de grup pel seguiment dels treballs en grup
- Activitats classe individuals i en equip

Equival al 30% de la nota final.

Aquests elements no són recuperables.

### **Avaluació dels resultats**

- Proves escrites individuals (40%): dues proves (20% cada una. Recuperables). Resultats d'aprenentatge 1-4, 2, 3 i 5
- Treballs en grup (30%. Recuperables). Resultats d'aprenentatge 1-4, 2, 3 i 5

Cadascun dels quatre elements s'ha d'aprovar per separat.

Aquests elements només són recuperables al període de recuperació si l'avaluació pendent no supera el 50% de la nota final de l'assignatura.

Les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran durant el curs 21/22. Si l'avaluació està prevista presencial i per raons de noves restriccions no es pot fer en aquesta modalitat, l'avaluació es traslladarà a la virtualitat.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Hernández Moreno, J. (2000). *La Iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica: Aplicación a la educación física escolar y al entrenamiento deportivo*. Inde.
- Lagardera, F. (2003). *Introducción a la praxiología motriz*. Inde.
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte*. Inde.
- Sans, À., i Frattarola, C. (2000). *Entrenamiento en el Fútbol Base: Programa de aplicación técnica - 1r nivel - (AT-1) (4 ed.)*. Paidotribo.
- Ticó, J. (2000). *1013 ejercicios y juegos polideportivos: Deportes de cooperación/oposición (2 ed.)*. Paidotribo.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## English

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Ruben Giró Anglada Marta Corominas Salom
G12, presencial, matí	anglès	Ruben Giró Anglada Marta Corominas Salom

### PROFESSORAT COL-LABORADOR

---

- Docència Assignable

### OBJECTIUS

---

In today's world, the ability to access information has become of overriding importance. It is estimated that 80 % of the information on the Internet is in English, and that around 50 % of all scientific and academic publications are written in this language. Against this background, this subject aims to develop students' ability to extract, understand, and produce information in written and spoken English.

Students will be required to:

- develop the habit of consulting English-language documents, both written and oral, that deal with matters related to Physical Activity and Sports Sciences
- acquire the tools, strategies and techniques that will enable them to access the information in English-language documents, both written and oral
- acquire the necessary resources to enable them to understand and interpret scientific, academic and professional English-language texts
- develop strategies to enable them to express themselves, orally and in writing, in English
- develop their ability to autonomously synthesise and summarise information from oral and written English-language texts
- learn and use the grammatical structures and vocabulary appropriate to the academic context in the field of Physical Activity and Sports Sciences
- develop the abilities required to make oral presentations in English

### RESULTATS D'APRENENTATGE

---

En acabar el curs, els estudiants:

57. comprenen de forma correcta textos acadèmics en llengua anglesa d'un nivell B1

58. preparen, organitzen i realitzen produccions orals en llengua anglesa de nivell B1

59. creen textos breus de nivell B1 en llengua anglesa

60. comprenen missatges orals de nivell B1 i escrits de diferent tipologia de forma completa expressats en les llengües pròpies i en anglès (CT6)

61. seleccionen correctament la informació de les fonts consultades

62. comuniquen a tot tipus d'audiències (especialitzades o no) de manera clara y precisa coneixements, metodologia, idees, problemes i solucions en l'àmbit dels esports i l'activitat física

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per al treball en equip.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Creativitat.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.

## Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.

## Bàsiques

- Ser capaç de transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic especialitzat i no especialitzat.

## Transversals

- Emprar diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.

## CONTINGUTS

---

### Contents

#### - Strategies for academic reading

1. Effective reading
2. Reading for an overview
3. Focused reading

#### - Strategies for academic writing

1. Sentence structure, word order and connectors
2. Paragraph structure: thesis, development and conclusion
3. Text structure
4. Citations and paraphrasing

#### - Strategies for oral presentations

1. Strategies for understanding academic oral presentations
2. The process of preparing an oral presentation
3. The language of oral presentations

#### - Academic vocabulary

1. Effective use of dictionaries

## AVALUACIÓ

---

The subject will be continually assessed, with evaluation of personal work, directed work, exams, oral presentation and classroom participation. Process evaluation:

- Personal work: preparation, presentation and correctness of reading and writing tasks in accordance with the agreed deadlines
- Directed work: monitoring of the work done in preparation for the English-language oral presentation of a subject related to the Degree
- Participation: participating productively in the sessions

Evaluation of results:

- 2 exams: tests aimed at evaluating the assimilation of the course contents
- Group work: Presentation in English about a school or a sports club webpage presented both orally and in writing. The presentation will be done by the whole group but individual marks will be awarded.

The Final Mark is calculated in the following way:

- Exam 1: 20 %
- Exam 2: 20 %
- Group work: Written work: 15 % / Oral presentation: 15 %
- Reading: 10 %
- Summary: 10 %
- Active participation in class: 10 %

To pass the subject it is necessary to obtain a mark of 5 or more for each of the assessed elements.

All work presented must be unpublished and produced by the students themselves.

Recuperation of assessed elements: If one (or more) of the assessed pieces of work has/have failed to obtain a pass mark (5 or more), the opportunity exists to redo the work before the end of the semester.

However, in order to have the right to recuperate the failed piece of work, it must have been presented in accordance with the established deadline. It is not possible to recuperate any assessed work that was not presented on time.

Any assessed activities and/or the oral part of the group work that did not obtain a mark of 5 or more in the first evaluation, can be presented again, with the appropriate improvements made, during the final week of the subject. The recuperation of the exams and/or of the written version of the group work will be done during the recuperation week.

Recuperations are only for those students who failed the first evaluation. It is not possible to present again pieces of assessed work that obtained a mark of 5 or more, or retake exams that were passed, in order to try to obtain a higher mark.

If one (or more) of the assessed pieces of work fails to obtain a mark of 5 or more after the recuperation period, the whole subject will have to be repeated.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- (2012). *Dictionary Oxford pocket català per a estudiants d'anglès*. Oxford University Press.
- Bailey, S. (2011). *Academic writing: a handbook for international students* (3 ed.). Routledge.
- Philpot, S. i Curnick, Lesley (2007). *New headway academic skills: reading, writing, and study skills : level 3*. Oxford University Press.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esport Col·lectiu I. Bàsquet

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Joan Arumí Prat
G12, presencial, matí	català	Joan Arumí Prat

### OBJECTIUS

Aquesta és una assignatura teoricopràctica de 1r curs que s'imparteix en el 2n semestre. Els objectius generals són:

1. Realitzar de forma pràctica els aspectes tècnics i tàctics de l'esport del bàsquet.
2. Conèixer aspectes bàsics del reglament del bàsquet.
3. Elaborar i dominar els criteris metodològics per a la confecció de tasques en l'esport del bàsquet.
4. Dissenyar representacions gràfiques del bàsquet.
5. Utilitzar recursos metodològics per tal d'ensenyar el bàsquet.
6. Analitzar, sintetitzar i reflexionar aspectes documentals de l'esport del bàsquet.
7. Cooperar amb els companys i companyes per entrenar i competir com un equip de bàsquet.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- 1- Analitza de forma global els gests tècnics i normes tàctiques aplicades al bàsquet.
- 2- Observa i analitza els errors tècnics aplicats al bàsquet.
- 3- Executa de forma correcta accions pròpies del bàsquet.
- 4- Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada a l'iniciació esportiva.
- 5- Recopila i interpreta dades i informacions sobre les que fonamenta les seves conclusions incloent, quan sigui precís i pertinent, la reflexió sobre assumptes d'índole social, científica o ètica en l'àmbit dels esports i l'activitat física.
- 6- Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb els mateixos objectius i el temps de què disposa.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

### CONTINGUTS

#### L'esport del bàsquet

1. Característiques del bàsquet com a esport col·lectiu
2. Reglament del bàsquet



3.Simbologia convencional i representacions gràfiques: disseny i interpretacions.

### **Metodologia d'ensenyament de la tècnica del bàsquet**

- 1.Metodologia i tipus de tasques
- 2.La finta de recepció, els desplaçaments sense pilota i la defensa de la línia de passada.
- 3.La recepció, les aturades i la posició de triple amenaça.
- 4.Les fintes i les passades.
- 5.Les sortides, el bot i la defensa de l'1x1.
- 6.Les aturades, les finalitzacions i el rebot.

### **La tàctica individual i col·lectiva: ofensiva i defensiva**

- 1.El joc lliure per conceptes del cinc oberts: passar, tallar, marxar i reemplaçar.
- 2.El contraatac
- 3.La defensa de la línia de passada i d'ajudes. Les primeres i segones ajudes.

### **Entrenar un equip de bàsquet**

- 1.Entrenar una sessió de bàsquet. Com programar i explicar els exercicis.
- 2.Entrenar un partit de bàsquet.
- 3.Reflexionar sobre aprendre i competir en un partit de bàsquet.

## **AVALUACIÓ**

---

### **Avaluació del resultat:**

Per aprovar l'assignatura cal aprovar com a mínim les parts 1,2 i 3 que tot seguit es concreten:

- 1.Proves teòriques (40% de la nota final. Recuperable). Es realitzaran 2 proves teòriques amb el següent valor a la nota final: 1- Una prova teòrica de reglament amb un valor del 10% de la nota final. 2- Una prova teòrica sobre metodologia, tècnica i tàctica amb un valor del 30% de la nota final. Per aprovar aquesta part és imprescindible aprovar la prova que val un 30%. En cas de suspendre es recuperarà a les setmanes de recuperació. Resultats d'aprenentatge 15.1 i 21.
- 2.Activitats d'anàlisi tècnic - tàctic (recuperable). L'estudiant haurà d'avaluar aspectes tècnics i tàctics individuals i col·lectius del bàsquet. 20% de la nota final. 20% de la nota final. Resultats d'aprenentatge 16.1 i 22.
- 3.Treball en equip (recuperable). Cada equip haurà d'elaborar el seu portafolis de les sessions que portarà a terme. El treball en equip val un 20% de la nota final. El treball en equip es realitzarà en les sessions pràctiques d'entrenament de l'equip. Si un integrant de l'equip no ve a un 70% de les sessions d'entrenament de l'equip haurà de realitzar, de forma individual, tot el treball en equip i presentar-lo a les setmanes de recuperació. Resultats d'aprenentatge 19.
- 4.Prova pràctica (No recuperable). La prova pràctica consistirà en un partit de bàsquet. El seu valor serà un 20% de la nota final de l'assignatura. Aquesta prova està condicionada a aprovar el treball en equip, per tant, qui no aprovi el treball en equip no podrà realitzar la prova pràctica. Es valorarà la capacitat d'entrenar i de jugar al bàsquet segons els continguts de l'assignatura. L'estudiant que no aprovi el treball en equip i que no pot realitzar la prova pràctica no la podrà recuperar. Resultats d'aprenentatge 17.1, 19 i 21.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Jordana Dot, R., Martín León, M. (2010). *Dirección de baloncesto: Nivel 2*. Federación Española de Baloncesto, Escuela Nacional de Preparadores.
- Martín León, M., Jordana Dot, R. (2009). *Formación del jugador de baloncesto: Nivel 1*. Federación Española de Baloncesto, Escuela Nacional de Preparadores.
- Tico Camí, J. (2000). *1013 ejercicios y juegos polideportivos: Deportes de cooperación/oposición*. Paidotribo.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esport d'Espai Separat. Voleibol

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Beatriz Gil Puga
G12, presencial, matí	català	Beatriz Gil Puga

### OBJECTIUS

L'assignatura té com a centre d'interès el coneixement de la natura i les característiques diferencials de l'esport, així com la metodologia de l'ensenyament a la Iniciació, i dotarà l'alumnat dels coneixements i recursos necessaris per entendre el voleibol i poder-ne fer aplicacions en l'àmbit escolar, recreatiu i competitiu.

1. Conèixer el voleibol, les seves característiques generals i estructurals, el reglament, la motricitat específica i els aspectes estratègics i tàctics.
2. Aprofundir en les diferències més significatives entre els experts i els novells en un esport col·lectiu.
3. Conèixer les diverses fórmules d'iniciació al voleibol.
4. Aprendre com introduir aquest esport en l'àmbit de l'esport d'iniciació.

### RESULTATS D'APRENTATGE

RA1 Analitza de forma global els gestos tècnics aplicats al voleibol.

RA2 Observa i analitza els errors tècnics aplicats al voleibol.

RA3 Executa de forma correcta les accions pròpies del voleibol.

RA4 Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva del voleibol.

RA5 Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada al voleibol.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquin els efectes formatius i saludables.

### CONTINGUTS

1. El voleibol: característiques generals i anàlisi estructural d'un esport col·lectiu d'espai separat.
2. Diferències fonamentals entre esportistes novells i esportistes experts.
3. Bases de la tècnica, la tàctica i el reglament del voleibol.
4. Diferents propostes d'iniciació al voleibol i les seves eines fonamentals.
5. El voleibol: de la teoria a la pràctica.

### AVALUACIÓ

L'avaluació de tots els alumnes de **forma obligatòria** contemplarà:

1. Avaluació dels resultats d'aprenentatge **(100%)**:

- Tasques de seguiment de l'assignatura (10%).
- Proves escrites (40%).

- Treball final teòric en grup (25%).
- Prova d'aplicació pràctica (25%).
- Assistència i participació a les classes pràctiques (mínim obligatori per tenir dret a qualificació final 70%), tot aprofitant-les i mostrant una actitud activa i participativa (APTE/NO APTE). Els/les alumnes lesionats que no facin pràctica en més de 3 sessions hauran de realitzar una activitat extra.

Per superar l'assignatura cal en primer lloc obtenir la qualificació d' **APTE** en l'apartat d'assistència, així com complir amb els altres requeriments d'aquest apartat.

En segon lloc, aprovar totes les tasques de seguiment de l'assignatura per separat. Els alumnes que no estiguin en disposició d'obtenir aquesta qualificació durant les setmanes de classe **podran tornar a presentar aquestes tasques la última setmana de docència** de l'assignatura (data fixada al pla de treball de l'assignatura).

En tercer lloc, l'alumne haurà de superar la resta d'elements d'avaluació dels resultats d'aprenentatge. Per aquesta qüestió cal tenir en compte que per tenir dret a avaluació complementària **s'han d'aprovar de forma obligatòria per separat totes les evidències qualificadores**, ja que avaluen competències diferents en cada cas. A més, l'alumne que **no superi el 50% de les mateixes** abans de la setmana de recuperació **no tindrà dret a avaluació complementària posterior**.

Els alumnes que precisin de recuperació de l'avaluació dels resultats **podran optar igualment a la màxima qualificació final de l'assignatura**.

La no superació de l'assignatura suposa en tots els casos la repetició completa de l'assignatura en cursos acadèmics posteriors.

## **BIBLIOGRAFIA Bàsica**

---

- Blazquez, D (1998). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (3 ed.). INDE.
- Bonny, K (2006). *Volleyball: Steps to success*. Human Kinetics.
- Diversos autors (2007). *Coaching Youth Volleyball* (4 ed.). Human Kinetics.
- García, L (2013). *Voleibol fundamentación técnica y táctica*. Kinesis.

## **BIBLIOGRAFIA Complementària**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esport Individual I. Gimnàstica

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Mireia Pont Segura
G12, presencial, matí	català	Mireia Pont Segura

### OBJECTIUS

Esport Individual I (Gimnàstica) és una assignatura que s'imparteix al primer semestre del primer curs. És una assignatura teoricopràctica, els objectius generals de la qual són:

- Assolir coneixements teòrics i pràctics per impartir una gimnàstica artística per a tothom, entesa per ser practicada dins un àmbit escolar i d'iniciació.
- Conèixer, millorar i dominar la tècnica de base dels diferents elements gimnàstics i acrobàtics.
- Dominar la metodologia d'aprenentatge, d'ajudes i de manipulació dels elements propis d'àmbit escolar i d'iniciació.
- Assolir els criteris adients per dissenyar una sessió d'habilitats gimnàstiques i/o acrobàtiques.
- Dominar la terminologia pròpia de la Gimnàstica Artística Femenina.
- Cooperar amb els companys i companyes per millorar les tasques individuals treballant en equip.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza de forma global els gests tècnics aplicats a la gimnàstica artística.(RA 1)
- Observa i analitza els errors tècnics aplicats a la gimnàstica artística (RA 2)
- Executa de forma correcta accions pròpies de la gimnàstica artística. (RA 3)
- Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació de la gimnàstica artística. (RA 4)
- Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada a l'iniciació esportiva.(RA 5)
- Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb els mateixos objectius i el temps de que es disposa.(RA 8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conviure en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

### CONTINGUTS

- 1.La Gimnàstica i les seves modalitats: models i principals característiques.

2. La Gimnàstica Artística Femenina - Característiques Generals.
  - 2.1. L'entorn Gimnàstic.
  - 2.2. La Seguretat.
  - 2.3. La Sessió.
  - 2.4. Estructura.
3. Bases de la Tècnica.
  - 3.1. Les Habilitats Gimnàstiques i Acrobàtiques.
  - 3.2. Les Habilitats Tècniques Específiques.
  - 3.3. Les Posicions Bàsiques.
  - 3.4. Les Accions Musculars.
4. Introducció al Codi de Puntuació.
  - 4.1. El Jurat D
  - 4.2. El Jurat E
  - 4.3. Generalitats
5. Anàlisi i Pràctica dels elements de base als Aparells.
  - 5.1. Anàlisi i pràctica dels elements de base a l'aparell de salt de poltre.
  - 5.2. Anàlisi i pràctica dels elements de base a l'aparell de paral·leles asimètriques.
  - 5.3. Anàlisi i pràctica dels elements de base a l'aparell de barra d'equilibris.
  - 5.4. Anàlisi i pràctica dels elements de base a l'aparell de terra.

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació de tots els alumnes, de forma obligatòria, contemplarà:

- Avaluació dels resultats d'aprenentatge (100 %):
  - Tasques de seguiment de l'Assignatura (Apte / No Apte).
  - Proves Escrites (40 %).
  - Proves Pràctiques (40%).
  - Treballs i Tasques (20%).
  - Registre d'assistència a les classes pràctiques ( amb un mínim obligatori del 70% per tenir dret a la qualificació final).

Per superar l'assignatura cal en primer lloc obtenir la qualificació d' **APTE** en totes les tasques de seguiment de la mateixa.

Els alumnes que no estiguin en disposició d'obtenir aquesta qualificació durant les setmanes de classe **podran tornar a presentar aquestes tasques a la setmana de tancament** de l'assignatura.

L'alumne haurà de superar la resta d'elements d'avaluació dels resultats d'aprenentatge i ho haurà de fer per separat.

Els alumnes que precisin de recuperació de l'avaluació dels resultats **ho hauran de fer durant la setmana de recuperació i podran optar igualment a la màxima qualificació final de l'assignatura.**

Els alumnes lesionats (amb certificat) que puguin assistir a les classes pràctiques hauran de fer tasques d'observació, correcció i col·laboració per poder validar la seva assistència.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Araújo, C (2004). *Manual de ayudas en gimnasia*. PAIDOTRIBO.
- Estapé Tous, E (2002). *La acrobacia en gimnasia artística : Su técnica y su didáctica*. INDE.
- Estapé Tous, E; López Moya, M; Grande Rodriguez, Ignacio (1999). *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo: El placer de aprender*. INDE.
- Sáez Pastor, F (2018). *Habilidades Gimnástico-Acrobáticas: Método de Enseñanza* (2 ed.). ESM.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esport Individual II. Atletisme

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jessica Bonet Bonet
G12, presencial, matí	català	Jessica Bonet Bonet

### OBJECTIUS

L'atletisme el conformen un conjunt d'habilitats i destreses bàsiques que provenen de gestos naturals en l'ésser humà, com ara córrer, saltar i llançar. Des del punt de vista de la iniciació esportiva, l'atletisme és bàsic per crear una sòlida base motriu en l'infant. Igualment, pels alts valors formatius que comporta, és un esport molt interessant si es planteja des d'una perspectiva educativa. Aquesta assignatura també és una bona introducció a altres assignatures posteriors com ara: Bases de la pràctica de l'activitat física i Entrenament esportiu.

1. Conèixer els fonaments, les descripcions tècniques, les errades més freqüents i les activitats d'ensenyament-aprenentatge de totes les proves de l'atletisme.
2. Reconèixer l'atletisme com a mesura de la condició física i base de tots els altres esports i activitats físiques així com a col·laborador en la consecució dels objectius generals de l'educació física.
3. Conèixer la història de l'atletisme, la participació de la dona, i l'organització de les competicions i programa olímpic i paralímpic
4. Conèixer com crear les bases físiques, tècniques i psicològiques necessàries per a la formació i per l'esport de competició.
5. Conèixer, practicar, aprendre i millorar els fonaments tècnics dels diferents gestos o especialitats atlètiques: tècnica de cursa, sortida de tacs, curses de relleus, curses de tanques, marxa atlètica, salts i llançaments.
6. Motivar l'alumnat per a la pràctica i el seguiment de l'atletisme.

### RESULTATS D'APRENENTATGE

RA1. Anàlisi en equip dels gestos tècnics d'una competició d'atletisme enregistrada per l'alumnat.

RA1, RA2. Observació i anàlisi de les execucions tècniques dels gestos tècnics de l'atletisme i correcció de les diferents errades.

RA3. Execució de forma correcta de les accions tècniques de l'atletisme.

RA4. Aprenentatge de la metodologia d'iniciació a l'atletisme.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

### CONTINGUTS

- **Què és l'atletisme?** (teòric). Breu història de l'atletisme. L'organització mundial de l'atletisme. El paper de la dona en 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). Fonaments de la tècnica de cursa. Fonaments de la sortida de tacs. Evolució de la velocitat a les diferents proves. Fonaments de les curses de relleus. Fonaments de les curses de tanques. Fonaments de la marxa atlètica. Fonaments de les curses de fons. Activitats d'ensenyament-aprenentatge: progressions metodològiques, exercicis i jocs d'iniciació. Errades més freqüents. Activitats d'observació i avaluació. Atletes més importants a les curses.
- **Salts** (teòric i pràctic). Fonaments del salt d'alçada, amb perxa, de llargada i triple salt. Activitats d'ensenyament-aprenentatge: progressions metodològiques, exercicis i jocs d'iniciació. Errades més freqüents. Activitats d'observació i avaluació. Atletes més importants als salts.
- **Llançaments** (teòric i pràctic). Fonaments del llançament de pes, de javelina, de martell i de disc. Multillançaments amb la pilota medicinal. Activitats d'ensenyament-aprenentatge: progressions metodològiques, exercicis i jocs d'iniciació. Errades més freqüents. Activitats d'observació i avaluació. Atletes més importants als llançaments.

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació s'ha de realitzar de forma obligatòria per part de tots els alumnes i constarà de les següents tasques:

- **2 proves escrites** (25 % de la nota final cadascuna d'elles, per tant, 50%)
- **Treball final en grups** (20 % de la nota final).
- **Tasques de seguiment de l'assignatura** (20%)
- **Aplicació pràctica** (10 % de la nota final)
- **Assistència i participació a les classes pràctiques** (mínim obligatori per tenir dret a qualificació final **70% d'assistència**), on s'haurà de mostrar una actitud d'aprofitament (APTE/NO APTE). Els/les alumnes lesionats que no facin pràctica en més de 3 sessions hauran de realitzar una activitat extra.

S'han de tenir en compte els següents aspectes per superar l'assignatura:

- D'una banda, l'alumne haurà de **superar amb Apte l'apartat d'assistència per poder ser qualificat**.
- D'altra banda, l'alumne haurà d'**aprovar TOTES les tasques d'avaluació per separat**, ja que no tenen relació entre elles.
- Finalment, cal tenir en compte que per tenir dret a avaluació complementària o de recuperació, l'alumne haurà d'**haver superat el 50% de les tasques d'avaluació abans de la setmana de recuperació** o no tindrà dret a l'avaluació complementària posterior.

Els alumnes que requereixin realitzar la recuperació de l'avaluació, podran optar igualment a la màxima qualificació final de l'assignatura.

La no superació de l'assignatura suposa, en tots els casos, la repetició completa de l'assignatura en cursos acadèmics posteriors.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Arufe, V. (ed.) (2006). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Asociación Cultural Atlética gallega.
- Campos, J., Gallach, J.E. (2004). *Las técnicas del atletismo: Manual práctico de enseñanza*. Paidotribo.
- Gil, F. i altres (2000). *Manual básico de atletismo*. Real Federación Española de atletismo.
- López, J.L. (2001). *Guía escolar Vox: Educación física y deportes*. CREDSA.
- Rius, J. (2005). *Metodología y técnicas de atletismo*. Paidotribo.

## Expressió Corporal

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Margarita Tió Codina
G12, presencial, matí	català	Dolors Rusiñol Cirera

### OBJECTIUS

Aquesta assignatura vol ser un espai creatiu que permeti a l'estudiant adquirir consciència d'ell mateix com a persona i com a professional en CAFE mitjançant recursos dramàtics que alhora li permetin viure la seva futura professió a partir del cos, l'expressió i l'art.

#### Objectius:

- Prendre consciència del propi cos: treball personal, relació amb els altres i l'entorn, espontaneïtat i creativitat.
- Millorar en la concentració i l'escolta.
- Desenvolupar la capacitat d'expressar corporalment emocions, sensacions, vivències, idees, conceptes, records: sensibilitat i imaginació.
- Valorar la importància humanitzadora del desenvolupament emocional i perceptiu a través del cos i l'expressió.

### RESULTATS D'APRENTATGE

Utilitza les bases de l'expressió corporal i la seva aplicació en contextos educatius, artístics i culturals (RA 1)

Construeix i exposa un discurs sòlid a partir de l'experiència pràctica en relació amb el material bibliogràfic (RA 2)

Planifica i experimenta petites peces artístiques a partir del cos com a llenguatge expressiu (RA 3)

Coneix i aplica les habilitats expressives de cada segment corporal, així com de cada element que conforma l'expressió corporal (RA 4)

Analitza les capacitats personals y professionals pròpies en relació a les possibilitats de l'expressió corporal a l'aula (RA 6)

Assumeix diferents responsabilitats en el treball tant individual com en equip i avalua els resultats obtinguts (RA 7)

Recopila i interpreta dades i informacions sobre les quals fonamenta les conclusions incloent, quan sigui necessari i pertinent, les reflexions sobre aspectes de caràcter social, científic o ètic en l'àmbit dels esports i l'activitat física (RA 8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Creativitat.
- Habilitats en les relacions interpersonals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.



## CONTINGUTS

---

1. Presa de contacte amb els companys i l'assignatura
  - 1.1. Jocs de presentació
  - 1.2. Jocs per facilitar l'espontaneïtat
  - 1.3. Jocs per facilitar les relacions interpersonals i la cohesió de grup
2. El cos i l'expressió
  - 2.1. Estudi de l'esquema corporal i la seva expressivitat
  - 2.2. Conèximent de tècniques corporals expressives. Ombres, LLum negra, Màscara neutra...
  - 2.3. Aproximació a la dansa i al moviment expressiu
3. Aplicació pràctica
  - 3.1. Desenvolupament d'una proposta didàctica de E.C. per aplicar a l'E.S.O.

## AVALUACIÓ

---

L'alumnat haurà de representar (en directe o gravat) o lliurar (carpeta d'aprenentatge) activitats plantejades a partir de les sessions de classe i de treball dirigit. Aquestes activitats seran individuals o en grup i inclouran representacions dramàtiques i d'expressió, exposicions orals i treballs d'anàlisi i síntesi. En aquest sentit, serviran com a instruments d'avaluació:

**Diari de l'assignatura 20%** RA 89.1, 90.1 (recuperable)

**Diversos treballs realitzats a les sessions pràctiques 35%** RA 90.1, 85 (no recuperable)

**Disseny i aplicació a l'aula d'una unitat didàctica d'Expressió Corporal 35%** RA 84.1, 86.1 (no recuperable)

**Actitud, assistència i participació activa a l'aula 10%** RA 87, 84.1, 86.1, RA 87, 84.1, 86.1 (no recuperable)

Al ser l'assignatura de caràcter eminentment pràctic es demana una assistència mínima del 80 % de les classes pràctiques. Sense complir aquesta condició no es pot aprovar l'assignatura.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Fraile, A. y Aparicio, J.L. (2015). *La expresión corporal y el desarrollo de las competencias transversales en la formación del profesorado*. Tándem. Didáctica de la Educación Física.
- Motos, T.; Aranda, L.G. (2001). *Práctica de la expresión corporal* (4 ed.). Ñaque.
- Richard Brennan (2017). *Cómo respirar*. Plataforma Editorial.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Fonaments de l'Educació

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jesús Soldevila Pérez
G12, presencial, matí	català	Jesús Soldevila Pérez

### OBJECTIUS

---

1. Adquirir els coneixements bàsics per a analitzar, interpretar i valorar aspectes vinculats a l'àmbit de l'educació.
2. Conèixer alguns trets fonamentals de l'organització social de l'educació i les característiques més rellevants de les pràctiques educatives inclusives en contraposició a les característiques d'altres pràctiques educatives.
3. Aplicar els coneixements i destreses fonamentals per planificar i desenvolupar l'activitat professional en contextos educatius.
4. Mostrar actituds favorables a la regulació i control autònom de l'aprenentatge, la cooperació responsable entre companys i tendir a promoure de manera sistemàtica la millora de l'aprenentatge personal i en equip.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

1. Reflexiona de forma crítica davant de diferents situacions educatives del món actual.
2. Disposa de criteris per a fonamentar la pràctica educativa.
3. Disseny activitats educatives per a l'aprenentatge de diferents continguts.
4. Coneix i valora algunes estratègies d'ensenyament-aprenentatge.
5. Es responsabilitza en l'aprenentatge individual i en l'aprenentatge en equip per a l'elaboració de tasques.
6. Mostra una actitud inclusiva i de respecte a la diversitat.

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítica davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.

### CONTINGUTS

---

Tema 1.- L'educació: funcions i finalitats.

- Definició del concepte d'educació.
- Funció socialitzadora de l'educació.

Tema 2.- L'educació en la modernitat i en el món actual.

- L'educació Inclusiva.
- Els pilars de l'educació.
- Pedagogies del segle XXI

Tema 3.- El procés d'ensenyament - aprenentatge

- Estratègies d'ensenyament - aprenentatge
- L'estructura de l'aula per afavorir els processos d'ensenyament i aprenentatge: Cooperar per aprendre/Aprendre a Cooperar.

## AVALUACIÓ

---

Les notes obtingudes a través de les tasques i procediments d'avaluació es ponderaran per tal d'obtenir la nota final. Si hi ha alguna de les parts suspeses no es farà la mitjana i per tant la nota final de l'assignatura serà SUSPENS.

Per dur a terme l'avaluació, s'empraran les activitats i els procediments següents:

- La realització d'un examen final del conjunt de continguts teoricopràctics treballats en l'assignatura. L'examen serà individual i es farà en la data de la convocatòria oficial. La nota de l'examen suposarà el 40% de la nota final (4 punts). Aquesta tasca és recuperable d'acord amb el calendari oficial. La qualificació obtinguda en la recuperació no podrà superar el 5 aprovat.
- L'elaboració i presentació d'un projecte educatiu que mostri l'aplicació pràctica dels continguts treballats a l'assignatura. Aquesta tasca es realitzarà en equip fet que suposa que seran avaluades també les competències de treball en equip. La nota del projecte, la presentació i la competència de treball en equip suposarà el 30% de la nota final (3 punts). Suspendre la competència de treball en equip o l'exposició suposarà el SUSPENS del treball i per tant de l'assignatura.
- Tasques de preparació prèvies a les sessions, activitats de l'assignatura dedicades a la discussió de textos/documentos audiovisuals o a la realització d'activitats d'aplicació pràctica a l'aula. Aquestes tasques seran anunciades oportunament pel professorat de l'assignatura i poden tenir un caràcter individual o d'equip. Aquestes tasques suposen una actitud favorable, participativa i de respecte a l'aula que pot ser directament avaluada a criteri del professorat. Aquestes tasques suposen el 30% de la nota final (3 punts). Del conjunt d'aquestes tasques, les que comportin una exposició a l'aula NO seran recuperables.

Les puntuacions parcials obtingudes a través de totes les tasques i procediments d'avaluació seran vàlides únicament en la convocatòria corresponent i en cap cas es podran mantenir per a convocatòries posteriors de l'assignatura.

Cap tasca pot ser recuperada en el supòsit o constatació de plagi, no entrega a través del mitjà establert pel professorat, impuntualitat injustificada, o incompliment de la normativa de presentació dels treballs.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Booth, T., Ainscow, M. (2011). *Guía para la educación inclusiva. Desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares*. Recuperat de [https://www.oei.es/historico/publicaciones/detalle\\_publicacion.php?id=151](https://www.oei.es/historico/publicaciones/detalle_publicacion.php?id=151)
- Delors, J., Al Mufti, I., Amgi, I., Carneiro, R., Chung, F., Geremek, B.,... Nanzhao, Z. (1996). *La educación encierra un tesoro: Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI*. Recuperat de [http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS\\_S.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF)
- Doin, Germán (2012). *La educación prohibida* [DVD]. Independiente.
- Sharp, R. G., Estrada, P., Stoll, S., i Yamauchi, L.A. (2002). *Transformar la enseñanza: Excelencia, equidad, inclusión y armonía en las aulas y las escuelas*. Paidós.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Manuel Carballo Calvo
G12, presencial, matí	català	Marcela Herrera Garín

### OBJECTIUS

- Proporcionar 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.
- Integar els coneixements generats de 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.

### RESULTATS D'APRENTATGE

1. Compren els fonaments de la psicologia de l'activitat física i l'esport.
2. Adquireix els conceptes psicològics bàsics que els permetin un apropament a la comprensió del comportament i les emocions de l'ésser humà.
3. Identifica els diferents àmbits d'aplicació dels principis psicològics.
4. Integra els coneixements generals de la psicologia aplicant-los correctament a l'activitat física i a l'esport.
5. Aconsegueix aplicar els coneixements adquirits en les diferents àrees d'intervenció.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

### 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.

#### 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. Intel·ligència emocional aplicada a l'esport
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: Principis de reforç i feedback.
9. La motivació: Establiment d'objectius.
10. Comprensió dels processos grupals: El lideratge i Estils de presa de decisió en l'esport.
11. Les relacions entre el professor i/o entrenador i l'esportista i famílies
  - 11.1. El triangle esportiu
  - 11.2. Expectatives del professor i/o entrenador i rendiment de l'esportista.
  - 11.3. Objectius dels entrenadors amb les famílies
12. Programes d'exercici físic:
  - 12.1. Exercici físic i benestar psicològic.
  - 12.2. Adhesió a l'exercici físic.
  - 12.3. Esgotament i sobreentrenament.

## AVALUACIÓ

---

Avaluació de procés:

Tutoria individuals del procés d'aprenentatge seguit a l'assignatura. (RA1,RA2)

Tutories de grup pel seguiment del pla de treball. (RA2, RA3)

**Realització d'activitats de classe 40% TC+STD (no recuperable)** (Es podrà recuperar un treball de classe). Si hi ha més de dos treballs de classe sense fer, l'assignatura queda suspesa (80%)

Si l'alumne no fa sobre el 50% de les STD, l'assignatura queda suspesa. Les STD no són recuperables.

**Exàmens escrits: 30%** ( no es fa mitjana, només un és recuperable):

- Per tenir accés a recuperació, si t'eni els dos exàmens suspesos, heu de tenir un 70% dels treballs de classe aprovats.
- Si tots dos exàmens estan suspesos i se suspèn l'examen de recuperació, l'assignatura queda suspesa.
- En cas de no presentar-se a la recuperació, l'assignatura es donarà per suspesa
- En la recuperació de l'examen, la nota màxima que es pot obtenir és la d'aprovat

**Treball d'investigació relacionat amb el programa de l'assignatura 30%**: Primer lliurament Marc teòric 10%. Fase final del treball 15%, 5% presentació final

**Per aprovar l'assignatura cal tenir aprovades, per separat, tots els instruments emprats en la avaluació dels resultats i del procés.**

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Becker Jr., B., Samulski, D., Teloöken, E. (2011). *Manual de Psicología del Deporte y el ejercicio*. FEEVALE Centro Universitario.
- Buceta, J.M. (2015). *Mi hijo es el mejor y además es mi hijo: Manual de cabecera para padres de deportistas jóvenes*. Dykinson.
- Herrera, M. (2012). *El proceso de inserción del psicólogo en una organización deportiva: Un estudio de caso*. Editorial académica española.
- Vives, D., Romero, R., Rincón, E., Herrera, M. (2016). *Psicología para entrenadores: Factores mentales clave para el rendimiento*. Punto Rojo.
- Weinberg, R., Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico* (4 ed.). Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Tècniques d'Expressió i Comunicació

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Irene Solanich Sanglas Jaume Coll Mariné Sebastià Bennassar Llobera
G12, presencial, matí	català	Irene Solanich Sanglas Jaume Coll Mariné Sebastià Bennassar Llobera

### OBJECTIUS

**Tècniques d'Expressió i Comunicació** dota l'alumnat de les eines necessàries per garantir-li un nivell de competència lingüística i comunicativa perquè es pugui comunicar amb eficàcia i precisió en l'àmbit acadèmic i professional. És una assignatura transversal, que es vincula amb altres assignatures del grau, en la mesura que treballa les eines per produir, comprendre i interpretar textos dels àmbits científic, acadèmic i professional en llengua catalana.

Específicament, els objectius són:

- Desenvolupar estratègies de recerca d'informació, d'anàlisi i de construcció de coneixement a partir de la pròpia experiència i la dels altres, saber-les documentar, fonamentar i comunicar de forma oral i escrita. (T01,T03, B2, G1, G2, GP2, GP3)
- Conèixer i utilitzar els diferents gèneres discursius, orals i escrits, propis dels àmbits universitari i professional. (G1, G2, G8, GP3)
- Aprendre a fer servir la llengua amb rigor lingüístic (estàndard oral i escrit de la llengua catalana) i formal (convencions establertes per la disciplina i la professió). (G18)

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Produeix textos i discursos orals adequats propis de l'àmbit acadèmic i del professional. (RA 1)

- Recopila i interpreta dades i informacions sobre les quals fonamentar les seves conclusions, incloent-hi, quan sigui necessari i pertinent, reflexions sobre qüestions de tipus social, científic o ètic dins l'àmbit dels esports i l'activitat física. (RA 5)

- Actua en les situacions habituals i les que són pròpies de la professió amb compromís i responsabilitat. (RA 7)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Emprar diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.

### CONTINGUTS

1. La competència comunicativa oral i escrita
  - 1.1. El/la professional de CAFE i la comunicació
  - 1.2. L'escriptura acadèmica. Definició, objectius d'escriptura i tipus de destinatari en relació amb:
    - 1.2.1. el coneixement,
    - 1.2.2. el procés d'ensenyament-aprenentatge
    - 1.2.3. els requeriments de la universitat, i
    - 1.2.4. la comunicació
  - 1.3. Registre col·loquial respecte del registre formal: característiques en contrast.
2. El procés de composició textual.
  - 2.1. Planificació: objectiu d'escriptura, destinatari i representació de l'escrit.
  - 2.2. Textualització: anticipacions del destinatari. Model escriptor-lector.
  - 2.3. Revisió: revisions de contingut; revisions de forma. Guies de revisió.
3. El text acadèmic
  - 3.1. Adequació textual. Parts del text i funcionalitat.
  - 3.2. Coherència textual: organització de la informació i progressió temàtica. Puntuació i paràgrafs.
  - 3.3. Cohesió textual: mecanismes de referència, clàusules de relatiu, normalitzacions, connectors i marcadors d'ordre.
  - 3.4. Intertextualitat: citacions directes, citacions indirectes. Obstrucció del plagi.
  - 3.5. Ús convencional d'alguns signes gràfics: cursiva, cometes, canvi de font o de cos de lletra.
4. El discurs oral formal
  - 4.1. Estructura bàsica. Procés de planificació.
  - 4.2. Fluïdesa lingüística. Aspectes no verbals.
  - 4.3. Estratègies de captació de l'atenció. Suports visuals.
  - 4.4. Assaig i autoconfrontació.

## AVALUACIÓ

---

### Avaluació

#### Avaluació de procés:

L'avaluació de l'assignatura és continuada. Al llarg del semestre l'alumnat serà avaluat a partir de tres tipus d'instruments (bloc 1: seguiment d'activitats orals i escrites; bloc 2: projecte d'escriptura i bloc 3: proves parcials) que, d'acord amb el pla de treball, li permetran anar assolint els continguts de l'assignatura. El professorat en farà el seguiment a les sessions de treball dirigit. Cal tenir en compte que:

- Totes les produccions, tant orals com escrites, es realitzaran en llengua catalana.
- S'han d'aprovar tots tres blocs per separat (seguiment d'activitats, projecte i proves).
- El termini de lliurament/execució de totes les activitats de l'avaluació és improrrogable.
- Qualsevol activitat que presenti deficiències formals, de normativa o d'expressió (més de 10 errors diferents) es considerarà no superada.
- El plagi es penalitza amb el no assoliment de l'assignatura.
- Cal consultar regularment l'aula virtual de l'assignatura.

#### Bloc I-Activitats orals i escrites

Les tasques orals i escrites són activitats breus de caràcter individual i/o grupal, que es realitzaran a dins i a fora de l'aula.

La nota d'aquest bloc serà el resultat dels percentatges que s'establiran en aquesta part al llarg del semestre.

Les tasques no realitzades o no presentades en el termini previst equivaldran a un 0 i no es podran lliurar posteriorment.

#### Bloc II-Projecte d'escriptura

El projecte d'escriptura consisteix en l'elaboració d'una biografia esportiva a partir d'una o més lectures.

#### Bloc III-Proves parcials escrites

Proves individuals en què l'estudiant evidencia el seu procés d'aprenentatge durant el curs i al final del període docència.

#### Avaluació de resultats:

L'assignatura té una única convocatòria oficial. La qualificació final serà el resultat de les notes obtingudes dels tres blocs, que cal tenir aprovats per separat, i en els percentatges que s'indiquen a continuació:

- Bloc I: Activitats orals i escrites 30% (R77, R81, R83)
- Bloc II: Projecte d'escriptura 30% (R77, R81, R83)
- Bloc III: Proves escrites 40% (R77)

Durant el període de recuperació només es podran recuperar els blocs II i III.

Pel que fa al bloc I, cal haver superat, separatament, el conjunt d'activitats orals i el conjunt d'activitats escrites.

El projecte d'escriptura, bloc II, es podrà recuperar sempre que s'hagi presentat dins el termini fixat. És indispensable que prèviament el professorat n'hagi fet el seguiment del procés a les STD (20%). Si el resultat del projecte és inferior a 5 o no es pot qualificar per deficiències formals o per errors de normativa, caldrà refer-lo i entregar-lo la setmana de recuperació de l'assignatura (10%).

Quant al bloc III, es faran dues proves: la primera (25% de la nota), a mig semestre, i la segona, al final (75% de la nota). Per superar-lo, cal que la nota resultant d'aquests percentatges sigui un 5 o superior, sempre i quan la segona prova estigui aprovada. Si no és així,

aquest bloc es podrà recuperar mitjançant una única prova en el període de recuperació.

En cas que per algun motiu les tasques no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Casas, M., Castellà, J.M., i Vilà, M. (2016). *Els secrets de parlar en públic : Guia pràctica per a professionals*. Eumo Editorial.
- Cassany, D. (2002). *La cuina de l'escriptura*. Empúries.
- Castellanos i Vila, J.A. (1997). *Quadern: Normativa bàsica de la llengua catalana*. ICE: UAB.
- Coromina, E. (2008). *Manual de redacció i estil*. Eumo Editorial.
- Cuenca, M.J. (2008). *Gramàtica del text*. Bromera.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## Teoria i Història de l'Activitat Física i de l'Esport

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Joan Callarisa Mas Docència Assignable
G12, presencial, matí	català	Josep Casanovas Prat Docència Assignable

### OBJECTIUS

L'estudi de les característiques i de l'evolució de l'activitat física i de l'esport ens aporta una millor comprensió del present i un conjunt d'elements de reflexió de cara a afrontar la nostra tasca en els àmbits esportius i educatius. Els objectius generals de l'assignatura són:

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

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitzar la definició d'esport modern i n'identifica les seves principals característiques. (RA1)
- Relacionar l'esport modern amb la societat contemporània. (RA2)
- Utilitzar de forma adequada documents i bases de dades sobre la història de l'esport. (RA3)
- Mostrar sensibilitat i respecte cap el patrimoni històric i cultural relacionat amb l'esport. (RA4)
- Adquirir coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camp dels esports i de l'activitat física. (RA5)
- Mostra una actitud de motivació i compromís per a la millora personal i professional. (RA6)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.
- Ser capaç de transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic especialitzat i no especialitzat.
- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir

una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

## CONTINGUTS

---

1. Fonaments conceptuals i teòrics sobre l'activitat física i l'esport
  - 1.1. La definició problemàtica de l'esport
  - 1.2. Cronologia, origen i teories sobre l'esport modern
  - 1.3. Els models de difusió de l'esport modern: britànic, centreeuropeu i americà
2. Els precedents històrics de l'esport
  - 2.1. L'activitat física en el món antic
  - 2.2. La Grècia clàssica i els Jocs Olímpics
  - 2.3. El món romà, l'activitat física i els espectacles
  - 2.4. L'activitat física en l'època preindustrial
3. La història de l'educació física
  - 3.1. La relació entre la pedagogia i l'educació física
  - 3.2. Els professionals de l'educació física i els seus estudis
  - 3.3. L'educació física a les escoles i l'esport escolar
4. L'esport: fenomen local i mundial
  - 4.1. Els orígens i desenvolupament de l'esport a Catalunya
  - 4.2. Els organismes internacionals: el moviment olímpic i el COI
  - 4.3. Els jocs olímpics i la societat contemporània.

## AVALUACIÓ

---

**L'avaluació del procés d'aprenentatge** es farà a partir de les diverses activitats individuals i en grup que realitzin els alumnes. Es farà un seguiment a través de tutories individuals i en grup.

**L'avaluació dels resultats** constarà dels elements següents, tots ells recuperables:

- Comentari de text: 20%.
- Lectura: 20%
- Treball Grup: 40% (20% + 20%)
- Qüestionari: 20%.

Es tindrà en compte la participació en les activitats. La nota final s'obté de la suma dels elements anteriors.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Coubertin, P. (2004). *Lliçons de pedagogia esportiva*. Eumo Editorial.
- Mandell, R. D. (1986). *Historia cultural del deporte* (2 ed.). Editorial Bellaterra.
- Pastor Pradillo, J. L. (2000). *Definición y desarrollo del espacio profesional de la educación física en España 1961-1990*. Universidad de Alcalá.
- Pastor Pradillo, J.L. (1997). *El espacio profesional de la educación física en España: Génesis y formación 1883-1961*. Universidad de Alcalá.
- Pujadas, X. (coordinador) (2011). *Atletas y ciudadanos: Historia social del deporte en España (1870-2010)*. Alianza Editorial.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

# ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE SEGON CURS

## Activitats al Medi Natural

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Eduard Comerma Torras Àngel Santamariña Rubio Carles Redorta Peix
G12, presencial, matí	català	Eduard Comerma Torras Àngel Santamariña Rubio Carles Redorta Peix

### OBJECTIUS

- Conèixer la importància de les activitats físicoesportives en el medi natural, principalment en l'àmbit educatiu i el de lleure, però també en la resta d'àmbits professionals.
- Adquirir els coneixements bàsics que capacitin el futur graduat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, per organitzar, coordinar i responsabilitzar-se d'aquestes activitats.
- Conèixer i practicar diferents activitats que es realitzen en el medi natural, per tal de millorar-ne aspectes motrius i tècnics.
- Proporcionar unes experiències de pràctica personal i de vivència de grup per afavorir la cohesió, la cooperació i la interrelació entre els seus components.

### RESULTATS D'APRENTATGE

Practica diferents activitats en el Medi Natural amb seguretat i autonomia.

Coneix, respecta i protegeix el Medi Natural.

Planteja intervencions ajustades a la legislació actual.

Planifica activitats a la natura atenent a diferents propòsits i finalitats.

Resol problemes i situacions pròpies del desenvolupament professional amb actituds emprenedores i innovadores.

Avalua de forma global els processos d'aprenentatge duts a terme d'acord a les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de millora individual.

Recopila i interpreta dades i informacions sobre les que fonamentar les seves conclusions incloent, quan sigui precís i pertinent, les reflexions sobre assumptes de índole social, científica o ètica en l'àmbit dels esports i l'activitat física.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes

formatius i saludables.

### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

## CONTINGUTS

---

- Bloc d'orientació.
  - El mapa, la brúixola i la seva utilització.
  - Interpretació de mapes.
  - El gps i la seva utilització.
  - Les curses d'orientació.
- Bloc de medi natural i meteorologia.
  - Característiques generals.
  - Tipus de paisatge i la seva protecció.
  - La sostenibilitat.
  - Objectius de Desenvolupament Sostenible.
  - Tractament de la informació meteorològica.
- Bloc de BTT.
  - Parts i funcionament d'una BTT.
  - Tècnica de conducció.
  - Regulació i manteniment de les parts principals d'una bicicleta.
- Bloc d'excursionisme.
  - Planificació d'una activitat d'excursionisme.
  - Fitxa tècnica.
  - Gestió de dades GPS.
- Bloc de roca (escalada, ràpel i via ferrada).
  - Tècnica de les diferents activitats.
  - Material de les diferents activitats.
  - Nusos.
- Bloc de sortides professionals i legislació.
  - El lleure i el turisme actiu.
  - Les activitats en l'àmbit educatiu.
  - La legislació vigent.
  - Les titulacions actuals.

## AVALUACIÓ

---

Instruments d'Avaluació:

Bloc d'Orientació (qüestionari + assistència a les 4 pràctiques + avaluació pràctica) 20%

Bloc de Medi Natural i Meteorologia (Examen) 15%

Bloc de BTT (qüestionari + assistència a les dues pràctiques + activitat pràctica) 15%

Bloc Excursionisme (Fitxa tècnica + assistència 2 pràctiques + treball) 25%

Bloc de Roca (qüestionari+ assistència a les 3 pràctiques+ reptes) 20%

Bloc de Sortides professionals i Legislació (activitat) 5%

Observacions d'avaluació:

És obligatori assistir al 70% de les activitats de l'assignatura per aprovar-la.

Hi ha 5 activitats obligatòries que si no es fan s'hauran de recuperar: Cursa d'orientació, sortida a Matagalls, excursió BTT, reptes d'escalada i ràpel i via Ferrada.

Els blocs d'Orientació, Medi Natural, Excursionisme, BTT i Roca s'han d'aprovar per separat però es poden recuperar a la setmana de recuperació.

Màxim es podran recuperar el 50% de les activitats recuperables.

La realització i registre a través de l'aplicació wikiloc de més de 100km d'activitats al medi natural, suposa 0,5 més a la nota final, sempre que l'assignatura estigui aprovada.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Diversos autors (2001). *Certificado de Iniciación al Montañismo*. Barrabés Editorial.
- Fleming, J (1995). *Todo sobre el mapa y la brújula*. Ediciones Desnivel.
- Puch, C (2003). *Introducción al sistema global de posición*. Desnivel.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Bases de la Pràctica d'Activitat Física

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau Jordi Merino Tantiña Ramon Rosanas Orra
G12, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau Ramon Rosanas Orra
G40, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau Jordi Merino Tantiña Ramon Rosanas Orra

### OBJECTIUS

---

- Conèixer els continguts teòrics bàsics de certs aspectes de teoria d'entrenament per tal de poder realitzar pràctiques significatives
- Experimentar amb el propi cos tot un seguit de mètodes i exercicis d'entrenament.
- Conèixer i dominar certs exercicis bàsics d'entrenament esportiu.
- Passar-ho bé practicant activitat física.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

RA 5 Mostra tenir una base d'experiència teòrica i pràctica per poder iniciar-se en el món pràctic de l'entrenament

RA 6 Reconeix diferents treballs pràctics relacionats amb la temàtica de l'assignatura i genera noves idees

RA 1 Analitza èticament situacions d'injustícies i desigualtats proposant mesures compensatòries

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.

#### Específiques

- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

#### Transversals

- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.

### CONTINGUTS

---

- Principis generals d'entrenament i síndrome general d'adaptació
- Mètodes i mitjans bàsics en l'entrenament de les vies metabòliques
- Mètodes i mitjans bàsics en l'entrenament de la força
- Pràctica de diferents tasques i exercicis relacionades amb la teoria treballada

### AVALUACIÓ

---

Per poder tenir dret a l'avaluació formativa s'ha d'assistir a un 80% de les sessions.

Davant de lesions importants el consell és no iniciar l'assignatura. Si la lesió es produeix en el transcurs del curs es valorarà en aquell moment.

Important:

- La setmana de tancament no és setmana de recuperació.
- si es suspèn més d'un 50% de l'assignatura no hi ha possibilitat de recuperar-la al mateix any.

### **Avaluació**

#### **Cal aprovar cadascuna de les parts**

- Participació en les pràctiques de forma activa i alegre 20%
- Entrega de diferents exercicis al llarg del curs 15%
- Execució de diferents exercicis i proves d'aptitud física 20%
- Avaluacions formatives al llarg del curs 45%. Cal aprovar-les per tal de poder aprovar l'assignatura.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Baechele, T. (2007). *Principios del entrenamiento de la fuerza y del acondicionamiento físico* (2 ed.). Panamericana.
- Verkhoshansky, Y.V. (2000). *Superentrenamiento* (2 ed.). Paidotribo.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Paidotribo.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Biomecànica del Moviment Humà

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Arnau Baena Riera Xantal Borràs Boix
G12, presencial, matí	català	Arnau Baena Riera Xantal Borràs Boix

### OBJECTIUS

---

La biomecànica és una disciplina bàsica per a la comprensió de l'execució de la tècnica esportiva per tal d'incrementar-ne el rendiment i prevenir lesions.

Els objectius de l'assignatura són:

- Conèixer els fonaments mecànics bàsics dels moviments esportius.
- Conèixer les aplicacions de la biomecànica en l'entrenament i la salut.
- Analitzar el moviment aplicant els coneixements teòrics i pràctics adquirits.

Els continguts es treballaran tant de manera teòrica com pràctica.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

1. Mostra nocions de biomecànica bàsica aplicades a l'educació física i l'esport.
2. Analitza un moviment esportiu aplicant els coneixements mecànics bàsics.
3. Utilitza de forma correcta la tecnologia videogràfica per a l'anàlisi del moviment.
4. Entén el comportament de la força per poder iniciar-se en l'entrenament esportiu.
5. Recopila i interpreta dades i informacions sobre les que fonamentar les seves conclusions incloent-hi, quan calgui, les reflexions sobre assumptes d'indole social, científica o ètica en l'àmbit dels esports i l'activitat física.
6. Es desenvolupa correctament en l'ús general de les TIC i especialment en els entorns tecnològics propis de l'àmbit professional.

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per al treball en equip.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Identificar els factors biomecànics de risc de lesions en la pràctica de l'activitat física i programar continguts per a la prevenció de lesions i la readaptació esportiva.

#### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

#### Transversals

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

### CONTINGUTS

---

BLOC 1: INTRODUCCIÓ I FONAMENTS.

1.1 Objectius.



1.2 Fonaments (tipus moviments i contraccions, patrons, magnituds, sistemes de referència).

## BLOC 2: CINEMÀTICA

2.1 Cinemàtica lineal

2.2 Cinemàtica angular.

## BLOC 3: CINÈTICA.

3.1 Força i Moment de força.

3.2 Equilibri i estabilitat.

3.3 Llei de la palanca.

3.4 Lleis de Newton.

## BLOC 4: ENERGIA - TREBALL - POTÈNCIA.

## BLOC 5: BIOMECÀNICA MUSCULAR.

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació de l'assignatura es realitza mitjançant diversos blocs que s'han d' **aprovar (nota igual o superior a 5) per separat** .

### 1. Part formativa (40%)

Aquest bloc és **formatiu i no és recuperable**. Si la seva nota és inferior a 5, l'assignatura quedarà suspesa.

- 1.1. Visionat de capsules - resposta de qüestionaris **(10%)**.
- 1.2. Assistència a classe (en sessions de grup classe i/o grup partit) **(10%)**
- 1.3. Activitats pràctiques (LABS) (en sessions de grup partit) **(10%)**
- 1.4. Activitats complementaries **(10%)**.

Cada activitat feta es valora del 0 al 10. La resposta de qüestionaris i de les activitats complementaries són virtuals (1.1 i 1.4) tenen un termini de compleció especificat en l'aula virtual. Passat el termini no es podran realitzar (atenció perquè si no es fan, l'aula virtual no dona possibilitat a que es puguin fer servir per repassar). Les sessions de classe i les activitats que es fan a l'aula es valoren a partir de l'assistència, si no es ve a classe es puntuaran amb un 0, tot i que els estudiants tindran el dossier amb les preguntes i acabat el termini de presentació dels continguts tindran també el solucionari per poder repassar. En les activitats pràctiques (LABS) es valora tan l'assistència (50%), com l'entrega de l'activitat (50%) dins del període establert. No es podran entregar si no s'ha assistit a classe.

### 2. Part coneixements adquirits (60%)

- 2.1. Avaluació continuada 1 (25%).
- 2.2. Avaluació continuada 2 (25%).
- 2.3. Activitat biomecànica muscular (10%).

L'activitat de **biomecànica muscular no és recuperable** . Les **avaluacions continuades** s'han d'aprovar per separat i **es poden recuperar** de manera independent en la setmana de recuperació sempre i quan no superin el 50% del total de l'assignatura (ex. si el bloc formatiu té una nota inferior a 5 no es podrà optar a recuperació si les dues avaluacions continuades estan suspeses).

Els exàmens faran mitja entre ells a partir del 4.5, però el bloc teòric estarà aprovat i podrà fer mitja amb els altres blocs quan tingui una **nota igual o superior a 5** . Si les dues avaluacions continuades estan suspeses es farà un examen únic en la setmana de recuperació. Si es va a la setmana de recuperació amb un sol parcial i aquest es suspèn, queda tota la teoria suspesa. Si a la setmana de recuperació un alumne es presenta a l'examen per pujar nota ha de saber que: (1) ha d'avisar amb un termini de 3 dies després de penjar les notes, (2) si la nota de l'examen (total o parcial) és més baixa que la que tenia, se li baixarà la nota de l'assignatura (3) si es suspèn l'examen (total o parcial), l'assignatura quedarà suspesa.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Bartlett, R (2014). *Introduction to Sports Biomechanics. Analysing Human Movement Patterns*. Recuperat de [http://www.profedf.ufpr.br/rodackibiomecanica\\_arquivos/Books/Introduction%20to%20Sports%20Biomechanics.pdf](http://www.profedf.ufpr.br/rodackibiomecanica_arquivos/Books/Introduction%20to%20Sports%20Biomechanics.pdf)
- Izquierdo, M (2008). *Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte*. Editorial Médica Panamericana.
- Knudson, D (2007). *Fundamentals of Biomechanics*. Recuperat de [http://www.profedf.ufpr.br/rodackibiomecanica\\_arquivos/Books/Duane%20Knudson-%20Fundamentals%20of%20](http://www.profedf.ufpr.br/rodackibiomecanica_arquivos/Books/Duane%20Knudson-%20Fundamentals%20of%20)
- Marcos Gutiérrez Dávila Gutiérrez Dávila, Marcos (1998). *Biomecánica Deportiva: Bases para el Análisis*. Síntesis.
- Pérez Soriano, P, Llana Belloch, S (2015). *Biomecánica básica: Aplicada a la actividad física y el deporte*. Paidotribo.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Cinesiologia

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas David Gómez Cazorla Ramon Rosanas Orra
G12, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas David Gómez Cazorla Ramon Rosanas Orra

### OBJECTIUS

- L'assignatura inclou l'estudi anatòmic del cos humà. L'estudiant ha de ser capaç de reconèixer i descriure l'anatomia del cos humà: òrgans i sistemes del cos humà sa, fent èmfasi especial en l'anatomia i la funció de l'aparell locomotor.
- L'alumnat ha de poder adquirir una visió àmplia de l'acte motor, entenent-lo com un fenomen complex en el qual participen diferents òrgans de l'economia del cos humà.

### RESULTATS D'APRENTATGE

1. Identifica i localitza els diversos òrgans anatòmics del cos humà.
2. Descriu de forma correcta les estructures anatòmiques de l'aparell locomotor.
3. Coneix les estructures anatòmiques que intervenen en el moviment.
4. Adquireix coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics, pràctics i metodològics del treball en el camp dels esports i de l'activitat física.
5. Mostra habilitats per a l'anàlisi de situacions des d'una perspectiva global i intel·lectual, passant en relació elements socials, culturals, econòmics i polítics segons correspongui.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Motivació per la qualitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.

#### Específiques

- Adquirir coneixements anatòmics, fisiològics i fisiopatològics del cos humà en relació amb l'activitat física per entendre com s'emmalalteix, quines repercussions té i com es prevenen i es tracten les malalties.
- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

### CONTINGUTS

#### Nivells d'organització del cos humà

#### Anatomia de l'aparell locomotor. Osteologia, artrologia i miologia:

Estudi anatòmic i funcional del cap.

Estudi anatòmic i funcional del tronc.

Estudi anatòmic i funcional de les extremitats superiors.

Estudi anatòmic i funcional de les extremitats inferiors.

### **Esplacnologia**

Sistema cardiovascular  
Sistema respiratori  
Aparell digestiu  
Sistema renal  
Sistema nerviós

## **AVALUACIÓ**

---

### **AVALUACIONS (60 %)**

Hi haurà quatre avaluacions al llarg del semestre:

- 1.Osteologia (20%)
- 2.Artrologia (10%)
- 3.Esplacnologia (10%)
- 4.Miologia (20%)

Per poder fer mitjana de les diferents avaluacions, la nota mínima és de 5 de cada avaluació per separat.

### **ACTIVITATS STD (40%)**

Activitats a l'aula grupals o individuals, treballs, qüestionaris moodle de caràcter individual, relacionades amb els temes desenvolupats a les classes teòriques o pràctiques.

- 1.Artrologia (15%)
- 2.Anàlisi moviment (25%)

Per poder fer mitjana de les diferents STDs, la nota mínima és de 5 de cada activitat STD per separat.

**Per aprovar l'assignatura cal tenir aprovades, per separat, cada una de les parts: avaluació i activitats STD.**

### **RECUPERACIONS:**

Hi ha un període d'avaluació complementària o recuperació **per aquell alumnat que hagi superat el 50 % de la nota final de l'assignatura.**

- 1.Avaluacions: en cas que algun alumne no hagi superat alguna d'aquesta activitat, haurà de recuperar-la la setmana de recuperacions.
- 2.Activitats STD:En cas que algun alumne no hagi fet/superat aquestes activitats, s'hauran de lliurar segons data fixada abans de la data de recuperació.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Gilroy, AM., Schulte, E., Schumacher, U., et al. (2016). *Prometheus atlas de anatomía* (2 ed.). Médica Panamericana.
- Netter, F. (2019). *Atlas de anatomía humana* (7 ed.). Elsevier.
- Waschke, J. and Paulsen, F. (2018). *Sobotta. Atlas de anatomia humana : Vol 1: Anatomia general y aparato locomotor* (24 ed.). Elsevier.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esport Col·lectiu II. Handbol

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau
G12, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau

### OBJECTIUS

El plantejament de l'assignatura és donar a conèixer un esport poc conegut i practicat en la nostra societat. L'handbol ens ofereix un gran ventall de possibilitats d'actuació en qualsevol situació i indret.

- Reconèixer l'handbol com a mitjà per al desenvolupament integral del nen.
- Conèixer i saber aplicar els continguts tècnics, tàctics, reglamentaris..., de la iniciació a l'handbol.
- Adquirir recursos metodològics per a l'entrenament de l'handbol.
- Experimentar amb les pràctiques diàries de l'handbol.
- Transferir coneixements adquirits al llarg de l'assignatura al propi esport.

### RESULTATS D'APRENTATGE

RA 1 Analitza de forma global gests tècnics aplicats a l'esport

RA 4 Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva

RA 6 Planifica la intervenció en les diferents etapes d'iniciació esportiva

RA 8 Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb els objectius i el temps que disposa

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

### CONTINGUTS

- 1.L'entrenador en iniciació.
  - 1.1.L'entrenador de formació
  - 1.2.La filosofia d'entrenament
  - 1.3.Drets dels jugadors
  - 1.4.Diferència entre experts i novells
- 2.Aspectes metodològics de l'entrenament en iniciació.
  - 2.1.Pràctica significativa (objectius i continguts)
  - 2.2.Construcció de sessions d'handbol

3. Etapes i fases de l'aprenentatge de l'handbol. (visió de diferents autors)

3.1. Planificar en iniciació.

3.2. Les etapes d'iniciació.

4. Continguts desenvolupats en les etapes d'iniciació de l'handbol.

5. Aspectes bàsics del reglament

## AVALUACIÓ

---

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

Important:

- Si queda suspès més d'un 50% de l'assignatura no es pot recuperar. Directament queda pel curs vinent.
- La setmana de tancament no és una setmana de recuperació.
- S'han d'aprovar totes les parts per separat.
- l'assistència mínima ha de ser d'un 75%

Avaluació

**Avaluació continuada (AC):** per als alumnes que realitzin totes les activitats, treballs i avaluacions formatives en la temporalitat marcada pel professor. Per poder-hi tenir accés és indispensable complir amb el 80% d'assistència. \*

- Elaboració d'un vídeo i anàlisi + elaboració d'una sessió per etapa. 25%
- Entrega de diferents activitats proposades. S'han d'entregar el dia que toca. 20%
- Actitud i participació activa en el transcurs de les sessions realitzades 15%.
- Avaluacions formatives (1 o 2) 40%

Donades les circumstàncies excepcionals degut al COVID-19 podrà haver-hi adaptacions en el desenvolupament de les sessions per part del professorat.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Antón García, J.L. (1990). *Balonmano fundamentos y etapas del aprendizaje*. Gymnos.
- Antón García, J.L. (2000). *Balonmano; Perfeccionamiento y etapas del aprendizaje*. Inde.
- Bayer, C. (1987). *Técnica del Balonmano*. Hispano Europea.
- Muller, M. (2000). *Balonmano; Entrenarse jugando*. Paidotribo.

## Esport Col·lectiu III. Rugbi

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Mariano Pasarello Clerice
G12, presencial, matí	anglès	Mariano Pasarello Clerice

### OBJECTIUS

Segons la llegenda, va ser el 1823, a la ciutat de Rugby, on William Webb Ellis, durant un partit d'una mena de futbol, va agafar la pilota amb les mans i va córrer fins a la porteria contrària. Aquest fet transgressor va crear el joc de batalla codificat que coneixem avui amb el nom de *rugbi*. El rugbi és un esport de contacte, col·lectiu i de pilota. El rugbi és una manera de viure i de formar a la persona a través d'aquest esport. És un joc de persones que de manera constant s'enfronten a l'adversitat i intenten superar-la amb gran esforç i amb una exagerada quota de lleialtat.

El rugbi, en definitiva, és un esport molt integrador on tothom hi té cabuda, i amb un alt valor educatiu i formatiu.

El coneixement de les característiques pròpies de l'esport, així com la seva dimensió humana i social, serà l'eix vertebrador de l'assignatura, i dotarà l'alumnat dels coneixements i els recursos necessaris per poder aplicar el rugbi tant en l'àmbit escolar, com en el recreatiu i competitiu.

- Conèixer el rugbi i la seva dimensió educativa.
- Desvetllar en els alumnes l'interès per la iniciació del rugbi.
- Aprendre les destreses i habilitats específiques bàsiques d'aquest esport.
- Conèixer les estructures tècniques i tàctiques bàsiques d'aquest esport per elaborar programes d'iniciació esportiva.
- Adquirir els coneixements i les actituds necessaris per analitzar l'esport en els seus estadis més bàsics.

### RESULTATS D'APRENTATGE

Executa de forma correcta accions pròpies de l'esport del rugbi. (RA 3)

Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva del rugbi. (RA 4)

Defineix els objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb els mateixos objectius i el temps del que disposa. (RA8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conviure en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

### CONTINGUTS

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. Regles fonamentals de joc
  - 2.2. Elements de l'esport
3. Aproximació a l'estructura funcional del joc
  - 3.1. Principis del joc
  - 3.2. Fonaments tècnics i tàctics individuals
  - 3.3. Fonaments tècnics i tàctics col·lectius

## AVALUACIÓ

---

A key function of assessment is to promote high-level learning. Assessment is also the primary mechanism that enables students to demonstrate they have achieved the learning outcomes of the programme on which they are registered and fulfilled the standards required of the award. Given its dual purpose, assessment is not merely the evidence that learning outcomes have been achieved but a crucial aspect of a high-quality student learning experience.

The formative assessment will be for the students that will follow all the work pace, submitting all the assignments and passing all the activities in the module.

**Attendance of the 75%** to the classes is the **minimum required** to have access to the formative assessment.

**A pass of the module will be awarded where a student achieves at least 50% in each of the assessment components 1, 2 and 4. If in any of the mentioned components (1, 2 and 4) the student does not achieve at least 50% of the grade, the student will not be able to pass the subject.** The overall student grade or mark for the module with reference to module assessment criteria, will come out after adding all the percentages' components. Students who fail any of the components of the module at the first attempt will be provided with an opportunity to make good the failure through reassessment, only when possible. In such cases, the student will be offered reassessment in the failed components of the module.

Assessment Components:

1. Five **Multiple Choice Test**, **10%** of the grade (non recoverable activity).
2. **Written exam**, **23%** of the grade (recoverable activity).
3. Test of the **Laws of the Game** = Written Test + Signals's Test + Multiple Choice Test, **19%** of the grade (recoverable activity).
4. **Tournament project** **20%** (non recoverable activity).
5. Proceeding assessment will consist of three practical tests, **three games**, **28%** of the grade (8% group game+8% class game+12% tournament game) (non recoverable activities).

Things to consider:

If you participate with the rugby team of the University throughout the semester, you can be awarded one extra point to the whole subject. And also, each two practices that somebody carries on with the rugby team, you will be awarded one attendance.

Injured students will be awarded only half of the attendance.

It is possible to be awarded extra points, as a means of improving marks or grades. Inquire the lecturer.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Buzón Hoyos, Alejandro (2008). *Playing rugby : [propuestas didácticas de rugby para la Educación Secundaria Obligatoria]*. Wanceulen.
- Collins, Tony (2016). *The oval world : a global history of rugby*. Bloomsbury Sport.
- New Zealand Rugby Union (2002). *Rugby skills & drills manual*. New Zealand Rugby Union.
- Pook, Paul (2012). *Complete conditioning for rugby*. Human Kinetics.
- Timón Benítez, Luis Manuel, coord.; Hormigo Gamarro, Fran, coord. (2010). *El Rugby como contenido en la educación física escolar : juegos y actividades con implicación cognitiva para su desarrollo*. Wanceulen.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## Esport Col·lectiu IV. Futbol

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Eduard Batlle Basart Albert Altarriba Bartés Laia Planella Turon
G12, presencial, matí	català	Eduard Batlle Basart Albert Altarriba Bartés Laia Planella Turon

### OBJECTIUS

Aquesta assignatura emmarcada dins els esports col·lectius de segon de Grau de CAFE presenta una proposta didàctica, metodològica i conceptual per a l'entrenament en l'etapa d'iniciació al futbol. També utilitza les comparatives amb altres programes referents a aquesta etapa inicial del futbol per augmentar les competències de discussió dels alumnes i enriquir-los perquè siguin ells mateixos els que creïn la seva proposta d'entrenament.

#### Objectius:

1. Identificar els fonaments teòrics de diferents propostes d'iniciació al futbol
2. Fer servir una metodologia en els processos d'entrenament del futbol
3. Aplicar els principis de la didàctica de l'entrenament per a processos d'iniciació al futbol
4. Augmentar el nivell de discussió en el futbol fonamentant l'esperit crític
5. Aprendre els principis bàsics per programar una temporada d'iniciació al futbol
6. Aprendre a realitzar l'anàlisi conductual d'un entrenador

### RESULTATS D'APRENTATGE

- RA 4 -Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva en el futbol
- RA 5 -Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada a la iniciació al futbol
- RA 6 -Planifica la intervenció en les diferents etapes de la iniciació al futbol
- RA 7 -Recopila i interpreta dades i informacions sobre les quals fonamentar les seves conclusions incloent, quan sigui precís i pertinent, les reflexions sobre assumptes de caràcter social, científic o ètic en l'àmbit dels esports i l'activitat física

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

### CONTINGUTS

1.- L'etapa d'iniciació en el futbol

1.1.- Marc teòric

- 1.2.- Metodologia
- 1.3.- Continguts d'entrenament
- 1.4.- Discussió amb altres propostes

- 2.- Didàctica de l'entrenament
- 3.- L'anàlisi conductual de l'entrenador
- 4.- La planificació i programació d'una temporada

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació de tots els alumnes de **forma obligatòria** contemplarà l'avaluació dels resultats d'aprenentatge (100%) en 5 blocs:

- **Bloc I:** 50%\*. Examen (RA 18 i 20). Constarà de dues proves, una amb continguts teòrics (25%) i una altra amb continguts d'aplicabilitat pràctica (25%). Cal treure una nota mitjana (de les dues proves) mínima de 5 per poder aprovar l'assignatura. No obstant, no es farà mitjana si una de les dues proves té una nota inferior a "4". És "**Recuperable**" i únicament s'hauran de recuperar **obligatòriament** les proves suspeses amb nota inferior a "4". En el suposat cas que les dues proves estiguin suspeses amb una nota inferior a "5", i una o les dues estiguin entre "4" i "5" l'alumnat podrà escollir recuperar-ne únicament una o bé les dues tenint en compte que la mitjana haurà d'estar per sobre "5". A l'examen de recuperació només es podrà optar a una nota de "6". La nota que prevaldrà serà la de recuperació, tant si és superior com inferior a la convocatòria ordinària.
- **Bloc II:** 17% Avaluació continuada (RA 21, 19 i 18). Consta de tres activitats. Activitat 1: pràctica entrenador (10%), Activitat 2: anàlisi conductual vídeo (5%), Activitat 3: anàlisi conductual fitxa (2%). La pràctica d'entrenador i l'anàlisi conductual amb vídeo es fan en grup, mentre que l'anàlisi conductual de la fitxa es farà de forma individual. Únicament es farà mitjana entre les activitats si totes estan aprovades o com a màxim una d'elles està suspesa, en cas contrari quedarà el bloc suspès en la seva totalitat. L'avaluació continuada és en tots els casos **NO recuperable**.
- **Bloc III:** 8% Articles: lectura i anàlisi d'articles relacionats amb la temàtica de l'assignatura. Individual. Únicament farà mitjana entre els articles si tots estan aprovats o com a màxim un d'ells està suspès, en cas contrari quedarà el bloc suspès en la seva totalitat. **NO recuperable**
- **Bloc IV:** 25%\*. Treball (RA 20). En grup. **NO recuperable (veure excepcions)**.
- **Bloc V:** Assistència i participació en les classes pràctiques (mínim obligatori per tenir dret a avaluació ordinària i a qualificació final: 80%), tot aprofitant-les i mostrant actitud activa i participativa (APTE/NO Apte). **NO recuperable**.

Per **superar l'assignatura** cal en primer lloc obtenir la qualificació d' **APTE en l'apartat d'assistència** (80%), així com complir amb els altres requeriments d'aquest apartat. Es contempla poder cursar i aprovar l'assignatura en cas de lesió (sempre i quan s'assisteixi presencialment i es realitzin les activitats assignades pel professorat).

En segon lloc, l'alumnat haurà de superar la resta d'elements d'avaluació dels resultats d'aprenentatge. Per aquesta qüestió cal tenir en compte que per superar l'assignatura **s'han d'aprovar de forma obligatòria totes les evidències qualificadores (blocs) per separat**, ja que avaluen competències diferents en cada cas. En el cas de l' **avaluació continuada i Articles (Bloc II i Bloc III)** es contempla superar aquesta part **si únicament una de les activitats o un dels articles no està aprovat, però la mitjana de les proves d'aquell bloc és igual o superior a una nota de 5 punts**. Si hi ha **més d'una activitat suspesa o la mitjana del bloc està per sota una nota de "5"**, el bloc d'avaluació continuada i el bloc d'articles quedarà **suspès en la seva totalitat**. En el cas del **treball en grup (Bloc IV)** es podrà **recuperar si els Blocs I, Bloc II i Bloc III estan aprovats**, però únicament es podrà optar a una nota de "5" en la recuperació.

Tanmateix, l'alumnat que **no superi el 50%** de l'assignatura (evidències qualificadores) al finalitzar la primera convocatòria (ordinària), ja **no tindrà dret a avaluació complementària (recuperació) posterior**, en segona convocatòria.

**No es preveu en cap cas** que els alumnes puguin optar a **millorar la qualificació de cap evidència** durant el curs o setmanes de recuperació.

La **no superació de l'assignatura** suposa en **tots els casos la repetició completa d'aquesta** en cursos acadèmics posteriors.

\*Es recorda que s'apliquen detectors de plagi en totes les correccions. Per aquest motiu, una **activitat** que presenti un **percentatge de plagi superior al 30%** serà **considerada "NO Apte" o "Suspesa"**. Per altra banda, percentatges inferiors considerats significatius poden comportar la disminució de la nota final. En el cas que **en una de les activitats d'un dels blocs o en l'examen es detecti plagi**, farà que la **totalitat del bloc quedi suspesa i no es pugui recuperar**.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Riera, J (2005). *Habilidades en el deporte*. Inde.
- Sans, A., Frattarola, C (1996). *Entrenamiento en el fútbol base-AT1* (2 ed.). Paidotribo.
- Wein, H (2004). *Fútbol a la medida del niño (vol.I)*. Gymnos.
- Wein, H (2004). *Fútbol a la medida del niño (vol.II)*. Gymnos.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esport Individual III. Natació

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 4,5

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Núria Berenguer Carrera
G12, presencial, matí	català	Núria Berenguer Carrera

### OBJECTIUS

L'assignatura es divideix principalment en dues parts i pretén aproximar als alumnes a una visió educativa de l'ensenyament i l'aprenentatge de la natació.

La primera part els alumnes s'endinsaran en un procés d'observació de la pròpia tècnica i la dels altres. S'analitzaran els models presentats, i s'iniciaran una fase de contrast i de presa de decisions per a la millora de la pròpia tècnica.

La segona part es presentarà una visió educativa de l'ensenyament i l'aprenentatge de la natació en la qual es proposaran diferents plantejaments metodològics per a l'aprenentatge de la tècnica de la natació. S'analitzarà la proposta SRP (Ramírez, E.) com a estratègia per a implicar l'alumne en el seu propi procés d'aprenentatge en base al treball en equip.

Per últim, es farà una breu introducció al reglament i a la natació de competició.

#### Objectius:

1. Analitzar els quatre models d'estils de natació.
2. Identificar en un mateix i en els altres els errors tècnics realitzats en els quatre estils.
3. Ser capaç d'analitzar, contrastar i prendre decisions en relació a la millora de la pràctica d'un/a company/a.
4. Ser capaç de treballar en equip.
5. Dissenyar tasques didàctiques adequades per corregir els errors.
6. Millorar la tècnica individual dels estils de natació i ajudar a millorar la tècnica d'un company/a.
7. Conèixer i dominar els fonaments tècnics de la natació educativa.
8. Conèixer diferents estratègies d'ensenyament d'acord a diferents patologies per a implicar a l'alumnat en els processos d'ensenyament-aprenentatge de la natació.
9. Analitzar i contrastar les metodologies aplicades en un curs de natació envers els continguts treballats a l'aula.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza de forma global els gests tècnics aplicats a la natació (RA 1).
- Observa i analitza els errors tècnics aplicats a l'aprenentatge dels estils de natació (RA 2).
- Executa i coordina de forma correcta els gests tècnics dels diferents estils de natació (RA 3).
- Analitza i selecciona les diferents metodologies que fomenten la participació de l'alumnat en el procés d'aprenentatge dels estils de natació (RA 4).
- Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya un procés de desenvolupament coherent i realista amb els mateixos objectius i el temps del qual es disposa (RA 8).

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir

una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

## CONTINGUTS

---

- Introducció al medi aquàtic:
  - El medi aquàtic: aspectes generals.
  - Contextos i àmbits de les activitats aquàtiques.
  - Principis hidrodinàmics bàsics.
- Model tècnic dels quatre estils de natació:
  - Crol.
  - Esquena
  - Braça
  - Papallona.
- Etapes d'ensenyament- aprenentatge.
- Estratègies metodològiques en el disseny de tasques d'ensenyament- aprenentatge.
- El feedback i tipus
- Natació de competició:
  - Reglament bàsic de natació.

## AVALUACIÓ

---

Avaluació continua i formativa.

L'avaluació de l'alumne tindrà una única via contínua on s'hauran de realitzar i superar totes les activitats, treballs i avaluacions formatives proposades pel professorat i tenir un mínim d'assistència del 75% a les classes pràctiques.

La qualificació final de l'alumne es desprèn de les següents activitats d'avaluació que han de ser superades per separat. En el cas que es tingui més d'un 50% de les activitats a avaluar suspeses en primera convocatòria, ja no hi ha opció de recuperar en segona convocatòria.

- Treball de vídeo referent a l'evolució i millora individual dels estils de natació (40%).
- Informe de coavaluació acompanyament company/a final del procés (10%)
- Informe coavaluació vídeo company/a de classe amb qui no he treballat (10%)
- Treball en grup (20%)
  - Observació i reflexió escrita del procés metodològic d'un curs de natació en un context real.
- Examen teòric (10%)
- Fitxes escrites sessions dels 4 estils (10%)

Els alumnes lesionats hauran de realitzar fitxes de les sessions o se'ls hi proposaran activitats alternatives per compensar la no participació activa durant la sessió.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Arellano, R. (2010). *Entrenamiento técnico de la natación*. Cultivalibros.
- Bolívar, A; Moya, J. (2007). *Las competencias Básicas: Cultura imprescindible de la ciudadanía*. Proyecto Atlántida.
- Gómez, J.M. (2012). *Enseñanza de los estilos de natación: crol, espalda, mariposa, braza*. Wanceulen.
- Pujolàs, P. (2008). *Cooperar per aprendre i aprendre a cooperar: El treball en equips cooperatius com a recurs i com a contingut*. Suports.
- Reischle, K. (1993). *Biomecánica de la natación*. Gymnos.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Fisiologia de l'Exercici

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Daniel Aragonés Niño David Gómez Cazorla
G12, presencial, matí	català	Daniel Aragonés Niño

### OBJECTIUS

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

Cal que l'estudiant conegui i domini les bases fisiològiques que condicionen les activitats motrius, així com el comportament normal de l'ésser humà i l'adaptació a l'exercici físic.

L'alumnat ha de poder adquirir una visió àmplia de l'acte motor, entès com un fenomen complex, en el qual participen diferents òrgans de l'economia del cos humà.

L'objectiu dels tallers de pràctiques és comprendre la importància de conèixer els fenòmens de la fisiologia de l'exercici en relació amb altres assignatures relacionades, com ara entrenament esportiu, rendiment, activitat física i salut... També serviran per adquirir una base conceptual i experimental que li permetin seleccionar les diferents modalitats de valoració funcional per obtenir, analitzar i valorar la informació obtinguda de forma científica.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Identifica de forma correcta les bases fisiològiques de la resposta del cos humà a l'Activitat Física. (RA 1)
- Coneix les vies metabòliques implicades en els diferents esports. (RA 2)
- Aplica adequadament diferents adaptacions fisiològiques a l'exercici (RA 3)
- Interpreta adequadament les proves de laboratori i les aplica en la programació i planificació de l'exercici. (RA 4)
- Aplica els seus coneixements i la comprensió d'aquests a la resolució de problemes en àmbits dels esports i l'activitat física complexos o professionals que requereixen l'ús d'idees creatives i innovadores (RA 5)
- Es desenvolupa en contextos d'interacció virtual mitjançant l'ús de les TIC (RA 6)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Creativitat.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Adquirir coneixements anatòmics, fisiològics i fisiopatològics del cos humà en relació amb l'activitat física per entendre com s'emmalalteix, quines repercussions té i com es prevenen i es tracten les malalties.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.
- Seleccionar i aplicar els mètodes, estratègies, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física per a la salut en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

## Bàsiques

- Desenvolupar les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un grau alt d'autonomia.
- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.
- Ser capaç de transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic especialitzat i no especialitzat.
- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

## Transversals

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

### Bloc 1. Control muscular del moviment

- 1.Estructura i funció dels músculs esquelètics.
  - 1.1.Fibra muscular.
  - 1.2.Formacions connectives.
  - 1.3.Miofibril·les.
  - 1.4.Acoblament electromecànic.
  - 1.5.Acció de les fibres musculars.
- 1.Músculs esquelètics i exercici.
  - 1.1.Fibres musculars de contracció lenta i de contracció ràpida.
  - 1.2.Mobilització ordenada de les fibres musculars.
  - 1.3.Tipus de fibra i èxit esportiu.
  - 1.4.Força muscular: concepte i tipus d'acció muscular.

### Bloc 2. Control neurològic del moviment

- 1.Estructura i funció del sistema nerviós.
  - 1.1.Neurones.
  - 1.2.Impuls nerviós.
  - 1.3.Sinapsis.
  - 1.4.Unió neuromuscular.
  - 1.5.Neurotransmissors
  - 1.6.Resposta postsinàptica.
  - 1.7.Unitat motora. Tipus.
  - 1.8.Mobilització ordenada de les fibres musculars
- 1.Sistema nerviós central.
  - 1.1.Encèfal.
  - 1.2.Medul·la espinal.
  - 1.3.Organització funcional del SNC: autònom i somàtic.
  - 1.4.Nivells d'organització del SNC.
- 1.Sistema nerviós perifèric.
  - 1.1.Nervis raquidis.
  - 1.2.Parells cranials.
- 1.Sistema sensorial.
  - 1.1.Receptors sensorials.
  - 1.2.Vies sensorials.
  - 1.3.Àrees
- 1.Sistema motor.
  - 1.1.Sistema piramidal.
  - 1.2.Sistema extrapiramidal.
- 1.Integració sensoromotora.
  - 1.1.Entrada sensorial.
  - 1.2.Control motor.
  - 1.3.Activitat reflexa.
  - 1.4.Centres superiors del cervell.
  - 1.5.Engrames.
  - 1.6.Reacció motora.
- 1.Sistema nerviós autònom o vegetatiu.

### Bloc 3. Sistemes energètics en l'exercici.

1. Energia per a l'activitat cel·lular.
  - 1.1. Fonts energètiques: carbohidrats, lípids i proteïnes.
  - 1.2. Ritme d'alliberació de l'energia.
1. Bioenergètica: producció d'ATP.
  - 1.1. Sistema ATP-PC.
  - 1.2. Sistema glucolític.
  - 1.3. Sistema oxidatiu.
  - 1.4. Metabolisme de les proteïnes.
  - 1.5. Capacitat oxidativa dels músculs.
1. Mesura de la utilització d'energia durant l'exercici.
  - 1.1. Calorimetria directa.
  - 1.2. Calorimetria indirecta.
  - 1.3. Quocient respiratori.
  - 1.4. Estimació de l'esforç anaeròbic.
1. Consum energètic en repòs, durant l'exercici i la recuperació.
  - 1.1. Ritme metabòlic en repòs.
  - 1.2. VO<sub>2</sub>: concepte, bases fisiològiques i aplicacions.
  - 1.3. Transició aeròbic-anaeròbic: concepte, bases fisiològiques i aplicacions.
  - 1.4. Llindar d'anaerobiosi.
  - 1.5. VO<sub>2</sub> màx, capacitat funcional.
  - 1.6. Cost energètic de diferents activitats.
  - 1.7. Consum d'oxigen posterior a l'exercici. Deute d'oxigen.
  - 1.8. Implicacions nutricionals.
  - 1.9. Causes de la fatiga.

#### **Bloc 4.** Respostes i adaptacions a l'exercici: integració de funcions.

1. Cardiovascular:
2. Respiratori:
3. Endocrina.
4. Regulació tèrmica i exercici.

#### **Pràctiques laboratoris**

- Metabolisme basal i metabolisme durant l'esforç. Substrats energètics.
- Regulació de la força muscular. Dinamometria.
- Percepció de l'esforç. Escala de Borg.
- Electrocardiografia i resposta cardiovascular a l'exercici.
- Capacitat aeròbica. VO<sub>2</sub>màx.
- Anàlisi de la corva de lactacidèmia durant l'exercici incremental.
- Avaluació de la potencia muscular: metabolisme anaeròbic alàctic i anaeròbic làctic.

### **AVALUACIÓ**

---

Al llarg del curs l'alumnat realitzarà diverses avaluacions alliberadores, escrites i individuals que d'acord amb un pla de treball li permetran anar assolint els continguts de l'assignatura. L'avaluació de l'assignatura és continuada.

La qualificació final de l'assignatura serà el resultat de les notes parcials de les avaluacions escrites (avaluació 1 i 2) i de les Sessions de Treball Dirigit (STD), en els percentatges que s'indiquen a continuació:

- Avaluacions escrites, 60% (30% + 30%), es faran 2 proves d'avaluació contínua.
  - Avaluació 1: Primera avaluació escrita corresponent a les classes teòriques des del començament l'assignatura, que consta de preguntes tipus test de resposta múltiple, amb 4 respostes possibles, on només una és la correcta. Cada una de les respostes correctes puntuen 1 punt, les respostes mal contestades resten 0,33 punts.
  - Avaluació 2: Dividida en dues parts (50% cada part). La primera part correspon al temari treballat a les classes teòriques a partir de la avaluació 1 i es tracta de preguntes tipus test de resposta múltiple, amb 4 respostes possibles, on només una és la correcta. Cada una de les respostes correctes puntuen 1 punt, les respostes mal contestades resten 0,33 punts. La segona part d'aquesta avaluació és la part pràctica de l'examen i consisteix en un exercici escrit sobre algun cas o casos extrets de les sessions pràctiques. S'ha d'obtenir almenys una puntuació de 4 a la part teòrica per poder fer mitjana amb la part pràctica de l'examen. Si la part pràctica de l'examen no té una puntuació com a mínim de 4, tampoc es farà mitjana amb la part teòrica.

Els alumnes que no superin el 50% de les proves d'avaluació contínua, és a dir, aprovin almenys una avaluació amb un 5, no tindran dret a anar a les proves de recuperació. En cas de suspendre una de les dues avaluacions, l'alumne podrà presentar-se a la recuperació de la matèria de l'avaluació suspesa en el període de recuperacions (sempre que no hagi suspès la part de les STD, que s'explica al paràgraf de sota). Totes dues avaluacions han d'estar aprovades per poder superar el curs. No es guarda la nota de cap prova intermitja d'un curs a l'altre.

- Sessions de treball dirigit, les simulacions i la interpretació de resultats (test wingate potencia muscular, resposta

cardiovascular, lactacidèmia i VO2max) el 40%. Es realitzaran un total de 4 STD i equivaldran a un 10% cada una. Per aprovar aquesta part de l'assignatura, caldrà que la suma de les 4 STD sigui superior a 5.

Els alumnes que no entreguin alguna de les STD sense causa justificada, en el termini notificat en el pla de treball, seran considerades suspeses (nota de 0). Les absències sense causa justificada en les sessions pràctiques de laboratori, els treballs en grup, les presentacions, treballs d'anàlisi i les coavaluacions seran penalitzades amb la reducció d'un 50% de la nota de la STD realitzada per l'alumne absent. Les STD no seran recuperables.

És responsabilitat de l'alumne fer el seguiment de les seves notes parcials d'avaluacions i dels lliuraments de treballs i STD, en l'apartat de notes parcials del campus. Qualsevol incidència/error que hi hagi s'ha de notificar al professor com a màxim de 15 dies després de publicades les notes per comprovar si existeix qualsevol error. Passat aquest període de temps no es farà cap rectificació.

Per aprovar l'assignatura cal tenir aprovades, per separat, la part d'avaluacions escrites i la part de les STD. El període de recuperacions vindrà determinat pel calendari que marqui la FETEP, un cop finalitzat el període de lectiu.

Cap de les activitats definides anteriorment podrà ser susceptible de ser millorada un cop aprovada.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Barbany, J.R. (2018). *Fisiología del ejercicio físico y del entrenamiento* (2 ed.). Paidotribo.
- Costanzo, Linda S. (2015). *Fisiología* (6 ed.). Wolters Kluwer Health.
- Mora Rodríguez, Ricardo (2009). *Fisiología del deporte y el ejercicio : prácticas de campo y laboratorio*. Médica Panamericana.
- Tortora, Gerard J., Derrickson, Bryan. (2006). *Principios de anatomía y fisiología* (11 ed.). Médica Panamericana.
- Wilmore, Jack H, Costill, David L. (2007). *Fisiología del esfuerzo y del deporte* (6 ed.). Paidotribo.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## Jocs Motors

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Bibiana Casso Carrasco
G12, presencial, matí	anglès	Bibiana Casso Carrasco

### OBJECTIUS

Motor Skill Games aims to help the future Physical Education and Sports Science students acquire the skills, knowledge and understanding of the game and its educational implications. The students, at the end of the course, will have a basic understanding of the game, its taxonomy and structure, as well as a practical understanding of the structure and contents of an educational session, as well as designing their own lesson plan.

Therefore, this course will provide the students that will become Physical Education and Sports Sciences graduates, with the skills, knowledge and understanding how to prepare and implement a physical education class.

Even though it is a subject addressed to future Sports Sciences graduates, the main aim is to equip the students with the theoretical and practical basis of the game in the field of education, sports and leisure, as well as with the essential and required tools to be able to plan and develop a PE session:

- Know the theoretical basis of the game and be able to recognize the structure and its practical application.
- Understand how the game is an essential part of PE, sports initiation, and leisure activities.
- Experience different types of games that are used in sports and PE with educational perspective
- Understand the structure of the Degree that issues the statutory framework for secondary education and its contents, focusing on the Physical
- Education Domain and relating them with the Curriculum.
- Review the Physical Education Curriculum and understand it, as well as understanding and knowing how to apply its contents.
- Design, develop, implement and carry out a physical education class in the school.

### RESULTATS D'APRENTATGE

RA 1. Utilitza les bases del joc i la seva aplicació en el context de l'activitat física en contextos educatius lúdics

RA 2. Construeix i exposa un discurs sòlid a partir de l'experiència pràctica en relació amb el material bibliogràfic

RA 3. Crea i planifica adequadament activitats de joc

RA 5. Aplica el joc en entorns educatius i socials

RA 7. Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o col·laboratiu i avalua els resultats obtinguts (CT3)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Creativitat.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educció Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

### CONTINGUTS

## 1. Theoretical Syllabus

Definition and characteristics of the game  
Theories of the Game  
Taxonomy and types of games  
The game as an educational resource

## 2. Practical Syllabus

Outdoor games  
Games with reused materials  
Games with opponents  
Cooperative games  
Games without props  
Mobile phone games

## AVALUACIÓ

---

A key function of assessment is to promote high-level learning. Assessment is also the primary mechanism that enables students to demonstrate they have achieved the learning outcomes of the programme on which they are registered and fulfilled the standards required of the award. Given its dual purpose, assessment is not merely the evidence that learning outcomes have been achieved but a crucial aspect of a high-quality student learning experience.

The formative assessment will be for the students that will follow all the work pace, submitting all the assignments and passing all the activities in the module.

**Attendance of the 70%** to the practical classes is the minimum required to have access to the formative assessment.

The overall student grade or mark for the module with reference to module assessment criteria, will come out after adding all the percentages' components. Students who fail any of the components of the module at the first attempt will be provided with an opportunity to make good the failure through reassessment, only when possible. In such cases, the student will be offered reassessment in the failed components of the module.

Assessment of learning outcomes (percentages with respect to the overall mark).

Components:

- 30% **Design and implementation of a motor game** (closing and recovery week, maximum 5).
- 40% **Creation and implementation of a motor game** (closing and recovery week, maximum 5).
- 30% **Individual written activity** (closing and recovery week).

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Navarro, V (2002). *El afán de jugar: Teoría y práctica de los juegos motores*. Inde.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Sociologia de l'Activitat Física i l'Esport

**Tipologia:** Formació Bàsica (FB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Montserrat Martín Horcajo Ester Checa Corcoy
G12, presencial, matí	català	Montserrat Martín Horcajo Ester Checa Corcoy

### OBJECTIUS

Aquesta assignatura pretén dotar l'alumnat d'eines bàsiques per desenvolupar el pensament crític i reflexiu sobre l'àmbit de l'activitat física i l'esport a la societat actual. Les experiències personals en l'esport són el punt de partida per estimular en l'alumnat el dubte sistemàtic i la curiositat sociològica per poder entendre i explicar el perquè d'aquestes experiències i la relació amb altres experiències que es puguin trobar a l'àmbit professional.

- Familiaritzar l'alumnat amb el pensament sociològic entès com a forma d'aproximació rigorosa al coneixement de la realitat social.
- Promoure el pensament crític sobre el desenvolupament de l'esport a la nostra societat
- Aprofundir en alguna experiència personal en relació amb l'esport per buscar la seva explicació sociològica.
- Iniciar en els instruments teòrics fonamentals per entendre l'anàlisi sociològica del comportament esportiu d'una població.
- Introduir en el coneixement i la utilització d'algunes tècniques d'investigació social.
- Buscar vies d'aplicació dels coneixements obtinguts a través de la sociologia per entendre l'actitud social envers la pràctica esportiva quotidiana del context on cada alumna/e la desenvolupa i desenvoluparà.
- Conèixer en profunditat els mecanismes que normalitzen la violència de gènere tant en el context esportiu com a l'universitat.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Utilitza les bases teòriques de les principals teories sociològiques per entendre el nostre entorn social.
- Adquireix una consciència crítica cap a les desigualtats socials en l'esport per transformar-lo.
- Identifica els agents socials més influents en la pràctica de l'esport.
- Recopila i interpreta dades i informacions sobre les que fonamentar les seves conclusions incloent-hi, quan sigui precís i pertinent, les reflexions sobre assumptes socials, científics o ètics en l'àmbit de l'esport i de l'activitat física.
- Planteja intervencions amb coherència als valors democràtics i de sostenibilitat mostrant respecte als drets fonamentals de les persones.
- Mostra habilitats per a l'anàlisi de situacions des d'una perspectiva global i integral posant en relació elements socials, culturals, econòmics i polítics segons correspongui.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Habilitats en les relacions interpersonals.
- Motivació per la qualitat.

#### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.
- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.
- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció

en els processos professionals i de recerca.

## CONTINGUTS

---

### Unitat 1. Introducció a la sociologia de l'esport i les violències que tenen lloc a l'esport competitiu.

- La importància de les fonts bibliogràfiques.
- Les teories sociològiques clàssiques.
- Les característiques de la perspectiva sociològica.
- El procés de socialització.
- Les teories sociològiques modernes i post-modernes.

### Unitat 2 La discriminació de gènere a l'esport

- L'esport com a espai que discrimina per raons de gènere. Exemples
- L'esport com a espai de lluita contra la discriminació de gènere. Exemples
- Les teories feministes a l'esport.

### Unitat 3 Les violències sexuals contra menors a l'esport

- Conceptes imprescindibles. Mites i creences.
- Dimensió del problema. Estudis de violència sexual a l'esport.
- Estudi de casos de violència sexual contra menors a l'esport. Coneixem algun cas d'a prop? als mmcc? i a les xxss?
- Anàlisi d'algun documental que treballa la violència sexual conytra menors a l'esport; el cas de la gimnàstica olímpica als EEUU

### Unitat 4 Violències a l'esport per raó de raça i ètnia

- Esport com a espai de lluita racial (blanc caucàsic versus resta d'ètnies).
- Esport com a activitat que treballa per la inclusió racial i cultural.
- Esport com a activitat que genera violència racista.
- Exemples d'accions per combatre els racisme a l'esport: la campanya *Black Lives Matter* entre esportistes.

## AVALUACIÓ

---

Avaluació del procés:

- Tutories en grup per al seguiment de treballs i les activitats en grup.
  - Tutories individualitzades per al seguiment del procés d'aprenentatge individual.
  - Coavaluació a altres membres de la classe de tasques i activitats de classe.
- Aquest seguiment **és imprescindible** per poder orientar l'avaluació dels resultats.

Activitats avaluable:

- Activitat 1 (15%)
- Activitat 2 (25%)
- Activitat 3 (25%)
- Activitat 4 (10%)
- Activitat 5 (25%)

A l'activitat 5 es farà una exposició oral que serà inclosa dins del 25% de la nota.

A l'activitat 3 coneixerem de primer mà les experiències de dos supervivents de violència sexual a l'esport durant la infància, la implicació i respecte en aquesta activitat ha de ser total.

No cal aprovar ni recuperar les activitats individualment per aprovar l'assignatura, el que cal és que l'aprovat surti al final de mitjana de totes les activitats avaluable proposades.

No hi ha opció de pujar la nota de cap qualificació si la nota és aprovada. Un cop l'assignatura estigui aprovada, no hi ha opció de pujar nota.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- García Ferrando, M., Puig, N., Lagardera, F., Llopis, R. y Vilanova, A. (2017). *Sociología del Deporte* (4 ed.). Alianza Editorial.
- Cardús, S. (1997). *La mirada del sociòleg: Què és, què fa, què diu la sociologia*. Proa.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Tecnologies de la Informació i la Comunicació per a l'Activitat Física i l'Esport

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Mar Beneyto Seoane Marc Blanch Casadesus
G12, presencial, matí	català	Mar Beneyto Seoane Marc Blanch Casadesus

### OBJECTIUS

- Prendre consciència de les implicacions socials i culturals de les tecnologies de la informació i de la comunicació en la societat actual.
- Adquirir un domini de les eines de programari específic per a l'edició, cerca, gestió, presentació i comunicació de la informació en suport digital.
- Conèixer recursos i formes d'utilització de les tecnologies digitals en l'àmbit de l'activitat física i l'esport.
- Fomentar l'autonomia i la capacitat crítica en l'ús i l'aplicació de les tecnologies digitals en el camp de la professió.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Prepara i fa servir eines TIC aplicades a l'Activitat Física i l'Esport.
- Coneix les implicacions socioculturals de la societat de la informació.
- Cerca i analitza informació per dur a terme un projecte d'activitat física.
- Es desenvolupa correctament en l'ús general de les TIC i el llenguatge audiovisual especialment en els entorns tecnològics propis de l'àmbit professional.
- Mostra habilitats per al treball cooperatiu per crear un projecte d'activitat física.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Transversals

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

### CONTINGUTS

#### 1. Implicacions i impactes de les TIC en la societat

- 1.1. Societat de la Informació i el coneixement.
- 1.2. Contextos sociodigitals i desigualtats.
- 1.3. Usos i perspectives d'utilització dels recursos i mitjans digitals en els diferents àmbits de l'activitat física i l'esport.

#### 2. Les tecnologies digitals aplicades a l'activitat física i l'esport

- 2.1. Gestió de la informació i la comunicació.
- 2.2. Edició web.
- 2.3. Composició audiovisual.
- 2.4. Aplicació a activitats i pràctiques.
- 2.5. Registre i el tractament de la informació numèrica.

## AVALUACIÓ

---

### Activitats no recuperables

- Assistència i participació: 10%
- Activitat en parelles: 30%
- Activitat grupal: 30%

### Activitats recuperables

- Activitat individual: 30%

### Consideracions

- Caldrà haver superat les activitats individuals i de grup, amb una nota igual o superior a 5, per poder aprovar l'assignatura.
- Les activitats que calgui recuperar opten a l'aprobat (5), sempre que les suspeses no superin el 50% de la nota final.
- No hi ha activitats que, una vegada presentades, es pugui pujar nota.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Billings, A., Hardin, M. (2016). *Routledge handbook of sport and new media* . Oxon Routledge.
- Liengme, Bernard V. (2015). *A guide to Microsoft Excel 2013 for Scientists and Engineers* . Academic Press.
- Orbegozo Arana, Borja (2012). *Hojas de cálculo con Excel y Calc : curso práctico avanzado* . Altaria.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Treball Interdisciplinari

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Eduard Comerma Torras Àngel Santamariña Rubio
G12, presencial, matí	català	Joan Callarisa Mas Xavier Santaella Oller

### OBJECTIUS

L'assignatura es durà a terme en dos espais diferenciats. El bloc teòric es desenvoluparà generalment en aules de la Facultat, realitzant tutories sobre els continguts a treballar. En aquest primer espai, el professorat intervindrà alternativament un cop per setmana, exposant blocs teòrics en funció de la seva especialitat.

En el segon espai de desenvolupament de l'assignatura es durà a terme el bloc pràctic, pròpiament l'activitat, on s'hauran d'implementar els aspectes treballats en el bloc primer. En aquest segon moment es faran les activitats en el medi natural i les activitats físiques i esportives, en una sortida de dos dies.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Dissenya i desenvolupa un projecte interdisciplinari de manera autònoma i cooperativa
- Busca i analitza informació per a desenvolupar un projecte d'activitat física
- Recopila, interpreta i gestiona dades i informacions per al desenvolupament d'un projecte d'activitat física.
- Es desenvolupa correctament en l'ús general de les TIC i en especial en els entorns tecnològics propis de l'àmbit professional
- Mostra habilitats per al treball cooperatiu per crear un projecte interdisciplinari

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Motivació per la qualitat.

#### Específiques

- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Transversals

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

### CONTINGUTS

- 1.Educació en valors: un escenari per a l'educació.
- 2.Activitats en el medi natural: un escenari per a l'educació.
- 3.Activitats físiques i esportives: un escenari per a l'educació.
- 4.Coneixement del patrimoni natural i cultural.
- 5.Treballar en equip de forma cooperativa.

### AVALUACIÓ

- 1.Registre de seguiment del treball grupal/cooperatiu, 25%. No es recupera.
- 2.Registre de seguiment del treball organitzatiu de l'equip, 25%. No es recupera.
- 3.Registre de seguiment de com treballen en equip, 25%. No es recupera.



4. Memòria Final, 25%. Es pot recuperar a la setmana de recuperació.

La sortida és obligatòria per aprovar l'assignatura.

#### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Diversos Autors (2001). *Certificado de Iniciación al Montañismo*. Barrabés.
- Mugarra, A (2000). *Sin dejar huella: en busca de la armonía entre el medio y las actividades de aventura*. desnivel.

#### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE TERCER CURS

### Activitat Física i Esport en l'Àmbit de l'Oci

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Victor Baroja Benlliure Gil Pau Romeu
G12, presencial, matí	català	Victor Baroja Benlliure Gil Pau Romeu

### OBJECTIUS

L'assignatura se situa en l'itinerari de lleure de les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport i, com a tal, pretén guiar l'alumnat interessat en aquest camp per donar-li la màxima potencialitat en el món professional.

L'**objectiu general** de l'assignatura és que l'alumnat estigui capacitat per reflexionar, planificar, crear, gestionar i realitzar iniciatives d'activitat física i esport en l'àmbit del lleure i la recreació.

Com a **objectius més específics** entenem que en acabar l'assignatura els alumnes:

1. tenen una visió general i un posicionament crític envers l'oci, les seves dimensions, els conceptes que s'hi involucren, els actors que s'hi impliquen i les tendències actuals, etc.
2. coneixen suficientment els àmbits d'aplicació i tenen els diferents recursos per involucrar-s'hi
3. han tingut la possibilitat de realitzar activitats pràctiques relacionades amb els diferents àmbits d'aplicació
4. tenen les eines necessàries per continuar la recerca i l'aprofundiment de continguts
5. tenen els recursos per poder fer el primer pas en els diferents projectes escollits

### RESULTATS D'APRENTATGE

1. Planifica i programa de forma ajustada diferents activitats físiques recreatives a l'àmbit de l'oci
2. Mostra les habilitats necessàries per al treball en diferents contextos d'oci
3. Detecta interessos, desitjos, necessitats d'activitat física recreativa a partir de l'anàlisi de l'entorn
4. Utilitza amb rigor les eines i el vocabulari específic
5. Disseny amb criteris innovadors i segurs activitats físiques en els moments / espais d'oci
6. Adquireix coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camp dels esports, esports i l'activitat física
7. Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o de col·laboració i avalua els resultats obtinguts
8. Disseny intervencions que atenen a necessitats de l'àmbit de forma multidisciplinari

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Detectar necessitats de pràctica esportiva en l'àmbit del lleure i elaborar programes que satisfacin la demanda a partir d'indicadors econòmics, socials i educatius.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen

coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

### Transversals

- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

### Bloc I: Bases teòriques de l'oci

Tema 1. Concepte de Lleure i Oci. Importància i actualitat de l'oci. L'experiència recreativa. Educació de l'oci.

### Bloc II: L'Activitat Física Recreativa, particularitats, execució i àmbits d'actuació

Tema 2. Particularitat de les Activitats Físiques Recreatives. Diferents experiències.

Tema 3. L'execució de les Activitats Físiques Recreatives.

Tema 4. Àmbits d'intervenció de les Activitats Físiques Recreatives: Com es desenvolupa la intervenció socioesportiva recreativa en diferents àmbits. Poblacions i entorns específics.

## AVALUACIÓ

---

### Convocatòria de juny

- L'examen teòric compta pel 30% de la nota
- Les activitats no presencials i semidirigides compten el 30% de la nota. Un 20 % seran activitats individuals, de les quals un 10% seran coavaluades. Un 10% serà una activitat en grup. Les sessions pràctiques seran obligatòries. Les activitats no presencials lliurades faran mitjana. Una activitat no presencial no lliurada compta com a zero.
- El treball en grup compta el 30% de la nota. Un 20 % serà avaluat pel professor: 10% activitat pràctica, 6% treball teòric, 4% presentació a l'aula. un 10 % serà coavaluat per la resta dels companys/es: un 4% presentació a l'aula, un 6% sessió pràctica.
- Cal aprovar les tres parts: l'examen teòric, les activitats no presencials i el treball en grup.
- Autoavaluació: 10%

En cas d'afectacions per la COVID 19 els percentatges d'avaluació canviaria de la següent manera:

- Examen teòric: 30%
- Tasques individuals: 40 %
- Treball en grup: 20
- Autoavaluació: 10%

### Recuperació

- Examen suspès: Recuperació amb examen escrit.
- Treball en grup suspès: Recuperació amb un treball.
- Activitats semipresencials i dirigides suspeses: Recuperació amb un treball.
- Dues de les tres parts suspeses fan que l'assignatura estigui suspesa.

## BIBLIOGRAFIA Bàsica

---

- BACH, E. i DARDER, P. (2002). *Sedueix-te per seduir*. Paidós.
- BAUMAN, Z. (2011). *Temps líquids: Viure en una època d'incertesa*. Viena.
- FREIRE, P. (2006). *Pedagogia de la indignación* (2 ed.). Morata.
- PUJOLÀS, P. (2003). *Aprendre junts alumnes diferents: Els equips d'aprenentatge cooperatiu a l'aula*. Eumo.
- WAGENSBERG, Jorge (2006). *A más cómo, menos porqué*. Metatemas.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Didàctica de l'Educació Física I

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Gemma Torres Cladera Daniel Aragonés Niño
G12, presencial, matí	català	Gemma Torres Cladera Daniel Aragonés Niño

### OBJECTIUS

L'assignatura permetrà identificar, relacionar i portar a la pràctica els diferents elements curriculars vinculats a l'educació física a l'ESO. Així com, serà un espai on l'estudiant podrà iniciar-se en la construcció de la professió docent de l'àrea.

1. Presentar aspectes bàsics de la didàctica de l'educació física.
2. Dissenyar i aplicar els elements curriculars de la didàctica per tal d'elaborar activitats d'aprenentatge i sessions d'educació física a l'ESO.
3. Portar a la pràctica activitats d'aprenentatge i sessions de forma coherent als elements curriculars d'educació física en l'etapa de l'ESO.
4. Identificar les intervencions pràctiques en la gestió a l'aula a partir de la professió docent en l'educació física a l'ESO.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Dissenyar i desenvolupa activitats i tasques d'una unitat didàctica i les porta a terme de forma pràctica. (RA1)
- Dissenyar i desenvolupa estratègies d'ensenyament i aprenentatge. (RA4)
- Integra en les seves propostes didàctiques el treball de les competències bàsiques de la ESO i la seva aplicació en l'àmbit d'una unitat de programació. (RA4)
- Es desenvolupa en situacions complexes o que necessitin el desenvolupament de noves solucions en l'àmbit de l'educació física en la ESO. (RA5)
- Planteja intervencions en coherència als valors democràtics que es plantejen en el currículum de la ESO. (RA 6)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.

#### Específiques

- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

## CONTINGUTS

---

### Didàctica de l'educació física

- 1.Introducció a la didàctica de l'educació física.
- 2.Contextualització de l'educació física a la secundària.

### El currículum de l'educació física a l'ESO

- 1.Contextualització del currículum a l'ESO.
- 2.Coneixement i aplicació dels elements curriculars i la seva relació.
- 3.Elaboració d'objectius d'aprenentatge en les activitats i en les sessions d'educació física.
- 4.Disseny d'activitats i sessions en el context d'una programació en educació física.

### Gestió de l'aula en l'educació física

- 1.Preparació de les activitats i la sessió en educació física.
- 2.Gestió de l'aula a partir de la professió docent en educació física.

## AVALUACIÓ

---

Les activitats d'avaluació de l'assignatura són les següents:

- **Activitat 1.** Disseny i aplicació d'una activitat d'ensenyament i aprenentatge amb els elements curriculars corresponents (30%). Recuperable a la setmana de tancament amb una nota màxima de 6.
- **Activitat 2.** Disseny, presentació i aplicació d'una sessió d'educació física amb els seus elements corresponents (35%). Recuperable a la setmana de tancament amb una nota màxima de 6.
- **Activitat 3.** Prova escrita (35%). Recuperable a la setmana de tancament.

### Aspectes normatius de l'assignatura:

- Per aprovar l'assignatura l'estudiant haurà d'assistir a les sessions pràctiques, **un mínim del 70%**.
- Només es podran recuperar aquelles activitats que hagin estat suspeses. Totes les activitats caldrà aprovar-les per separat amb una nota mínima de 5 punts.
- En el cas que l'estudiant no assisteixi a la presentació de la part pràctica que li correspon de forma justificada, anirà a la setmana de recuperació amb el lliurament d'una proposta pràctica en vídeo (tutoria prèvia amb el professorat).
- En cas de plagi d'alguna de les activitats, l'estudiant suspendrà l'activitat i seguirà la normativa de plagis de la Facultat.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Blázquez Sánchez, Domingo (2016). *Diez competencias docentes para ser mejor profesor de educación física: La gestión didáctica de la clase* (2 ed.). INDE.
- Departament d'Ensenyament (2022). *Currículum bàsic (primària i secundària) d'educació física*. Recuperat de <https://projectes.xtec.cat/nou-curriculum/>
- González, C.; Lleixà, T. (coords.) (2010). *Didáctica de la educación física*. Graó.
- González, Carles, Monguillot, Meritxell, i Zurita, Carles. (2014). *Una Educación física para la vida: recursos prácticos para un aprendizaje funcional*. INDE.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Didàctica de l'Educació Física II

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Braso Rius
G12, presencial, matí	català	Jordi Braso Rius

### OBJECTIUS

---

L'assignatura permetrà conèixer els diferents elements curriculars vinculats amb l'àrea d'Educació Física, amb l'objectiu que el futur professorat sàpiga elaborar, dur a terme i avaluar correctament tots els components de la mateixa.

#### Objectius:

- Reflexionar sobre el paper de l'Educació Física del segle XXI i el rol del seu professorat
- Saber elaborar una unitat didàctica i programar una sessió d'Educació Física segons els Decrets vigents
- Aprendre a portar a terme una sessió d'Educació Física de forma pràctica a partir de les adequades competències docents per a la gestió de la classe
- Dotar d'eines necessàries per tal d'avaluar l'Educació Física des d'una vessant formativa
- Conèixer alguns dels principals models pedagògics innovadors utilitzats a les sessions d'Educació Física

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

29.1. Dissenya, desenvolupa i avalua una sessió d'unitat de programació i la duu a terme de forma pràctica (RA1)

30.1. Aplica correctament un instrument d'avaluació en base un criteri i un contingut (RA2)

31.1. Planifica tasques d'avaluació concretes i les avalua amb l'instrument adequat (RA3)

35.1. Sap resoldre les diferents situacions sorgides en l'aplicació de la sessió d'educació física (RA7)

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

#### Transversals

- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### CONTINGUTS

---

1. L'Educació Física del segle XXI: cap a on anar? i Com?

2. L'avaluació en Educació Física: què, a qui, quan i com avaluar?

3. La programació a l'aula: les Unitats de Programació (UP) (II)

3.1. Bases didàctiques per a la preparació, la gestió i l'avaluació de la pràctica

3.2. Metodologies i models pedagògics diversos

### AVALUACIÓ

---

L'avaluació de l'alumne només serà formativa i continuada.

Per aprovar l'assignatura cal assistir al 80% de les sessions pràctiques (tres faltes com a màxim). **Les faltes no es justifiquen.**

Cal aprovar totes les parts per separat per poder superar la matèria.

Cal lliurar totes les proves dins del seu termini.

**CRITERIS: (democratització dels percentatges)**

Primer bloc: general i seguiment -30%-

1. Aprofitament, implicació, grau d'aprenentatge diari, tant a la part teòrica com a les pràctiques
2. Tasques a presentar diverses, tant a la part teòrica com a la pràctica (avaluacions, coavaluacions, etc.)

Segon bloc: programació (RA1; RA2; RA3; RA7) -40%-

1. Exposició pràctica d'una progressió d'un saber amb la metodologia que pertorqui, dins la UP
2. Situació d'aprenentatge - exposició i fitxa desenvolupada, metodologia coherent, diversa i de qualitat, avaluació, etc.

Tercer bloc: avaluació (RA2; RA3) -30%-

1. Prova escrita

**BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Blázquez, D (2017). *Cómo evaluar bien en educación física*. INDE.
- Blázquez, D. (2013). *Diez competencias docentes para ser mejor profesor de educación física*. INDE.
- López-Pastor, VM., Aguilar-Baeza, R. (2006). *La Evaluación en educación física: revisión de los modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa: la evaluación formativa y compartida*. Miño y Dávila.
- Lorente-Catalán, E., Martos-García, D. (2018). *Educación Física y pedagogía crítica. Propuestas para la transformación personal y social*. Edicions de la Universitat de Lleida; Publicacions de la Universitat de València.
- Sicilia, A., Fernández-Balboa, JM (2005). *La otra cara de la enseñanza. La Educación Física desde una perspectiva crítica*. INDE.

**BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Entrenament Esportiu I

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Joshua Colomar Axup Aitor Piedra González
G12, presencial, matí	català	Joshua Colomar Axup Aitor Piedra González

### OBJECTIUS

L'assignatura donarà a l'alumne/a els coneixements teòrics i pràctics bàsics de la Teoria de l'Entrenament Esportiu, per a la seva posterior aplicació a situacions específiques dins de l'àmbit de l'activitat física i l'esport.

1. Conèixer el concepte, objectius generals i metodologies de la teoria de l'entrenament esportiu.
2. Conèixer les diferents capacitats condicionals i identificar la seva importància en l'àmbit de l'activitat física i els diferents tipus d'esports.
3. Reconèixer els factors que determinen les manifestacions de les capacitats condicionals.
4. Aprendre mètodes, mitjans i sistemes d'entrenament de les diferents capacitats condicionals.
5. Aprendre a prescriure i quantificar càrregues d'entrenament.

### RESULTATS D'APRENTATGE

130.1. Coneix, identifica i relaciona les capacitats condicionals i les seves manifestacions.

131.1. Coneix i aplica diferents sistemes, mètodes i mitjans d'entrenament.

132.1. Analitza diferents sistemes i mitjans d'avaluar les capacitats condicionals.

133.1. Identifica els sistemes tecnològics relacionats amb els mètodes i mitjans de l'entrenament.

134.1. Es desenvolupa en situacions complexes o que requereixin noves solucions en l'àmbit dels esports.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.
- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítica davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.



- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

### 1. Introducció a l'entrenament esportiu

- 1.1. La teoria de l'entrenament esportiu. Definició, concepte i principis.
- 1.2. Aproximació històrica a la teoria de l'entrenament
- 1.3. Tendències ideològiques de l'entrenament esportiu
- 1.4. Metodologia de l'entrenament esportiu
- 1.5. Introducció al procés de l'entrenament esportiu

### 2. La càrrega d'entrenament

- 2.1. Concepte de càrrega d'entrenament
- 2.2. Continguts de la càrrega d'entrenament
- 2.3. Magnitud de la càrrega d'entrenament
  - 2.3.1 Càlcul i control de la càrrega d'entrenament
- 2.4. Orientació de la càrrega d'entrenament
- 2.5. Organització de la càrrega d'entrenament

### 3. Entrenament de la força

- 3.1. Concepte de força
- 3.2. Manifestacions de la força
- 3.3. Variables que determinen l'entrenament de la força
- 3.4. Mètodes i sistemes per a l'entrenament de les manifestacions de força
- 3.5. Test i avaluació de la força

### 4. Entrenament de la resistència

- 4.1. Concepte de resistència
- 4.2. Classificacions de resistència
- 4.3. Factors que determinen la resistència
- 4.4. Zones i nivells d'intensitat d'entrenament
- 4.5. Manifestacions de la resistència en els esports
- 4.6. Mètodes d'entrenament d'esforços continus o esports cíclics
- 4.7. Mètodes d'entrenament per a esports intermitents

### 5. Entrenament de la velocitat

- 5.1. Conceptes teòrics relacionats amb la velocitat
- 5.2. Factors que influeixen a la velocitat
- 5.3. Aspectes fisiològics de la velocitat
- 5.4. Manifestacions de la velocitat. Pures i complexes
  - 5.4.1 Velocitat de reacció
  - 5.4.2 Velocitat gestual
  - 5.4.3 Velocitat freqüencial
- 5.5. Pautes metodològiques d'entrenament
- 5.6. Entrenament de l'agilitat

### 6. L'amplitud de moviment (ADM)

- 6.1. Conceptes teòrics relacionats amb l'ADM
- 6.2. Factors limitants de l'ADM
- 6.3. Objectius de l'entrenament de l'ADM
- 6.4. Nivells de desenvolupament
- 6.5. Factors neurofisiològics
- 6.6. Tipus d'ADM
- 6.7. Mètodes d'entrenament de l'ADM

## AVALUACIÓ

---

Per valorar l'assoliment dels objectius didàctics s'utilitzaran els següents instruments:

- **Informes i treballs (30%):** Treball personal de l'alumne. Es proposaran dues activitats d'avaluació: Lectura i anàlisi d'articles científics (10%) i una experiència real d'entrenament esportiu (20%). Aquestes activitats no són recuperables.
- **Registres de seguiment (30%):** Part pràctica i aplicació dels coneixements. Es realitzaran 5 exercicis de casos pràctics (6% cada treball) amb l'objectiu de veure l'aplicació real dels continguts estudiats. **L'assistència a les sessions pràctiques és obligatòria per poder lliurar el corresponent exercici pràctic.** Aquestes activitats són recuperables.
- **Proves (40%):** Adquisició de coneixements teòrics. S'avaluaran els continguts teòrics de l'assignatura mitjançant dos examens conceptuals. Cadascun dels exàmens suposa un 20% de la qualificació final. És necessari superar de manera independent cada examen per superar l'assignatura. Aquestes activitats són recuperables.

No es pot recuperar l'assignatura en el cas que es tinguin un 50% o més dels continguts suspesos. No es podrà pujar nota de les parts aprovades.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Bosco, C. (2000). *La fuerza muscular*. Inde.
- García Verdugo, M. (2007). *Resistencia y entrenamiento: Una metodología práctica*. Paidotribo.
- Gnozález Ravé, J.M., Pablos, C., Navarro, F. (2014). *Entrenamiento deportivo: Teoría y prácticas*. Editorial Médica Panamericana.
- González Badillo, J.J. (2002). *Bases de la programación del entrenamiento de fuerza*. Inde.
- Legaz-Arrese, A. (2012). *Manual de entrenamiento deportivo*. Paidotribo.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Entrenament Esportiu II

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas Aitor Piedra González Albert Altarriba Bartés Javier Peña López
G12, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas Aitor Piedra González Albert Altarriba Bartés Javier Peña López
G40, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas Aitor Piedra González Albert Altarriba Bartés Javier Peña López

### OBJECTIUS

---

L'assignatura d'Entrenament Esportiu II complementa l'assignatura d'Entrenament Esportiu I amb tres nous blocs de contingut: els principis de l'entrenament esportiu basat en l'evidència científica, la planificació de l'entrenament i l'entrenament en contextos específics d'esport d'equip. El curs pretén que els/les estudiants desenvolupin un criteri per prendre les millors decisions en el camp aplicat, així com que aconseguixin coneixements i eines pràctiques que els permetin un òptim desenvolupament professional en el camp de l'entrenament esportiu.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

131. Aplica diferents sistemes, mètodes i medis d'entrenament

132. Analitza diferents sistemes i medis d'avaluar les capacitats condicionals

133. Identifica els sistemes tecnològics relacionats amb l'entrenament esportiu

135. Es desenvolupa correctament en l'ús general de les TIC i en especial en els entorns tecnològics propis de l'àmbit professional (CT4)

136. Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o col·laboratiu i avalua els resultats obtinguts (CT3)

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.
- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

### 1. L'evidència científica en l'entrenament esportiu

- Per què necessitem que l'entrenament esportiu es basi en l'evidència científica?
- Els nivells d'evidència científica
- La recerca d'informació sobre entrenament
- Aplicació pràctica

### 2. La planificació de l'entrenament esportiu

- Definició de l'àmbit d'estudi
- Les estructures intermedies de la planificació
- Les planificacions clàssiques de l'entrenament
- Les planificacions contemporànies de l'entrenament

### 3. L'entrenament dels esports d'equip

- Entrenament dels esports d'equip paradigma i marc conceptual
- Entrenament de l'estructura condicional en els esports d'equip
- Entrenament de la força en els esports d'equip
- Entrenament de la resistència en els esports d'equip
- Entrenament de la velocitat en els esports d'equip
- Mitjans de recuperació de les càrregues en l'esport

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació de tots els alumnes de **forma obligatòria** contemplarà:

### 1. Avaluació dels resultats d'aprenentatge (100%):

- Assistència i participació en les classes pràctiques (mínim obligatori per tenir dret a qualificació final 70%), tot aprofitant-les i mostrant una actitud activa i participativa (APTE/NO APTE)
- Treball en grup (15%), activitats d'aprenentatge basades en problemes (20%), qüestionaris en grup (15% bloc II i 15% bloc III), activitat de simulació (15%) i un qüestionari final individual (20%)

Per superar l'assignatura cal en primer lloc obtenir la qualificació d'APTE en l'apartat d'assistència, així com complir amb els altres requeriments d'aquest apartat.

Les activitats d'avaluació es duran a terme en grups **heterogenis i homogenis** en funció de les propostes del professorat i comportaran processos d'**autoavaluació i coavaluació**.

En segon lloc, l'alumne haurà de superar la resta d'elements d'avaluació dels resultats d'aprenentatge. Per aquesta qüestió cal tenir en compte que per superar l'assignatura **s'han d'aprovar de forma obligatòria totes les evidències qualificadores per separat**, ja que avaluen competències diferents en cada cas. L'avaluació dels casos pràctics (ABPs), del segon tema, es pot superar si **alguna de les evidències no està aprovada** però té **una nota superior a 4 punts** i la nota mitjana del conjunt d'aquestes evidències **supera els 5 punts**.

L'alumnat que **no superi el 50%** de les evidències qualificadores a la setmana de tancament **no tindrà dret a avaluació complementària posterior**.

El treball en grup, ABPs i l'activitat de simulació, són activitats a tots els efectes **no recuperables**, i per tant s'han de superar durant el curs.

Els alumnes que requereixin recuperació de l'avaluació dels resultats d'aprenentatge **podran optar igualment a la màxima qualificació final de l'assignatura**.

**No es preveu en cap cas** que els alumnes puguin optar **a millorar la qualificació de cap evidència** durant el curs o les setmanes de recuperació.

La no superació de l'assignatura suposa en **tots els casos la repetició completa** de l'assignatura en cursos acadèmics posteriors.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Brown, L.E. (2008). *Entrenamiento de la fuerza*. Panamericana.
- Gamble, P. (2013). *Strength & Conditioning for team sports* (2 ed.). Routledge.
- García Eiroá, J. (2000). *Deportes de equipo*. INDE.
- García Manso, J.M. (1996). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Gymnos.
- Peña, J. (2013). *El entrenamiento de la condición física en el voleibol*. Fundación CIDIDA.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de

l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Estructura, Organització i Gestió Esportiva

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Isaac Taberner Canadell Albert Juncà Pujol Enric Mayo Rodríguez
G12, presencial, matí	català	Isaac Taberner Canadell Albert Juncà Pujol Enric Mayo Rodríguez

### OBJECTIUS

L'assignatura és, bàsicament, una introducció a la política esportiva, a la gestió esportiva i al context polític i jurídic que les condiciona.

1. Ser capaç de relacionar l'estructura i les implicacions polítiques amb el sistema obert de l'esport.
2. Conèixer les denominacions, l'estructura, el funcionament i l'evolució històrica de l'administració catalana i espanyola.
3. Analitzar els organismes de l'administració local, nacional, estatal i internacional relacionats amb l'activitat física i l'esport.
4. Obtenir eines bàsiques per a la gestió d'un sistema esportiu municipal.
5. Obtenir eines bàsiques per a la gestió d'instal·lacions i entitats esportives.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Dissenyar polítiques i projectes esportius en l'àmbit de la gestió pública i privada de l'esport.
- Interpretar l'entramat jurídic relacionat amb el món de l'esport i la gestió esportiva.
- Integra la complexitat de sistemes i interessos que afecten la gestió de l'esport.
- Reconeix els factors i ideologies polítiques que condicionen el desenvolupament de les polítiques esportives públiques.
- Identifica els principals conceptes econòmics que afecten la gestió esportiva.
- Aplica mitjançant arguments o procediments propis els seus coneixements i la comprensió d'aquests en la resolució de problemes complexos que requereixen idees creatives i innovadores.
- Realitza processos d'avaluació sobre la pròpia pràctica i la dels altres de manera crítica i responsable.
- Planteja intervencions coherents amb els valors democràtics i la sostenibilitat, tot mostrant respecte als drets fonamentals de les persones.
- Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o col·laboratiu, i n'avalua els resultats.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Creativitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Fer la supervisió, avaluació i diagnòstic d'entitats i organitzacions esportives.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física i esportiva adaptats a les característiques de la demanda.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.
- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.
- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.

## CONTINGUTS

---

### Tema 1. Política i esport.

- 1.1. Introducció al concepte de "política" i la seva relació amb l'esport.
- 1.2. Les institucions públiques i l'esport: evolució històrica i situació actual.

### Tema 2. Legislació esportiva bàsica.

- 2.1. Organització i ordenament jurídic.
- 2.2. L'Administració estatal espanyola, catalana i local.
- 2.3. Àmbits de regulació.

### Tema 3. Política i gestió esportiva municipal.

- 3.1. Sistema esportiu municipal.
- 3.2. Conceptes econòmics bàsics.
- 3.3. Projectes d'esport i activitat física.

### Tema 4. Gestió d'instal·lacions i equipaments esportius.

- 4.1. Tipologies d'instal·lacions
  - 4.2. Formes de gestió
- Concepció del projecte de gestió d'una instal·lació.
    - Gestió funcional
    - Gestió d'activitats
    - Gestió manteniment
    - Estudi econòmic
  - Indicadors de qualitat

## AVALUACIÓ

---

### Tasques d'avaluació transversals

- Examen (recuperable) **15%**
- Treball transversal: Projecte de millora del Sistema Esportiu Municipal. **40% \***
  - Presentació inicial de les dades rellevants del SEM i primera proposta de projecte. Assistència imprescindible. **(1%)**
  - Lliurament de la primera versió del SEM (grup) **(1%)**
  - Informe de millora del SEM d'un altre grup (individual) **(3%)**
  - SEM final (grup). **(30%. nota ponderada)**
  - Presentació i defensa del projecte (grup). Assistència imprescindible. **(5%)**

\*Cap de les notes del treball és recuperable. Cal obtenir més d'un 4 del treball SEM final i haver estat valorat amb un mínim del 15% sobre el 100% de la valoració total del grup per poder aprovar l'assignatura.

#### **Tema 1.**

- Política i esport?. (individual + grupal). **10%**

#### **Tema 2.**

- Implicacions legals d'un servei esportiu municipal (gr.). **5%**

#### **Tema 3.**

- Creació empresa i aplicació de conceptes econòmics bàsics (gr.). **7,5%**
- Fem un workout? (gr.). **7,5%**

#### **Tema 4.**

- Anàlisi de les instal·lacions del sistema esportiu municipal (gr.). **7,5%**
- Indicadors de qualitat i gestió de persones (gr.). **7,5%**

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

#### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Aicher, T.; Newland, B.; Paule-Koba, A. (2019). *Sport facility and event management* (2 ed.). J&B Learning.
- Amat, O. (2008). *Contabilidad y finanzas para no financieros* (2 ed.). DEUSTO.
- Burriel, J.C. (1994). *Anàlisi i diagnòstic del sistema esportiu local: Punt de partida per al disseny de polítiques esportives municipals*. Apunts: Educació Física i Esports.
- Consejo Superior de Deportes (2011). *De la Planificación a la Gestión de Instalaciones Deportivas*. CSD.
- Soler, S.; Prat, M.; Juncà, A.; Tirado, M.À. (2007). *Esport i societat*. EUMO Editorial.

#### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## Fisiopatologia General i de l'Aparell Locomotor

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Marta Solà Serrabou Clara Teixidor Batlle
G12, presencial, matí	català	Marta Solà Serrabou Clara Teixidor Batlle

### OBJECTIUS

---

#### Objectius generals

- Posar de manifest la relació que hi ha entre l'activitat física de l'organisme en conjunt i l'estat funcional dels diversos òrgans i sistemes.
- Fer prendre consciència de la importància de l'exercici com a mitjà per mantenir la salut i per prevenir o retardar l'aparició de la malaltia.

#### Objectius específics

- Conèixer les repercussions de l'activitat física sobre els diferents sistemes.
- Conèixer els beneficis i les aplicacions terapèutiques del exercici físic en les diferents patologies.
- Saber quantificar l'exercici físic per tal de prescriure'l en persones sanes i en malalts.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

- Coneixement i descripció de les principals patologies i relacionar-los amb l'activitat física (RA 1)
- Dissenyar, planificar i avaluar diferents programes d'activitat física saludable (RA 2)
- Aplicar, identificar i seleccionar instruments específics per mesurar els nivells d'activitat física i diferents paràmetres de salut vinculats a la dimensió física, psicològica i social de les persones (RA 3)
- Planificar, organitzar i promocionar a activitat física en diferents nivells i atenent a diferents realitats (RA 4)
- Identificar les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitzar el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en tot tipus de contextos (estructurats o no) (RA 5)
- Saber mostrar habilitats per a l'anàlisi de situacions des d'una perspectiva global i integral posant en relació elements socials, culturals, econòmics i polítics segons correspongui (RA 6)
- Saber descriure oralment la interacció personal i professional en català, espanyol o anglès (RA 7)

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Adquirir coneixements anatòmics, fisiològics i fisiopatològics del cos humà en relació amb l'activitat física per entendre com s'emmalalteix, quines repercussions té i com es prevenen i es tracten les malalties.
- Identificar els factors biomecànics de risc de lesions en la pràctica de l'activitat física i programar continguts per a la prevenció de lesions i la readaptació esportiva.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.
- Seleccionar i aplicar els mètodes, estratègies, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física per a la salut en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

#### Bàsiques

- Desenvolupar les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un grau alt d'autonomia.

### Transversals

- Emprar diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.
- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

## CONTINGUTS

---

1. Generalitats
2. Beneficis de l'activitat física sobre la salut.
3. Riscos cardiovasculars i contraindicacions per fer exercici.
4. Exercici i malaltia.
  - o Activitat física i mort sobtada.
  - o Malalties cardiovasculars: HTA
  - o Malalties metabòliques: obesitat, diabetis, dislipèmies.
5. Fisiopatologia de les lesions esportives.
6. Malalties mentals
7. Aparell locomotor:
  - o tipus de moviment
  - o tipus de contraccions
  - o treball funcional
  - o amplitud de moviment
8. Principal musculatura: exercicis de força, d'escàpula i síndrome creuat
9. Malalties osteoarticulars
  - o artrosi
  - o osteoporosi
10. Accions articulars desaconsellades
11. Postura
  - o definició
  - o factors que predisposen a una postura incorrecta
  - o principals alteracions posturals
  - o anàlisi de la postura
  - o anàlisi dels escurçaments musculars, articulars i posturals
  - o exercicis per treballar la postura

## AVALUACIÓ

---

### Avaluació de l'assignatura de Fisiopatologia general i de l'aparell locomotor del curs 2022-23

L'assignatura serà impartida per dos professors cadascun dels quals realitzarà una part diferent de l'assignatura que correspondrà a la meitat del curs (50% + 50%). Per fer mitjana de les dues parts de l'assignatura s'ha de tenir una mínima puntuació de 5.

#### 1 part de l'avaluació: 50% de la nota final

#### A-----PROVA ESCRITA (30%)

S'avaluaran els continguts teòrics de l'assignatura mitjançant un examen conceptual. És imprescindible aprovar amb un 5 per a poder fer promig per la nota final.

La prova escrita és recuperable.

### **B-----ACTIVITATS STD (20%)**

Activitats a l'aula grupals o individuals i qüestionaris de caràcter individual relacionades amb els temes desenvolupats a les classes teòriques o practiques.

Cada activitat representarà un % diferent:

- Qüestionari STD1 i STD2: 15%
- Tasques lliurables: 5%

Les activitats STD i les tasques no són recuperables.

### **2 part de l'avaluació: 50% de la nota final**

**A-----** Es realitzaran dues **fitxes d'activitats** cadascuna de les quals valdrà un 10% i que no són recuperables: **20%**

1-Anàlisi de la postura i tests musculars: 10%

2-Exercicis per millorar la postura: 10%

AQUESTA PART QUE ES TREBALLARÀ A LES SESSIONS PRESENCIALS NO ÉS RECUPERABLE

3- tasques lliurables: 5%

**B-----Prova escrita** dels continguts donats a les sessions teòriques: **25%**

És imprescindible aprovar amb un 5 per a poder fer promig per la nota final. En cas de suspendre l'examen es realitzarà la recuperació la setmana corresponent. Per fer promig per la nota final d'aquesta part de l'assignatura, a la recuperació s'ha de treure una nota mínima de 4.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- American College of Sports Medicine (2000). *Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio*. Paidotribo.
- Pedro Ángel López Miñarro (2000). *Ejercicios desaconsejados en la actividad física : detección y alternativas* . INDE.
- González-Peris, M., Peirau, X., Roure, E., i Violán, M. (2022). *Guia de prescripció d'exercici físic per a la salut* . Recuperat de <http://hdl.handle.net/11351/3541.2>

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Programes d'Activitat Física i Salut

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Anna Maria Señé Mir Anna Maria Puig Ribera
G12, presencial, matí	anglès	Anna Maria Señé Mir Clara Teixidor Batlle

### PROFESSORAT COL-LABORADOR

- Docència Assignable

### OBJECTIUS

L'assignatura posarà de manifest el valor preventiu i terapèutic de la pràctica regular d'activitat física. Es treballaran competències per capacitar als alumnes de CAFE a planificar programes d'activitat física per millorar la salut i benestar de persones físicament inactives i/o sedentàries. L'assignatura persegueix els següents objectius:

1. Conèixer la relació entre el sedentarisme, la inactivitat física i la salut
2. Conèixer els rols dels GCAFE dins l'àrea de l'Activitat Física i la Salut
3. Conèixer les característiques dels diferents programes d'activitat física saludables.
4. Conèixer les recomanacions d'activitat física saludables per a nens, adolescents, gent adulta i gent gran.
5. Aprendre a confeccionar programes d'activitat física i exercici físic individualitzats per millorar la salut de les persones.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Disenya, planifica i avalua diferents programes d'activitat física saludable d'acord a diferents criteris (RA 2)
- Aplica, identifica i selecciona instruments específics per mesurar els nivells d'activitat física i diferents paràmetres de salut vinculats a la dimensió física, psicològica i social de les persones (RA 3)
- Planifica, organitza i promou l'activitat física en diferents nivells i tenint en compte diferents realitats (RA 4)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.
- Seleccionar i aplicar els mètodes, estratègies, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física per a la salut en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

### CONTINGUTS

1. Relació entre Activitat Física i Salut pública
  - 1.1. Definició de conceptes: Activitat física, exercici físic, esport, sedentarisme
  - 1.2. Paper de l'activitat física dintre la salut pública
  - 1.3. Determinants de l'activitat física
  - 1.4. L'Evolució cap a una societat sedentària
2. Funció dels GCAFE dins l'àrea de l'Activitat Física i la Salut pública
3. Recomanacions actuals d'activitat física saludable per a nens i adolescents, gent adulta i gent gran (relació dosi-resposta)
4. Diferències entre la programació d'activitat física per millorar el rendiment esportiu i la programació d'activitat física per millorar la salut
5. Programes d'activitat física saludable per a persones sanes
  - 5.1. Models de programació d'activitat física per la salut
    - 5.1.1. Estil de vida actiu
    - 5.1.2. Programa d'exercici físic estructurat

6. Prescripció i planificació de programes d'activitat física
  - 6.1. Concepte FITT
  - 6.2. Principis bàsics dels programes d'activitat física
  - 6.3. Components de l'informe prèvi
    - 6.3.1. Historial mèdic i tècniques de health screening
    - 6.3.2. Mesures objectives i subjectives de l'activitat física
    - 6.3.3. Mesures de paràmetres de salut.
    - 6.3.4. Aptitud per a la pràctica d'activitat física: PAR-Q i PARmed-Q+
    - 6.3.5. Tècniques psicològiques per crear adherència a la pràctica regular d'activitat física
7. Programes d'estil de vida actiu
  - 7.1. Individual
8. Programa d'exercici físic estructurat
  - 8.1. Resistència cardiovascular
  - 8.2. Força i resistència muscular
  - 8.3. Flexibilitat
  - 8.4. Equilibri i propiocepció
9. Tests de fitness: resistència cardiovascular, força, flexibilitat i equilibri

## AVALUACIÓ

---

- **L'avaluació del procés** es realitzarà mitjançant l'assistència obligatòria a les sessions de tutoria i l'entrega de les diverses tasques proposades per treballar els continguts de les sessions teòriques (**10% de la nota**)
- **L'avaluació dels resultats** es realitzarà mitjançant la presentació d'un **treball escrit** a final de curs (**45% de la nota**), l'exposició del treball a través d'una **presentació oral** a classe amb coavaluació per part dels companys de classe (**15% de la nota**), la realització d'un **exàmen teòric** tipus test (**30% de la nota**).

NOTA:

\*Exàmen teòric: Caldrà treure una nota mínima de 5 (sobre 10) per aprovar l'exàmen teòric. En cas de recuperació d'exàmen, només es podrà accedir a una nota màxima de 5.

\*Treball escrit: En cas de recuperació del treball escrit, només es podrà accedir a una nota màxima de 5.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- American College of Sports Medicine (ACSM) (2017). *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription* (10 ed.). Wolters Kluwer.
- Dishman, RK., Heath, GW., Lee, I-M. (2013). *Physical activity epidemiology*. Human Kinetics.
- Kohl, HW., Murray, TD. (2012). *Foundations of physical activity and public health*. Human Kinetics.
- Nyman, S., Barker, A., Haines, T., Horton, K., Musselwhite, C., Peeters, G., Victor, C., Wolff, J. (2018). *The Palgrave handbook of ageing and physical activity promotion*. Recuperat de <http://eds.a.ebscohost.com/biblioremot.uvic.cat/eds/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzE3NDM3ODFFx0FOO?sid=da3a5e59-6ca5-46bf-bb2f-84efe2aed76b@sessionmgr400>
- Puig Ribera, AM., Rusiñol, J. (2018). *Mou-te! La revolució de seure menys des de petits*. Eumo Editorial.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Pràctiques I

**Tipologia:** Pràctiques Acadèmiques Externes (PAE)

**Crèdits:** 9,0

**Semestre:** Anual

### PROFESSORAT RESPONSABLE

---

- Dídac Herrero Ballart
- Eduard Comerma Torras

### OBJECTIUS

---

Les Pràctiques I que es duen a terme en el tercer curs del Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport estan concebudes fonamentalment per iniciar l'estudiant en el coneixement de la pràctica professional de l'Activitat Física i de l'Esport.

A més de la tasca d'observació, l'estudiant ha d'actuar en les pràctiques com a ajudant o col·laborador del professional en la conducció dels grups, i encarregar-se de totes aquelles activitats que d'acord amb ell/a pugui dur a terme (exposicions orals, correcció i avaluació de treballs, seguiment d'alumnes concrets, organització i preparació d'activitats, implementació d'estratègies, recerca d'informació, preparació de materials, etc.).

És important que l'estudiant es responsabilitz i intervingui en alguns aspectes del treball, de manera que es vagi introduint, de forma activa, en tot allò que suposa treballar en l'àmbit de l'Activitat Física i de l'Esport.

Per tant, practicant i professional han de posar-se d'acord en les formes de col·laboració més adequades en funció de les característiques dels grups, les activitats i de la institució o l'empresa, sense que la presència de l'estudiant distorsioni el funcionament normal, sinó que més aviat el faciliti. És indispensable, per tant, que l'estudiant tingui una actitud participativa i receptiva als suggeriments dels professionals de cara a l'aprofitament màxim de les Pràctiques.

És una tasca de l'estudiant participar en la vida del centre (club, institut, empresa) i no només romandre a l'aula o en el lloc de treball on actua més directament com a practicant. Així doncs, és aconsellable l'assistència a les activitats que el centre realitza, des de les més habituals per al funcionament (reunions, claudres, etc.), fins a sortides, festes, activitats, partits?, sempre que el centre hi estigui d'acord. D'altra banda, és indispensable la puntualitat en l'assistència de l'estudiant així com la discreció i el seguiment de totes les normes i deures d'un treballador normal.

Cal remarcar que, en tractar-se, per a la majoria d'estudiants, del primer contacte continuat i sistemàtic que l'alumnat mantindrà en un centre dedicat a l'activitat física i de l'esport, aquest període pretén ser una iniciació a la pràctica professional (més que no pas un aprofundiment), a partir de la qual l'alumne haurà d'obtenir una visió general del centre de pràctiques i del treball que s'hi duu a terme. Més endavant en les Pràctiques II que l'estudiant realitzarà en el quart curs ja tindrà ocasió d'aprofundir i de realitzar un projecte d'intervenció més específic.

El tret característic de les Pràctiques I és el seu format extensiu des del mes de setembre al mes de maig.

Les pràctiques duren tot el curs i aquest període tant prolongat permetrà a l'estudiant observar, intervenir i avaluar en el procés de les persones que realitzen activitat física o esport.

1. Conèixer de prop el treball que es duu a terme en el centre de pràctiques i participar-hi com a ajudant o col·laborador de l'equip de professionals del centre.
2. Conèixer el context social, cultural i del centre i les característiques del centre com a institució (tipologia, projecte esportiu, educatiu, social, empresarial, organització, serveis, programacions i planificacions, etc.).
3. Analitzar els elements que defineixen la dinàmica dels grups (ja sigui equips, grups-classe, usuaris d'un gimnàs, practicants, turistes), les característiques de les persones a qui va dirigida la nostra actuació (ja siguin joves esportistes com persones de la tercera edat que fan activitat física), l'espai on s'intervé (l'aula, el gimnàs, l'empresa) i observar i analitzar la intervenció sobre els usuaris (àrees o àmbits d'intervenció, metodologies i estratègies, recursos i materials, promoció i comercialització, activitats d'aprenentatge, activitats de sensibilització, d'avaluació, etc.).
4. Planificar, executar i avaluar, d'acord amb els tutors, un treball dirigit als usuaris del centre.
5. Reflexionar de forma sistemàtica, crítica i constructiva sobre la pròpia pràctica duta a terme per l'estudiant en el centre.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

\* Identifica les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en diferents contextos (estructurats o no).

\* Recull i interpreta dades i informacions amb les que fonamentar les seves conclusions incloent-hi, quan calgui i sigui pertinent, les reflexions sobre aspectes de caire social, científic o ètic en l'àmbit dels esports i l'activitat física.

\* Avalua de forma global els processos d'aprenentatge realitzats d'acord amb les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de millores individuals.

\* Resol problemes i situacions pròpies de la tasca professional amb actituds emprenedores i innovadores.

\* Analitza èticament situacions d'injustícia i desigualtats i proposa mesures de compensació.

\* Intervé de forma adequada en situacions pròpies de l'exercici professional de l'activitat física i l'esport.

\* Observa de forma crítica diferents institucions i professionals de l'activitat física i l'esport.

## COMPETÈNCIES

---

### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.

### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

### Bàsiques

- Desenvolupar les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un grau alt d'autonomia.
- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

## CONTINGUTS

---

1. Anàlisi d'un centre i/o institució de l'àmbit de l'activitat física i/o de l'esport.
2. Observació, intervenció i avaluació d'un procés personal o grupal en l'àmbit de l'activitat física o en l'àmbit esportiu.
3. Reflexió del propi procés d'aprenentatge en les pràctiques.

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació de l'assignatura de pràctiques I es fa a partir de tres elements diferents que són necessaris aprovar per separat per tal de fer mitjana per la nota final de l'assignatura.

\* Avaluació de l'estada al centre. 40%

\* Avaluació de la memòria de pràctiques. 45%

\* Avaluació del seguiment de les pràctiques a partir del seminari de pràctiques. 15%

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## Seminari de Pràctiques I

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** Anual

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Merino Tantiña Dídac Herrero Ballart Eduard Comerma Torras Laia Planella Turon Marta Solà Serrabou Oriol Dalmau Quer Xavier Santaella Oller
G12, presencial, matí	català	Aitor Piedra González Beatriz Gil Puga Daniel Moreno Galceran Dídac Herrero Ballart Eduard Comerma Torras Gemma Torres Cladera Iria Pujol Colell Miguel Moreno Moreno Roger Parera Villacampa

### OBJECTIUS

---

Aquesta assignatura permetrà preparar, fer el seguiment i supervisar per part dels tutors de la Universitat les pràctiques dels estudiants.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

- \* Utilitza correctament les eines per l'observació i l'anàlisi de pràctiques esportives i de l'activitat física.
- \* Identifica les característiques bàsiques per l'anàlisi d'una institució, el seu funcionament i els professionals que hi intervenen.
- \* Avalua projectes relacionats amb l'educació física i esportiva.
- \* Avalua de forma global els processos d'aprenentatge realitzats d'acord a les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de millora individual.
- \* Resol problemes i situacions pròpies del desenvolupament professional amb actituds emprenedores i innovadores.

### COMPETÈNCIES

---

#### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### CONTINGUTS

---

1. Preparació de les pràctiques I del grau de CAFE.
2. Seguiment a través de sessions a la UVic de les pràctiques dels estudiants.
3. Supervisió i avaluació de treballs i activitats realitzades pels estudiants en els centres de pràctiques.
4. Reflexió del procés d'aprenentatge dels estudiants en les pràctiques.

### AVALUACIÓ

---

L'avaluació de l'assignatura de Seminari de pràctiques es fa a partir dels següents elements:

Avaluació del Pla de treball I i II. 20%

Avaluació del projecte d'intervenció I. 10%

Avaluació del projecte d'intervenció II. 20%

Avaluació del seguiment del Seminari. 45%

Avaluació de l'activitat de Zotero: gestor de referències bibliogràfiques. 5%

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

# ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE QUART CURS

## Seminari d'Investigació

**Tipologia:** Obligatòria (OB)

**Crèdits:** 3,0

**Semestre:** 1r o 2n

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Anna Maria Señé Mir Albert Altarriba Bartés Anna Maria Puig Ribera David Rodriguez Ruano Isaac Taberner Canadell Xantal Borràs Boix
G12, presencial, matí	català	Anna Maria Señé Mir Albert Altarriba Bartés Anna Maria Puig Ribera David Rodriguez Ruano Isaac Taberner Canadell Xantal Borràs Boix

### OBJECTIUS

- Aquesta assignatura és l'única del pla d'estudis que treballa el suport metodològic per portar a terme el Treball Final de Grau (TFG).
- Tal com diu el títol, es tracta de proveir l'alumnat amb les eines necessàries per iniciar-se en el món de la investigació tot escollint un tema del seu interès dins de les ciències de l'activitat física i l'esport.
- L'objectiu més destacat de l'assignatura és donar el suport metodològic necessari a l'alumnat per poder realitzar un TFG amb èxit i contribuir, ni que sigui de forma molt reduïda, a la producció de coneixement en el món de les ciències de l'activitat física i l'esport.

### RESULTATS D'APRENENTATGE

Als aprenentatges que s'espera que l'alumnat hagi obtingut un cop cursada i superada amb èxit l'assignatura són:

Entén el canvi d'actitud cap a la producció de coneixement.

Identifica la necessitat de posar en pràctica el mètode científic per a la producció de coneixement en l'àmbit de les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.

Dissenya un estudi d'investigació en un dels àmbits del CAFE per crear coneixement en les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.

Reconeix que la investigació necessita d'elements rigorosos, sistemàtics, i planificats per a progressar en el coneixement de qualsevol àmbit del CAFE.

Identifica les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en tot tipus de contextos (estructurats o no)

### COMPETÈNCIES

#### Bàsiques

- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.

### CONTINGUTS

#### Tema 1. El Mètode Científic

1.1. Canvi d'actitud: el coneixement científic.

1.2. L'empirisme i el racionalisme.

1.3. Les diferències i similituds amb altres treballs del Grau

#### Tema 2. Les Fases del Mètode Científic

## 2.1. Orientar i delimitar el tema de la recerca

- La pregunta inicial

## 2.2. La fonamentació teòrica

- Les lectures de recerques anteriors
- Les entrevistes d'exploració

## 2.3. L'aplicació pràctica - la metodologia

- Els paradigmes que fonamenten la recerca quantitativa i la qualitativa
- Les hipòtesis
- Tipus i dissenys d'estudis
- Les tècniques i instruments de recollida de dades (qüestionari, fulls d'observació, entrevista, grup de discussió, anàlisi documental).
- Qualitat de les mesures (Validesa, Fiabilitat, Precisió, Exactitud).
- El model d'anàlisi i anàlisi de dades.
- Aspectes ètics de la recerca

## 2.4. L'anàlisi i presentació dels resultats

## 2.5. Les conclusions dels resultats i les seves conseqüències.

### **AVALUACIÓ**

---

L'assignatura serà eminentment pràctica i interactiva, fet que comporta que l'assistència a les sessions sigui cabdal per fer un bon aprenentatge de què és i com s'utilitza el mètode científic en una recerca concreta.

L'assignatura s'avaluarà a partir dels següents elements avaluadors:

- 20% Assistència a les sessions específiques de l'àmbit i a la xerrada de recerca de l'àmbit (No recuperable)
- 30% Tres tasques de seguiments a presentar a les sessions específiques de l'àmbit (No recuperable)
- 50% Treball final del Seminari d'Investigació (basat a partir de la proposta de TFG de l'estudiant) (Recuperable)

El Treball Final del Seminari d'Investigació (50%) és recuperable i és obligatori que s'aprovi per poder superar el Seminari. Respecte, l'assistència a les sessions (20%) i les 3 tasques (30%) no són recuperables, i faran mitjana amb la nota del Treball Final, sempre i quan el treball estigui aprovat.

La nota del seminari d'investigació correspondrà fins a 2 punts (1 - 1,5 o 2), dels 4 punts del primer apartat del barem de l'avaluació del procés del Treball Final de Grau.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Blaxter, L.; Hughes, C. i Tight, M. (2008). *Cómo se investiga*. Graó.
- Gratton, C i Jones, I. (2004). *Research methods for sport studies*. Routledge.
- Heinemann, K. (2016). *Introducción a la metodología de la investigación empírica: En las ciencias del deporte* (2 ed.). Paidotribo.
- Quivy, R.; Campenhoudt, L. (1997). *Manual de recerca en ciències socials* (2 ed.). Herder.
- Thomas, J.R. i Nelson, J.K. (2007). *Métodos de investigación en actividad física*. Paidotribo.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Treball de Fi de Grau

**Tipologia:** Treball de Fi de Grau (TFG)

**Crèdits:** 6,0

**Semestre:** 2n

### PROFESSORAT RESPONSABLE

---

- Núria Camps Casals

### OBJECTIUS

---

El Treball de Final de Grau (TFG) forma part de tots els estudis universitaris de grau de totes les universitats tal com estableix la normativa vigent.

El pla d'estudis del Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport de la Universitat de Vic incorpora un TFG de 6 crèdits ECTS, que és una assignatura del darrer curs del Grau (4rt curs), de caràcter obligatori per a obtenir el títol.

El Treball de Fi de Grau és el resultat de la formació adquirida en el decurs dels ensenyaments del Grau i ha de permetre a l'estudiant mostrar el nivell d'adquisició de les competències de la titulació i dels principis que fonamentaran la seva futura tasca professional.

El procés de realització i avaluació del TFG està supeditat a la normativa de la Universitat de Vic i a la normativa específica de la Facultat.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

- Entén el canvi d'actitud cap a la producció de coneixement
- Identifica la necessitat de posar en pràctica el mètode científic per a la producció de coneixement en l'àmbit de les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
- Aplica algunes de les tècniques de recollida de dades per a la producció de coneixement
- Disseny un estudi d'investigació en un dels àmbits del CAFE per crear coneixement en les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
- Reconeix que la investigació necessita d'elements rigorosos, sistemàtics, i planificats per a progressar en el coneixement de qualsevol àmbit del CAFE
- Identifica les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en el context de la recerca.
- Aplica procediments propis de la recerca científica en el desenvolupament de l'activitat formativa.
- Elabora informes i documents escrits (principalment de caràcter tècnic) amb correcció ortogràfica i gramatical en català.
- Comunica a companys/es i professorat de manera clara i precisa coneixements, metodologies, idees, problemes i solucions en l'àmbit dels esports i l'activitat física
- Es desenvolupa en situacions complexes o que exigeixen el desenvolupament de noves solucions tant en l'àmbit acadèmic com laboral o professional dins dels esports i l'activitat física
- Analitza les capacitats personals i professionals pròpies en relació a diferents àmbits de la pràctica professional.
- Utilitza el llenguatge audiovisual i els diferents recursos, per expressar i presentar continguts vinculats al coneixement específic de l'àmbit
- Planteja intervencions amb coherència als valors democràtics i de sostenibilitat mostrant respecte als drets fonamentals de les persones.

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Creativitat.

#### Bàsiques

- Desenvolupar les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un grau alt d'autonomia.
- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.
- Ser capaç de transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic especialitzat i no especialitzat.

#### Transversals

- Emprar diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.

- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

## **CONTINGUTS**

---

La realització del TFG comportarà la presentació d'un informe escrit d'una extensió aproximada de 50 pàgines seguint els criteris d'estructura i redacció que es donaran a l'inici del curs corresponent a través dels tutors/es i les Normes de presentació de treballs de la Facultat.

El treball escrit ha de ser original i inèdit. L'estudiant haurà de signar un document de codi ètic per a la realització del TFG que inclourà el respecte a les persones i el compromís de no plagiar, ni parcial ni totalment, el contingut del treball.

En els casos que el treball sigui realitzat per dues persones es fixarà una extensió més àmplia de l'informe escrit.

En el cas que l'estudiant hagi optat per cursar un itinerari, la temàtica del TFG ha d'estar relacionada amb l'itinerari escollit. Si l'estudiant ha optat per l'itinerari lliure, la temàtica del TFG ha d'estar relacionada amb els continguts d'una o algunes assignatures del Grau.

El treball escrit haurà de tenir tres apartats clarament diferenciats:

- a) una fonamentació (part teòrica) sobre el tema escollit per l'estudiant que desenvolupi els principals conceptes i els relacioni amb aportacions dels diversos autors/es.
- b) un apartat d'aplicació (part pràctica) en el qual es desenvolupi la recerca realitzada o la proposta pràctica corresponent. Aquesta part es podrà realitzar en el centre de Pràctiques II (4rt curs del Grau).
- c) unes conclusions finals on es presentin les aportacions pròpies de l'estudiant relacionades amb el tema estudiat i la seva futura professió.

## **AVALUACIÓ**

---

El TFG té convocatòria única com la resta d'assignatures del Grau. L'avaluació del TFG serà individual i estarà basada en tres elements:

1. el procés d'elaboració del TFG
2. l'informe escrit que caldrà presentar en el termini establert
3. la defensa pública i obligatòria del TFG, de forma oral, davant un tribunal

El procés d'elaboració serà avaluat pel tutor/a del TFG. L'informe escrit del TFG i la defensa pública seran avaluats per un tribunal format per dos membres.

La ponderació dels tres elements de cara al càlcul de la nota final és la següent:

- Avaluació del procés 30%
- Avaluació de l'informe escrit 50%
- Avaluació de la defensa pública 20%

Per al càlcul de la nota final serà un requisit imprescindible que els tres apartats estiguin superats satisfactòriament.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Quivy, R., i Van Campenhoudt, L. (2002). *Manual de recerca en ciències socials* (2 ed.). Herder.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Pràctiques II

**Tipologia:** Pràctiques Acadèmiques Externes (PAE)

**Crèdits:** 9,0

**Semestre:** Anual

### PROFESSORAT RESPONSABLE

---

- Eduard Comerma Torras

### OBJECTIUS

---

Les Pràctiques II que es duen a terme en el quart curs del Grau de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (CAFE) estan concebudes fonamentalment per aprofundir d'una forma més significativa sobre l'actuació del professional de l'Activitat Física i l'Esport en un àmbit específic.

Donat que aquestes pràctiques tenen un fort caràcter d'aprofundiment i d'ampliació, en relació a les Pràctiques I, es procurarà que l'estudiant, conjuntament amb el tutor del centre i el de la Universitat, pugui prendre un compromís actiu en les diverses pràctiques del graduat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport desenvolupant activitats vinculades directament a la situació i a les necessitats del centre on s'estiguin realitzant les pràctiques.

Les Pràctiques II s'han de realitzar en un dels itineraris professional previstos en el Pla d'estudis. Així, els estudiants podran escollir fer les pràctiques en centres específics de l'itinerari d'Educació Física, d'Entrenament Esportiu, de Gestió Esportiva, de Lleure Esportiu i d'Activitat Física i Qualitat de Vida.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

Identifica les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en diferents contextos (estructurats o no).

Recull i interpreta dades i informacions amb les que fonamentar les seves conclusions incloent-hi, quan calgui i sigui pertinent, les reflexions sobre aspectes de caire social, científic o ètic en l'àmbit dels esports i l'activitat física.

Avalua de forma global els processos d'aprenentatge realitzats d'acord amb les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de millores individuals.

Resolt problemes i situacions pròpies de la tasca professional amb actituds emprenedores i innovadores.

Analitza èticament situacions d'injustícia i desigualtats i proposa mesures de compensació.

Intervé de forma adequada en situacions pròpies de l'exercici professional de l'activitat física i l'esport.

Observa de forma crítica diferents institucions i professionals de l'activitat física i l'esport.

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Desenvolupar les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un grau alt d'autonomia.
- Tenir la capacitat de recollir i interpretar dades rellevants (normalment dins de l'àrea d'estudi pròpia) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes importants de caràcter social, científic o ètic.

### **Transversals**

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### **CONTINGUTS**

---

1. Anàlisi d'un centre i/o institució de l'àmbit de l'activitat física i/ o de l'esport.
2. Observació, intervenció i avaluació d'un procés personal o grupal en l'àmbit de l'activitat física o en l'àmbit esportiu.
3. Planificació o anàlisi d'un projecte vinculat a l'itinerari professional i al centre de pràctiques.
4. Reflexió del propi procés d'aprenentatge en les pràctiques.

### **AVALUACIÓ**

---

L'avaluació de l'assignatura de pràctiques I es fa a partir de tres elements diferents que són necessaris aprovar per separat per tal de fer mitjana per la nota final de l'assignatura.

\* Avaluació de l'estada al centre. 40%

\* Avaluació de la memòria de pràctiques. 35%

\* Avaluació del seguiment de les pràctiques. 25%

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## ASSIGNATURES OPTATIVES

### Activitat Física per a Persones amb Discapacitat o Malalties Mentals

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Molas Castells Laia Planella Turon

#### OBJECTIUS

- Conèixer i reflexionar sobre els conceptes de diversitat funcional, salut mental, activitat física i esport adaptat.
- Dotar a l'alumnat dels coneixements i de les capacitats necessàries pel desenvolupament, amb seguretat, de diverses activitats físiques i esportives dins i fora del recurs on es dona atenció a aquests col·lectius.
- Prendre consciència del potencial educatiu, emocional i social de la pràctica d'activitats físiques i valorar totes les seves possibilitats.
- Desenvolupar-se davant d'un grup amb característiques individuals amb professionalitat i ètica com a futurs professionals.

#### RESULTATS D'APRENTATGE

- Planifica i desenvolupa activitats físiques adaptades a les necessitats individuals tenint en compte la diversitat poblacional (RA1 i RA3).
- Observa, analitza i aporta millores, potenciant la reflexió crítica per a la millora en el desenvolupament de la pràctica de l'activitat física regular (RA4 i RA5).
- Adquireix coneixement de les diferents opcions que ofereix l'activitat física adaptada a les diversitats personals incrementant les seves potencialitats (RA6).
- Mostra una actitud positiva, de respecte i d'inclusió davant la pluralitat de capacitats dels diferents sectors poblacionals (RA8).

#### COMPETÈNCIES

##### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.

##### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes de promoció d'activitat física que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular d'activitat física i la modificació d'estils de vida no saludables en diversos tipus de població.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.
- Seleccionar i aplicar els mètodes, estratègies, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física per a la salut en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquin els efectes formatius i saludables.

##### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.
- Ser capaç de transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic especialitzat i no especialitzat.

##### Transversals

- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

### Diversitat Funcional o Trastorn Mental

1. Sensibilització i adquisició d'una visió positiva davant la diversitat.
2. Història i evolució de l'Activitat Física Adaptada i de l'Esport Adaptat.
3. Coneixement de la Discapacitat Física.
4. Coneixement de la Discapacitat Psíquica/Intel·lectual.
5. Coneixement de la Discapacitat Sensorial.
6. Coneixement del Trastorn Mental.
7. Figura de l'Educador/a Físic Esportiu/va (EFE).
8. Pràctica i vivència de l'Entrenament i l'Esport Adaptat.

### AVALUACIÓ

---

Per aprovar l'assignatura s'han d'aprovar tots els treballs o tasques per separat.

- Reflexió personal sobre experiències vitals en el món de l'Activitat Física Adaptada i l'Esport Adaptat. (25%)
- Treball individual: Seguiment d'un/a persona/esportista. (50%)
- Treball grupal: Planificació d'una Activitat Física Adaptada. (15%)
- Assistència i Coavaluació. (10%)

**S'ha d'assistir i participar activament a un mínim d'un 80% de les sessions pràctiques per superar l'assignatura, en cas contrari l'assignatura quedarà suspesa.**

### BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Colmena, D. (2016). *Els Anys Guanyats: Jordi Molas, converses* (4 ed.). s.l.: s.n.
- Ríos Hernández, M. (1998). *Actividad física adaptada: el juego y los alumnos con discapacidad*. Ed. Paidotribo.
- Ríos Hernández, M. (2003). *Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad*. Ed. Paidotribo.
- Ríos Hernández, M. (2015). *565 juegos y tareas de iniciación deportiva adaptada a las personas con discapacidad*. Ed. Paidotribo.

### BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Activitats Coreogràfiques amb Suport Musical

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Laia Anguita i Mora

### OBJECTIUS

Actualment ens trobem amb estils de vida sedentaris que fa que des de ben petits hi hagi una necessitat de realitzar activitat física en els centres educatius. Les activitats coreogràfiques amb suport musical ofereixen la possibilitat de realitzar pràctica física en el context educatiu amb la finalitat que l'estudiant descobreixi formes diferents de moviment. Les activitats coreogràfiques són una manera molt educativa per treballar en grup on el cos i el moviment són elements claus pel coneixement i control de l'espai amb coordinació de diferents estils musicals.

Els objectius d'aprenentatge són:

- Iniciar-se de forma lúdica en l'àmbit de l'activitat física amb base musical.
- Incorporar els recursos necessaris per poder desenvolupar-se en qualsevol sector educatiu que impliqui realitzar activitat física amb base musical.
- Dissenyar una coreografia musical a partir d'un treball en equip.
- Elaborar, practicar i avaluar activitats coreogràfiques a partir d'unitats de programació.
- Participar en un esdeveniment esportiu (en funció de la situació d'excepcionalitat).

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Elabora i posa en pràctica activitats amb suport musical en l'àmbit educatiu (RA1)
- Planifica i avalua activitats pròpies i en grup amb suport musical en el context educatiu (RA2)
- Porta a terme una sessió amb base musical d'educació física segons el currículum de secundària i batxillerat (RA3)
- Programa activitats i sessions d'educació física amb base musical segons el currículum de secundària i batxillerat (RA4)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educció Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educció Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

### CONTINGUTS

Els continguts que es treballaran en aquesta assignatura són:

- Concepte i generalitats de les activitats físiques amb suport musical en l'àmbit educatiu.
- Les coreografies musicals com a recursos educatius.
- Posada en pràctica d'activitats coreogràfiques en les unitats de programació d'educació física.
- Disseny i elaboració d'instruments i indicadors d'avaluació per a les coreografies a l'escola.
- Posada en escena d'una coreografia musical.

### AVALUACIÓ

- Creació i representació d'una coreografia en grup: 25%. Activitat No recuperable.
- Planificació i creació d'una Unitat Didàctica: 35%. Activitat recuperable.

- Planificació i creació d'una Unitat Didàctica + planificació de 3 sessions de la mateixa UD: 25%
- Realitzar una sessió de la UD planificada: 10%

- Activitats del Bloc de Gamificació: 20%. Activitat recuperable.

- Diari de procés: 20%. Activitat recuperable.

Assistència a l'assignatura 90% (apte/no apte) de l'assignatura.

Aquelles activitats recuperables es podran recuperar durant les setmanes de tancament i de recuperacions marcades al calendari.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Carrierdo, A., Méndez-Giménez, J.F., Cecchini, J.A. (2020). *Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: Internet y los retos virales* (37 ed.). FEADDEF.
- Quelal, C., Martínez, J., Martínez, I. (2020). *La expresión corporal y la música en educación física*. Revista Digital de Educación Física.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Aspectes Didàctics i Organitzatius de l'Educació Secundària

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Josep Castillo Adrián

### OBJECTIUS

- Adquirir les competències necessàries per dur a terme la tasca professional.
- Conèixer i reflexionar sobre els elements interns i externs que conformen el marc pedagògic, l'estructura, el funcionament i la vida d'un centre escolar de secundària.
- Fonamentar-se en una visió sistèmica de l'escola, els seus elements i els agents amb els quals s'interrelaciona a l'hora de fer anàlisis, interpretacions i presa de decisions educatives.
- Reconèixer i analitzar indicadors de l'estructura organitzativa dels centres per poder prendre decisions de millora en el seu funcionament.

### RESULTATS D'APRENTATGE

1. Fonamenta i argumenta la pràctica docent i reflexiona sobre el sentit i la direcció de la institució escolar
2. Coneix i reflexiona sobre els elements que conformen la identitat docent del professor de secundària
3. Fonamenta una visió sistèmica de l'escola, els elements diferents i els agents amb els quals s'interrelacionen
4. Avalua de forma global els processos d'aprenentatge duts a terme d'acord a les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de millora individual
5. Avalua pràctiques professionals en contextos emergents i globals i proposa línies d'intervenció ajustades a les diferents realitats

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.
- Creativitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítica davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.

### CONTINGUTS

#### 1. Funció i sentit de l'escola i l'educació

1. Finalitats de l'educació
2. L'escola com a eina social. Centres educatius i entorn social
3. Paradigmes educatius i escola

#### 2. Fer de professors/es

1. El perfil professional dels docents: competències
2. Tasques i responsabilitats dels docents en la interacció. La funció tutorial

#### 3. El marc legal i les polítiques educatives

1. Legislació de l'àmbit educatiu.
2. Escolarització i polítiques educatives
3. Caracterització laboral i professional dels docents

#### 4. Organització del centre educatiu

1. Estructura del sistema educatiu
  2. Tipologies dels centres educatius
  3. Estructura organitzativa de l'escola
5. *La presa de decisions del centre com a comunitat educativa*
1. L'autonomia del centre educatiu
  2. Documents i instruments per a l'organització i la gestió escolar
  3. L'organització dels òrgans personals
  4. L'organització dels recursos materials
  5. L'organització dels recursos funcionals
  6. Les relacions amb l'entorn

## **AVALUACIÓ**

---

Assistència obligatòria: mínim 80% de les sessions (virtuals i presencials).

La nota final s'obté a partir de:

- a. Treball individual (20%)
- b. Treball grupal (20%)
- c. Presentació del treball grupal (20%)
- d. Participació a classe i activitats d'aula (20%)
- e. Examen final amb els continguts de l'assignatura (20%)

S'avaluaran i hauran d'estar aprovats tots els treballs individuals i col·lectius que es realitzin al llarg de l'assignatura.

Si no s'assisteix a un 80% de les sessions, caldrà superar un examen per aprovar l'assignatura. Només es podran recuperar aquelles activitats que no superin conjuntament el 50% de l'assignatura.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Carbonell, J. (2015). *Pedagogías del siglo XXI: Alternativas para la innovación educativa*. Octaedro.
- Cela, J., Palou, J. (2009). *Va de mestres: Carta als mestres que comencen (7 ed.)*. Rosa Sensat.
- Giner, A., Puigardeu O. (2008). *La tutoría i el tutor: Estrategias para su práctica*. Horsori.
- Martínez-Celorrio, X. (2017). *Innovació i equitat educativa*. Octaedro.

## Competències Bàsiques i Medi Aquàtic

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Xavier Santaella Oller

### OBJECTIUS

La finalitat de l'assignatura és vincular el medi aquàtic, entès com a espai educatiu, al context educatiu escolar a partir del disseny i planificació d'un petit projecte educatiu a partir de diferents activitats educatives corresponents a diferents elements curriculars vinculats a diferents àrees i concretament a la d'Educació Física, sempre prenent com a referència i esdevenint a l'hora, fil conductor del disseny de les mateixes, les diferents competències i la seva naturalesa.

Objectius

1. Identificar les possibilitats educatives que ofereix el medi aquàtic
2. Analitzar el concepte de competències bàsiques i la seva rellevància en la programació a l'aula, concretament a l'Educació Física
3. Vincular el medi aquàtic i el context curricular de l'educació secundària a partir del disseny d'un projecte educatiu i el seu programa d'avaluació en Educació Física
4. Portar a la pràctica les diferents activitats curriculars dissenyades posant en joc les competències docents davant dels companys i companyes
5. Prendre consciència i analitzar la pràctica docent a través d'instruments de coavaluació i autoavaluació
6. Cooperar amb els companys per tal d'assolir els objectius comuns i progressar en l'aprenentatge

### RESULTATS D'APRENTATGE

1. Realitza una unitat de programació per al medi aquàtic tenint com a marc de referència les CCBB
2. Dissenya el programa d'avaluació vinculat a la unitat de programació realitzada
3. Presenta als seus companys i companyes dues sessions de la unitat de programació dissenyada, demostrant unes competències docents ajustades al context
4. Reflexiona críticament sobre la pràctica docent, la pròpia i la dels companys, a partir de l'autoavaluació i la coavaluació
5. Cooperar amb els companys i companyes per tal d'assolir els objectius grupals i progressar en l'aprenentatge

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

#### Transversals

- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.

### CONTINGUTS

1. El medi aquàtic i les seves possibilitats educatives.

- 2.El context curricular: La programació d'una UP i les competències bàsiques
- 3.Les activitats aquàtiques educatives en el context curricular de secundària i concretament en l'àrea d'Educació Física.
- 4.Estratègies d'ensenyança per a la implicació de l'alumnat en el procés d'aprenentatge, en base a les diferents competències bàsiques.
- 5.La cooperació

## **AVALUACIÓ**

---

L'avaluació formativa de l'assignatura contemplarà el procés i els resultats, de manera que d'entrada serà imprescindible fer un seguiment del procés de la mateixa adequat (assistència al 50% de les tutories i duent tasques correctes; i fins al 80% del total de sessions pràctiques programades).

Cal aprovar totes les activitats d'avaluació per separat i tots els requisits per separat (excepte les del bloc "Treball en equip").

La setmana de tancament es realitzaran tutories per aquells alumnes que tinguin suspesa alguna part, o no l'hagin presentat, sempre i quan no superi el 50% de la nota de l'assignatura, i que optin a recuperar aquesta/es part/s en la setmana de recuperació.

No obstant, les activitats d'avaluació del bloc del "Treball en equip" no són recuperables però la mitjana de les 4 activitats d'avaluació corresponents ha de ser una nota de 5 o superior.

L'alumne que no està present el dia de presentació de la tasca, no li comptabilitzarà.

### **Relació tasques - % nota**

Es promourà una avaluació formativa i continuada al llarg de l'assignatura. Els percentatges per a cada activitat d'avaluació són els següents:

#### **AVALUACIÓ FORMATIVA: 10 punts**

##### **ACTIVITATS EN GRUP (55%)**

Dissenyar una UPC en el medi aquàtic en base les CCBB. (15%)

Dissenyar el programa d'avaluació de la UPC juntament amb una activitat d'avaluació d'una de les sessions. (10%)

Presentar i dinamitzar als companys i companyes dues sessions de la UPC dissenyada en grup. (20%)

Realitzar les coavaluacions de les sessions dels companys (intergrupals). (10%)

##### **ACTIVITATS INDIVIDUALS (25%)**

Tasca 1: Les Activitats Aquàtiques Educatives i la relació amb les CCBB en el context curricular. (5%)

Tasca 2: Presentació d'una proposta metodològica vinculada a la CCBB determinada a la sessió 2. (10%)

Tasca 3: Autoavaluació de la pràctica docent. (10%)

##### **ACTIVITATS D'AVAUACIÓ ENVERS "EL TREBALL EN EQUIP" (20%)**

Elaboració dels plans d'equip i les valoracions del pla d'equip. (5%)

Realització del seguiment del diari d'equip. (5%)

Ús d'habilitats cooperatives entre els membres del grup. (5%)

Coavaluació intragrupal. (5%)

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Blázquez, D.; Sebastiani, E (2009). *Enseñar por competencias en Educación Física*. Inde.
- Boluda, G (2012). *El desarrollo curricular de la competencias: del marco curricular a la UP*. Yeso: Elementos de Acción Educativa (382), 22-26.
- Cotrina, J; Moreno, J.; Pérez, J (2005). *La educación Física en el medio acuático*. Wanceulen.
- Figueras, S.; Capllonch, M.; Blázquez, D. i Monzonis, Nuria. (2016). *Competencias básicas y educación física: estudios e investigaciones*. Apunts. Educación Física y Deportes, nº 123, p.32-41.
- Lleixà T. i Sebastiani E. (2016). *Competencias clave y Educación Física: ¿Cómo y para qué tenerlas en cuenta en nuestra programación?* INDE.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---



El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Comprendre el Joc del Futbol

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Albert Altarriba Bartés Marc Blanch Casadesus

### OBJECTIUS

L'assignatura mostra a l'alumnat com es construeix un joc hipercomplex com el futbol i quin paper hi juguen les estructures dels seus practicants, sobretot la cognitiva. Per tal de fer això ens emmarquem dins una proposta estructurada d'entrenament on desenvolupem una metodologia lligada a una estratègia didàctica anomenada Situació Simuladora Preferencial, basada en diferents elements que s'han de tenir en compte a l'hora d'elaborar una tasca d'entrenament que faciliti contextos d'aprenentatge de gran qualitat. Els continguts de l'assignatura ens permeten anar des de la perspectiva individual a la col·lectiva, entenent l'entrenament i el rendiment en el futbol a través d'una perspectiva sistèmica que ens invita a dubtar de tot allò que fins ara sabíem.

#### Objectius:

1. Aproximar-se al coneixement ontològic i epistemològic del futbol
2. Fer servir una metodologia estructurada i integrada en els processos d'entrenament del futbol en Tecnificació i Alt Rendiment
3. Aprendre a realitzar entrenaments mitjançant SSP
4. Assessorar de forma professional a una demarcació/equip mitjançant l'ús de les noves tecnologies
5. Conèixer i entrenar les estratègies d'absorció de la complexitat, el paper del preparador físic (optimitzador de rendiment), el paper de l'entrenador, la tàctica individual i col·lectiva

### RESULTATS D'APRENTATGE

- (143) Aplica metodologies d'ensenyament-aprenentatge en el futbol
- (144) Coneix, analitza i interpreta adequadament el futbol
- (146) Identifica i transmet la tàctica i l'estratègia específica del futbol
- (147) Identifica les seves pròpies necessitats formatives a nivell laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en tot tipus de contextos (estructurats o no)
- (148) Resol problemes i situacions pròpies del desenvolupament professional amb actituds emprenedores i innovadores

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Bàsiques

- Desenvolupar les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un grau alt d'autonomia.

#### Transversals

- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### CONTINGUTS

- 1.- Coneixement del futbol
  - 1.1 Ontològic
  - 1.2 Epistemològic
  - 1.3 Introducció al pensament complex
- 2.- Estudi de les estructures del futbol
  - 2.1 Estructura Meta-Joc
  - 2.2 Estructura Joc

- 2.3 Estructura Jugador
- 2.4 Estructura Constel·lacions
- 2.5 Estructura Equip
- 2.6 Estructura Infra-Jugador
- 3.- L'Entrenament Estructurat
- 3.1 Les Situacions Simuladores Preferencials
- 3.2 Posada en marxa d'una SSP
- 3.3 El paper de l'entrenador
- 4.- Continguts d'entrenament
- 4.1 El joc col·lectiu
- 4.2 Estil de joc, model de joc, idea de joc

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació de tots els alumnes de forma obligatòria contemplarà l'avaluació dels resultats d'aprenentatge (100%) en 4 blocs:

- BLOC I: 37,5% Examen (RA 143, 144 i 146). S'ha d'aprovar amb una nota mínima de 5. A l'examen de recuperació només es podrà optar a una nota de 6. En l'hipotètic cas que un "6" no sigui suficient per aprovar havent fet la mitjana amb la resta d'evidències qualificadores, i s'hagi obtingut una nota superior en l'examen, aquesta s'adequarà per tal que l'assignatura quedi aprovada amb un "5", però mai es posarà una nota superior a la obtinguda a la prova. Recuperable.
- BLOC II: 25% Avaluació continuada i activitats (RA 147 i 143). Consta de dues activitats. Activitat 1a: Model de joc, planificació de microcicle tipus (10%), individual; i Activitat 1b: EAC (2,5%), individual. Activitat 2: Disseny i desenvolupament SSP pràctica entrenador (12,5%), grupal. Ambdues activitats, no recuperables.
- BLOC III: 17,5% Treball sobre anàlisi de FID (RA 147 i 148). El treball serà grupal. No recuperable.
- BLOC IV: 20% Treball "scouting real" (RA 147 i 148). El treball serà grupal. No recuperable.
- Assistència i participació en les classes pràctiques (mínim obligatori per tenir dret a qualificació final 80%), tot aprofitant-les i mostrant una actitud activa i participativa (APTE/NO APTE)

Per superar l'assignatura cal en primer lloc obtenir la qualificació d'APTE en l'apartat d'assistència, així com complir amb els altres requeriments d'aquest apartat.

En segon lloc, l'alumne haurà de superar la resta d'elements d'avaluació dels resultats d'aprenentatge (Blocs I-IV). Per aquesta qüestió cal tenir en compte que per superar l'assignatura s'han d'aprovar de forma obligatòria totes les evidències qualificadores per separat (Blocs I-IV), ja que avaluen competències diferents en cada cas. Només en el cas de les activitats de l'avaluació continuada (Bloc II) es contempla superar aquesta part si una de les tres activitats no està aprovada, però la mitjana de les proves d'aquell bloc és igual o superior a una nota de 5 punts.

Els treballs en grup, activitats i els casos pràctics, són activitats a tots els efectes NO RECUPERABLES, i per tant s'han de superar durant el curs.

A més, L'alumnat que no superi el 50% de les evidències qualificadores a la setmana de tancament no tindrà dret a avaluació complementària posterior.

No es preveu en cap cas que els alumnes puguin optar a millorar la qualificació de cap evidència durant el curs o les setmanes de recuperació.

La no superació de l'assignatura suposa en TOTS els casos la repetició completa de l'assignatura en cursos acadèmics posteriors.

Es recorda que s'apliquen detectors de plagi en les correccions dels treballs. Per aquest motiu, un treball que presenti un percentatge de plagi superior al 30% serà considerat "NO Apte". Per altra banda, percentatges inferiors considerats significatius poden comportar la disminució de la nota final.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Acero, R., Lago, C (2005). *Deportes de equipo*. Inde.
- Balagué, N., Torrents, C (2011). *Complejidad y deporte*. Inde.
- Gréhaigne, JF (2001). *La organización del juego en el fútbol*. Inde.
- Matabosch, M (2018). *En busca de una confluencia interdisciplinar. Entrenador-Preparador físico*. Fútbol De Libro.
- Rudé Rull, A (2020). *El proceso de construcción de un equipo de fútbol : La interrelación entre el modelo de juego y la periodización estructurada*. Letrame.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Direcció d'Equips i Coneixement Estructurat de l'Entrenador a partir de l'Handbol

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau

### OBJECTIUS

---

Els factors lligats a l'estructura socioafectiva i a la direcció de grups humans i equips esportius tenen una transcendència cada dia major en l'àmbit de l'entrenament de qualsevol nivell. L'assignatura utilitzarà l'handbol per explicar com conèixer i modular aquests processos.

L'assignatura vol pretendre ser una eina útil a l'estudiant per tal d'organitzar el seu saber com entrenador, a partir d'aquí prendre decisions amb coherència alhora de gestionar un equip de treball. La intenció és fer un buidat interior de coneixements, ampliar-los i crear-ne de nous tot generant interès.

La idea és situar-nos com a gestors d'un equip, generar una filosofia de treball pròpia i a partir d'aquí veure com actuaríem en diferents situacions tenint com a marc de referència la pràctica de l'handbol.

#### Objectius:

- Donar a conèixer una perspectiva fonamentada sobre el treball a realitzar en la direcció d'equips.
- Crear la pròpia identitat com a futur entrenador i estructurar el propi coneixement.
- Generar, proposar, compartir i experimentar aspectes relacionats amb els temes d'estudi.
- Transferir tots els coneixements adquirits a la realitat que a cadascu li interessi.
- Cercar bibliografia rellevant que pugui ser d'interès per un mateix i pel grup classe.
- El grup Classe s'ha de transformar en alguna cosa més que un grup. Buscarem generar un Equip

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

RA 1 Crea i proposa idees en relació als temes proposats al llarg del curs

RA 2 Aplica aspectes tractats a l'assignatura a la seva realitat ( equip )

RA 4 Indaguen en la pròpia reflexió de creixement personal i presa de compromisos

RA 5 Es desenvolupa en situacions complexes que requereixen noves sol·lucions en diferents àmbit.

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per a l'aprenentatge autònom.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.

#### Específiques

- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Esdevenir l'actor principal del propi procés formatiu amb l'objectiu d'aconseguir una millora personal i professional i d'adquirir una formació integral que permeti aprendre i conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

### CONTINGUTS

---

- Dimensions que fonamenten les accions de l'entrenador (talent / lideratge / pilars (creixement, flexibilitat).
- Dimensions que fonamenten les accions de la configuració de l'equip (del grup a l'equip / cooperació-competència / motivació... / marges / èxit).
- Dimensions que fonamenten les accions en l'entrenament (objectius i planificació / flexibilitat / estructuració del coneixement).
- Eines: Coaching...

Generalitats:

- Transferència i aplicació de tot el que anem treballant a: construcció tasques / model de joc personal / actuacions individuals en el procés de construcció del meu equip de treball.

## **AVALUACIÓ**

---

Per tal de poder tenir accés a l'avaluació A serà fonamental haver assistit al major nombre possible de sessions. ( assistència mínima 80 %)

- Compromisos, predisposició, actitud i entusiasme alhora d'afrontar les diferents activitats teòriques o pràctiques: 25%
- Exercicis, tasques plantejades al llarg del curs entregades a temps 20%
- Avaluacions formatives 25%
- Elaboració d'un Dossier de treball 30%

Cal aprovar les diferents parts per separat per tal de poder aprovar l'assignatura.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Covey, S. (1997). *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva* (2010 ed.). Paidós.
- Cox, R. (2009). *Psicología del deporte. Conceptos y sus aplicaciones* (4 ed.). Médica Panamericana.
- Dosil, Joaquin (2008). *Psicología de la actividad física y el deporte* (2 ed.). Mc.Graw-Hill.
- Weinberg, R., y Gould, D. (2010). *Fundamentos de la psicología del deporte y del ejercicio físico* (4 ed.). Panamericana.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Entrenadors de Voleibol Juvenil

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Javier Peña López

### OBJECTIUS

This course will improve the students' knowledge of talent identification, strength and conditioning, coaching, and learning processes in young volleyball players. We will focus on general and specific skills for training young athletes.

This course leads to the second level of the Spanish Volleyball Federation's Coaches Accreditation Programme (RFEVB). Basic knowledge of volleyball rules, skills, and tactical formations is required. Previous experience in volleyball coaching courses is also desirable.

### RESULTATS D'APRENTATGE

143. Applies right teaching-learning methodologies to coach volleyball efficiently.

144. Understands, analyzes and interprets correctly volleyball situations.

145. Communicates and conveys in a proper way and assesses the specific volleyball skills.

146. Identifies and conveys specific tactical and strategic volleyball knowledge.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

### CONTINGUTS

- 1.Volleyball and training English terminology
- 2.English resources for coaches
- 3.Sports talent
- 4.Strength & Conditioning for young athletes
- 5.Coaching volleyball advanced skills
- 6.Coaching volleyball offensive and defensive tactics and strategies
- 7.Using volleyball competitive drills

### AVALUACIÓ

The assessment of all the students will consider:

#### 1. Learning outcomes (100%):

- Class assignments, assistance to practical classes (minimum required 70%) individual and group tutorships (Pass/Fail basis) - 10%.
- Written tests (65%) and final project (25%).

The written tests will include:

- Theory assessment and class activities (45%)

- Test I: 22.5%
- Test II: 22.5%

- Assessment of mandatory readings (20%)

- Test I + Test I: 20%

- Final project (25%)

To pass the course, students must, in the first place, obtain a **PASS** qualification in all the class assignments and mandatory class requirements. Secondly, students must **PASS** the rest of the assessment elements. To **PASS** the course, all the assessments, papers, and activities must be passed SEPARATELY. Only in the case of the mandatory reading assessment, this element can be passed **if one of the two tests has a grade higher than 4 points, and the average grade of the two tests is over 5 points**. Besides, students who do not pass 50% of the evidence at the closing semester week will not have the right to retake.

Students who require and can opt to a retake of any test/evidence may also opt for the highest final grade in the course.

It is not foreseen in any case that students may opt to raise a mark of any evidence during the course.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- ASEP (2007). *Coaching youth volleyball*. Human Kinetics.
- Brown, J. (2001). *Sports talent*. Human Kinetics.
- Dearing, J. (2003). *Volleyball fundamentals*. Human Kinetics.
- Lenberg, K.S. (2004). *Coaching volleyball: insights and strategies*. Coaches choice.
- Palomero, M.; Mancebo, M. (2017). *Speak football*. Vaughan Systems.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Esports d'Aventura

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Àngel Santamariña Rubio

### OBJECTIUS

Iniciar els i les estudiantes en els coneixements i les tècniques necessaris per desenvolupar les activitats de descens de barrancs i escalada esportiva en roca amb total seguretat i autonomia, i en el respecte i conservació dels espais on es desenvolupen aquestes activitats.

Per poder matricular-se a aquesta assignatura s'ha de saber nedar i no tenir vertigen o por a les altures.

**La major part de les sessions es duen a terme durant caps de setmana i l'assistència és obligatòria.**

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Dissenya, planifica i avalua de forma correcte una activitat d'escalada i de descens de barrancs
- Conèixer i aplicar les tècniques necessàries per poder realitzar un descens de barrancs d'iniciació amb total seguretat i autonomia
- Conèixer i aplicar les tècniques necessàries per poder fer de primer, una via d'escalada esportiva d'iniciació amb total seguretat i autonomia
- Saber actuar davant de situacions complexes o que requereixen de noves solucions tant en l'escalada esportiva com en el descens de barrancs
- Coneix les fases organitzatives d'un event o activitat esportiva
- Vincula el turisme a l'activitat física i esportiva i explora diferents possibilitats de relació
- Dissenya intervencions que atenen a necessitats de l'àmbit de les activitats en el medi natural i d'oci de forma multidisciplinària
- Saber actuar en les situacions habituals i les pròpies de les activitats en el medi natural i d'oci amb compromís i responsabilitat

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Detectar necessitats de pràctica esportiva en l'àmbit del lleure i elaborar programes que satisfacin la demanda a partir d'indicadors econòmics, socials i educatius.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física i esportiva adaptats a les característiques de la demanda.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítica davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.



## CONTINGUTS

---

### Descens de barrancs

1. Equip i material.
  - 1.1. Descripció i utilització.
  - 1.2. Característiques i seguretat.
2. Tècniques de progressió.
  - 2.1. La marxa i la desgrimpada.
  - 2.2. Els tobogans i els salts.
  - 2.3. Desplaçaments per el medi aquàtic.
3. Tècniques de cordes.
  - 3.1. Maniobres de descens.
  - 3.2. Tècniques de muntar i utilitzar passamans.
4. Tècniques de seguretat.
  - 4.1. Nusos i instal·lacions.
  - 4.2. Coneixement i interpretació dels moviments de l'aigua.
5. Coneixement de l'activitat.
  - 5.1. Interpretació de croquis i ressenyes.
  - 5.2. Orientació bàsica.

### Escalada esportiva en roca

1. Equip i material.
  - 1.1. Descripció i característiques.
  - 1.2. Idoneïtat i seguretat.
2. Tècniques de seguretat.
  - 2.1. Nusos i ancoratges.
  - 2.2. Muntatge de reunions.
  - 2.3. Sistemes d'assegurament.
3. Tècniques de progressió i descens:
  - 3.1. Tècniques de progressió segons la roca.
  - 3.2. Tècniques i material de protecció en progressió i descens.
4. Coneixement del medi.
  - 4.1. Interpretació de ressenyes.
  - 4.2. Nivells de dificultat i graduacions.

## AVALUACIÓ

---

- Assistència al 80% de les pràctiques al rocòdrom i al 80% de les pràctiques a l'exterior, de cada una de les activitats (escalada i descens de barrancs). Indispensable per poder optar a l'avaluació de l'assignatura
- Presentació de treballs escrits i de diferents evidències d'aprenentatge sobre l'activitat d'escalada. 10%. No recuperable
- Presentació de treballs escrits i de diferents evidències d'aprenentatge sobre l'activitat de descens de barrancs. 10%. No recuperable
- Avaluació continuada i final de les tècniques d'escalada. 40%. No recuperable
- Avaluació continuada i final de les tècniques de descens de barrancs. 40%. No recuperable

Les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran durant el curs 21/22. Si l'avaluació està prevista presencial i per raons de noves restriccions no es pot fer en aquesta modalitat, l'avaluació es traslladarà a la virtualitat.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- commissione tecnica nazionale de italia (2003). *seguridad: escalada, alpinismo, ferratas*. desnivel.
- escuela aragonesa de montañismo, comité de barrancos (2001). *manual de descenso de barrancos* (2 ed.). prames, manuales.
- michael hoffmann (1993). *manual de escalada* (5 ed.). desnivel.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Gestió d'Instal·lacions, Empreses i Serveis Esportius

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Cristina Vilalta Oliu

### OBJECTIUS

Actualment, els responsables de gestió de centres esportius han de tenir uns bons coneixements econòmics específics per tal de realitzar una anàlisi correcta de resultats i una encertada presa de decisions.

Aquesta assignatura dota els alumnes d'aquestes eines amb l'objectiu de transmetre la importància d'una bona gestió econòmica i financera.

#### Objectius

- Dotar a l'alumnat dels conceptes bàsics comptable-financers per a una correcta lectura de les diferents situacions econòmiques
- Mitjançant el coneixement d'aquests instruments i la seva anàlisi, l'alumne podrà interpretar els resultats obtinguts i planificar inversions futures
- Relacionar les necessitats obtingudes en altres àrees i saber-les traspasar en l'àmbit econòmic
- Conèixer les singularitats en què operen i planifiquen les entitats esportives
- Promoure la importància d'una bona gestió econòmica
- Proporcionar els coneixements bàsics en matèria d'equipaments esportius

### RESULTATS D'APRENTATGE

Aplica els principals conceptes econòmics a la gestió d'entitats i instal·lacions esportives. (RA1)

Resol problemes i situacions pròpies de l'exercici professional amb actituds emprenedores i innovadores (RA7)

Relaciona i integra la complexitat sistèmica de les ornanitzacions privades esportives i la gestió econòmica d'aquestes. (RA1)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Fer la supervisió, avaluació i diagnòstic d'entitats i organitzacions esportives.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.

#### Transversals

- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### CONTINGUTS

1. Interpretació dels comptes anuals
  - 1.1. Balanç de situació
  - 1.2. Compte de resultats
  - 1.3. Tresoreria
  - 1.4. Immobilitzat: inversions, manteniment i amortitzacions
  - 1.5. Impostos
  - 1.6. Despeses de personal

## 2. Anàlisi de resultats

2.1. Control pressupostari

2.2. Anàlisi patrimonial

2.3. Anàlisi financer

2.4. Anàlisi econòmic

2.5. Anàlisi de les desviacions

2.6. Anàlisi d'estats comptables: mètode de percentatges, ratios, cash flow...

## 3. Anàlisi d'instal·lacions esportives

3.1. Tipologia d'instal·lacions

3.2. Elements arquitectònics

3.3. Normatives bàsiques

## **AVALUACIÓ**

---

L'assignatura s'avaluarà segons els criteris següents:

- Prova teòrica-pràctica individual – 30%
- Treball en grup i ponderat – 50%
- Resolució d'exercicis i casos pràctics – 20%

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament, les activitats i ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no sigui possible fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Jocs Populars i Tradicionals

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Victor Baroja Benlliure

### OBJECTIUS

L'assignatura és per formar els estudiants en el coneixement, la pràctica i la utilització didàctica dels jocs populars i tradicionals en àmbits educatius i de lleure, aprofitant els components identitaris, d'arrelament al territori i de cohesió social que presenta la seva pràctica col·lectiva.

#### Objectius

- Conèixer les teories explicatives sobre els orígens i les funcions dels jocs populars i tradicionals a fi de poder reflexionar sobre la importància del joc com a element cultural de les societats.
- Conèixer les bases metodològiques per investigar, recuperar i practicar jocs d'arrel popular i tradicional en el marc de l'educació física.
- Conèixer i practicar alguns dels principals jocs populars i tradicionals propis de Catalunya i d'altres llocs, en el context d'una societat multicultural amb aportacions de la cultura popular universal.
- Saber organitzar i gestionar el "joc" en una aula de secundària

### RESULTATS D'APRENTATGE

Planifica i evalua les activitats curriculars presentades en coherència al marc curricular existent i als propòsits pedagògics establerts.

Porta a terme una sessió específica de jocs populars i tradicionals de forma ajustada als objectius.

Programa activitats de jocs populars i tradicionals, tenint com a marc el currículum de l'etapa.

Integra en les seves propostes didàctiques el treball de les competències bàsiques de l'educació secundària en els diferents mitjans, així com la seva correcta aplicació.

Adquireix coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics, pràctics i de metodologia de treball de camp en la recerca de jocs a partir de fonts orals.

Mostra habilitats per a la reflexió crítica en els processos vinculats a l'exercici de la professió.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

## Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

## Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Emprar diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.

## CONTINGUTS

---

Bloc I: *Antropologia dels jocs populars i tradicionals.*

- Homo faber / homo ludens: els jocs populars com a mitjà educatiu
- Els jocs populars per al coneixement de l'entorn socio-cultural
- Universalitat del joc en les societats humanes

Bloc II: *A la recerca del joc perdut.*

- El joc com a sistema
- Les tipologies dels jocs
- Metodologia de recerca en jocs populars

Bloc III: *Juguem a jocs populars i tradicionals.*

- Coneixement de jocs d'avui i d'ahir, d'aquí i d'arreu
- Preparació en petits grups de sessions de jocs
- Presentació i realització de sessions al grup classe

## AVALUACIÓ

---

· Avaluació Victor:

1. Tasca activitats de classe (15%). No recuperable
2. Autoavaluació treballs del joc (10%).
3. Presentació del treball individual de recerca sobre jocs de la comunitat d'origen de l'alumne. Recuperable (35%)
4. Realització treball i sessió de jocs en petits grups. Elaboració de materials i presentació de l'informe final. No recuperable part pràctica (20+20%).

Per aprovar l'assignatura cal superar satisfactòriament els diferents apartats.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat. En aquest cas el punt 1 i 2 es seguiran a partir d'activitats en línia com són els fòrums, tasques o debats. Els treball ja sigui individual o en grup es faran en línia i la seva presentació també serà en aquest format.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Allué, Josep Maria (2000). *Un, dos, tres, pica paret! : jocs populars i tradicionals* . La Galera.
- Bantulà, Jaume (2002). *Juegos multiculturales : 225 juegos tradicionales para un mundo global* . Paidotribo.
- Lavega i Bugués, Pere (1999). *1000 juegos y deportes populares y tradicionales : la tradición jugada* . Paidotribo.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## L'Activitat Física com a Recurs Socioeducatiu

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, tarda	català	Guillem Trabal Tañà

### OBJECTIUS

L'assignatura indaga sobre les potencialitats i els perills que presenta l'activitat física a l'hora d'oferir mecanismes alternatius que pugin reforçar la cohesió i la convivència social. Explora la capacitat que pot tenir l'activitat física per tal que es generi, fomenti i doni una dinamització de les xarxes socials amb la pràctica esportiva com a recurs i espai de trobada. Examina com aquest dinamitzador col·lateral que és l'activitat física pot generar capital social i el fet que, gràcies a la pràctica esportiva, es pugui donar una interacció social dinamitzadora i catalitzadora de relacions interpersonals.

Objectius

- Utilitzar l'activitat física com un contingut que ajuda a la formació de la persona.
- Comprendre les potencialitats que presenta l'activitat física en general per desenvolupar accions socioeducatives.
- Adquirir les competències necessàries per tal d'utilitzar les eines i la metodologia de treball de l'activitat física per poder crear activitats i programes d'acció socioeducativa en diferents àmbits i contextos amb persones en risc d'exclusió social.
- Analitzar i avaluar experiències en diferents contextos en què s'utilitzi l'activitat física o esportiva com a element d'inclusió o d'integració social.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Utilitza instruments i metodologies de treball en educació física per crear activitats i programes socioeducatius.
- S'adapta a situacions noves que sorgeixen en les accions socioeducatives adreçades al treball de l'activitat física aplicant idees creatives i innovadores.
- Actua en les situacions habituals i les que són pròpies de la professió amb compromís i responsabilitat.
- Dissenya intervencions que atenen necessitats del treball socioeducatiu en l'activitat física de forma multidisciplinària.
- Es desenvolupa en situacions complexes o que requereix el desenvolupament de noves solucions tant en l'àmbit acadèmic com laboral o professional de l'acció socioeducativa.

### COMPETÈNCIES

#### Específiques

- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

### CONTINGUTS

- Introducció a l'activitat física i l'esport
- L'activitat física com a recurs socioeducatiu.
- L'esport inclusiu
- Identitat, ideologia i esport
- Els valors de l'esport

### AVALUACIÓ

Requisits:

- Cada apartat s'haurà d'aprovar per separat amb una nota mínima de 5.
- Les activitats d'avaluació es poden recuperar a la setmana de recuperació amb un màxim d'una nota de 7. Posteriorment a la presentació d'una activitat que ha estat qualificada com a superada, es pot tornar a avaluar amb la possibilitat de sumar 1 punt a la nota inicial.
- L'assistència és obligatòria perquè l'assignatura és pràctica (apte/no apte). Cal assistir al 75% de les sessions.

Activitats d'avaluació:

- Carpeta d'aprenentatge. Individual (14%).
- Història de vida. 10%. Grupal
- Participació i activitats a les pràctiques de classe\* (assistència 75%). 35%
- Anàlisi i comparació entre activitats esportives. 10%.
- Projecte CP Lledoners. 11%
- Projecte Valors i Esport. 20%

\*Si alguna activitat d'avaluació no es fa es repartirà el percentatge de puntuació amb la resta d'activitats d'avaluació o es substituirà per alguna altra activitat.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- García, M., Puig, N., Lagardera, F., Llopis, R. i Vilanova, A. (2017). *Sociología del deporte* (4 ed.). Alianza.
- Gomez, C., Puig, N. i Maza, G. (2009). *Deporte e integración social*. INDE.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Màrqueting Esportiu

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Josep Oriol Sallent Bonaventura

### OBJECTIUS

Els alumnes assoleixin les bases per planificar, gestionar i avaluar actuacions d'activitat física i d'esport en l'àmbit públic, privat o associatiu utilitzant les eines que ens dona el màrqueting.

- 1.L'alumnat ha de reconèixer els conceptes i processos bàsics de la planificació i la gestió esportiva
- 2.Ha de tenir la capacitat de realitzar un pla de màrqueting justificant-ne la idoneïtat utilitzant els conceptes treballats a l'assignatura
- 3.Ha de disposar dels recursos per poder fer el primer pas en diferents projectes de gestió i planificació esportiva.
- 4.Ha de tenir les eines necessàries per continuar la recerca i l'aprofundiment de continguts en el camp de la gestió esportiva

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Adquireix eines i habilitats de comunicació i lideratge. (RA3)
- Dissenya, desenvolupa i avalua una proposta de màrqueting per a un esdeveniment o producte esportiu.(RA 4)
- Aplica mitjançant arguments o procediments sustentats per ells mateixos, els seus coneixements i la comprensió d'aquests a la resolució de problemes en àmbits dels esports i l'activitat física professional que requereixen l'ús d'idees creatives i innovadores.(RA 6)
- Resol problemes i situacions pròpies de l'exercici professional amb actituds emprenedores i innovadores. (RA 7)
- Actua en les situacions habituals i les que són pròpies de la professió amb compromís i responsabilitat. (RA 8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement de l'anglès.
- Creativitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Fer la supervisió, avaluació i diagnòstic d'entitats i organitzacions esportives.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física i esportiva adaptats a les característiques de la demanda.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen



demonstrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

### **Transversals**

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### **CONTINGUTS**

---

- Màrqueting estratègic
- Màrqueting operatiu

### **AVALUACIÓ**

---

- Realització d'un pla de màrqueting (treball en equip) (50% de la nota)
- Activitats a classe (20% de la nota)
- Examen (30% de la nota)

Cal aprovar cadascuna de les parts per separat.

La recuperació depèn del que s'ha suspès. Treball i Activitats caldrà fer un treball i per recuperar l'examen, un examen.

En el cas de suspendre més del 50%, no és possible recuperar cap part al juny.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Blázquez Manzano, A. Sánchez Hernández, M.I., Román Suero, B. (2012). *Marketing deportivo en 13 historias*. INDE.
- Kotler, P., Armstrong, G. (2012). *Marketing* (12 ed.). Pearson.
- Kotler, P., Keller, K.L. (2006). *Dirección de marketing* (12 ed.). Pearson educación.
- Mullin, B., Hardy, E. Sutton, W. (2007). *Marketing Deportivo* (2 ed.). Paidotribo.
- Santesmases, M. (2007). *Marketing. Conceptos y estrategias* (5 ed.). ESIC Editorial.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Metodologia de l'Entrenament Tècnic i Condicional en el Tennis

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Miguel Moreno Moreno

### OBJECTIUS

El coneixement dels factors del rendiment de l'esport del tennis i l'entrenament de les estructures condicional i tècnica serà la qüestió més important d'aquesta assignatura i l'objecte del treball competencial. L'alumne coneixerà una disciplina d'oposició individual entenent la dinàmica d'aquesta tipologia d'esports.

1. Conèixer la dinàmica interna d'un esport individual d'oposició de raqueta.
2. Identificar i analitzar els principals factors de rendiment en esports individuals amb aplicació al tennis.
3. Conèixer i aplicar metodologies de l'entrenament de les estructures tècniques i condicionals en el tennis.

### RESULTATS D'APRENTATGE

143.1. Aplica metodologies d'ensenyament - aprenentatge en esports individuals d'oposició.

144.1. Coneix, analitza i interpreta adequadament els esports individuals d'oposició.

145.1. Transmet de forma correcta les tècniques específiques en un esport d'oposició.

146.1. Identifica la tàctica i estratègia específica d'un esport individual d'oposició.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Conèixer les característiques específiques dels diferents esports i el context sociocultural en què s'emmarquen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

### CONTINGUTS

#### 1. Factors determinants del rendiment en el tennis

1.1. Característiques generals bàsiques de l'esport

1.2. Factors tàctics i estratègics

1.3. Patró d'activitat

1.4. Perfil fisiològic

1.5. Factors tècnic-tàctics

1.6. Factors psicològics

1.7. Estructura competitiva

#### 2. Metodologia de l'entrenament tècnic en el tennis

2.1. Metodologia de la iniciació al tennis

2.2. Metodologia de l'entrenament tècnic-tàctic

2.3. Fonaments tècnics i tàctics bàsics del tennis.

#### 3. Metodologia de l'entrenament condicional en el tennis

3.1. Metodologia de l'entrenament de les capacitats condicionals bàsiques

3.1.1 Entrenament de la força al tennis

3.1.2 Entrenament de la resistència al tennis

3.1.3 Entrenament de la velocitat i aspectes coordinatius al tennis

3.1.4 Entrenament de l'ADM al tennis

3.2 Entrenament compensatori i prevenció de lesions al tennis

3.3 Planificació i entrenament integrat al tennis

### AVALUACIÓ

Per valorar l'assoliment dels objectius didàctics es tindran en compte els següents instruments:

- **Intervenció metodològica (50%):** Consisteix en presentar i dirigir una sessió on es desenvolupi un objectiu tècnic, un tàctic i un condicional. Es necessària una assistència d'un 70% de les classes per poder lliurar el corresponent treball. Es necessària una nota mínima de 5 per a que tingui incidència sobre la nota final. No es recuperable. Es necessari superar aquesta part per aprovar l'assignatura.
- **Prova teòrica (50%):** Adquisició de coneixements teòrics. S'avaluaran els continguts conceptuals mitjançant un examen teòric. Es recuperable. Es necessari superar aquesta part per aprovar l'assignatura.
- En el cas de necessitat d'adaptar l'assignatura a la modalitat en línia:
  - Els registres de seguiment i el treball final s'adaptaran a activitats de caràcter reflexiu i no experimentals.
  - Les proves es realitzaran mitjançant qüestionaris a l'aula virtual.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Crespo, M., Miley, D. (1999). *Manual para entrenadores avanzados*. International Tennis Federation.
- Crespo, M., Reid, M. (2009). *Entrenamiento de tenistas iniciantes e intermedios*. International Tennis Federation.
- Elliot, B., Reid, M. (2003). *Biomecánica del tenis avanzado*. International Tennis Federation.
- Ortiz, R.H. (2004). *Tennis: Potencia, velocidad y movilidad*. Inde.
- Reid, M., Quinn, A., Crespo, M. (2003). *Strength and conditioning for tennis*. International Tennis Federation.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Noves Tecnologies Aplicades a l'Anàlisi de l'Esport

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas Albert Altarriba Bartés Javier Biel Costa

### OBJECTIUS

- Adquirir les nocions bàsiques sobre els principis generals del coneixement i el mètode científic i aplicar-los a les Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.
- Conèixer les bases conceptuals i metodològiques dels sistemes i proves de valoració funcional i de la capacitat de rendiment condicional.
- Conèixer i experimentar amb noves tecnologies i instruments d'avaluació de les principals capacitats funcionals i condicionals que determinen el rendiment físic.
- Comprendre l'anàlisi de la competició i l'entrenament i identificar els factors determinants del rendiment esportiu.
- Conèixer i experimentar com portar a terme programes i protocols d'avaluació, valoració funcional, anàlisi tècnica, tàctica i condicional en diferents disciplines esportives.
- Interpretar correctament els resultats de les avaluacions per a la seva posterior aplicació a l'entrenament esportiu.
- Familiaritzar a l'alumnat amb les noves tecnologies.
- Promoure l'actuació creativa de l'alumnat.

### RESULTATS D'APRENTATGE

131. Aplica diferents sistemes, mètodes i medis d'entrenament

132. Analitza diferents sistemes i medis d'avaluar les capacitats condicionals.

133. Identifica els sistemes tecnològics relacionats amb l'entrenament esportiu.

135. Es desenvolupa correctament en l'ús general de les TIC i en especial en els entorns tecnològics propis de l'àmbit professional (CT4).

136. Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o col·laboratiu i avalua els resultats obtinguts (CT3).

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.

#### Específiques

- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

### CONTINGUTS

- La recerca científica i el mètode científic.
- Control i valoració del rendiment esportiu.
- Bases teòriques i metodològiques de la valoració funcional i el control del rendiment esportiu.
- Avaluació de les capacitats físiques condicionals: força, resistència i velocitat.
- Planificació i programació de continguts condicionals en les diferents especialitats esportives.
- L'ús de les noves tecnologies en l'esport.

### AVALUACIÓ

Per valorar l'assoliment dels objectius didàctics es tindran en compte els següents criteris:

- Adquisició de coneixements teòrics.
- Treball personal i en equip de l'alumne i aplicació dels coneixements.
- Activitats pràctiques de classe.
- Assistència i participació en les sessions de treball dirigit i en les sessions de tutoria.

Per superar l'assignatura és necessari assolir una nota mínima final de 5 punts i tenir totes les evidències qualificadores aprovades per separat. Els instruments d'avaluació i el pes específic de cada element en la qualificació final de l'assignatura seran els següents:

- Assistència a classe. Mínim un 80% d'assistència a les sessions pràctiques per superar la part pràctica i assistència obligatòria a les activitats pràctiques de grup. En cas de no complir els requisits mínims l'alumne haurà de realitzar un examen teòric i pràctic extraordinari dels continguts pràctics. En cas de lesió, l'assistència és obligatòria (excepte causes que el professor consideri justificades).
- Treball científic experimental. L'objectiu és veure l'aplicació real dels continguts estudiats. L'elaboració i exposició del treball es realitzarà en grup. S'ha de realitzar un mínim d'una tutoria per grup per tal de que el treball sigui acceptat. Suposa un 35% de la qualificació final. S'ha d'aprovar de forma independent per tenir incidència sobre la nota final (si no s'aprova el treball l'assignatura queda suspesa). Recuperable, però hi haurà un únic intent per poder-ho fer i la màxima nota a la que es podrà optar serà un "5".
- Proves de continguts teòrics. S'avaluaran els continguts teòrics i pràctics de l'assignatura. Suposa un 35% de la qualificació final. S'ha d'aprovar de forma independent per tenir incidència sobre la nota final. Recuperable.
- Altres activitats. Es tracta de realització d'exercicis referents a les pràctiques realitzades en les sessions de treball dirigit o a les classes teòriques, per avaluar l'evolució dels coneixements adquirits. Suposa un 30% de la qualificació final. Es podrà fer la mitjana d'aquest bloc amb una de les activitats suspeses, en el cas que n'hi hagi més d'una de suspesa, el bloc quedarà suspès. No recuperable.

Durant la setmana de tancament no es podrà recuperar cap evidència qualificadora, ja que totes són de resultat. Tanmateix, amb més del 50% de l'assignatura suspesa al finalitzar la primera convocatòria, ja no hi ha opció a recuperació en segona convocatòria.

Els alumnes que precisin de recuperació de l'avaluació dels resultats podran optar a un "6" com a màxima qualificació final de l'assignatura.

No es preveu en cap cas que els alumnes puguin optar a pujar nota de cap evidència qualificadora durant el curs.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament, les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

Es recorda que s'apliquen detectors de plagi en les correccions dels treballs. Per aquest motiu, un treball que presenti un percentatge de plagi superior al 30% serà considerat "NO Apte". Per altra banda, percentatges inferiors considerats significatius poden comportar la disminució de la nota final.

## **BIBLIOGRAFIA Bàsica**

---

- Gamble, P. (2013). *Strength & Conditioning for team sports* (2 ed.). Routledge.
- Joyce, D., Lewindon, D. (2014). *High-Performance Training for Sports: The authoritative guide for ultimate athletic conditioning*. Human Kinetics.
- Miller, T. (2012). *NSCA's Guide to Tests and Assessments*. Human Kinetics.
- Reiman, M., Manske, R. (2009). *Functional Testing in Human Performance: 139 Tests for Sport, Fitness, Occupational Settings*. Human Kinetics.
- Seirul-lo, F. (2017). *El entrenamiento en los deportes de equipo*. Mastercede.

## **BIBLIOGRAFIA Complementària**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Noves Tendències en l'Activitat Física Saludable

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Núria Marín Nogueira Adolfo Caballero Noguero

### OBJECTIUS

Dins del context de l'activitat física saludable hi ha la necessitat de conèixer, practicar i dissenyar activitats per a un ampli ventall de població saludable. Es tracta d'una optativa de caire procedimental que proposa elaborar i posar en pràctica diferents activitats tot tenint en compte les tendències actuals dels centres esportius. El graduat i graduada en CAFE té la possibilitat d'accedir en centres esportius a través de la realització d'aquesta matèria.

Objectius:

- Desenvolupar-se en tot tipus d'àmbit que impliqui realitzar activitats físiques dirigides.
- Dissenyar i posar en pràctica activitats físiques saludables.
- Portar a la pràctica diferents activitats físiques segons les necessitats dels centres esportius.

### RESULTATS D'APRENENTATGE

-Disseny i aplica activitats i sessions en contextos d'activitats físiques saludables a nivell individual i col·lectiu

-Es familiaritza en l'àmbit de les activitats físiques saludables amb suport musical i amb activitats d'entrenament personalitzat

-Aplica la utilització del material en sessions col·lectives i activitats d'entrenament personalitzat de manera saludable

-Avalua activitats i sessions en l'àmbit de l'activitat física en diferents contextos saludables

-Adquireix coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i la metodologia de treball en el camp dels esports i l'activitat física

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.

#### Específiques

- Adquirir coneixements anatòmics, fisiològics i fisiopatològics del cos humà en relació amb l'activitat física per entendre com s'emmalalteix, quines repercussions té i com es prevenen i es tracten les malalties.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes de promoció d'activitat física que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular d'activitat física i la modificació d'estils de vida no saludables en diversos tipus de població.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.
- Seleccionar i aplicar els mètodes, estratègies, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física per a la salut en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

### CONTINGUTS

-Disseny i aplicació pràctica d'activitats físiques (entrenaments personalitzats de fitness, entrenament funcional, crossfit i activitats coreogràfiques) en contextos saludables.

-Familiarització de materials a través d'activitats físiques: fitball, bosu, gomes elàstiques, steps, TRX, cinturó rus, ab wheel, ropes, rip trainer, fitness bags, smart bars...

-La música i les progressions pedagògiques en la pràctica d'activitats dirigides.

## **AVALUACIÓ**

---

20% Presentació d'un treball escrit, posada en pràctica i avaluació partint d'un programa d'entrenament personalitzat. Recuperable a la setmana de recuperació.

5% Autoavaluació del treball personalitzat. Recuperable a la setmana de recuperació.

15% Presentació pràctica per parelles de l'entrenament personalitzat. Recuperació a la setmana de recuperació.

20% Elaboració i posada en pràctica d'un circuit funcional.

25% Preparació i presentació d'una activitat coreografiada de tonificació en parelles (4'-5'). Recuperació a la setmana de recuperació.

15% Coavaluació de la pràctica de tonificació. Recuperació a la setmana de recuperació.

L'assistència de l'assignatura requereix d'una presencialitat i seguiment del 70%. No recuperable.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

20% Presentació d'un treball escrit, posada en pràctica i avaluació partint d'un programa d'entrenament personalitzat. Recuperable a la setmana de recuperació.

5% Autoavaluació del treball personalitzat. Recuperable a la setmana de recuperació.

15% Presentació d'un video individual l'entrenament personalitzat. Recuperació a la setmana de recuperació.

20% Elaboració i posada en pràctica d'un circuit funcional.

25% Preparació i presentació d'una activitat coreografiada de tonificació individual via online (4'-5'). Recuperació a la setmana de recuperació.

15% Coavaluació de la pràctica de tonificació. Recuperació a la setmana de recuperació.

L'assistència de l'assignatura requereix d'una presencialitat online i seguiment del 70%. No recuperable.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Calais-Germain, B; Lamotte, A. (2006). *Anatomía para el movimiento. Bases de ejercicios: Bases de ejercicios*. La Liebre de Marzo.
- DAWES, JAY (2018). *GUIA COMPLETA DEL ENTRENAMIENTO EN SUSPENSION CON EL TRX: LOS MEJORES EJERCICIOS Y LOS PROGRAMAS MAS EFICACES*. Tutor.
- Jimenez, A. (2011). *Entrenamiento personal*. INDE.
- Maureen, F. (2006). *Fitball y la técnica más divertida para ponerse en forma*. RBA.
- Ungaro, A. (2004). *Pilates. Un programa de ejercicios para controlar todos los movimientos musculares*. Vergara.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Nutrició i Esport

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Martí Noguera Soldevila

### OBJECTIUS

1. Conèixer els diferents mètodes de càlcul de la despesa energètica
2. Conèixer els nutrients i els requeriments nutricionals de l'individu adult sa.
3. Conèixer els diferents grups d'aliments i les seves característiques.
4. Conèixer quines són les reserves energètiques de què disposa l'organisme i com, quan i perquè les mobilitza.
5. Conèixer les bases de l'alimentació saludable i els suplementos nutricionals esportius.
6. Conèixer els canvis fisiològics i metabòlics que es produeixen durant l'exercici físic.
7. Valoració de les necessitats energètiques en l'exercici segons les característiques individuals.
8. Conèixer les característiques generals de l'alimentació de l'esportista.
9. Elaboració de recomanacions nutricionals per a l'exercici: dieta d'entrenament, dieta pre competició i dieta de recuperació.
10. Valoració nutricional de l'esportista.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza la relació dels principis bàsics de nutrició i l'esport. (RA 3).
- Transfereix els principis bàsics de la nutrició i el rendiment esportiu en les diferents situacions plantejades (RA 4).
- Analitza les capacitats personals i professionals pròpies en relació a diferents àmbits de la pràctica professional (RA 8).
- Avalua pràctiques professionals en contextos emergents i globals i proposa línies d'intervenció ajustades a les diferents realitats (RA 9).

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Adquirir coneixements anatòmics, fisiològics i fisiopatològics del cos humà en relació amb l'activitat física per entendre com s'emmalalteix, quines repercussions té i com es prevenen i es tracten les malalties.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

#### Transversals

- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### CONTINGUTS

#### Continguts teòrics

1. Introducció a la nutrició. Bases d'una dieta equilibrada
2. Mesura de la despesa energètica
3. Necessitats de macronutrients durant l'exercici
  - 3.1. Necessitats de macronutrients durant l'exercici. Taller HC
4. Necessitats hídriques en l'EF



5. Valoració estat nutricional. Composició corporal. Cineantropometria
6. Ajudes ergogèniques 1
7. Ajudes ergogèniques 2

### Activitats pràctiques

1. Valoració de l'estat nutricional de l'esportista.
2. Càlcul de la despesa energètica en la pràctica esportiva.
3. Cineantropometria.
4. Requeriments pre per post competició.
5. Valoració de la deshidratació durant la pràctica esportiva.
6. Begudes isotòniques i gels/ barretes energètiques

### AVALUACIÓ

---

La qualificació final de l'assignatura serà el resultat de les notes parcials, en els percentatges que s'indiquen a continuació:

S'avaluarà mitjançant activitats de classe i un examen final.

Les activitats pràctiques i activitats no són recuperables i s'han d'entregar en la data especificada en el pla de treball, en cas contrari seran considerades suspeses.

L'assistència a les activitats pràctiques és obligatòria i es computarà com a part de la nota de l'activitat, l'absència no justificada serà puntuada com a 0.

La nota de l'assignatura s'obtindrà a partir dels següents percentatges:

Exàmen teòric final (40%)

Avaluació contínua (60%), que s'obtindrà a través de les següents activitats:

A1: Exercici Despesa energètica (5%)

A2: Relació HC/Lactat (10%)

A3: Activitat Cineantropometria (5%)

A4: Presentació Oral (20%)

A5: Infografies instagram (20%)

És responsabilitat de l'alumne fer el seguiment sobre les seves notes parcials d'avaluacions i dels lliuraments de pràctiques, treballs i activitats, en l'apartat de notes parcials del campus. Qualsevol incidència/error que hi hagi s'ha de notificar al professor com a màxim de 15 dies després de publicades les notes per comprovar si existeix qualsevol error. Passat aquest període de temps no es farà cap rectificació.

Per aprovar l'assignatura cal tenir una nota mínima de 4,0 a l'examen teòric final. En el cas que la nota de l'examen teòric final sigui inferior a 4, no es farà mitja amb la nota de l'avaluació continuada.

Així doncs, per aprovar l'assignatura es necessita treure una nota igual o superior a 5,0 de la suma dels diferents % de l'examen i de les activitats, sempre i quan la nota de l'examen final sigui igual o superior a 4,0.

Pels alumnes que tinguin l'avaluació contínua aprova (nota referents a les activitats) i no superin l'avaluació escrita, podran recuperar-la presentant-se al període de recuperacions d'exàmens que vindrà determinat pel calendari que marqui la FECHT, un cop finalitzat el període de lectiu. No es guarda la nota de cap bloc d'un curs a l'altre.

Cap de les activitats definides anteriorment podran ser susceptibles de ser millorades un cop aprovades.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

### BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Burke, L (2010). *Nutrición en el deporte: un enfoque práctico*. Médica Panamericana.
- Clark, N (2010). *La Guía de nutrición deportiva de Nancy Clark : el mejor libro de nutrición para la gente activa* (3 ed.). Paidotribo.
- Feduchi Canosa, E. (2014). *Bioquímica : conceptos esenciales* (2 ed.). Médica Panamericana.
- Maughan, R J (2014). *Sports nutrition: (Accés des de la UVic-UCC)*. Recuperat de <https://onlinelibrary-wiley-com.biblioremot.uvic.cat/doi/pdf/10.1002/9781118692318>
- Werner Müller-Esterl, W., Brandt, U, Centelles Serra, JJ. (2008). *Bioquímica : fundamentos para medicina y ciencias de la vida*. Reverté.

### BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de

l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Organització i Gestió d'Activitats i Esdeveniments Esportius

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Josep Oriol Sallent Bonaventura

### OBJECTIUS

The course has two parts: in the first one, students learn how to organize a sport event, implementing all what has been learned in a practical case, the organization of a Sports Day in the University.

In the second part, the focus will be in understanding sports and active tourism with its stakeholders, products, trends and challenges.

#### Aims:

- Ability to take initiatives in the field of physical activity in the field of leisure from the organization of activities or sporting events
- Capacity to have an overlook of an event organization
- Experience in event organization
- Basic knowledge of tourism
- Ability to generate products from the relation of sports and tourism

### RESULTATS D'APRENTATGE

At the end of the course, the student:

Knows the stages of organizing a sporting event. (RA 4)

Links tourism to sport and physical activity. (RA 5)

Manages himself in complex situations or requiring the development of new solutions in both academic and occupational or professional in sports and physical activity (RA 6)

Designs interventions that serve the needs of a multidisciplinary field. (RA 7)

Acts in everyday situations and those that are specific to the profession with commitment and responsibility. (RA 8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Detectar necessitats de pràctica esportiva en l'àmbit del lleure i elaborar programes que satisfacin la demanda a partir d'indicadors econòmics, socials i educatius.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física i esportiva adaptats a les característiques de la demanda.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquin els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

1. Tipology of sport events
2. Phases of sport events
3. Techniques to organize sport events
4. Areas of sport events
5. Introduction to tourism and Tourism & Sport
6. Sports Tourism
7. Active Tourism

## AVALUACIÓ

---

1. Individual exercises during the course (30%)
2. Involvement in the organization of a sport event (50%)
3. Exam (20%)

Students must have a 4.5 as a minimum grade in each part to pass the evaluation.

In the recuperation, there will be only an individual activity for the two first sections of the assessment plan, and an exam to recuperate the exam.

If students fail more than 50% of the grade, they don't pass the subject. They have to repeat all the course.

In the event of a new health emergency involving confinement, the activities and weightings of the assessment will not be altered. In case they cannot be done in person, they will be transferred to virtuality.

## BIBLIOGRAFIA BàSICA

---

- Allen, J., O'Toole, W., Mc Donnell, I., Harris, R. (2005). *Festival & special event management* (5 ed.). John Wiley & Sons.
- Añó Sanz, V. (2003). *Organización y gestión de actividades deportivas. Los grandes eventos*. INDE.
- Getz, D. (2007). *Event studies : theory, research and policy for planned events*. Elsevier Butterworth-Heinemann.
- Mestre Sancho, J.A., García Sánchez, E., Ayora Pérez, D. (2004). *Organización de eventos deportivos*. INDE.
- Standeven, J., De Knop, P. (1999). *Sport Tourism*. Human Kinetics.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Organització, Gestió i Lideratge de Recursos Humans

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Albert Juncà Pujol Docència Assignable

### OBJECTIUS

Un dels trets distintius de la categoria de graduat és el de ser capaç d'organitzar i dirigir equips humans. En aquest sentit, l'assignatura vol capacitar l'alumnat en la direcció de persones i organitzacions relacionades amb la gestió de l'esport a través del coneixement de les cultures esportives i organitzacionals i la millora de les seves habilitats de comunicació, lideratge i gestió.

- Capacitar l'alumnat per organitzar i gestionar les persones a les organitzacions del món de l'esport.
- Capacitar l'alumnat per reconèixer i optimitzar les seves capacitats comunicatives i de lideratge de persones.

### RESULTATS D'APRENTATGE

Reconeix, valora, dissenya i alinea la cultura organitzativa d'una entitat esportiva.

Adquireix eines i habilitats de comunicació i lideratge.

Dissenya processos de selecció, formació i motivació del personal.

Resol problemes i situacions pròpies de la funció professional amb actitud emprenedora, innovadora, inclusiva i sostenible.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de comunicació i expressió.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement de l'anglès.
- Creativitat.
- Habilitats en les relacions interpersonals.

#### Específiques

- Comprendre, assessorar i gestionar les dinàmiques individuals i de grup d'equips esportius.
- Fer la supervisió, avaluació i diagnòstic d'entitats i organitzacions esportives.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.
- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.
- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.
- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.
- Projectar els valors de l'emprenedoria i la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional, a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació envers el desenvolupament professional.

### CONTINGUTS

1. Lideratge empresarial i coaching.
  - 1.1. Coaching i lideratge d'un mateix.
  - 1.2. Tipologies i habilitats de lideratge empresarial.
2. La cultura de les organitzacions esportives
  - 2.1. La cultura de les organitzacions.
  - 2.2. Visió i missió de les organitzacions.
  - 2.3. Tipologia d'organitzacions esportives i cultures organitzatives.
  - 2.4. Processos de canvi a les organitzacions esportives.
3. La gestió de les persones.
  - 3.1. Organització de les persones a les organitzacions.
  - 3.2. Processos de selecció i promoció.
  - 3.3. Qualitat i motivació.
4. La comunicació a les organitzacions
  - 4.1. La comunicació interna a les organitzacions.
  - 4.2. Les habilitats comunicatives.
  - 4.3. La negociació.

## AVALUACIÓ

---

L'avaluació es farà a partir de diferents tasques:

- **Treball grupal 'Cultura organitzativa'** desenvolupat durant tota l'assignatura i en el qual s'apliquen els continguts bàsics d'aquesta a una organització esportiva (25%. Nota ponderada a partir de les valoracions dels companys de grup).
- **Assistència i participació** de qualitat a les diferents activitats de classe (55%):
  - Aplicacions i presentacions de diferents lectures i pel·lícules ( 16%)
  - Participació i treball al voltant de diferents jocs de rol ( 8%)
  - Tasques puntuals de seguiment dels diferents continguts ( 31%)
- **Prova final** (20%). Activitat recuperable.

En cas d'una nova emergència sanitària que impliqui un nou confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. Les activitats d'avaluació, si no es poden fer presencialment, es faran de manera virtual.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Acosta, J. M. (2011). *100 errores en la dirección de personas*. ESIC.
- Covey, S. R. (2012). *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*. Paidós.
- Drucker, P. (2006). *The Effective Executive*. HarperCollins.
- Ginebra, G. (2010). *La gestión de incompetentes*. Libros de cabecera.
- Laloux, F. (2016). *Reinventar las organizaciones* (7 ed.). Arpa.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Planificació i Organització d'Activitats al Medi Natural

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Gil Pau Romeu

### OBJECTIUS

L'assignatura pretén donar els coneixements necessaris per poder planificar i organitzar activitats en el medi natural amb seguretat i professionalitat.

#### Objectius

- Conèixer les activitats fisicoesportives en el medi natural i les seves exigències físiques i materials.
- Obtenir eines bàsiques de gestió de grups en activitats al medi natural.
- Detectar les necessitats del nostre entorn i satisfer-les amb idees creatives.
- Conèixer els requisits de les activitats al medi natural amb menors.
- Ser capaç de planificar activitats en el medi natural adaptades a cada perfil de client.
- Conèixer la legislació i les titulacions vigents que afecten les activitats en el medi natural.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Dissenya, planifica i avalua de forma correcta diferents activitats educatives i d'oci en el medi natural. (RA1)
- Vincula el turisme a l'activitat física i esportiva i explora diferents possibilitats de relació. (RA5)
- Es desenvolupa en situacions complexes o que requereixen el desenvolupament de noves solucions tant en l'àmbit acadèmic com laboral o professional dels esports i l'activitat física. (RA6)
- Dissenya intervencions que atenen a necessitats de l'àmbit de forma multidisciplinar. (RA7)
- Actua en les situacions habituals i les que són pròpies de la professió amb compromís i responsabilitat. (RA8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer l'organització i el funcionament de centres educatius, esportius, de salut i lleure vinculats a la pràctica o promoció de l'activitat física i l'esport.
- Detectar necessitats de pràctica esportiva en l'àmbit del lleure i elaborar programes que satisfacin la demanda a partir d'indicadors econòmics, socials i educatius.
- Gestionar i dirigir instal·lacions esportives i seleccionar els grups humans que hi participen.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física i esportiva adaptats a les característiques de la demanda.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'activitat física recreativa tant per als diferents tipus de població i nivells com per al mitjà en el qual es duen a terme.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física en l'àmbit del lleure.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquin els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

## CONTINGUTS

---

1. Formació de tècnics en les Activitats al Medi Natural
2. Formació tècnica: material, meteorologia i risc
3. Sistemes d'organització per empreses d'Activitats al Medi Natural
4. Logística d'activitats al medi natural
5. Activitats al medi natural amb menors

## AVALUACIÓ

---

Avaluació continuada:

Avaluació del procés:

- Avaluació de les activitats de classe (25%).
- Avaluació activitats pràctica (25%).
- Avaluació treball (30%).

Avaluació dels resultats:

- Prova escrita (20%).

No es poden suspendre més de 2 activitats de classe i aquestes activitats no són recuperables.

S'ha d'assistir i participar a un mínim del 70% de les sessions pràctiques per superar l'assignatura, en cas contrari l'assignatura quedarà suspesa.

El treball i la prova escrita conformen un bloc del 50% de la nota final de l'assignatura. D'aquesta manera es constata que només una d'aquestes dues parts serà recuperable. És a dir només es pot suspendre una de les dues parts per accedir a la recuperació. Si al final de l'assignatura no s'ha assolit la nota mínima de 5 sobre 10 punts, en les dues proves per separat; no es podrà aprovar l'assignatura.

El treball o l'examen es poden recuperar a la setmana de tancament, mentre que les activitats de classe no són recuperables.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Avendano, A, Valdivieslo, O. (2012). *Guia pràctica de models de negoci de referència*. ACCIÓ, Barcelona.
- Commissione Tecnica Nazionale de Italia (2003). *Seguridad. Escalada, alpinismo y ferratas*. Madrid: Desnivel.
- Gil, P. (2003). *Animación y dinámica de grupos deportivos. Manual para la Enseñanza y Animación*. Chiclana: Wanceulen.
- San Salvador, R. (2000). *Políticas de ocio, cultura, turismo, deporte y recreación*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Tortosa, P. i Fornés, M. (2002). *España en bici*. RBA integral.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.



## Primers Auxilis i Lesions Esportives

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Xantal Borràs Boix Clara Teixidor Batlle Jordi Coma Bau

### OBJECTIUS

---

Els futurs professionals de ciències de l'activitat física es trobaran en situacions en que la salut de les persones de qui són responsables pugui perillar (accidents esportius, lesions...)

L'assignatura permet assolir la competència d'assistència sanitària immediata. Des de lesions o accidents lleus fins al suport vital bàsic.

És una assignatura d'incidència directa en la promoció i prevenció de la salut.

#### Objectius:

1. Assolir les competències bàsiques en l'assistència sanitària immediata referides a la reanimació cardiopulmonar.
2. Conèixer les tècniques, actituds i habilitats més comuns en primers auxilis.
3. Conèixer els mecanismes de producció de les lesions esportives més freqüents.
4. Conèixer els mètodes de tractament, valoració i recuperació funcional en les lesions esportives més freqüents.
5. Conèixer, planificar i aplicar mètodes de prevenció i readaptació en les lesions esportives.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

117. Explica de forma correcta els principis bàsics de la prevenció de les lesions esportives.

118. Coneix els principis bàsics de la readaptació a l'esport després d'una lesió.

119. Identifica i actua en situacions d'emergència.

Adquireix coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camp dels esports i l'activitat física

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat d'organització i planificació.
- Capacitat de recerca i gestió de la informació.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.

#### Específiques

- Adquirir coneixements anatòmics, fisiològics i fisiopatològics del cos humà en relació amb l'activitat física per entendre com s'emmalalteix, quines repercussions té i com es prevenen i es tracten les malalties.
- Identificar els factors biomecànics de risc de lesions en la pràctica de l'activitat física i programar continguts per a la prevenció de lesions i la readaptació esportiva.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

### CONTINGUTS

---

#### Primers auxilis

1. Generalitats. La farmaciola.

2. Tipus de lesions. Fisiopatologia.

3. Commocions en l'esport
4. Lesió medul·lar en esports d'aventura i de risc.
5. Els signes vitals: Exploració de la víctima o lesionat.
6. Causes d'aturada cardiovascular i mort sobtada durant l'esport
7. Suport vital bàsic. RCP (reanimació cardiopulmonar) bàsica.
8. Obstrucció de les vies aèries.
9. Hemorràgies.
10. Cremades.
11. Traumatisme cranial, vertebral, toràcic i abdominal.
12. Urgències per alteració de la termorregulació.
13. Intoxicacions.
14. Anafilaxi.
15. Lesions a l'ull, orella i nas.

### **Lesions esportives**

1. Lesions esportives. Introducció,
2. Tipus de lesions i mecanismes de lesió
3. Valoració funcional. Tests ADM, SEBT, FMS, valoració postural.
4. Prevenció i readaptació de les lesions. Teoria i pràctica

### **AVALUACIÓ**

---

#### **Avaluació Primers auxilis (50 % de la nota final)**

- Dues avaluacions 25%

L'alumne que hagi suspès alguna avaluació contínua podrà presentar-se a examen de recuperació de cada una de les parts que hagi suspès, si no supera el 50% del total de l'assignatura.

#### **Avaluació Lesions (50 % de la nota final)**

L'avaluació de la part de lesions es realitzarà mitjançant activitats de classe, individuals i de grup. Les activitats d'aquest bloc no són recuperables.

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Boyle, M (2017). *El entrenamiento funcional aplicado a los deportes*. Tutor.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Programació d'Exercici Físic per a Pacients amb Malalties Cròniques i Gent Gran

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Marta Solà Serrabou

### OBJECTIUS

---

L'assignatura aprofundeix en els conceptes teòrics d'algunes malalties per ajudar als professionals de l'educació física i la salut en la confecció de programes per prevenir i millorar la salut a través de l'activitat física.

#### Objectius

- Identificar la informació prèvia necessària de la persona i les valoracions adequades a cada malaltia crònica per decidir i establir els objectius a assolir en el programa d'activitat física i exercici físic.
- Aprendre a desenvolupar, planificar i implementar programes personalitzats d'activitat física i exercici físic per a persones amb malalties cròniques.
- Aprendre a adaptar la programació d'exercici físic a la diversitat de circumstàncies personals i de salut de les persones, reconeixent les activitats contraindicades així com també aquelles beneficien cadascuna de les malalties cròniques.

### RESULTATS D'APRENTATGE

---

Desenvolupa programes d'activitat física individualitzada a les necessitats dels diferents sectors poblacionals (RA 1)

Planifica i desenvolupa programes d'activitat física per persones amb malalties cròniques (RA 3)

Mostra actituds de respecte cap a la diversitat de les persones (RA 8)

Sap actuar en situacions complexes o que requereixen el desenvolupament de noves solucions tant en l'àmbit acadèmic com laboral o professional dins dels esports i l'activitat física (RA 6)

### COMPETÈNCIES

---

#### Generals

- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement de l'anglès.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes de promoció d'activitat física que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular d'activitat física i la modificació d'estils de vida no saludables en diversos tipus de població.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes individualitzats d'activitat física per a la salut al llarg del cicle vital en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

#### Transversals

- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.

### CONTINGUTS

---

1. Activitat física i malalties cròniques
2. Activitat física i gent gran
3. Artrosi
4. Depressió ansietat i estrès
5. Malalties cardiovasculars
6. Malalties metabòliques
7. Malalties cerebro-vasculars
8. Obesitat

### AVALUACIÓ

---

L'assignatura de programació s'avaluarà a través dels següents apartats

- Avaluació continuada (individual): exercicis enviats, assistència, participació a les discussions, aportar idees, iniciativa, creativitat, comentaris d'articles...i assistència als entrenaments i sessions dels divendres 20%
- Dues tasques virtuals de malalties cròniques i de GG (individual): 10% i 10%: 20%
- Exposició en grup del power teòric de les diferents malalties a la resta de la classe (grup). 10%
- Treball de l'entrenament del teu pacient/client a través del campus virtual. (individual) (assistències divendres). 40%
- Presentació del power del teu pacient /client a la resta de la classe (individual). (grups reduïts) 10%

**L'avaluació continuada:** en cas de suspendre l'avaluació continuada haurà de fer un examen dels continguts teòrics la setmana de recuperació (abans de Nadal): 20%

Les **dues tasques** de malalties cròniques i de gent gran no es poden recuperar: 20%

L'**exposició en grup del power** no es pot recuperar. Si la persona no ha pogut presentar-l'ho per una raó justificada (document), haurà de fer una activitat extra durant la setmana complementària: 10%

Si es suspèn el **treball del pacient** es pot recuperar la setmana de recuperació. La nota màxima serà un 5.

La **presentació del power del pacient** es pot recuperar la setmana de recuperació. La nota màxima serà un 5.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'ateraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Kisner, C., Colby, L.A. (2005). *Ejercicio terapéutico : fundamentos y técnicas* (5 ed.). Paidotribo.
- Durstine, L., Painter; P.L. (2016). *ACSM's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities* (4 ed.). Human Kinetics.
- Nyman, S., Barker, A., Haines, T., Horton, K., Musselwhite, C., Peeters, G., Victor, C., Wolff, J. (2018). *The Palgrave handbook of ageing and physical activity promotion*. Recuperat de <http://eds.a.ebscohost.com/biblioremot.uvic.cat/eds/ebookviewer/ebook/bmxYmtfXzE3NDM3ODFFX0FOO?sid=da3a5e59-6ca5-46bf-bb2f-84efe2aed76b@sessionmgr400>

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Projectes Dramàtics en Educació Física

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Guadalupe Patricia Del Razo Martínez

### OBJECTIUS

#### Drama Projects in Physical Education

This subject focuses on how to plan, implement and evaluate drama projects in the physical education classroom. Combining education and art with sport offers a highly effective formative experience that can be led by anyone working in any form of education. The subject pursues a learn-by-doing methodology: do, reflect, apply; while incorporating an intersectional perspective.

#### Goals:

To explore, learn about and practice a range of performance-based projects and how to apply them in different educational Settings and contexts.

To develop an understanding of different ways of integrating arts and the poetics of the body in the PE classroom

To gain experience in theater-based techniques

To build, develop and reflect on acquired and situated knowledge.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Du a terme una sessió específica d'arts performàtiques de forma ajustada als objectius (RA3)
- Programa activitats específiques de l'àmbit pertinent, tenint com a marc el currículum de l'etapa (RA4)
- Integra en les seves propostes didàctiques el treball de les competències bàsiques de l'educació primària i secundària en els diferents mitjans, així com la seva correcta aplicació (RA5)
- Adquireix coneixements avançats i demostra un comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camp de les arts dramàtiques i la performance (RA6)
- Mostra habilitats per a la reflexió crítica en els processos vinculats a l'exercici de la professió (RA7)
- Actua en les situacions habituals i les que són pròpies i de la professió amb compromís i responsabilitat (RA10)
- Utilitza l'aula d'educació física per promoure activitats d'art dramàtic i performance en mitjans i formes no habituals per al treball de les competències bàsiques en l'educació primària i secundària. (RA12)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat d'iniciativa i esperit emprenedor.
- Capacitat de lideratge.
- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Conèixer, pronosticar i avaluar els factors històrics, psicològics, socials i culturals que afavoreixen o dificulten la pràctica de l'activitat física i l'esport.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educció Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educació Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquin els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general,

que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

### **Transversals**

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.

### **CONTINGUTS**

---

1. Body, movement and expression

- a. Performance and embodiment
- b. Performing Arts in Physical Education
- c. Situated body knowledges

2. Drama projects in educational practices

- a. Intersectional approach to body practices
- b. Developing performance projects in the PE classroom

### **AVALUACIÓ**

---

*En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat i s'adaptaran a les possibilitats canviant de cada moment.*

#### **Assessment:**

- Evidence Portfolio 40% (RA3, RA4)

*Retake is only possible within the two weeks after receiving the qualification*

- Final Project 30 % (RA7, RA12)
- Student follow-up and self-assessment 30% (RA10, RA5, RA6)

*Retake is not possible*

### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Davis, Angela (1983). *Woman, Race & Class*. Recuperat de <https://legalform.files.wordpress.com/2017/08/davis-women-race-class.pdf>
- Hochschule für Fernsehen und Film in Zusammenarbeit mit Seed Pictures (2008). *Lorenza Böttner - Portrait of an Artist (short Documentary)* [DVD]. HFF and Seed.
- Paul B. Preciado (2018). *Countersexual Manifesto*. Columbia University Press.
- Ribera Cusicanqui, Silvia (2020). *Ch'ixinakax utxiwa: On Decolonising Practices and Discourses*. Wiley.

### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Promoció de la Salut i Benestar Integral a través de l'Activitat Física

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Anna Maria Puig Ribera Clara Teixidor Batlle

### OBJECTIUS

Physical inactivity and sedentary behaviours are risk factors for chronic diseases such as obesity, cardiovascular disease and type 2 diabetes. Increasing physical activity levels and reducing sedentary behaviours have become key **public health** strategies to prevent and control chronic diseases. In this context, the high percentage of sedentary and inactive people worldwide highlights the need to implement targeted programmes to promote physical activity and reduce sedentary behaviour across all segments of the population. This course covers relevant topics for designing effective physical activity promotion programmes for children, adolescents, adults and elderly in different settings (schools, workplaces, cities, sport centers among others). At the end of the course, students will design a physical activity promotion programme for a real-life setting they will have chosen.

#### Objectives

1. To understand the importance of "promoting physical activity and sitting less" for **public health** to improve the well-being of the population.
2. To learn the main psychological theories and determinants of physical activity and sedentary behaviour to promote behavior change.
3. To identify barriers and facilitators that influence the adoption of physical activity and reduction of sedentary behaviour.
4. To analyze physical activity promotion and "sit less" programs based in different settings: workplace, health centers, community and schools.
5. To design and develop a physical activity programme for a real setting using the PRECEDE-PROCEED model.

### RESULTATS D'APRENTATGE

Development of a physical activity promotion programme tailored to the different needs of a target group in a specific setting (RA 1).

Use of behavioural strategies to promote the adherence to regular physical activity (RA 4).

Learning motivational techniques to promote the adoption of an active lifestyle in different settings: public spaces in cities, workplaces, schools and health settings (RA 5).

Dealing with complex situations that require searching for new solutions within the Physical Activity & Health sector (RA 6).

Development of respectful attitudes towards linguistic diversity (RA 8)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Coneixement de l'anglès.
- Coneixement tecnològic relatiu a l'àmbit de l'estudi.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Planificar, avaluar i desenvolupar programes de promoció d'activitat física que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular d'activitat física i la modificació d'estils de vida no saludables en diversos tipus de població.

#### Bàsiques

- Saber aplicar els coneixements a la feina i en la vocació d'una manera professional i posseir les competències que se solen

demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes en l'àrea d'estudi pròpia.

### Transversals

- Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal, a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge i servei i en la inclusió social.

### CONTINGUTS

---

- 1) Definition of key concepts in Health Promotion.
- 2) History of Health and Physical activity Promotion.
- 3) Why is it important to promote physical activity and reduce sedentary behaviour in public health? Providing an evidence-based rationale
- 4) Physical Activity Promotion and "Sit Less" programs in Public Health: International and National Framework Documents
- 5) National Health Surveys & National Health Plans: What are they for?
- 6) Physical Activity Promotion Programmes in different settings across Europe: What makes a physical activity promotion programme effective?
- 7) Determinants of physical activity and sedentary behaviour across the life course.
- 8) Integrating psychological theories and models of behaviour change into physical activity promotion programmes.
- 9) Designing and Planning tailored programmes to promote physical activity and reduce sedentary behaviour: The PRECEDE-PROCEDE Model.

### AVALUACIÓ

---

1. Assistance to the tutorial compulsory sessions that will be undertaken on Fridays ( **10% of the final mark**). No extra activities are retaken.
2. Submission of tasks and reports throughout the course ( **10% of the final mark**). No extra activities are retaken.
3. Individual assignment:
  - 3.1 Phase one of the individual assignment: Provide a tailored rationale of why promoting physical activity or reduce sitting time is important for the chosen real setting ( **25% of the final mark**)
  - 3.2. Phase two of the individual assignment: Design of a physical activity promotion programme tailored to the chosen real setting ( **25% of the final mark**)
4. Multiple-choice exam ( **15% of the final mark** ).
5. PowerPoint presentation of the physical activity promotion programme designed ( **15% of the final mark** ).

### BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Bess H. Marcus & LeighAnn H. Forsyth (2009). *Motivating people to be physically active* (2 ed.). Human Kinetics.
- Karolina Horodyska, Aleksandra Luszczynska, Matthijs van den Berg, Marieke Hendriksen, Gun Roos, Ilse De Bourdeaudhuij and Johannes Brug (2015). *Good practice characteristics of diet and physical activity interventions and policies: an umbrella review*. BMC Public Health 15:19.
- Nyman S, Barker A, Haines T, Horton K, Musselwhite C, Peeters G, Victor C, Wolff J. (2018). *The Palgrave handbook of ageing and physical activity promotion*. Palgrave Macmillan.
- World Health Organization (2018). *Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030: More active people for a healthier world*. World Health Organization.
- World Health Organization (2018). *Physical Activity Factsheets for the 28 European Union Member States of the WHO*



## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Psicologia de l'Entrenament i de l'Alt Rendiment

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Marcela Herrera Garín

### OBJECTIUS

- Conèixer i comprendre els factors psicològics que influeixen en l'entrenament i en el rendiment esportius.
- Proporcionar recursos per desenvolupar i perfeccionar habilitats psicològiques destinades a millorar el rendiment en l'entrenament i en la competició.
- Aprendre a utilitzar aquests recursos en la planificació i avaluació de l'entrenament i la competició.

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza i entén els factors psicològics que influeixen en l'entrenament i aplicar-los en un grup de treball.
- Utilitza adequadament el llenguatge oral (verbal i no verbal) en la interacció personal i professional en català, espanyol i anglès.
- Aplica els continguts treballats en situacions concretes del treball en esportistes d'alt rendiment.
- Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o col·laboratiu i avalua els resultats obtinguts.

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.

#### Específiques

- Analitzar i optimitzar les capacitats i habilitats dels esportistes en els diferents moments evolutius.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes esportius per als diferents nivells.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes esportius.

#### Transversals

- Emprar diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.
- Interactuar en contextos globals i internacionals per identificar necessitats i noves realitats que permetin transferir el coneixement cap a àmbits de desenvolupament professional actuals o emergents, amb capacitat d'adaptació i d'autodirecció en els processos professionals i de recerca.

### CONTINGUTS

- Introducció: aspectes diferencials de l'entrenament i el rendiment esportius.
- Necessitats psicològiques de l'entrenament esportiu.
- Aspectes psicològics que influeixen en el rendiment esportiu.
- Adherència a l'entrenament esportiu.
- Processos d'ensenyament-aprenentatge de habilitats psicològiques en l'esport.
- Aspectes psicològics presents en la planificació de l'entrenament.
- Aspectes psicològics presents en la planificació de la competició.

### AVALUACIÓ

(RA = Resultat d'Aprenentatge)

#### Avaluació de procés:

Tutoria individuals del procés d'aprenentatge seguit a l'assignatura. (RA1,RA2)

Tutories de grup pel seguiment del pla de treball. (RA2, RA3)

#### Avaluació de resultats:

Realització d'activitats de classe 40% (TC+STD) (RA1, RA2, RA3)

Exàmens escrits 30% (R1, R3)

Presentació oral del treball en grup relacionat amb el programa de l'assignatura 30%: Aquest treball consistirà en l'aplicació dels conceptes teòrics exposats a classe a un cas pràctic. Primer lliurament Marc teòric 10%. Fase final del treball 15% i Presentació 5% (R2,R3)

L'assignatura es considera aprovada amb un 80% d'assistència continuada, un 70% dels treballs de classe aprovats i un 80% dels exàmens aprovats.

## **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Beswick, B. (2010). *Fútbol: entrenamiento de la fuerza mental*. Ediciones Tutor S.A.
- Csikszentmihalyi, M., Jackson, S.A (2002). *Fluir en el deporte: Claves para las experiencias y actuaciones óptimas*. Paidotribo.
- Quintana, J., Cisternas, A. (2014). *Relaciones Poderosas: Vivir y convivir. Ver y ser vistos*. Kairós.
- Viadé, A., Gracia, F., Gutiérrez, R., Portillo, R. (2003). *Psicología del rendimiento deportivo*. Editorial UOC.
- Vives, D., Romero, R., Rincón, E., Herrera, M. (2016). *Psicología para entrenadores: Factores mentales clave para el rendimiento*. Punto Rojo.

## **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Tècniques d'Exercici Físic Terapèutic i la seva Aplicació a Diverses Malalties

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Marta Solà Serrabou

### OBJECTIUS

L'assignatura és la culminació dels diferents coneixements teòrics pràctics que s'han donat de salut i activitat física, on l'alumne coneixerà quins exercicis són possibles d'aplicar i de quina manera s'han d'individualitzar, controlaran les indicacions i contraindicacions de les diferents patologies.

#### Objectius:

1. Conèixer diferents tècniques d'exercici físic amb l'objectiu de treballar la salut
2. Saber aplicar i modificar un exercici físic en funció de les necessitats fisiològiques de les persones
3. Analitzar i relacionar els mals hàbits posturals i les seves conseqüències.
4. Vivenciar el treball corporal en relació a l'esquena.
5. Despertar una necessitat i interès per la correcta realització de les activitats físiques i les posicions més adequades dins les activitats de la vida quotidiana.
6. Aprendre a fer programacions d'exercicis per millorar patologies concretes

### RESULTATS D'APRENENTATGE

Aplicar de forma correcta diferents tècniques d'exercici físic específics per problemes de salut múscul esquelètica (RA 2)

Dissenyar intervencions d'exercici físic que atenguin les necessitats individuals de cada persona (RA 7)

Desenvolupar programes d'activitat física individualitzada a les necessitats de diferents sectors poblacionals (RA 1)

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat per al treball en equip.
- Capacitat per relacionar continguts de diferents àrees de coneixement.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Comunicar-se i expressar-se a través del cos com a recurs que cal desenvolupar en la pràctica professional.
- Seleccionar i aplicar els mètodes, estratègies, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'activitat física per a la salut en la prevenció primària, secundària i terciària de nens i nenes, adolescents, adults, dones embarassades, discapacitats i gent gran.

#### Transversals

- Mostrar habilitats per a l'exercici professional en entorns multidisciplinaris i complexos, en coordinació amb equips de treball en xarxa, ja sigui en entorns presencials o virtuals, mitjançant l'ús informàtic i informacional de les TIC.

### CONTINGUTS

1. Terminologia
2. Generalitats de l'exercici físic
3. Tècniques d'exercici físic
  - 3.1. Relaxació
  - 3.2. Respiració
  - 3.3. Klapp
  - 3.4. Cadenes musculars
  - 3.5. Pilates
  - 3.6. ioga
  - 3.7. Sòl pèlvic
  - 3.8. Gimnàstica suau
4. Exemples pràctics

### AVALUACIÓ

- AVALUACIÓ DEL PROCÉS
- L'avaluació de l'**assistència i participació** val un 30% **dossier assistències**  
Tot i que l'assistència a les classes pràctiques és obligatòria en un 80%, els alumnes que per diferents causes (justificades o

no) no assisteixin a una sessió hauran de

Realitzar un treball d'un tema relacionat amb les tècniques d'exercici físic explicades aquell dia

En cas de superar el 20% de no assistència de forma no justificada l'assignatura queda suspesa

- L'avaluació de la **implementació de les sessions impartides a alumnes** a la UVic val un 20%. **F ull valoració de les sessions pràctiques: coavaluació dels companys**  
Sessions de les tècniques: ioga, respiració...20%  
Aquesta part d'implementació no és recuperable

#### AVALUACIÓ DELS RESULTATS

- Els exercicis penjats de les diferents tècniques per grups:
  - Respiració 5%
  - Pilates 5%
  - Ioga 5%
  - Quadropèdia 5%
- La fitxa d'estirament 1 i 2: 10% individuals
- La fitxa de la sessió en grup: teoria pràctica i implementació: 20%
- Les fitxes i exercicis si no són correctes s'han de repetir durant la setmana de tancament. Per tant aquesta parts de resultats és recuperable

Per accedir a la setmana de recuperació s'ha de tenir el 50% de l'assignatura aprovada al finalitzar el semestre. En cas contrari, l'assignatura queda suspesa.

En cas de nova emergència sanitària que impliqui confinament les activitats i les ponderacions de l'avaluació no s'alteraran. En cas que no es puguin fer presencialment, es traslladaran a la virtualitat.

#### **BIBLIOGRAFIA BÀSICA**

---

- Kisner, C., Colby, L.A. (2005). *Ejercicio terapéutico : fundamentos y técnicas* (5 ed.). Paidotribo.
- Hall, C.M., Brody, L.T. (2006). *Ejercicio terapéutico : recuperación funcional* . Paidotribo.

#### **BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA**

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.

## Treball en Equip a partir del Bàsquet

**Tipologia:** Optativa (OP)

**Crèdits:** 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Joan Arumí Prat

### OBJECTIUS

L'assignatura utilitzarà una estructura d'aprenentatge cooperatiu per tal que tots els estudiants aprenguin conjuntament aspectes teòrics i pràctics de la tècnica, la tàctica i el reglament del bàsquet.

Els objectius són:

- Treballar en equip per tal de jugar a bàsquet.
- Entendre l'esport des d'una perspectiva formativa a través de l'aprenentatge cooperatiu i relacionat amb les competències a assolir dins de l'ESO i el batxilerat.
- Assumir la responsabilitat individual per formar part d'un equip de bàsquet.
- Pràcticar, entrenar i aplicar el reglament, la tècnica i la tàctica del bàsquet dins d'uns sistemes tàctics ofensius i defensius.
- Programar i portar a la pràctica entrenaments de bàsquet
- Assumir el rol d'entrenador o entrenadora i dirigir un partit de bàsquet

### RESULTATS D'APRENTATGE

- Coneix i reflexiona sobre els elements que conformen la identitat docent del professor de secundària (RA3).
- Adquireix coneixements avançats demostrant una comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camp dels esports i l'activitat física (RA5).
- Avalua de forma global els processos d'aprenentatge portats a terme d'acord a les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de treball individual (RA6).
- Avalua de forma global els processos d'aprenentatge portats a terme d'acord a les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de treball en equip a partir del bàsquet (RA6)
- Avalua pràctiques professionals en el context de l'àmbit de l'ensenyament de l'esport (RA7).

### COMPETÈNCIES

#### Generals

- Capacitat de raonament reflexiu, crític i autocrític.
- Capacitat per actuar d'acord amb un compromís ètic.
- Capacitat per adaptar-se a situacions noves.
- Capacitat per resoldre problemes i prendre decisions.
- Creativitat.
- Reconeixement i atenció a la diversitat i interculturalitat.
- Sensibilitat davant qüestions mediambientals.

#### Específiques

- Adquirir coneixements i recursos inclusius i saber aplicar-los a poblacions amb cultures diferents i/o a persones amb alguna discapacitat o malaltia.
- Conèixer i interpretar els fonaments i les manifestacions bàsiques que determinen el desenvolupament de la motricitat humana.
- Planificar, desenvolupar i avaluar programes d'educació física i esport durant tota l'etapa d'Educció Secundària Obligatòria (ESO) i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Relacionar diferents àrees i continguts i aprendre a desenvolupar-los a través de diferents temes transversals.
- Seleccionar i aplicar les estratègies, mètodes, tècniques i tecnologies més adequats per millorar els processos i programes d'educació física i esport durant l'etapa d'Educció Secundària Obligatòria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.
- Transmetre actituds i valors que afavoreixin l'adherència a la pràctica regular de l'activitat física i destaquen els efectes formatius i saludables.

#### Bàsiques

- Demostrar posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, que se sol trobar en un nivell que, si bé se sustenta en llibres de text avançats, també inclou alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del camp d'estudi propi.

## Transversals

- Actuar amb esperit i reflexió crítics davant el coneixement en totes les seves dimensions. Mostrar inquietud intel·lectual, cultural i científica i compromís cap al rigor i la qualitat en l'exigència professional.

## CONTINGUTS

---

1. **La competència del treball en equip i el bàsquet com a contingut.**
2. **Estratègies didàctiques per aprendre a treballar en equip.**

2.1 L'aprenentatge cooperatiu.

2.2 El Model d'Educació Esportiva.

2.3 L'avaluació formativa.

### 3. Organització i treball en equips

1. Repartició de tasques i de rols.
2. Organització de les sessions pràctiques.
3. Entrenaments per equips.
4. Organització del campionat.

### 4. L'autoavaluació de l'equip

1. Scouting.
2. L'avaluació dels partits i l'autoinforme grupal.

## AVALUACIÓ

---

### Avaluació del resultat:

Per aprovar l'assignatura cal aprovar la part 1 i 2 que es concreten a continuació:

1. Es realitzarà una activitat d'avaluació en relació als continguts didàctics de l'assignatura amb un valor del 20% de la nota final. En cas de suspendre l'activitat es podrà repetir a la setmana de recuperació. Resultats d'aprenentatge 170 i 172.
2. Treball en equip (Recuperable). Cada equip haurà d'elaborar el seu quadern de l'equip amb diferents activitats. Aquest treball en equip val un 40% de la nota final. El treball en equip es realitzarà lligat a sessions pràctiques d'entrenament de l'equip. Si un integrant de l'equip no ve a un 70% de les sessions d'entrenament de l'equip haurà de realitzar, de forma individual, tot el treball en equip i presentar-lo a les setmanes de recuperació. Resultats d'aprenentatge 173 i 173.1.
3. Prova pràctica (No recuperable). La prova pràctica consistirà en diversos partits de bàsquet. El seu valor serà d'un 40% de la nota final de l'assignatura i estarà condicionada a aprovar el treball en equip: qui no aprovi el treball en equip no podrà realitzar la prova pràctica. Es valorarà la capacitat d'entrenar i de jugar al bàsquet segons els continguts de l'assignatura. Un 30 % del valor farà referència a la competència de l'equip en les competicions finals mentre que un 10% farà referència a l'anàlisi del joc de l'equip (scouting). L'estudiant que no aprovi el treball en equip i que no pot realitzar la prova pràctica no la podrà recuperar. Resultats d'aprenentatge 174.1.

## BIBLIOGRAFIA BÀSICA

---

- Arumí, J. (2016). *Entrena'ls per cooperar: Repensant l'esport d'equip*. Eumo.
- Arumí, J., Camps, I., López, X., i Torres, G. (2019). *Educa'ls per cooperar*. Eumo.
- Pujolàs Maset, P. (2008). *El aprendizaje cooperativo: 9 ideas clave*. Graó.
- Velázquez Callado, C. (2010). *Aprendizaje cooperativo en Educación Física: Fundamentos y aplicaciones prácticas*. Inde.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTÀRIA

---

El professorat facilitarà les referències de la bibliografia complementària i de lectura obligatòria al llarg del desenvolupament de l'assignatura i a través del Campus Virtual.